



TEMA: PREPARACIÓN DE LA FAMILIA PARA LA INCORPORACIÓN DEL ADULTO MAYOR A LOS CÍRCULOS DE ABUELOS.

- **Fuentes Bravo.**

- Licenciado en Cultura Física. Asistente. Master

Institución de adscripción: Universidad de Oriente. Centro Universitario Municipal. Songo La Maya. Santiago de Cuba. Cuba

Correo: yfuentes@uo.edu.cu

- **Fidel Fuentes Neira.**

- Licenciado en Educación, Especialidad: Educación Física. Asistente. Master

Institución de adscripción: Universidad de Oriente. Centro Universitario Municipal. Songo La Maya. Santiago de Cuba. Cuba

Correo: ffuentes@uo.edu.cu

- **Oswaldo Oduardo Zamora.**

- Licenciado en Educación, Especialidad: Matemática Computación. Asistente. Master

Institución de adscripción:

Universidad de Oriente. Centro Universitario Municipal. Songo La Maya. Santiago de Cuba. Cuba

Correo: @uo.edu.cu

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Fuentes Bravo, Fidel Fuentes Neira y Oswaldo Oduardo Zamora (2019): "Preparación de la familia para la incorporación del adulto mayor a los círculos de abuelos", Revista Caribeña de Ciencias Sociales (enero 2019). En línea

<https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/01/preparacion-familia-abuelos.html>

RESUMEN

A nivel mundial son varias las investigaciones dirigidas a la orientación familiar, lo cual se corresponde con el aumento de las condiciones que globalmente desfavorecen el sano desarrollo del adulto mayor. En lo que a Cuba respecta, la familia va alcanzando cada vez niveles más altos de atención, pero aún existen insuficiencias en tanto, el resultado del comportamiento de sus miembros en la sociedad que no se corresponde del todo con los ideales humanos que se trazan a partir de las normas y valores del socialismo. El adulto mayor es portador de regularidades propias de una etapa de desarrollo humano, así como una serie de limitaciones, en gran medida provenientes de prejuicios que le ha depositado la cultura. Nos hemos propuesto caracterizar a la familia mediante la exploración de su relación con la tercera edad básicamente. En primer lugar, debido a la tendencia de nuestros mayores a desarrollar su vejez en condiciones de convivencia familiar. En segundo lugar,

por el **objetivo** mismo de este trabajo; es decir, el análisis de la preparación de la familiar del adulto para la participación de este en los Círculos de Abuelos, vista como punto de confluencia de diferentes influencias sociales, presentándose como **problema**: ¿Cómo elevar la preparación de la familia del adulto mayor para la incorporación de este a los Círculos de Abuelos?

Palabras claves: Preparación – Familia - Adulto mayor – Participación - Círculos de abuelos

RESUMEN

At world level they are several the investigations directed to the family orientation, that which belongs together with the increase of the conditions that globally desfavorecen the biggest adult's healthy development. In what concerns Cuba, the family goes reaching every time higher levels of attention, but inadequacies still exist as long as, the result of the behavior of their members in the society that doesn't belong together completely with the human ideals that are traced starting from the norms and values of the socialism. The biggest adult is payee of regularities characteristic of a stage of human development, as well as a series of limitations, in great measure coming from prejudices that has deposited him/her the culture. We have intended basically to characterize to the mediating family the exploration of their relationship with the third age. In the first place, due to the tendency of our adults to develop their age under conditions of family coexistence. In second place, for the same objective of this work; that is to say, the analysis of the adult's preparation of the family one for the participation of this in the Circles of Grandparents, view like point of fork of social different influences, showing up as problem: How to elevate the preparation of the biggest adult's family for the incorporation from this to the Circles of Grandparents?

Key words: Preparation - Family - bigger Adult - Participation - grandparents' Circles

INTRODUCCIÓN

Las investigaciones relacionadas con el tema de la familia, han facilitado que la sociedad siempre proyecte una mirada hacia los encargos de darle respuesta a los fenómenos que ocurren.

De esta manera para muchos investigadores, en especial para los profesionales de la Cultura Física, la problemática de la participación del adulto mayor en los Círculos de Abuelos, será por siempre un problema a resolver en los diferentes ámbitos con los que se relacionan estos.

La familia, a partir de su papel como elemento vital de la estructura social garantiza la adquisición y manifestación de las primeras experiencias humanas, la formación y el desarrollo de la personalidad, el crecimiento como personas y la reproducción de los sujetos; ello se corresponde con uno de los objetivos mediatos declarados por el Estado cubano: la formación del hombre nuevo.

En consecuencia, el legado histórico-social en el que han surgido los postulados que guían el devenir y desarrollo del país en todas sus aristas, han dejado claro que toda sociedad con sus instituciones y organizaciones deben trabajar cohesionadas para alcanzar sus fines. Es por ello que no es sólo responsabilidad de la familia, pero sí primario, la educación de sus miembros, más aún, al hacer patente la enseñanza que legó el Apóstol, cuando expresó que:

“una ciudad es culpable mientras no es toda ella una escuela.”

A nivel mundial son varias las investigaciones dirigidas a la orientación familiar, lo cual se corresponde con el aumento de las condiciones que globalmente desfavorecen el sano desarrollo del adulto mayor.

En lo que a Cuba respecta, la familia va alcanzando cada vez niveles más altos de atención, pero aún existen insuficiencias en tanto, el resultado del comportamiento de sus miembros en la sociedad que no se corresponde del todo con los ideales humanos que se trazan a partir de las normas y valores del socialismo.

No obstante, en investigaciones realizadas, Arés, P.: 1985, Álvarez, M. Puñales, A.; Castilla, G. 1982,1985 ; Casañas, A. 1971; Capote, A. 1985; Centro de Estudios de la Juventud, 1982; González y Castilla, 1980; Bergado,s/f; Mesa, 1984; González y otros, s/f; Rodríguez, 1985; Casañas; 1971; Molina y Real, 1980; Rodríguez Becerra, 1999; Álvarez, S. M., 1994; se demuestra que a pesar de los avances alcanzados por la familia en sus condiciones objetivas y subjetivas de vida, aún se observan formas tradicionales de funcionamiento expresadas en el desarrollo desigual que se producen en los roles familiares y sociales.

Las bibliografías consultadas (Fernández Ballesteros García, 2004; Rocabruno Mederos, 1999), permiten reconocer que el natural proceso de envejecimiento individual modifica notablemente la inserción de los adultos en los procesos sociales de su entorno, a ellos contribuyen los cambios biopsicosociales que acompañan dicho proceso que está directamente influida por las experiencias de la vida de los propios adultos y significado social que le atribuyen a los objetos y fenómenos de la realidad. Los comportamientos y actitudes de los distintos grupos de edades se modifican en consecuencia con las exigencias y demandas sociales que les ha tocado, hasta privar a las personas viejas de toda posibilidad de desarrollo.

