

NOMBRE DEL TRABAJO

**IMPORTANCIA DE LA PARTICIPACIÓN D
E LAS DE LA TERCERA EN EL CENTRO D
EL ADULTO MAYOR-ESSALUD HUANCA
NE**

AUTOR

María Ysabel Flores Paniagua

RECUENTO DE PALABRAS

6194 Words

RECUENTO DE CARACTERES

31557 Characters

RECUENTO DE PÁGINAS

37 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

74.7KB

FECHA DE ENTREGA

Oct 28, 2022 5:42 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Oct 28, 2022 5:44 AM GMT-5

● 9% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 9% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 4% Base de datos de trabajos entregados
- 0% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)

RESUMEN

La motivación del trabajo, es la problemática de las personas de tercera edad, que, al llegar a la vejez, se les considera como personas improductivas, e inclusive son tratados en forma indiferente como si estos fueran personas que no tienen las mismas necesidades ni los mismos sentimientos que cualquier otra persona. El objetivo del presente trabajo, tiene como finalidad es dar a conocer la importancia de tener lugares de integración donde las personas de tercera edad, puedan ser protegidos y darles la importancia necesaria para que se desenvuelvan e incluso desarrollen actividades que sean propicias para su edad o desarrollen otras capacidades de acuerdo a su débil anatomía. Es en ese sentido que los Centros del Adulto Mayor (CAM), son programas que ha desarrollado ESSALUD (Entidad de Salud del Seguro Social) para acompañar en esta edad a las personas de tercera edad como se les conoce. El objetivo fue realizar un estudio de cuan efectivo son estos centros, o de qué manera contribuye a lograr que estas personas recuperen su autoestima y si cumplen su objetivo. Se utilizó el método inductivo (a partir de una muestra, replicar al conjunto), para tomar información a un grupo de participantes de este programa en el CAM de la provincia de Huancané, luego de analizar y procesar la información, se llegó a la conclusión de que efectivamente, estos Centros están cumpliendo con su labor en brindarles una inserción dentro de la sociedad activa, aunque la participación de los usuarios es mínima.

Palabras claves; Adulto Mayor, autoestima, Huancané, Puno, participación.

ABSTRACT

The motivation of work is the problem of the elderly, who upon reaching old age, are considered as unproductive people, and are even treated indifferently as if they were people who do not have the same needs or the same feelings than anyone else. The objective of this work is to make known the importance of having integration places where the elderly can be protected and give them the importance necessary for them to develop and even develop activities that are conducive to their age or develop other abilities according to their weak anatomy. It is in this sense that the Centers for the Elderly (CAM) are programs that have been developed by ESSALUD (Social Security Health Entity) to accompany elderly people as they are known at this age. The objective was to carry out a study of how effective these centers are, or how they contribute to achieving that these people recover their self-esteem and if they meet their objective. The inductive method (from one sample, replicate to the whole) was used to take information to a group of participants of this program in the CAM of the province of Huancané, after analyzing and processing the information, the conclusion was reached that these Centers are indeed carrying out their work to provide them with an insertion in active society, although the participation of users is minimal.

Keywords; Older Adult, self-esteem, Huancané, Puno, participation.

INTRODUCCIÓN

Entre los diferentes problemas que afrontan las personas de la tercera edad, como la flacidez de sus músculos, los achaques que sufre su cuerpo, la lentitud de sus movimientos, etc, algo importante es saber qué significa esta etapa de vida, a la que inexorablemente llegan los individuos sea de cualquier raza o color.

En nuestro medio hablar de vejez es hablar de personas improductivas, personas que ya no son útiles, nos referimos a ellas como burla, e inclusive en forma indiferente como si los adultos que llegan a la tercera edad fueran inútiles, que no tienen las mismas necesidades ni los mismos sentimientos, sin embargo, en la sociedad existe el temor de llegar a esta etapa de vida, por el mismo hecho que la mayoría de los humanos no estamos orientados para desafiar esta realidad.

A partir de esta situación surgen instituciones que empiezan a asumir nuevas tareas en bien de las personas de la tercera edad; tal es así que se les empieza a considerar como parte de programas, con espacios laborales, queriéndose conseguir que las mismas. Tengan iguales condiciones de participación, sin discriminación en nuestra sociedad. Instituciones preocupadas por darle a las personas de la tercera edad la oportunidad de someterse como personas activas y productivas dentro de nuestra sociedad, la misma que le da una visión de existencia diferente de la vida. (Rozas,1998)

Es por estos motivos que ESSALUD, como institución que debe velar por la salud de las personas, ha creado un programa dedicado a esta problemática, implementando los Centros del Adulto Mayor, donde se desarrollen actividades socioculturales, recreativas, productivas como parte de la atención integral de salud, manteniendo de esta forma la mejora de las capacidades y habilidades para que el adulto mayor recupere las ganas de seguir viviendo, siendo y sintiéndose importante para su entorno familiar, social y sobre todo que ellos puedan tener un propósito de existencia de una vida con futuro diferente. ESSALUD (1999)

El objetivo de este trabajo académico es analizar la vivencia de los adultos mayores en estos Centros y evaluar si están cumpliendo sus objetivos para los que fueron creados, de darle a las personas de la tercera edad la oportunidad de ser personas activas y productivas dentro de nuestra sociedad, así como también dar a conocer la importancia de estos Centros del Adulto Mayor (CAM), para que sean aprovechados por las diferentes personas de este estrato social.

