

# *La Universidad del Adulto Mayor y su contribución al logro de una vejez saludable*

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS "JUAN GUITERAS GENER"

**Revista Médica Electrónica. 2008;30(6)**

La Universidad del Adulto Mayor y su contribución al logro de una vejez saludable.

The University of the Elder Adult and its contribution to the achievement of a healthy elderliness.

## **AUTORES**

[Dra. Marena Jordán Padrón. \(1\)](#)

Dra. Liliam Pachón González. (2)

1) Especialista de II Grado en Anatomía Humana. Profesora Auxiliar. Facultad de Ciencias Médicas "Juan Guiteras Gener".

2) Especialista de II Grado en Anatomía Humana. Profesora Auxiliar. Máster en Ciencias de la Educación Superior. Facultad de Ciencias Médicas "Juan Guiteras Gener".

## **RESUMEN**

En este trabajo se aborda la importancia de alcanzar una longevidad satisfactoria, partiendo del concepto de que para ello es necesario tener calidad de vida, lo que implica que el adulto mayor tenga la posibilidad de mantener una vida activa e independiente. Para ello es necesario brindar información sobre determinadas patologías, tal como la osteoporosis por ser factor predisponente en las fracturas con el consecuente grado de discapacidad a que conllevan. Para esto utilizaremos a la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor. Esta novedosa forma de enseñanza constituye una de las vías para el mejoramiento de la calidad de vida de las personas de la tercera edad, dando respuesta así a una necesidad social.

**DeCS:**

**LONGEVIDAD  
CALIDAD DE VIDA  
OSTEOPOROSIS  
UNIVERSIDADES  
HUMANOS  
ANCIANO**

## **INTRODUCCIÓN**

Cerca de dos tercios de las decenas de miles de personas que mueren cada día fallecen por causas relacionadas con el envejecimiento. Y, todos los días, muchos se preguntan qué pudieron hacer para alargar la vida de sus seres queridos. Muchos se consolarán pensando en que la muerte es un imperativo de la vida, inevitable, literalmente fatal. Pero muchos otros pensarán si este destino forzoso no podría de alguna manera ser evitado.

Actualmente se postula que para lograr el desarrollo humano a lo largo del ciclo vital, la sociedad debe proveer oportunidades para que todos los individuos puedan alcanzar una edad avanzada con habilidades para adaptarse a los cambios, para seguir contribuyendo productivamente, con buena salud y con una red de apoyo familiar y social. De ahí la necesidad de crear mecanismos que garanticen la longevidad satisfactoria.

Pensamos que una de las formas para lograr este objetivo es a través de la educación en la tercera edad y una de las vías fundamentales para llegar al mismo es la universidad del adulto mayor.

La Universidad, como institución social, no constituye un espacio cerrado, sino que mantiene una continua interacción dialéctica con la sociedad en general a partir de las múltiples vías de influencia social, que marcan su función como agente reproductor y transformador del contexto social. (1)

La historia de nuestro Sistema de Enseñanza Superior, como promotor y gestor de elevados conocimientos científicos, ha mostrado de manera tangible su compromiso con el desarrollo de nuestra sociedad a través de su vínculo con la comunidad, de sus relaciones con otras instituciones sociales, de su respuesta a la solución de los problemas más acuciantes de nuestro país, en general es muestra de aceptación y desarrollo al enfrentar nuevos fenómenos y satisfacer las demandas de sus grupos integrantes. La necesidad de que todas las personas, independientemente de su edad, se encuentren actualizadas e informadas y se les permita mantenerse en contacto con el conocimiento que ofrece el acelerado proceso científico-técnico característico en nuestro tiempo, reafirmando al anciano como un sujeto activo de nuestra sociedad, es una de las formas que podemos lograr para alargar la vida. (2)

Existen muchas patologías que conspiran en el logro de una longevidad satisfactoria, entre ellas la Osteoporosis por ser factor predisponente en las fracturas, las cuales conllevan como secuelas la discapacidad y en muchos casos la muerte debido a sus complicaciones. (3,4)

Son numerosas las especialidades clínicas que pueden toparse con esta enfermedad, sin embargo, son los médicos de atención primaria los que ocupan una posición privilegiada ante una patología silente y cada vez más frecuente, que les permite sospecharla y así poder intervenir en su prevención y promoción de salud a través de diferentes acciones, y una de ellas es la cátedra universitaria del adulto mayor como vía para difundir información acerca de dicha enfermedad.