El adulto mayor es portador de regularidades propias de una etapa de desarrollo humano, así como una serie de limitaciones, en gran medida provenientes de prejuicios que le ha depositado la cultura.

A pesar de la difusión masiva que existe con respecto a la importancia de la participación del Adulto Mayor en la actividad física, las exigencias del médico de la familia, del profesional de la Cultura Física y demás factores de la comunidad; la familia no se concientiza de su rol respecto a la conducción de este a la incorporación en los Círculos de Abuelos

Nos hemos propuesto caracterizar a la familia mediante la exploración de su relación con la tercera edad básicamente. En primer lugar, debido a la tendencia de nuestros mayores a desarrollar su vejez en condiciones de convivencia familiar. En segundo lugar, por el objetivo mismo de este trabajo; es decir, el análisis de la preparación de la familiar del adulto para la participación de este en los Círculos de Abuelos, vista como punto de confluencia de diferentes influencias sociales.

Luego de realizar una serie de investigaciones llevadas a cabo por el Centro de Investigaciones Sociológicas y Psicológicas (2002); dentro de las que se destacan las de la investigadora Patricia Arés Muzio (Arés Muzio,P.; 2002); Elsa Núñez Aragón (Núñez Aragón, E.; 2001), Reinaldo Cueto Marín (Cueto Marín, R.; 2006); Proyecto de Investigación del ISP: "Félix Varela": Diagnóstico de la gestión educativa de la familia en el contexto de sus comunidades; (Rodríguez Becerra, F. y otros: 2005), entre otras, se pueden mencionar como las deficiencias más recurrentes:

- Dificultades de comunicación entre familia y su adulto mayor.
- Dificultades con la convivencia, lo cual ha traído consigo que en un mismo hogar convivan varias generaciones.
- Aumento de la práctica del alcoholismo.
- Presencia de tabúes, estereotipos y prejuicios asociados a los roles de género.
- Necesidades afectivas de los adultos fundamentalmente en la etapa de la vejez (tercera edad).
- Falta de preparación de las familias en la educación a sus hijos para favorecer a los adultos mayores

- Escaso tiempo dedicado por los hijos a los abuelos.

Por todas las consideraciones antes referidas se declara el siguiente **Problema**: ¿Cómo elevar la preparación de la familia del adulto mayor para la incorporación de este a los Círculos de Abuelos?

Hasta el momento la realidad cubana ha demostrado que no existe un patrón mundial para el trabajo con la familia y que las vías que se han utilizado para la orientación de esta no han satisfecho las aspiraciones sociales en cuanto a la calidad en el cumplimiento de su labor en la incorporación del adulto mayor en los Círculos de Abuelos, es por eso, que se requiere del perfeccionamiento, de manera que se satisfagan los intereses para dar cumplimiento al propio modelo y a las demandas sociales, surgiendo como **Objetivo**: Elaboración de actividades que permitan la preparación de la familia del adulto mayor para la incorporación de este a los Círculos de Abuelos.

DESARROLLO

Esto se puede apreciar en las Comunidades de Maya Este del Municipio Songo La Maya. Donde se manifiestan las familias con un bajo nivel de escolaridad y de educación formal, que no siempre están a tono con las normas sociales de conducta, por lo que todavía en esta relación salud - familia, no se ofrece un resultado en la que ésta evidencie cumplimiento de su labor.

Los antecedentes citados ponen de manifiesto la intención de fundamentar la necesidad de preparación de las familias y así favorecer la participación del adulto mayor en los Círculos de Abuelos, de manera que garantice las condiciones favorables para el desarrollo de su personalidad deportiva y que se aprovechen las potencialidades que poseen; sin embargo ,hasta donde hemos consultado, no se han encontrado actividades concretas que permitan el perfeccionamiento de esta participación del adulto mayor en los Círculos de Abuelos y las necesidades de orientación de la familia.

Es por ello que valorando la forma en que se desarrollan las acciones de orientación a la familia, no se ha resuelto la problemática, lo que demuestra que no existe coherencia en la labor del colectivo deportivo para atender a la familia, así como la no utilización del diagnóstico que garantice el adecuado conocimiento de las necesidades que se manifiesta en el adulto mayor para la participación de este en los Círculos de Abuelos, a partir del cumplimiento de su labor respecto a las actividades que se realizan, la cual es insuficiente, desde el punto de vista comunitario y el trabajo de orientación de las familias no es efectivo en esta dirección, por lo que reafirma los planteamientos anteriores.

Tal situación indica que la realidad que ofrece la familia como grupo institucional es esencial en el logro de la educación de los sujetos que demanda la sociedad, según los valores y las normas de la sociedad socialista cubana; no ha sido suficientemente trabajada, por lo que se plantea como necesidad la elaboración de actividades que contribuyan a la preparación la familia para la participación de nuestros adultos mayores en las actividades físicas que se realizan en los Círculos de Abuelos.

En este sentido la familia, está llamada a conducir la labor de orientación a las personas de la tercera edad para enfrentar en la comunidad, retos de los cambios físicos que acompañan al envejecimiento.

La familia debe conocer las peculiaridades y necesidades del Adulto Mayor para trabajar con él conforme con necesidades y motivaciones. De ahí que, se debe tener en cuenta que, en las personas adultas descienden el estado de ánimo general, la autovaloración, la seguridad en sí mismo y el sentimiento de insatisfacción consigo mismo, por lo general su estado es depresivo, predominan diferentes temores ante la soledad, la indefensión , el empobrecimiento , la muerte. Desciende la

capacidad de alegrarse, no esperan nada bueno de la vida. Disminuye el interés por el mundo externo, por lo nuevo.

Es importante destacar además que, se vuelven gruñones y regañones, egoístas, egocéntricos y más introvertidos; el círculo de sus intereses se reduce, pero muestran elevado interés por las vivencias del pasado, por la revalorización de ese pasado.

Simultáneamente, aumenta su interés por el cuerpo, por distintas sensaciones desagradable típicas de la vejez; aparecen rasgos de hipocondría. La inseguridad en sí mismo y la incertidumbre en el día de mañana, súper cuidadosos, pedantes, conservadores, con poca iniciativa, etc.

Por consiguiente se debilita en los viejos el control sobre las propias reacciones, no se dominan en sí mismos lo suficiente. Todos estos cambios en interacción con el descenso de la agudeza de la percepción de la memoria, de la actividad intelectual crean una peculiar fisonomía del viejo y hacer a todos los ancianos un cierto grado parecido entre sí.

E. S. Averbuĵ suaviza dicha expresión al señalar que no todas transformaciones mencionadas tienen lugar en igual medida en todas las personas, pues cada una tiene características diferentes, tipos de viejos, los cuales a continuación expresamos.

Según Fritz Giese, el primero se refiere al negativista (que niega tener cualquier rasgo de vejez), el segundo el viejo extrovertido (según la tecnología de C. Jung), quien reconoce la llegada de la vejez pero lo hace por presión de influencias externas y por observación de la realidad circundante especialmente cuando se jubila.