Para realizar el presente trabajo se ha ubicado uno de estos Centros de Atención al Adulto Mayor, específicamente en la provincia de Huancané, región de Puno, donde se ha realizado un análisis de cómo opera este soporte a la integridad y desarrollo de las personas de este estrato social que se denomina el Adulto Mayor.

El Centro del Adulto Mayor – ESSALUD - Huancané viene a ser el espacio de encuentro intergeneracional (desarrollo sostenible con la equidad, tanto dentro de una misma generación como entre diferentes generaciones, entre ricos y

pobres de hoy, equidad intergeneracional, es entre las personas del presente aquellas que vivirán en el futuro) orientado a promover una auténtica relación interpersonal mediante el desarrollo de actividades socio culturales recreativas, productivas¹³ dirigidas a mejorar la calidad de vida del adulto mayor revalorando su rol en la sociedad.

Para entender la importancia de estos centros de apoyo se realizaron trabajos de entrevista personalizada de forma que se pueda sentir el “vivir” (similar al método SSM (Soft System Methodology¹), se anotan las experiencias de su vida cotidiana, su entorno familiar, social de cada persona miembro del grupo de muestra eligiendo a individuos que provienen de diferentes esferas sociales, con instrucción primaria, secundaria e iletrados, que participan activamente en el CAM, de esta manera evaluar sus perspectivas de estos Centros de Atención, factores que sirven para comprender la importancia de su participación en el Centro del Adulto Mayor, en las diferentes actividades que se desarrollan como talleres productivos, terapias psicológicas, reuniones recreativas, etc. Que tienen como objetivo mejorar su autoestima y por ende su calidad de vida.

¹ SSM metodología de Peter Checkland, también denominado Método Suave.

CAPÍTULO I

PROBLEMÁTICA DEL TRABAJO

1.1. Tema de motivación

La motivación del trabajo, es el problema que se presenta en la sociedad, cuando los individuos llegan a una edad donde su participación en la cadena productiva, es nula o casi nula, entonces el entorno familiar, lo desplaza como si fuera una carga improductiva, teniendo como consecuencia la baja autoestima, que redundará en su salud.

1. 2. Planteamiento del problema

Si existiera, Centros donde estas personas puedan desarrollarse según sus capacidades, podrían reincorporarse como individuos que sean inclusive productivos para sus familias o dejen de ser una “carga”. Estos centros han sido implementados por el programa de salud del Adulto Mayor de ESSALUD, entonces cabe hacerse las siguientes preguntas:

¿Qué importancia tienen estos Centros de Salud del Adulto Mayor, para sus participantes?

¿Estos Centros de Salud del Adulto Mayor, cumplen con su objetivo?

1.3. OBJETIVO:

1.3.1. Objetivo principal

Analizar la importancia que tienen para sus participantes los Centros de Salud del Adulto Mayor

1.3.2. Objetivo secundario

Evaluar si los Centros de Salud del Adulto Mayor, cumplen con su finalidad, para lo que fueron creados.

1.4. METODOLOGÍA

1.4.1. TIPO DE ESTUDIO

El presente estudio es de tipo cualitativo, porque se apoya en la interpretación de la realidad social, los valores, costumbres que se busca comprender y analizar a partir de las entrevistas que se hicieron a las personas de la tercera edad que asisten al centro del adulto mayor.

1.4.2. ÁMBITO DE ESTUDIO

El presente estudio tiene como ámbito las personas de la tercera edad que asisten a los Centro de Adulto Mayor – ESSALUD.

1.4.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

Población: La población estuvo conformada por 30 personas de la tercera edad, de las cuales 18 son mujeres y 12 son varones, que oscilan

entre las edades de 65 y 80 años, quienes asisten al Centro del Adulto Mayor – ESSALUD – Huancané.

Muestra

La muestra estuvo conformada por 5 personas de la tercera edad elegidas al azar, que representan el 14% de la población muestreada, quienes participan activamente en el Centro del Adulto Mayor.

1.4.4. METODOLOGÍA Y TÉCNICA

Método Inductivo: Va a permitir entender las experiencias de las personas de la tercera edad. (Hernández, 2014)

Técnica:

La técnica de recolección de datos fue la encuesta y el instrumento que se utilizó fue un formato tipo cuestionario, el cual permitió obtener información respecto de sus vidas, experiencias o situaciones tal como lo expresan en sus propias palabras.

La técnica entrevista a profundidad que como manifiesta Taylor y Bogdán (1990), son encuentros cara a cara entre el investigador y los informantes dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes.

1.4.5. RECURSOS MATERIALES, INSTRUMENTOS

Encuesta, Grabadora

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1 MARCO TEÓRICO

2.1.1. El Centro del Adulto Mayor;

Según la Ley N°27056, ESSALUD tiene por finalidad entre otros, coberturar a los asegurados a través del otorgamiento de prestaciones sociales que corresponde al régimen contributivo de la seguridad social en salud desarrollando programas especiales orientados al bienestar social, en especial de las personas de la tercera edad y personas con discapacidad. En tanto el artículo 21 del Decreto Supremo N°. 002-99-TR aprueba bajo la Ley de Creación de ESSALUD y precisa que esta Institución desarrolla acciones de Bienestar y Promoción Social orientados a elevar la calidad de vida de las personas de la tercera edad, revalorando su rol en la sociedad y comprendiendo su protección, educación y desarrollo social.

Así se crea los Centros del Adulto Mayor de ESSALUD, los cuales se mencionan a continuación:

A Nivel Nacional – Macro: los Centros del Adulto Mayor brindan diferentes actividades a través de sus 05 componentes operacionales en mejoras de su calidad de vida.