## **DISCUSIÓN**

En este siglo los adultos mayores serán uno de los segmentos de la población que crecerá más rápido en todos los países del mundo. Por consiguiente, todos los países deben impulsar el promover un mayor conocimiento del público acerca de cómo hacer que los últimos años de vida sean más saludables o placenteros y evitar la dependencia.

La puesta en marcha de programas eficaces para el fomento del envejecimiento saludable y de prevención de las discapacidades entre las personas mayores, dará como resultado una utilización más eficiente de los servicios sanitarios y sociales y mejorará la calidad de vida de las personas mayores al permitirles ser independientes y productivas.(5,6)

Dentro de estos programas se encuentra la cátedra universitaria del adulto mayor. Esta novedosa forma de enseñanza constituye una de las vías para el mejoramiento

de la calidad de vida de las personas de la tercera edad, dando respuesta así a una necesidad social.

Éstas forman parte del Sistema Nacional de Educación Superior, como programa de extensión universitaria dirigida a la educación de las personas mayores, basado en una concepción de ampliar el horizonte de conocimientos necesarios para el mejoramiento de modos y estilos de vida en este grupo poblacional, dada la importancia que se ha dado en estos últimos tiempos al mejoramiento de la calidad de vida de los mismos, por las condiciones de nuestra sociedad debido al desarrollo económico y social alcanzado, lo que ha repercutido aumentando considerablemente la expectativa de vida. (7)

Esta novedosa forma de enseñanza se ajusta a los criterios más modernos en la transmisión del conocimiento, así como a una expresión de adaptación del desarrollo social al fenómeno del envejecimiento poblacional y, por tanto, la obligada satisfacción de las necesidades de este grupo humano, la cual debe ser ofrecida a la población en general: al viejo para conservar su autosuficiencia y adaptación social, además de mantener el vínculo con el desarrollo científico-técnico actual; a los adultos para la preparación del camino hacia la vejez.(7) El proceso de enseñanza-aprendizaje como forma de materialización de los objetivos educativos de determinada institución escolar, no puede ser analizado con independencia de las condiciones histórico-sociales que determinan su instrumentación y ejecución.

Aunque es importante destacar que este proceso educativo a esta edad se desarrolla no como un proceso de enseñanza-aprendizaje, sino de orientación-aprendizaje donde su objetivo fundamental sea convertirse en un "otro" que potencie el desarrollo sin importar el nivel educacional que posee el adulto mayor. La necesidad de que todas las personas, independientemente de su edad, se encuentren actualizadas e informadas y se les permita mantenerse en contacto con el conocimiento que ofrece el acelerado proceso científico-técnico característico en nuestro tiempo, reafirma al anciano como un sujeto activo de nuestra sociedad. (2) Se debe profundizar en la búsqueda de métodos idóneos para transmitir mensajes, enseñar y educar de manera apropiada al anciano, ya que la posibilidad de aprender existe en el transcurso de la vida del hombre, incluso en la vejez. La enseñanza y la educación siempre asociadas con niños, jóvenes y adultos, lógicamente, han respondido a las peculiaridades psicológicas y a las capacidades desarrolladas en cada etapa de la vida. La enseñanza a personas con un determinado grado de deterioro mental (con una psicología diferente a ciclos anteriores de la vida), requiere la profundización de nuevas formas de enseñanza ajustadas a la edad, por lo que las alteraciones de la memoria, los procesos sensoriales, la inteligencia, así como los estados afectivos y las motivaciones deben ser tomados en cuenta para el aprendizaje en esta edad. (7) La educación en la tercera edad es algo más que una opción para ocupar el tiempo libre del anciano o prepararlo para esta nueva etapa de la vida; es también una vía de recalificación social que se convierte en una necesidad de toda la sociedad y además para prepararlos como promotores de salud en su familia y/o comunidad. El aprendizaje es comprendido como actividad social y proceso individual de apropiación, construcción y reconstrucción de la experiencia, de la red vincular social de la cual el sujeto participa y es su activo creador, en el que se apropia de conocimientos, habilidades, actitudes, valores, afectos y sus formas de expresión en condiciones de interacción social en un medio socio-histórico concreto. En este sistema de relaciones, en el que cada individuo se inserta como portador de una historia personal, grupal y social, el anciano asume una posición activa y responsable de lo que puede aprender. En este enfoque se refleja el carácter social del aprendizaje en dos direcciones fundamentales: con relación a los contenidos asimilados, portadores de toda la