Se asume que hay que lograr que las personas adultas mayores pueden tener un programa de vida que les ocupe su tiempo libre. Es preciso que la familia debe seguir dándole facilidades para que estos aprovechen el tiempo que les queda por vivir ajustados en actividades que les ocupe últimamente su tiempo.

Todo esto enfatiza que es de interés destacar que la familia en cualquier contexto debe estar dotada de una preparación suficiente que contenga la aplicación de estrategias que le permita interactuar con los abuelos para desarrollar motivos, necesidades, sentimientos, convicciones, adquiriendo conocimientos, habilidades, capacidades y pensamiento en función de lograr su desarrollo. Es necesario asumir que la realidad expresada indica que hay que educar, hay que capacitar a las familias que carecen de una preparación concreta para enfrentar la Educación Física, deportiva y recreativa como componente importante de la educación comunista y base de la salud.

La labor de orientar a la familia es de interés y se debe tener en cuenta sus posibilidades y necesidades para fomentar un aprendizaje desde el punto de vista teórico y práctico que permita el crecimiento individual y social de los sujetos de referencias.

Los anteriores elementos permitieron orientar nuestra propia reflexión en un acercamiento a los retos que hoy debemos enfrentar en este quehacer.

Se piensa que el resultado exitoso continué explotando la creatividad para hacer conciencia como eslabón esencial en la labor social, así como acción conjunta de todas las organizaciones e instituciones que tienen como centro el trabajo social, clave para poder lograr con éxito lo que se propone en este sentido.

Por tal motivo, en Cuba el Estado promueve la organización de planes sociales comunitarios y formación de profesionales con similares objetivos, encaminados a la identificación de las necesidades, al logro del auto desarrollo del sujeto demandante y a favorecer la ejecución de las acciones concretas encaminadas a la satisfacción de dichas necesidades.

Por consiguiente la familia, debe conocer que el trabajo comunitario juega un papel importante, porque desarrolla conocimientos y habilidades que mejoran la efectividad, eficiencia de los proyectos, satisface necesidades espirituales de los miembros de esa comunidad, genera poder en los participantes, profundiza su identidad y compromiso revolucionario. Además implica protagonismo, autonomía, descentralización, coherencia y sobre todo a que las personas se haga responsable de lo que decide.

La Máster Lig Long Rangel, Clara (2009) en su tesis en opción al grado científico de doctor en Ciencias Pedagógicas relacionada con: El apoyo psicopedagógico al desarrollo personal de los adultos mayores, destaca la importancia social y económica que transforma la imagen social negativa de la vejez que aún posee el propio adulto mayor, la comunidad y la sociedad en general refiriéndose que la misma favorece el incremento de adultos mayores incorporados a la vida socio cultural activa, disminuyendo los riesgos de situaciones insanas, por lo que se reducen los gastos en la atención médica.

De ahí, que se asume lo referido, pues se expresa en los sujetos de la comunidad en la búsqueda de su desarrollo personal con un sistema de actividades a desarrollar sin dejar de mencionar la Educación Física que propicia ejercicios físicos contribuyendo al mejoramiento de su salud y con ello la calidad de vida.

1. Consideraciones teóricas que sustentan la relación familia - comunidad como una necesidad actual en las transformaciones de la sociedad.

Con la creación del Grupo Familia en el Ministerio de Educación, a finales de los años 80, se profundiza en la elaboración teórica y metodológica del trabajo con la familia.

El salto que se produce al culminar esa década se debe al interés de la política educacional por dar mayor atención a la familia desde la escuela. Este grupo tuvo una concepción intersectorial y transdisciplinaria, en aquel momento se acude a algunas instituciones que tenían preparación en Educación Popular, desde la educación de adultos y la actividad de las organizaciones femeninas. La extensión social de esta labor estaba asegurada mediante la producción permanente de mensajes educativos a los padres, a través de la prensa plana en espacios como “Minisiquis” en Juventud Rebelde, las revistas “Mujeres” y “Muchachas” de la FMC, y “Con la Guardia en Alto” de los CDR.

A partir de entonces muchos de los programas a las familias, dirigidos por el MINED que se realizaron para los medios de difusión tenían el estilo de “castigar simbólicamente” o recompensar a los pasivos espectadores. Lo que no resultaba efectivo al no ser incorporado a los modos de actuación de las familias a las que estaban dirigidas los programas, y por otra parte estos no partían de las necesidades particulares de cada comunidad, ni mucho menos con el diagnóstico de cada familia.

Así, fue necesario dar el vital salto cualitativo para lograr, desde aquel entonces, la implicación de nuevas actividades en la orientación familiar, es por eso que al surgir el cambio de nombre reflejaba una transformación del enfoque que poco a poco se gestaba.

La Educación Física es una importante tarea que debe ser compartida para lograr el éxito en ese desempeño, en consonancia con su progreso en el orden social.

Todo esto fue posible porque los años finales de la década de los 80 resultaron fundamentos de las posiciones cubanas sobre el funcionamiento familiar. Lo evidencia, en lo teórico y en lo metodológico, el ejemplo del seminario nacional desarrollado por un equipo del MINED en 1989, dirigido por Pedro Luís Castro Alegret. También se realiza por el Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS) de la Academia de Ciencias de Cuba, a fines de ese período, la mayor de las investigaciones para caracterizar a las familias cubanas.

Sin embargo, vale señalar que en el trabajo con la familia, los paradigmas cubanos no son universales; es decir, no son reconocidos conscientemente por todos los implicados en esta labor. Tampoco su expresión y empleo son homogéneos, y su desarrollo en el tiempo les introduce cambios al integrar estas valoraciones sobre la orientación a la familia.

La educación familiar, no constituye una novedad de la sociedad cubana, ya que sus primeros vestigios se observaron a finales de la década de los 60 en París y fue a partir de la orientación familiar definida por Gerardo Casas “como un proceso que ayuda la mejora personal de quienes integran la familia y la mejora de la familia en la sociedad y desde ella, fundamentalmente en todo aquello que hace referencia a la educación familiar.”

Pero sí resulta novedoso el hecho, que por la manera en que está concebido el Sistema Nacional de Educación cubano y la integración masiva de su población a este sistema, así como la concepción del trabajo con la familia desde el propio sistema de trabajo como el funcionamiento de estructuras comunitarias y la coherencia en la interacción de todas las instituciones sociales, solo es posible desde un sistema social que tenga como centro al ser humano y muy en especial a sus adultos mayores.

Hoy las exigencias sociales en las que se produce la orientación de las familias hacen indispensable que la familia actúe como un engranaje perfecto, de manera que se garantice la incorporación de los adultos mayores a los círculos de abuelos.