El Perú cuenta con 112 Centros del Adulto Mayor, tanto en la Macro Región Norte 23 CAM, Macro Región Centro 22 CAM, Macro Región Sur 21 CAM, Macro Región Oriente 11 CAM y la Región Lima- Callao 31 CAM.

la misma que se detalla como sigue:

MACRO REGIÓN NORTE

REGIÓN

CAJAMARCA Cajamarca

La Libertad

Trujillo

Laredo

La Esperanza

El Porvenir

LA LIBERTAD

Víctor Larco

Salaverry

Guadalupe

Chocope - Cartavio

Chiclayo

Chepén

Ferreñafe

Lambayeque

LAMBAYEQUE

Monsefú

Jaen

Cayalti

La Victoria

José Leonardo Ortiz

PIURA

Piura

Paita

Sullana

Talara

TUMBES

Tumbes

MACRO REGIÓN CENTRO

REGION

ANCASH	² Chimbote
	Huaraz
	Yungay
APURIMAC	Abancay
	Andahuaylas
AYACUCHO	Ayacucho
HUANCAVELICA	Huancavelica
ICA	Ica
	Chincha
	Nazca
	Palpa
	Pisco
	Santiago
	Villa Tupac Amaru
JUNÍN	Huancayo
	La Oroya
	Tarma
	Junín
	La Merced
PASCO	Pasco
	Oxapampa
	Huariaca

MACRO REGION SUR

REGION

TACNA	Tacna
	Cusco
	Santiago
	Calca
CUSCO	² Urubamba
	Quillabamba
	Urcos

	Sicuni
	Espinar
PUNO	Puno
	Ilave
	Juliaca
	Huancané
	Azángaro
	Ayaviri
AREQUIPA	Zamacola
	La Victoria
	Camaná
	Mollendo
MOQUEGUA	Moquegua
	Ilo
MACRO REGIÓN ORIENTE	
REGION	
AMAZONAS	
	¹⁷ Bagua Grande
	Chachapoyas
	Huánuco
	Tingo María
	Loreto Iquitos
Madre De Dios	Puerto Maldonado
Moyobamba	Moyobamba
	Rioja
	Tarapoto
Ucayali	Pucallpa

2.1.2. Actividades del CAM

Los usuarios del CAM, muestran satisfacción al desarrollar diferentes actividades dentro de los cinco componentes operacionales que ofrece el Centro del Adulto mayor los mismos que se detallan como sigue:

- ¹⁵ Integración Familiar
- Integración Social
- Promoción del bienestar y la salud
- Producción y Terapia Ocupacional
- Promoción Cultural Recreativa

A través de estos componentes operacionales se busca que el Adulto Mayor se sienta importante, útil, activo y por ende mejore su auto estima y fortalezca su autonomía. (Inga, 2002).

2.1.3. Tercera Edad

Son cambios físicos, psicológicos que cada persona lo vive de manera diferente; es un modo también hermoso y justo de llamarle a esa época de la vida Tercera edad, en que hemos rebasado la barrera de la medianía de edad y entramos a un periodo de que, si bien nos puede acarrear angustia, problemas físicos, emocionales, económicos nos aporta también una serie de compensaciones como son una mayor y profunda experiencia. (Chávez, 2000)

2.1.4. Envejecimiento:

Es un proceso caracterizado por la presencia de cambios biológicos, físicos, económicos, sociales, psicológicos que ocurren a través del tiempo. Lo primero es destacar en el proceso básico del envejecimiento no podemos negar la evidencia, de que existe una gradualidad decremental que acompaña al ciclo vital humano; considerando que lo

más importante es como el sujeto se enfrenta a su deficiencia; el déficit físico suele venir acompañado de trastornos psicológicos y afectivos, como depresión, ansiedad, latente ante el futuro. (Prado,1998)

2.1.5. Vejez:

Cada sociedad decreta el tipo de vejez de cada uno de sus componentes, dado que en la sociedad ocupa un lugar y un espacio fijo de acuerdo a su situación social y económica, su veteranía y sus conocimientos que van a ser útiles.

La vejez en la sociedad es un ciclo de vida al cual se le teme principalmente por los cambios físicos, el que provoca la pérdida de la capacidad física y mental, entonces la vejez es una época de dependencia social.

2.1.6 Ancianidad o senectud:

Es la etapa final de la vida comprende desde los 65 años hasta la muerte. Esta etapa se caracteriza por un marcado declive, tanto biológico como mental, con perturbaciones de la personalidad.

Sin embargo, definir a la ancianidad sólo en términos de edad cronológica sería supeditar a los factores mencionados; para abordarla desde el punto de vista social resulta compleja necesitando la colaboración de expertos, especialmente de aquellos relacionados con la medicina social. (Prado, 1998)

5 Los integrantes de este grupo suelen estar jubilados, (es decir, ya no trabajan y por lo tanto no forman parte de la población económicamente activa) y, en muchos casos se han convertido en abuelos.

Las personas de la tercera edad, al no trabajar necesitan del apoyo del estado para gozar de una buena calidad de vida. No hay que olvidar que con la vejez aparecen enfermedades y trastornos físicos como la artrosis, la osteoporosis y el mal de Alzheimer. (Sánchez, 2000)

Estos se topan, en muchas ocasiones, ante una realidad que no le gusta, que les oprima y que les afecta psicológicamente. Y es que, al llegar a la vejez, deben hacer frente a que pierden el papel que desempeñaba en la sociedad pues dejan de trabajar, ya que no tienen las mismas cualidades físicas y mentales que tenían cuando eran jóvenes.

CAPITULO III

ANÁLISIS DE CONTEXTO

3.1. Aspecto general

En el Perú las personas de la tercera edad tienen una vida muy aislada por parte de la familia como de la misma sociedad, dentro del país se vive poco y mal, es decir, con una mayoría de la población muy empobrecida que no ve un futuro diferente ni optimista en la solución de muchos problemas de nuestro país; a pesar que la población es predominantemente joven, se produce también, un paulatino proceso de envejecimiento. De acuerdo al Instituto Nacional de Estadística e Información (INEI), la población peruana es de 25 millones 232 mil personas donde el volumen de la población ancianos asciende a 1 millón 796 mil 300 personas, se espera que ésta cifra se incremente a 3 millones 613 mil 120 personas en el año 2020 siendo (11 % de la población total) (Ceteriano, 2002).

Se observa que a medida que pasan los años, la población de ancianos se constituye de una mayor proporción de mujeres, registrándose actualmente una cifra de 53.4% del total. Ello se debe a que la esperanza de vida de los ancianos varones es de 66 años y en el caso de las mujeres es de 71 años. Geográficamente la población anciana mantiene los mismos patrones de la población peruana, 70% viene de zonas urbanas, el resto de las zonas rurales, siendo los departamentos con más ancianos: Lima (33.8%), La Libertad (6.0%), Piura (5.5%), Puno (5.0%) y Cajamarca (4.99%).¹

7 Estas tendencias demográficas tienen efectos sobre todas las áreas y dimensiones del desarrollo del país por lo que constituye una información básica para la formulación de políticas en el mediano y largo plazo y exigen atención a través de modelos de intervención especializada.

El modo como envejece la persona depende de varios factores: las condiciones de vida, alimentación, el cuidado de la salud, las enfermedades personales o familiares, el tipo de trabajo que se ha realizado y el ambiente familiar, el afecto, las relaciones democráticas, el tipo de conflictos, etc. (Fernández. 1999)

10 La edad mayor de hecho determina un nuevo estrato social y la sociedad le asigna a la persona una posición o un papel característico, un lugar a este segmento poblacional, le atribuye peculiaridades específicas en sus representaciones y le brinda o niega espacios sociales.

Las concepciones diferentes acerca del proceso de envejecimiento llevan a muchas personas a concluir que la etapa de la vejez en la sociedad actual, es un periodo de vida al cual se le teme principalmente por los cambios físicos. Si se presupone como muchas investigaciones han encontrado que envejecer inevitablemente provoca la pérdida de la capacidad para funcionar física y mentalmente entonces la vejez es una etapa de dependencia social.

Dentro de nuestra sociedad la familia, juega un rol importante ya que son un grupo humano que es unido por lazos entrañables. En la sociedad tenemos dos tipos de familias caracterizándose por ser nuclear y extensa. La primera constituida por los padres e hijos, y la segunda compuesta por padres, hijos, abuelos, nietos, y colaterales que viven bajo el mismo techo y muchas veces reconocen la autoridad del mas anciano.

En el Perú las políticas sociales dirigidas a las personas de la tercera edad, no alcanzan a toda esta población, solo a aquellas que gozan de una jubilación de parte del Estado. (Ley 29530); no así aquellas que están inmersas dentro de la Ley 19990, que está referida a una pensión de jubilación; y que muchas veces solo alcanza a cobrar la mísera suma entre 100 y 300 Nuevos Soles que no es ni la tercera parte de la canasta básica familiar.

En nuestra Región Las personas de la Tercera Edad que asisten al CAM-Huancané tienen características un tanto diferentes en el aspecto socio-cultural, es decir en su mayoría son provenientes de ciertos distritos de la Ciudad de Huancané, son quechua hablantes, alguno de ellos son de la misma ciudad, viven de manera independiente, muchos de ellos habitan en sus casas porque no acostumbran en la zona a hacer uso de asilos u otras instituciones de cobijo, prefieren vivir solos con sus costumbres y hábitos, los hijos se independizaron y los dejaron solos nadie los cuida razón por la que asisten al CAM por la soledad

Muchas de las personas de la tercera edad del sexo femenino gozan de los beneficios que ofrece ESSALUD por la pensión de jubilación del conyugue.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.0. RESULTADOS

4.1 Análisis de la importancia de la participación de las personas de la tercera edad en el centro del adulto mayor - ESSALUD - Huancané

A Nivel Regional – Micro: El CAM Huancané tiene 560 personas de la tercera edad inscritos, de los cuales asisten en promedio 30 personas, 18 son mujeres y 12 son varones, que oscilan entre las edades de 63 y 80 años de edad.

Ellos realizan diferentes actividades a través de sus 05 componentes operacionales, así como son talleres en derechos humanos, Taichí, música, danza, canto, manualidades, de los cuales cumplen 08 sesiones al mes en mejoras de su calidad de vida.

También realizan actividades recreativas como turismo social, viajes al interior del país, y viajes al interior y exterior del departamento.

Cabe mencionar que las actividades que se desarrollan en el Centro del Adulto Mayor se hacen a través de una programación a nivel nacional y son financiadas por el Estado a través de ESSALUD, por lo tanto, garantiza que los recursos asignados sean utilizados de manera simétrica.