Como se ha visto el trabajo de orientación familiar que se ha realizado hasta el momento, obedeció a determinadas condiciones socio históricas, en las que la familia asumía su labor educativa a partir de las condiciones que desde la institucionalización, desde la década del 80 se venía llevando a cabo, lo cual encargó al Estado y a la escuela la responsabilidad de la formación de la personalidad de los abuelos y la familia asumió un papel pasivo al respecto.

Sin embargo, al cambiar estas condiciones y con ellas la familia, se hacen necesario nuevos métodos de trabajo acorde con las propias necesidades de ella, que a partir de logros sociales como los altos niveles de escolaridad y el desarrollo de estos; posibilitan que sea la propia familia quien busque su conocimiento para satisfacer sus propias necesidades de preparación para el cumplimiento de su labor educativa.

El importante papel de la familia en su desarrollo integral ha revelado cómo determinadas dificultades de los padres afectan a los adultos mayores. Hay problemas comunes a las familias, situaciones típicas de violencia, maltrato, abandono afectivo, sexismo, incomprensión, desconocimiento de las características psicológicas, intereses y deseos de los abuelos, así como imposibilidad de atender sus necesidades afectivas y formativas.

A pesar de los cambios que ocurren en el seno de la sociedad y de cómo estos repercuten en la familia, esta es y seguirá siendo un factor insustituible en la educación y formación de sentimientos, valores y convicciones, así como en la transmisión de la experiencia social; la acción educativa de la familia es imprescindible en la formación física, laboral y social de cada uno de sus miembros, es por esto que el adecuado funcionamiento de ella y de cómo ésta se relacione con la sociedad, dependen en gran medida para tener una sociedad con personalidades más estables y mejor desarrolladas.

Las investigaciones que se han desarrollado en los últimos años acerca de la preparación de la familia para el cumplimiento de su labor educativa, han demostrado cómo persisten insuficiencias en esta institución social sobre todo marcada por los profundos cambios que se dan en el mundo y por tanto en Cuba, en relación con la formación de la personalidad y el sistema de valores que impera tanto en el nivel macro de la sociedad como en la familia: su célula fundamental.

Es por todo lo anterior que la orientación familiar para la sociedad cubana, está marcada por ocupar cada vez un lugar más protagónico en las familias, para que ellas sean capaces de corresponder junto a los promotores de salud la integración de los adultos mayores a los Círculos de Abuelos.

Son varias las alternativas que existen para la orientación a la familia, ellas van desde las visitas al hogar hasta la realización de las actividades de educación familiar, es por esto que esta influencia educacional, no puede relejarse, porque ella debe darse en un contexto de atención afectiva a los abuelos.

A pesar, de los múltiples logros educativos alcanzados en el sistema de educación familiar en las últimas décadas en aspectos trascendentales como: transmisión y educación de valores, formación de actitudes cívicas y políticas, ideales de vida, y los procesos de socialización personalizada, hoy en el Siglo XXI, se precisa de una acción formadora de mayor alcance social, como expresión de la relación dialéctica individuo-sociedad que el Che la abordó en un doble proceso: el individuo como miembro de la sociedad y como ser único.

En la sociedad cubana actual esta relación ocupa un espacio central en la educación familiar, de forma especial en el desarrollo del adulto mayor. El hogar favorece la socialización del individuo, que luego trasciende a su incorporación a los Círculos de Abuelos, siendo este, factor preponderante en la socialización, cuya finalidad es la integración del individuo en grupos específicos de autoayuda.

Este proceso socializador, origina determinados efectos en el adulto mayor:

- La formación de una cultura (como dimensión esencial de la socialización, es interiorización de las expresiones socio-culturales que reafirman la identidad cultural de un pueblo o nación)
- La personalización (como reafirmación de la identidad personal, vincula a escala de valores, tradiciones, etc.

Aunque en este trabajo, se aborda con fuerza la Labor orientadora, dado el objetivo central, es de obligada necesidad referir que las funciones que cumple la familia constituyen un sistema complejo y no puede hablarse de posibilidad familiar, sin cierta armonía entre ellas (económica y biosocial), una disfunción en una de las funciones altera a todo el sistema familiar.

Durante el desarrollo histórico de las relaciones entre los la familia y la comunidad a partir de llevar a vías de realización las diferentes formas de trabajo con ella, tal como se ha visto hasta el momento han hecho posible el estrechamiento de las relaciones entre estas instituciones, sin embargo, también ha prevalecido el formalismo y el facilismo; cuando ellas han funcionado eficientemente, queda demostrado a lo largo de este análisis teórico le han dejado a las familias referentes de funcionamiento que redundan en la elevación de la calidad de vida de todos sus miembros, pero muy en especial de los adultos mayores.

2. Las relaciones entre el Adulto Mayor y la familia en las transformaciones de la sociedad.

Los conflictos familiares ponen muchas veces su sello a los abuelos. Son reflejo de problemas culturales y actitudes tradicionales en los adultos hacia estas edades. Varios indicadores revelan la inestabilidad del medio familiar en donde viven los abuelos manifiestan problemas en la comunicación intrafamiliar, la actitud comunicativa de los miembros tiene la tendencia a restar importancia a las cuestiones que le preocupan o le suceden. Tras una larga evolución, su lugar en la familia está en un nuevo sistema de relaciones y comunicación a partir de que ha alcanzado la independencia en muchos aspectos de su vida; por ejemplo, en la vida afectiva y de pareja.

Resumiendo, en la vejez se producen determinados cambios, en la comunicación y en el surgimiento de las peculiaridades psicológicas y la reorganización de la esfera motivacional. Es la etapa en que culmina la formación de la autoestima, la comprensión plena del papel que se puede desempeñar en

el mundo, incluyendo lo relativo a la sexualidad y la pareja. Es una gran experiencia de aprendizaje tanto en el mundo espiritual, como social que trae consigo la adquisición de nuevas formas de relacionarse con otros. La apertura a nuevas actividades sociales y valores más amplios que permitirán avanzar con paso firme hacia nuevos horizontes.

En los últimos años se han validado algunas de estas transformaciones, sobre todo las dirigidas a la figura del Adulto Mayor, que ha sido una de las intervenciones más novedosas en esta edad a partir de disminuir la cantidad de influencias negativa a las que estaba sometido en los anteriores modelos diseñados para el desarrollo en la comunidad.

Sin embargo, debe ser punto de mira para todos los miembros de la comunidad de cómo se establecen estas relaciones entre la comunidad, adulto mayor y la familia, teniendo en cuenta que en la comunidad se multiplican las necesidades que van más allá de lo individual y marcan el desarrollo de la sociedad; ella debe completar desde el punto de vista la instrucción y las necesidades de orientación que sobrepasan los límites de la familia. Para hacer efectiva esta relación se debe tener en cuenta que tanto la comunidad como la familia tienen estilos diferentes de realizar su labor educativa, pero es imposible sin la estrecha relación entre ellas.

De lo anterior se desprende el análisis de que la familia como encargado de brindar información sobre cómo debe ser el comportamiento de sus abuelos y de las vías y métodos para lograr una adecuada incorporación, no aprovecha todas las oportunidades que desde el propio funcionamiento de estos le permiten un acercamiento con el fin de garantizar el adecuado cumplimiento de su labor, teniendo en cuenta que el propio Modelo establece varias vías que van desde las ya mencionadas en este informe, hasta el trabajo metodológico cuando plantea que debe organizarse el trabajo con la familia y otras instituciones educativas de la comunidad para coordinar las influencias formativas que deberán ejercer sobre los adultos mayores.

A partir de lo anterior se hace posible implementar estrategias de trabajo con la familias que de una manera novedosa y acorde con los objetivos del Estado, hagan posible un acercamiento de esta importante célula de la sociedad a la institución social de los Círculos de Abuelos, para el beneficio social que representa tener orientadas a las familias en diferentes temáticas que a veces resultan difíciles de afrontar por los integrantes de la familia con sus abuelos.

La familia cubana está inmersa en un proceso de grandes cambios cuya tendencia principal es lograr la perfección y el desarrollo. Pero las modificaciones de carácter social y económico se producen más rápido que los cambios en las ideas, juicios, principios y valores, por eso es que aún subsisten rasgos y criterios propios de formas caducas de pensar acerca de las relaciones familiares, la crianza de los hijos, el papel de los integrantes del núcleo familiar y del cumplimiento de su labor.

La familia y la sociedad proclaman la igualdad entre los miembros que la conforman, así como la responsabilidad mutua. Varios documentos normativos de la vida social de los cubanos, entre ellos la Constitución de la República, establecen los postulados en cuanto a lo dicho anteriormente.

Los pobladores de la comunidad muchas veces ven a la labor de la familia como algo ajeno, que no les pertenece, por lo cual su influencia en la buena participación de su adulto mayor en los Círculos de Abuelos es aún muy limitada.

El fortalecimiento del vínculo de la familia y otros factores de la comunidad, debe potenciar el desempeño de su papel socializador en su trabajo interno, en lo referido al sistema de relaciones familiares, al clima de afecto y atención a las necesidades de los abuelos, en función del diagnóstico que se realice, así como en el funcionamiento del horario único y a las actividades que llevan a cabo como parte de su labor.

La principal actitud de la familia como condición necesaria para el vínculo debe traducirse en comprensión, discreción, sensibilidad, estimulación, no culpabilizar. Debe transmitir su disposición

para escuchar, para la ayuda, revelar las principales fortalezas y potencialidades. Lograr y demostrar su habilidad en buscar y potenciar lo positivo del abuelo y la familia, por el impacto que ha tenido que afrontar. Debe ser un impulsor de confianza, de seguridad en que todos pueden triunfar, desde metas objetivas y realistas.

La familia se ha denominado como la institución básica de la sociedad. Ya que constituye una unidad de la reproducción y mantenimiento de la especie humana.

Desde su propio surgimiento como institución se le ha encargado socialmente la responsabilidad de satisfacer las expectativas sociales en cuanto al cuidado y formación de las nuevas y más viejas generaciones a partir de las normas y valores de la sociedad.

Resulta importante apuntar que el papel de la familia es de una gran trascendencia en cuanto al desarrollo en sus miembros más ancianos, del compromiso con la época en que cada cual viva y los valores que deben asumir socialmente. Al ser ella la representación más pequeña a escala social es donde el papel de los hombres y mujeres en la sociedad se manifiesta de forma más nítida.

3. Caracterización de la comunidad de la familia del Adulto Mayor

La comunidad seleccionada pertenece al Consejo Popular Maya Este que abarca 490 familias, de estas 225 tiene en su composición a uno o dos adultos mayores, con sus viviendas, condiciones del medio y el papel que le corresponde al personal que los atiende, es necesario insistir en la caracterización de esta población para ganar en claridad y elementos del por qué se hace necesario la preparación teórica del personal de referencia para enfrentar la tarea de elevar la calidad de vida del adulto mayor.

La composición etarea resulta heterogénea, así como la diferencia de sexo, las condiciones socio-económicas, las relaciones familiares como indicadores que sirvieron de punta de partida para una caracterización efectiva.

Predominan las familias que en su composición tienen a un adulto mayor, para un total de 183, representando el 83.3% y 42 familias con dos adultos mayores para un 18.6%, siendo un total 267 adultos mayores. De ellos, 18 pertenecen a la Casa de los Abuelos representando el 6.7%, 74 están incorporados a los Círculos de Abuelos para un 27.7%, quedando un total de 175 abuelos que no están incorporados a ningunas de estas actividades que representan un 65.5% para el desarrollo de nuestro trabajo.

En su comunidad conviven en el entorno familiar y comunal; ambas están condicionadas al igual que la sociedad por el carácter de las relaciones sociales en su conjunto. Las normas de convivencia manifestada se sustentan en las relaciones familiares.

4. Actividades para la preparación de la familia del adulto mayor.

Estas actividades se caracterizan por ser continuas, desarrolladoras, coherentes y flexibles para su realización, se tiene en cuenta a los adultos mayores, la comunidad y la familia.

Actividad # 1

Título: Punto de partida

Objetivo: Conocer las ideas que tienen las familias acerca del adulto mayor.

Forma de organización: Debate.

Desarrollo

Cada grupo nombra un coordinador que dirige la actividad. Se plantea una pregunta.

1- ¿Por qué la familia desempeña un importante papel en la conducción del adulto mayor?

Cada grupo deberá debatir, reflexionar y llegar a una conclusión en 6 min. Pasado el tiempo, los coordinadores previamente seleccionados informarán al plenario el resultado de su discusión acerca del tema que se está tratando.

Luego el coordinador de mayor experiencia realizará una exposición sobre los elementos referidos: con relación a la interrogante anterior, para lograr una mayor preparación donde podrán realizar todas las preguntas que deseen.

Se tendrá en cuenta la calidad de las ideas y se evaluará según las normas vigentes (B; R; M).

Actividad # 2

Título: Otro modo de pensar (Cuento)

Objetivo: Preparar a la comunidad para enfrentar los diversos problemas con las familias.

Forma de organización: Debata y reflexión

Desarrollo

Pedro y José son dos abuelos que a pesar de todo son muy amantes a su familia; un día se encontraban en el parque conversando sentados en un banco.

- Dice Pedro: La realidad es que nuestros hijos no nos comprenden.

- Juan: Así mismo es, siempre están interponiéndose en nuestras decisiones, ayer mismo estaba echando un jueguito de dominó con otros amigos del barrio.

... y llegó mi hija del trabajo...

- ¡Y este relajo!, ¿cuántas veces tengo que decirte que no quiero esta cantidad de hombres en mi casa?

- Juan: Pero hija, ¡qué pena con los amigos!, se me cae la cara de vergüenza

Al final del cuento se realizará un debate donde las familias de los adultos mayores responderán las siguientes preguntas:

¿Qué opinan de la hija de Juan?