4.1.1. Muestra del CAM Huancané

Cálculo del tamaño de la muestra:

Para poblaciones finitas, se tiene la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

Donde;

n: Tamaño de la muestra

N: Total de la población: 30 individuos

Coficiente de Z α : 2.576

Coficiente de seguridad: 99%

14 p: proporción esperada 10% = 0.1

q = 1 - p = 1 - 0.1 = 0.99

d: precisión en la investigación = 10%

n = 5.281 se toma 5 individuos de muestra.

Nº	Nombre	Sexo	Edad	Grado de Instrucción	Estado Civil	Nº de Hijos
1	Carlos	M	70	3º de Secundaria	Casado	7
2	Toribio	M	80	Primaria completa	Casado	6
3	Rosa	F	68	Secundaria completa	Casada	5
4	Tomasa	F	65	5º de Primaria	Soltera	1 adoptada
5	Margarita	F	63	3º de Primaria	Separada	4

Cuadro N° 1: Datos de los participantes del CAM Huancané (muestra)

El presente cuadro nos muestra que 03 personas adultas mayores son del género femenino y 02 personas adultos mayores son del género masculino, quienes oscilan entre las edades de 63 a 80 años, la mayoría de ellos tiene grado de instrucción primaria, casi en su totalidad son de estado civil casadas, con una carga familiar promedio de 5 hijos.

4.1.2. Participación de los adultos por sexo y edad

Edad	60-65	66-70	75-80
Mujeres	40	20	0
Hombres	0	20	20

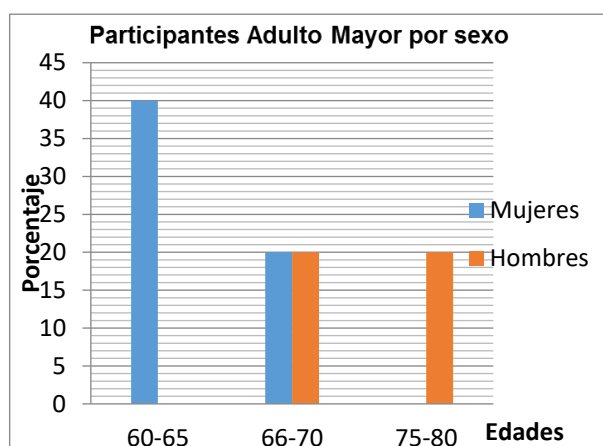


Figura N° 1 Porcentaje de participación de los adultos por sexo y edad

4.1.3. PARTICIPACIÓN DE LOS ADULTOS EN TALLERES

edad	Taichi	música	manualidades
60 -65	2	1	2
66-70	2	1	2
71-75	0	0	0
75-80	1	0	1
total	5	2	5

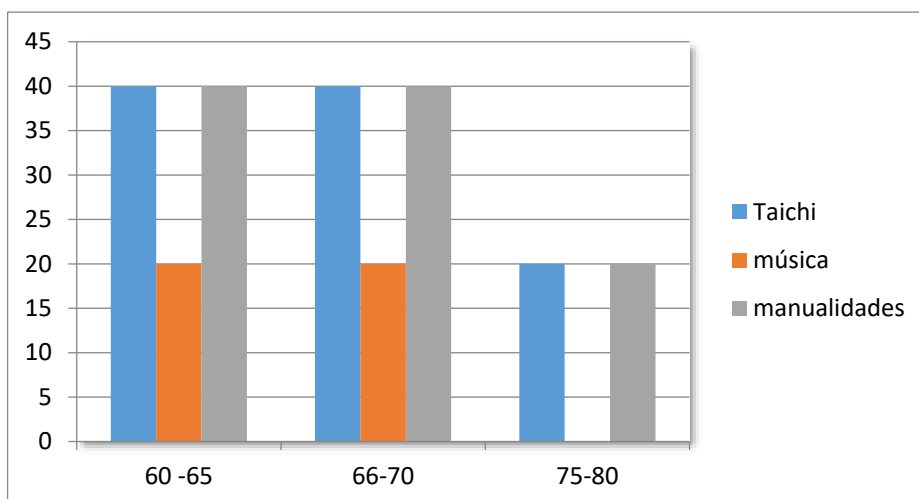
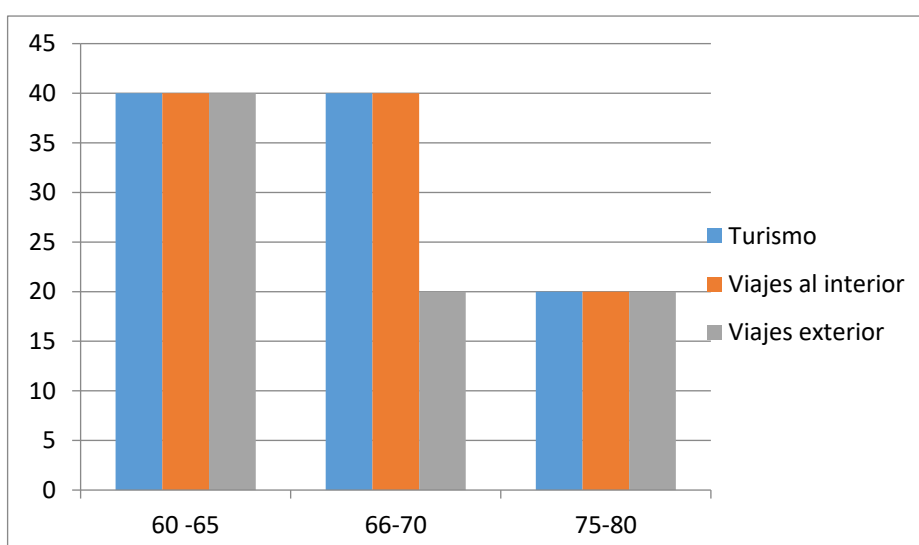


Figura N° 2: Porcentaje de participación por edad en los talleres.

4.1.4. Participación de los adultos en actividades recreativas

edad	Turismo	Viajes al interior	Viajes exterior
60 -65	2	2	2
66-70	2	2	1
75-80	1	1	1
TOTAL	5	5	4



4.2. Análisis de la función del centro del adulto mayor - ESSALUD - Huancané

4.2.1. Características de los informantes

Por estas características se puede deducir que muchas de las personas de la tercera edad, que oscilan entre las edades de 63 a 80 años pasan su vida en compañía de sus hijos, rodeados de sus nietos que no solamente los acompañan, sino que los hacen sentir amados, aspectos que influyen en el bienestar de los mismos. Sin embargo, también existen ancianos que viven abandonados moral, económica y afectivamente por parte de su familia.

- Vida cotidiana de los informantes antes de ingresar al Centro del Adulto Mayor – CAM – Huancané.

2 Según Berger y Luckman la vida cotidiana se presenta como una realidad interpretada por los hombres y que para ellos tiene significado coherente. 6 La vida cotidiana se organiza alrededor del aquí de su cuerpo y el ahora de su presente, este aquí y ahora es el foco de atención que presta a la realidad de la vida cotidiana, involucrando necesariamente el interactuar y comunicarse con otros. (Rosas Pagaza Margarita. "Una Perspectiva Teórica Metodológica de la Intervención Profesional".1998)

En tal sentido cuando nos referimos a la vida cotidiana nos estamos refiriendo a su diario vivir, a sus hechos y a su existencia en la que la

mayoría de personas expresan sobre el retraimiento de su vida, la separación de su familia y la soledad en la que quedan.

4.2.2. Testimonios:

"Yo he sido constructor en diferentes lugares, no tenía nada y poco a poco me compre mis cositas, así nomás era mi vida, me sentía muy solo mis hijos lejos con sus familias, la soledad a veces me mata y me siento muy mal". (Carlos)

La depresión es una enfermedad que frecuentemente la padecen las personas de la tercera edad, les afecta física y mentalmente en su modo de sentir y de pensar

"Buscaba la vida como podía, luego me fui al campo tenía mi taller de sombrerería así me pasaba trabajando, de pronto me enferme 3 meses con hepatitis ya no pude trabajar hasta sanarme. La vejez señorita es muy triste, uno ya no tiene fuerzas para hacer las cosas, la pena y la preocupación aún siguen, a veces me siento muy solo y me da mucha pena porque nada es igual a cuando era joven". (Toribio)

Estos testimonios nos dan a conocer que en su vida cotidiana han pasado por la etapa del retraimiento o separación de su familia y con relación a sus actividades habituales; han pasado a vivir la soledad e inactividad en la que ahora se encuentran.

La soledad, la inactividad, lo poco dinámicos que son hoy a comparación de los activos que fueron de jóvenes los limitan físicamente, su desarrollo biológico está disminuyendo y se ven cada vez más improductivos.

Este retraimiento hace que en sus expectativas de vida sean conformistas y hasta desalentadoras debido a la pasividad de su entorno, la esperanza de vida que ellos aspiran es bajísima, su vida cotidiana a partir de la separación familiar ha cambiado y se encuentran enfrascados en su soledad e inactividad.

La soledad es uno de los sentimientos, estados más comunes que suelen atravesar las personas adultos mayores ¹¹ en la vida y que se caracteriza por la falta de un acompañamiento, que es lo que comúnmente genera que se sientan solos.

“Señorita llegar a esta edad avanzada y sola es muy feo, muchas veces he querido morirme, porque no le encontraba sentido a mi vida más cuando estaba enferma, una vez he intentado suicidarme porque era mucho mi desesperación mi pena”. (Tomasa)

"Mi vida era un poco pesada tenía muchas preocupaciones, tenía problemas familiares que no se podían soportar, ya que lo que nos pasa en la vida cotidiana nos afecta moralmente al ver que uno se encuentra sola y llega a pensar que ya la vida se acaba". (Rosa)

Su vida cotidiana transcurre dentro de una perspectiva pasiva y sin expectativas con mucha soledad, inactividad, conformismo causándoles graves conflictos internos, perdiendo los deseos de vivir, sintiéndose así frustrados y con "gananas de morirse".

Afirmamos entonces que la vida cotidiana, su existencia depende de que el hombre se relacione con otros hombres y se vaya preparando para enfrentar esta etapa difícil de la vida.

Creemos importante conocer como son las relaciones familiares, puesto que el rol de la familia es a veces determinante para la conducta de las personas mayores; al igual que el Estado, la familia es la célula principal por ello lo más importante para el anciano. Toribio y Carlos dicen respectivamente:

El fatalismo es tener una mirada muy oscura y pesimista de la vida.

Las personas de la tercera edad se convierten en fatalista, porque teme a todo lo malo que le pueda pasar a él y/o a su familia, suele quedarse inmóvil ante las oportunidades que le surgen. Viven convencidos que lo bueno no será para ellos.