¿Si hubiera sido usted la hija de Juan cómo actuaría?

Luego el coordinador a partir de las opiniones brindadas por los familiares, explicará las características psicológicas del adulto mayor para un mejor conocimiento y entendimiento de estos a sus abuelos.

1. presentan conductas depresivas
2. Inhibición de las funciones psíquicas y motoras
3. Tensiones mantenidas
4. Impedimentos intelectuales
5. Pocos deseos de vivir
6. Retorno de la conducta de la personalidad a edades precedentes.

Actividad # 3

Título: Historia de un abuelo. (Cuento)

Objetivo: Demostrar cómo la atención no adecuada por parte de las familias de los adultos mayores influye negativamente en su forma de actuar.

Forma de organización: Debate y reflexión

Desarrollo

Dulce María era una anciana de 75 años de edad, vecina de Martí Este s/n del Municipio Songo La Maya, vivía con sus dos hijos y las familias de estos. Los hijos se dedicaban más al trabajo que a la atención a ella. Por eso, el cuidado, atención y conducción de años no quedó bajo la custodia de nadie, no daban lo mejor de sí. Ella tenía problemas en su desenvolvimiento y funciones motoras. Sus hijos como se mantenía ocupados mostraban desinterés, sus deseos de vivir estaban decayendo, en la comunidad todos la miraban con dolor, los demás integrantes de la familia a los que se dirigía la trataban con indiferencia.

Un promotor de salud que se dio cuenta de la situación, visitó el hogar y les dijo a todos con mucho respeto:

- ustedes, deben cambiar, se ve muy feo que una señora de la edad de María sea desatendida por sus familiares. ¿Por qué actuar así?

- No es nuestra intención, pero es que aquí todos trabajamos y estudiamos y no tenemos mucho tiempo libre después del trabajo. ¿Qué podemos hacer?

Al final del cuento se realizará un debate donde los familiares responderán las siguientes preguntas:

1. ¿Los familiares de Dulce María están actuando de una forma adecuada?
2. ¿Cuáles son los errores cometidos por la familia de Dulce María?
3. Explique brevemente ¿Cómo usted cuida a su adulto mayor?

A partir de las fallas expresadas en el cuento por la familia de Dulce María, el promotor de salud debe resumir diciendo como deben ser las familias en el cuidado y conducción de su adulto mayor y la preocupación que deben tener en esta etapa de la vejez para reforzar la personalidad y conducta.

Actividad # 4

Título: Por una salud sana

Objetivo: Señalar como la familia juega un papel fundamental en la conducción del adulto mayor.

Forma de organización: Debate

Desarrollo

El punto de partida de la actividad será una pregunta.

¿Por qué la familia tiene un importante papel en la incorporación del adulto mayor a los Círculos de Abuelos?

Después de dar a conocer la pregunta el coordinador, corresponde el debate de la misma.

Luego de que los participantes dan su opinión o su criterio sobre el tema, se repartirán fichas que contengan conceptos de diferentes bibliografías acerca de las familias.

Las fichas entregadas a los participantes, debe ser leída por cada uno de ellos en voz alta.

Se buscarán las palabras claves de las diferentes preguntas con el objetivo de que los participantes interioricen y tengan un conocimiento más certero de qué es el trabajo de la familia.

1. ¿Qué entiende por la tercera edad?
2. ¿Es importante que el adulto mayor realice actividad física?
3. ¿Para usted cuáles son las ventajas que tienen los adultos mayores cuando su familia lo apoya en la realización del ejercicio físico?

Se culminará la actividad con una charla educativa de cómo la familia juega un importante papel en la incorporación del adulto mayor en los Círculos de Abuelos por el coordinador de mayor experiencia.

Evaluar de forma cualitativa los resultados de la actividad en B, R, M

Actividad # 5

Título: En familia

Objetivo: Aumentar las acciones para motivar en la familia en el apoyo al adulto mayor, para que este se incorpore en los Círculos de Abuelos, a través de temas sugerentes.

Forma de organización: Debate grupal.

Desarrollo:

- Muchas de las veces la familia no se da cuenta cuando uno llega a viejo, que necesita hablar con ellos.
- Cuando llegue mi muerte, entonces lo sentirán.
- Siempre me siento fuera de mi familia.

El coordinador podrá organizar en la comunidad con estas temáticas como puntos de partida, actividades como:

- Tertulias
- Debates
- Conversatorios entorno a una problemática que influye en la calidad de vida de los abuelos: La familia
- Visitas a familias seleccionadas

Para seleccionar estas temáticas se debe partir, del conocimiento y diagnóstico de las características de cada una de las familias de los adultos mayores y en correspondencia con ellos poder planificar las actividades.

Al promover el diálogo con las familias de la comunidad se debe concluir de forma que cada uno de ellos, pueda exponer las vivencias sobre el tema, al culminar la ronda el coordinador podrá preguntar.

Se comentará sobre los resultados de la actividad. A partir de las opiniones, se tendrá en cuenta la forma de evaluar (B, R, M)

Actividad # 6

Título: Visitando

Objetivo: Realizar visitas con las familias a los diferentes Círculos de Abuelos que se encuentran en la zona para evaluar el tratamiento que se les brinda a este grupo.

Forma de organización: Grupo

Desarrollo: Se propone como actividad a las familias, la visita a los Círculos de Abuelos, orientar lugar, hora, medidas y medios que se deben utilizar para la efectividad de la actividad, el coordinador acudirá con antelación a los círculos para coordinar la visita con el responsable de cada Círculo de Abuelo.

1. Se precisa el tipo de clase que se va a mostrar
2. Se explica las características del promotor que dará la clase
3. Se informará que deberán prestar una debida atención a la explicación del promotor respecto a la clase
4. En el próximo encuentro se desarrollará el intercambio haciendo precisiones fundamentales, promoviendo el diálogo sobre la temática tratada.

Las preguntas podrán ser:

- ¿Qué fue lo que más te gustó o impresionó de la clase?
- ¿Creen que es importante la incorporación de sus adultos mayores a los Círculos de Abuelos?
- ¿Qué importancia tiene la actividad realizada? ¿Por qué?

La respuesta a esta última pregunta de cierre y evaluación de la actividad, se les entregará un abanico gigante. En una de sus caras cada grupo deberá escribir en un pliegue el aspecto que más le gustó y por la otra el aspecto que menos le gustó.

Actividad # 7

Título: Ver en familia al adulto mayor

Objetivo: preparar un intercambio de ideas acerca de un pensamiento dado.

Forma de organización: Debate.

Desarrollo

El coordinador propone un pensamiento extraído del libro "Trabajo social comunitario.

Donde cada uno de los participantes expresen, mediante una palabra o frase su opinión acerca de la necesidad que tiene el adulto mayo.