"La relación con mi familia es buena, a veces compartimos las cosas, pero los nietos no tienen mucha paciencia, no les gusta a veces que les diga nada, pero como no vivimos juntos yo no me meto, prefiero estar en mi casa solo o con mi esposa". (Toribio)

"La relación con mi familia es buena, solo que mis hijos ya están lejos en Arequipa, Lima, pero me entiendo bien, a veces alguna actividad hago con ellos, compartimos, señorita la vida no es fácil más a esta edad yo tengo buenas relaciones con mi familia, pero me siento muy solo y tampoco hay como meterse en la casa de los hijos para que te acompañen podemos molestar y eso estaría peor". (Carlos)

Las personas mayores a pesar de sus buenas relaciones familiares no dejan de vivir su retraimiento y soledad, y es peor aún saber que tienes hijos y no poder tener la compañía de ellos, y tener que buscar en otros lugares la satisfacción de sentirse bien.

El aislamiento es la separación de una persona, familia o cosas, dejándolos solos e incomunicados.

"Señorita la vejez no es fácil tenemos muchas dificultades, y es por eso que me gustaría que me traten bien, que mis hijos no se olviden de mí, quisiera tener una vida tranquila, a veces cuando uno llega a esta edad tiene problemas de los nervios y me gustaría que me entiendan y no me hagan de lado". (Rosa)

La vejez señorita es muy triste, uno ya no puede hacer las cosas como antes no hay fuerzas, sientes más la soledad, yo quisiera que me traten bien y sobre todo con respeto que es lo que se les ha enseñado y que no me hagan a un lado". (Toribio)

Uno de los aspectos que ellos enmarcan es el respeto, puesto que hoy en día se ve que no valoran las opiniones de las personas mayores, al contrario, las menosprecian, creyendo que por ser personas ancianas no tienen razón, diciéndoles "eran en tus tiempos", ahora son tiempos modernos, es la era de la tecnología.

¹² La afectividad es aquella capacidad que tiene el individuo para reaccionar ante ciertos estímulos, ya sean del medio interno (familia) o externo (amigos)

- Participación de las personas de la tercera edad como miembros del CAM - Huancané

A partir de la integración de las personas de la tercera edad en el Centro del Adulto Mayor para ellos es importante beneficiarse con ello, puesto que la Institución en mención trabaja en el fortalecimiento de su

autonomía e independencia personal, orientado a rescatar, revalorizar, apoyar y promover el desarrollo de actividades con el fin de que pongan en práctica sus habilidades tanto productivas o de gestión orientadas estratégicamente.

"Hay! señorita yo ingresé a este Centro del Adulto Mayor por muchas cosas, en este lugar a uno le cambian las ideas, uno cambia de actitud, nos relacionamos con personas de edad igual que nosotros, nos sentimos tranquilos, gracias a Dios este centro nos da muchas facilidades, en la casa uno lo tiene todo acumulado en la cabeza, yo estoy muy contenta." (Rosa)

"Ingrese porque me sentía solo, mal, yo veía que venían acá y una señorita me invito, me explico lo que hacían y me inscribí, asistí a las reuniones a veces reía, había cambio de ideas, hay deporte, viajes, música, conjuncionamos ideas me siento muy alegre aquí la soledad me acaba, pero aquí hay cambio de vivencias y se aprende muchas cosas." (Carlos)

Se busca fortalecer la identificación y participación del adulto mayor en su grupo familiar e incrementar los niveles de participación social, de manera que la sociedad los integre como agentes de desarrollo humano.

Podemos ver los siguientes testimonios:

"Aquí en el Centro del Adulto Mayor de Huancané realizamos muchas actividades como tejido, perlería, a mí me gusta hacer esas dos cosas, me distraigo bastante, pero lo que yo descubrí en este lugar es los viajes, que bonitos es pasear a diferentes sitios, conocer lugares y compartir.

Yo me siento muy feliz en esta Institución, señorita mi vida ha cambiado ya no estoy triste, porque estoy ocupada en mis talleres, ya no tengo pena, ahora vivo mi vida tranquila y feliz". (Margarita)

"A mí me gusta tejer, hacemos hartas cosas y la señorita asistente nos lleva a algunas ferias para que vendamos lo que hemos hecho, también me gusta el taller de danza, nos enseña a bailar y nos alegramos. Yo estoy feliz acá porque me olvido de mis males, ya no me duele mi cuerpo, aprendemos muchas cosas, nos alegramos, jugamos sapo y ganamos, mi vida si ha cambiado ya mi forma de pensar no es igual ahora que voy a pensar en suicidarme yo digo que tonta he sido pensando en esas cosas malas señorita. Ahora espero feliz para venir a mis reuniones." (Tomasa)

Cuán importante es que el adulto mayor se mantenga en actividad, como cambia sus perspectivas de vida sintiéndose útil e importante, recuperando su estima personal.

"Señorita si uno está sentado y solito se acaba, en cambio relacionarse con otras personas, mantenerse en actividad, hacer ejercicios, te prolonga la vida, y tenemos otra idea de la vida. Nosotros encontramos aquí apoyo moral, físico, hasta material porque nos tratan bien, para nosotros es importante contar con este Centro del Adulto Mayor en Huancané, y debería haber instituciones que desarrollen iguales actividades para las personas de la tercera edad como nosotros, porque es bueno estos programas de esta forma que nos mantienen en

actividad, porque cuando llegamos a esta edad los hijos se olvidan, la familia se olvida, somos una carga más. (Carlos)

"Yo he encontrado buenas cosas como las distracciones, los talleres, los viajes, para mí es muy provechoso estar aquí, porque ya no me siento solo, me siento feliz porque nos ayudan moralmente, a veces no hay para comer y tenemos el comedor, que no cuesta mucho el almuerzo, es importante el CAM por que nos ayuda a cambiar de idea, ayuda a mantenernos activos, somos como familia y más para la sociedad, aquí tenemos profesores, promotores que nos dan charlas, nos orientan conversamos de muchas. Cosas. Así es señorita la sociedad debe de preocuparse por crear Instituciones como este, donde estemos en actividad haciendo ejercicios, tener talleres. (Toribio)

4.3. DISCUSIÓN

De los datos y resultados obtenidos, se analiza que la persona de la tercera edad no pierde su capacidad de aprender, es capaz de dedicarse a cualquier tarea de aprendizaje, con mucho entusiasmo, casi siempre manual realizando a veces con más cuidado o lentamente, al que participa activamente desarrolla sus potencialidades porque su cuerpo y su cerebro están en constante funcionamiento. El problema es la que la sociedad le hace creer que no puede aprender y muchas veces así lo admiten, sin embargo, si él lo desea puede aprender, se demora de 3 a 4 veces más que un joven, pero aprende.

- Logros Obtenidos por las personas de la tercera edad
- Los cambios en su manera de pensar con respecto a la vida.

- Superar sus dificultades físicas y psicológicas.
- Vivir tranquilos sin temores ni desesperación.
- Mantener una actitud abierta al diálogo con las nuevas generaciones, para enriquecer su calidad de vida y aportar con sus experiencias a quienes serán ancianos en el futuro.

Así mismo se determinó que las personas mayores que asisten a este centro vienen de diferentes esferas sociales, teniendo en su mayoría primaria y secundaria.

En lo que respecta a la participación en el CAM-ESSALUD Huancané, la muestra de usuarios tiene conocimiento de cuán importante es para ellos mantenerse en actividad y relacionarse con otros con quienes comparten ideas de cambio en sus personas.

CONCLUSIONES

- Se concluye que los usuarios personas de edades entre 60 a 80 años, definidos como de tercera edad, si tiene gran importancia su participación en los Centros de Salud del Adulto Mayor de ESSALUD, por que desarrollan actividades y talleres que le ayudan a elevar su autoestima y les proporciona una vida más saludable.
- Se concluye que los CAM o Centros de Salud del Adulto Mayor, si cumplen con los afiliados a este programa donde reciben diferentes tipos de capacitación mediante talleres productivos y consejería en lo que respecta a las terapias psicológicas como también desarrollando actividades recreativas, labores que cumplen diferentes profesionales, conduciendo a los integrantes del programa a participar y mantener sus capacidades físicas y mentales.

RECOMENDACIONES

- ³ Crear una unidad orgánica de trabajo multisectorial, que en todas las instancias y para todos sus efectos sea el organismo integrador y coordinador, encargados de señalar políticas, desarrollar programas y trazar estrategias. Tiene que ser una unidad normativa al nivel político más elevado, con capacidad de convocar a todos los sectores que tiene que ver con las personas de la tercera edad: salud, vivienda, educación, transporte, medio ambiente.
- Se recomienda además que, dentro de la política social del Gobierno, respecto al bienestar de las personas de la tercera edad, considere realizar inversiones en infraestructura y programas integrales como el que se aplica en el Centro del Adulto Mayor, con el propósito de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

BIBLIOGRAFÍA

- Ceteriano Isabel, Simborth Elizabeth (2002) "Trabajo de Maestría Sobre Módulo de Actualización en Gerontología Social". Lima: Perú.
- Chávez Susana (2000) "Pponiéndoles Salud y Vida a los Años. Manual de Capacitación sobre ancianidad para promotores de Salud". Movimiento Manuela Ramos. Editorial SINCO. Lima: Perú.
- ESSALUD (1999) "Reglamento de Centros del Adulto Mayor".Lima. Perú.
- Fernández Vaca Barrio de Mendoza Ildaura, Centeno Mamani Angélica (1999) Problemática de la Tercera Edad. "Revista del Departamento Académico de Humanidades". UNA.Puno: Perú.
- Hernández R., Fernández C., Baptista P. (2014) *Metodología de la Investigación*. 5ta Ed. McGraw Hill. México D.F.: México.
- Inga Aranda Julio, Vana Horna Arístides (2002) "Calidad y satisfacción de vida de adultos mayores de 60 años". www.adml@viabcp.com. Lima: Perú.
- Prado Q. Juan Germán (1998) "Psicología General". Editorial Oscar. Lima: Perú.
- Rozas Pagaza Margarita (1998) "Una Perspectiva Teórica-Metodológica de la Intervención en Trabajo Social". Ed Espacio: Argentina.
- Sánchez Salgado Carmen Delia (2000) "Gerontología Social". Ed. Espacio: Argentina.

ANEXOS

● 9% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 9% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 4% Base de datos de trabajos entregados
- 0% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	dspace.unl.edu.ec Internet	1%
2	scribd.com Internet	<1%
3	es.scribd.com Internet	<1%
4	researchgate.net Internet	<1%
5	repositorio.unan.edu.ni Internet	<1%
6	marcpallarescarrera.blogspot.com Internet	<1%
7	docplayer.es Internet	<1%
8	sepaf.jalisco.gob.mx Internet	<1%

9	definicion.de Internet	<1%
10	documents.mx Internet	<1%
11	prezi.com Internet	<1%
12	coursehero.com Internet	<1%
13	cybertesis.unmsm.edu.pe Internet	<1%
14	issuu.com Internet	<1%
15	essalud.gob.pe Internet	<1%
16	blog.pucp.edu.pe Internet	<1%
17	repositorio.ucv.edu.pe Internet	<1%
18	mimdes.gob.pe Internet	<1%