" [...] Sentirse necesitado es un sentimiento crucial para el bienestar de la persona mayor"

- 1- Reunirá como norma, que los participantes tengan preparación para el intercambio.
- 2- Se entregará con antelación el pensamiento y las siguientes preguntas:

- a) ¿Cómo se manifiesta el interés de la familia en las necesidades del adulto mayor?
- b) ¿Cómo actuarían para lograr el interés de tus familias en las diferentes actividades que realizan?
- c) ¿Qué acciones tendrán en cuenta para propiciar el interés de los abuelos por las actividades a realizar?

Acciones

- Debate sobre la base de las preguntas
- La participación se realizará a través de equipos previamente preparados
- El coordinador realizará las precisiones pertinentes en cada caso
- Pueden consultar entre los diferentes equipos y tienen hasta dos minutos para responder y argumentar ¿Por qué? De cada elemento

Finalmente se determinará si la respuesta es correcta y por qué. Se evaluará B, R, M por cada respuesta y se seleccionará al equipo ganador

Actividad # 8

Tema: Compartir en familia

Objetivo: Lograr que los familiares comprendan las formas adecuadas de comportamiento que deben utilizar con sus adultos mayores.

Forma de organización: Debate y Reflexión

Desarrollo

Se comenzará con una técnica de Debate y Reflexión

Los coordinadores conversarán con los familiares para introducir el tema, se les pondrá un planteamiento en una tarjeta: "Las personas mayores necesitan que les tengan en cuenta", un familiar lo leerá y opinarán acerca de este, harán la reflexión mediante un debate con las siguientes preguntas:

¿Qué opinan acerca de este planteamiento?

¿Es verdadero o falso?

¿Por qué?

Los coordinadores irán procesando las ideas expresadas por los familiares en el debate, teniendo su oportuna intervención.

Después de que los familiares den su opinión se les preguntarán:

¿Cómo se han sentido?

¿Ha sido útil el tema que se ha tratado hoy?

¿Para qué le han servido?

Se evaluará según las respuestas de B, R, M

Actividad # 9

Tema: Una influencia necesaria

Objetivo: Propiciar el desarrollo de una buena comunicación entre la familiar y el abuelo acerca de su conducción

Forma de organización: Intercambio de experiencias

Desarrollo

Para comenzar el intercambio se les entregará a los familiares tirillas de papel que contengan preguntas tales como:

¿Qué influencias formativas ustedes les brindan a sus abuelos?

¿Qué importancia tienen estas influencias en el desarrollo de la personalidad del adulto mayor?

¿Quiénes son los encargados de propiciar un buen desarrollo de la personalidad del adulto mayor?

¿Por qué?

¿Qué características presentan los adultos mayores?

Se escucharán las opiniones de los familiares, evitando que se le impongan los criterios para lograr una mejor comprensión y su compromiso a colaborar en la conducción de los adultos mayores, para evitar que se conviertan en desventajas para la sociedad.

Todos se prepararán en el tema para que actúen como facilitadores, estimulando la participación y reflexión del resto del grupo.

Para evaluar y cerrar la actividad escribirán en una hoja lo que encontraron de positivo, negativo e interesante (PNI).

Actividad # 10

Tema: Exposición educativa de la familia

Objetivo: Intercambiar ideas a través de un conversatorio sobre cómo hacer más agradable la vida de los adultos mayores.

Desarrollo

Para comenzar este intercambio se les presenta una ilustración en la que aparezcan la familia, el adulto mayor y esta frase.

“Una canción, una sonrisa, una palabra es el estímulo más importante para el buen desarrollo del adulto mayor.

Se les preguntará:

1. ¿Qué piensan acerca de esta frase?
2. ¿Qué frase de cariño o elogio le profesas a su A.M?
3. ¿Cuál es su función social dentro del seno familiar?

Luego de escuchar las respuestas a estas interrogantes se les invitará a expresar con una frase como son capaces de hacer la vida a su adulto mayor más agradable y más placentera.

Los familiares se apoyarán en el modelo para elaborar sus frases o ideas.

Para terminar se les pregunta:

¿Cuál de las frases o ideas les pareció original o más interesante?

La frase más original y novedosa será seleccionada para leer en familia.

Actividad # 11

Título: Hasta pronto

Objetivo: Analizar las ideas y comentarios fundamentales durante todo el proceso de aplicación de las diferentes actividades mediante un taller de debate y reflexión, para una mejor profundización del trabajo con la familia.

Forma de organización: Taller reflexivo.

Desarrollo:

Participan coordinadores, adulto mayor y familias, mediante un taller reflexivo que utilizarán como materiales y medios gorras de diferentes colores (4), identificadas cada una con las siguientes expresiones: Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades. Los participantes (familia) traerán en tarjetas criterios de cada una de las expresiones, aplicadas al funcionamiento de la relación familia- adulto mayor. Los coordinadores aprovecharán para dar a conocer sus opiniones utilizando las expresiones antes mencionadas con relación a las actividades propuestas en este trabajo a través de las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles son las insuficiencias que a su juicio presentan las actividades diseñadas?
2. ¿Dónde están las lagunas en las actividades propuestas?
3. ¿Qué ventajas otorgan las actividades diseñadas?
4. ¿Contribuyen las actividades realizadas a la preparación de la familia? Argumente.

- Se colocará en cada una de las gorras las tarjetas según significados de la MATRIZ DAFO.

- Debate amplio y profundo acerca de las preguntas antes expuestas.

- Intercambio de ideas entre los participantes

- Entrega de reconocimientos a los que resulten destacados durante la realización de las actividades.

5. Valoración de la implementación del sistema de actividades diseñado.

Se aplicó las actividades encaminadas a preparar a la familia, con el objetivo de obtener mejores resultados. Se utilizaron los mismos instrumentos del diagnóstico inicial, teniendo en cuenta los indicadores medibles. (Ver Anexo 1) A pesar de tener bajo nivel de escolaridad y con uno o dos ancianos fueron ganando mayor preparación en el cumplimiento de su labor, la cual se comportó al 100%.

Después de haber puesto en prácticas dichas actividades, dándole cumplimiento a cada uno de los objetivos planteados se realizan las actividades siguientes:

- Se efectuó cada mes un taller de intercambio entre promotores de Cultura Física, directivo de la comunidad, familiares para conocer las actividades trazadas y su cumplimiento. Se demostró cómo realizar las actividades teniendo en cuenta el diagnóstico individual y grupal para ponerlo en práctica y trabajar sobre la base de la misma.
- Se demostraron 11 actividades para su ejecución.

5.1 Los resultados obtenidos con el grupo muestral fueron:

- Se logró una mayor vinculación con la comunidad: médico de la familia, trabajadores sociales, dirigentes del Comité de Defensa de la revolución, Federación de Mujeres Cubanas, delegado de Poder Popular, familias entre otros.
- Se logró que de 175 abuelos con problemas para asistir a los Círculos de Abuelos se incorporan al grupo 95 para un 54.3 % y que participaran en las actividades.
- Se logró que el 100% de las familias comprendieran la importancia de la incorporación de su adulto mayor a los Círculos de Abuelos.

En comparación con los resultados obtenidos después de implementadas las actividades es significativa en relación al diagnóstico inicial teniendo en cuenta que por su naturaleza la labor de la Cultura Física comunitaria es un trabajo colectivo lo que demuestra la efectividad de la investigación realizada.

CONCLUSIONES

Las actividades que se proponen se sustentan teóricamente:

1- En la concepción del vínculo adulto mayor- familia- comunidad que resulta necesario en el proceso de transformación actual de la sociedad ya que es importante los espacios de socialización del adulto mayor y de esta en el desarrollo de la personalidad de los abuelos. Esta concepción justifica la importancia de la orientación de la familia para que en su vínculo con los ancianos puedan lograr la meta planteada por la sociedad cubana en términos de la conducción de ellos.

2- En las familias tomadas en la muestra, se evidenció necesidades de orientación a partir de los resultados del diagnóstico, lo que se manifestó en las carencias para el cumplimiento de su labor.

BIBLIOGRAFÍAS

1 -Ackerman,N. Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares. Ediciones Hormé S.A. Buenos Aires. 1961

2-Álvarez, Carlos. Metodología de la investigación científica. Metodología de la investigación científica. Universidad de Oriente. Centro de estudios de la educación superior: "Manuel F. Grau" Santiago de Cuba. 1995

- 3-_____. Metodología de la investigación científica. Universidad de Oriente. S/m. 1999
- 4-Álvarez, L. La comunicación familiar: su influencia en la formación de adolescentes y jóvenes. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Psicológicas. La Habana. 1994
- 3-Álvarez, M. Análisis de las investigaciones sobre familia en el campo de la psicología. EN Revista Cubana de Ciencias Sociales. No. 18, Año VI, septiembre de 1988.
- 4-Antonov, A. I. Algunas cuestiones actuales del estudio socio psicológico de la familia. EN Problemas actuales del desarrollo de las investigaciones sociales concretas. Editorial Ciencias Sociales. La Habana. 1980
- 5-Añorga Morales, Julia. La educación avanzada: ¿Mito o realidad? Bolivia. S/m. 1994
- 8-Arés, Patricia. Familia, ética y valores en la realidad cubana actual. En: Temas. Nro. 15. Julio-Septiembre. 1998
- 6-_____. A las puertas del Siglo XXI. Grandes cambios para la familia. EN Revista Sexología y Sociedad. No. 16, Centro Nacional de Educación Sexual. La Habana. 2000
- 7-_____. Mi familia es así. Editorial Ciencias Sociales. La Habana. 1990
- 8-_____. Psicología de familia. Una aproximación a su estudio. Editorial Félix Varela. La Habana. 2002
- 9-Arias Héctor y Montalvo Maité. La comunidad y su estudio. Educación, personalidad y salud. La Habana. Editorial Pueblo y Educación. 1993
- 10-Addine Fernández, Fátima. Didáctica teoría y práctica. La Habana. Ed. Pueblo educación.
- 11-Alazo Carranza, José. Inteligencia emocional para el Adulto Mayor: Cátedra del Adulto Mayor. -- Plaza de la Revolución.-- La Habana, Cuba. Ed Pueblo Educación, 2003.
- 12-Álvarez de Zayas, Carlos Manuel. La escuela en la vida. La Habana, Colección Educación y Desarrollo, 1992.
- 13-Álvarez Pérez, Myriam. Sofía. La ancianidad. Temas de interés para animadores del programa de apoyo y orientación a la familia. Ediciones PAOF presbiteriana reformada en Cuba. La Habana, 2002.
- 14-Antonucio, O N: La salud mental en la tercera edad en psicogeriatría: Ed, Acodial, 1992.
- 15-Asociación de pedagogos de Cuba. Metodología de la Educación popular. Selección de lecturas. La Habana: Ed Pueblo y Educación, 2004.
- 16-Barrios Osuna, Irina. Una investigación en busca de la transformación grupal. Asociación de pedagogos de cuba, Ciudad de La Habana, Cuba.
- 17-Bayarre Héctor y Rubén Hersford. Metodología de la Investigación. Ed. Ciencias Médicas. La Habana, Cuba. 2004.
- 18- Belánger, Paul. Tendencias de la política de Educación de Adultos. En Revista de Educación de Adultos y desarrollo. Instituto de cooperación Internacional de la Asociación Alemana para la Educación de Adultos. No 47.
- 19-Biotecnología y adulto mayor parte II. El cuerpo humano Ed. academia 2008.
- 20-CEBALLOS, J. (1999) El Adulto Mayor y la Actividad Física. Monografía. UNAH. La Habana.

21-D. Coutier – Y. Camus – A. Sarkar. Tercera edad. Actividades Físicas y Recreación. Madrid. Editorial Gimnus. 1990.

22-Deauvoir, Simona. La Vejez. Editorial Hermes, 1985.

23- <http://www.deportes.com/efd7/mayores.htm>. Metodología para la intervención práctica, en actividad física y salud en adultos mayores. Escobar Barrera J.M.

24-<http://www.fefcd.uach.mx/cmc.htm> Tópicos en Actividad Física del Adulto Mayor. Dr. Robert Serfass.

25-<http://www.psicologiaincientifica.com/publicaciones/biblioteca/articulos/ar-elidul01.htm>. Participación activa del adulto mayor en la sociedad. Elisa Dulcey-Ruiz.

26-http://www.uc.cl/sw_educ/enferm/ciclo/html/mayor/prevencion.htm Promoción y prevención de salud en el adulto mayor

ANEXO 1. Diagnóstico

Para el diagnóstico se tiene en cuenta los indicadores de la doctora Fara Rodríguez Becerra

Objetivo: Diagnosticar el vínculo familia - comunidad

Indicadores

- 1- Trabajo educativo que se realiza con la familia
- 2-Preparación de la familia
- 3- Escolaridad de los familiares
- 4- Cantidad de adultos mayores existentes en la familia

ANEXO 2. Entrevista a Adultos Mayores.

Queridos abuelos. Este instrumento forma parte de una investigación pedagógica encaminada a elevar su calidad de vida mediante la realización de las actividades que desarrollan en la comunidad a través de la atención a sus familiares. Necesitamos de usted su máxima colaboración.

Muchas gracias.

Objetivo: Comprobar criterios acerca de la Educación Física con el Adulto Mayor.

1. ¿Qué significa para usted realizar ejercicios físicos?
2. ¿Quiénes influyen más en su participación en las actividades comunitarias.
_____ Promotores _____ compañeros _____ familiares.
3. De las siguientes cualidades, selecciona las que debe poseer una persona de la tercera edad revolucionario para ser considerado responsable con sus tareas.
___ ser honesto ___ ser comunicativo
___ ser patriota ___ ser decidido
___ tener voluntad
4. ¿Cuáles serían sus actividades de preferencia para realizar?

- ¿Se sienten estimulados?

- ¿Su salud podría mejorar?