experiencia histórico-social acumulada por la humanidad; y con relación a las condiciones en las que el proceso tiene lugar, el cual transcurre en un medio social, en interacción con otras personas, a través de diferentes formas de colaboración y comunicación. (8)

En este camino hacia la obtención del conocimiento el adulto mayor no sólo se apropia de las cualidades del objeto, de sus relaciones internas, sino de todo el sistema de relaciones en que se inserta el objeto como parte de una realidad histórico-social concreta, donde se manifiestan sus relaciones con otros sujetos, situaciones, fenómenos y acontecimientos de la realidad, interiorizándose formas de relación con el objeto, de encuentro con lo real, con el otro y con nosotros mismos, que van reestructurando nuestra subjetividad. Todo ello requiere de una adecuada organización de la actividad de aprendizaje, de las relaciones comunicativas que se establecen durante la ejecución de las tareas docentes, estructuradas y elaboradas desde una dimensión social, profesional y ética. Es preciso promover la cultura del diálogo y el debate como práctica y producción de valores en el proceso de apropiación activa de la realidad, a través de la creación de espacios para la libre expresión y enriquecimiento personal del diálogo libre, abierto, liberado de prejuicios, estereotipos, esquemas convencionales, redimensionando el carácter activo, creador, significativo y humano del proceso de orientación-aprendizaje y estimulando un clima de respeto, comprensión, confianza, seguridad, ayuda entre los miembros del grupo y el profesor, elemento fundamental en esta etapa de la vida. (8)

La primera cátedra universitaria del adulto mayor se fundó en febrero del año 2000 en la Universidad de La Habana, teniendo como antecedente las llamadas universidades de la tercera edad que existían en el mundo y los proyectos universitarios para la tercera edad que se habían creado en algunas regiones del país. La voluntad del estado revolucionario de crear estas universidades se expresan en las palabras de Vecino Alegret: "Los cubanos de la tercera edad podrán cumplir sus sueños que no pudieron hacer realidad en su juventud". (7)

El 15 % de la población de nuestro país tiene 60 años o más; y se estima que para el 2015 el envejecimiento poblacional alcance el 21 %, lo que significa que para esa fecha Cuba tendrá más personas mayores de 60 años que menores de 15, es decir, que tendremos más adultos mayores que niños. El país posee un envejecimiento poblacional considerable. Nuestra esperanza de vida, precisa, sobrepasa ya los 75 años, y es un indicador que muestra cuánto viven los cubanos. Podemos destacar entre las labores de promoción de Salud, la existencia y funcionamiento de la Universidad del Adulto Mayor con más de 400 sedes en todo el país y 10 000 graduados. En nuestra provincia también se lleva a cabo esta forma de enseñanza en los diferentes municipios. El principal objetivo de esta cátedra es preparar al adulto mayor para construir su bienestar sin importar la edad y sentirse útil a la sociedad y a la familia hasta el último aliento (9). Desarrollar la esfera intelectual del adulto mayor es una de las razones más importantes para dar más vida a los años.

El análisis del currículo de dicha cátedra nos permite apreciar que el mismo adolece de la falta de determinados contenidos que permiten el logro de este propósito, de ahí que nos propongamos incluir ciertas patologías como es el caso de la osteoporosis, una enfermedad silenciosa que ataca a los huesos y que es factor predisponente importante en la producción de fracturas a distintos niveles, fundamentalmente las de cadera por su alta incidencia en nuestro medio, debido a su morbimortalidad y al grado de incapacidad que producen, como hemos expresado en publicaciones anteriores en relación con el tema. (3,4)

Es importante destacar que los abuelos del siglo XXI se han ido adaptando a las exigencias del mundo actual, por tanto, deben desempeñar un papel protagónico en su bienestar y salud.

## CONCLUSIONES

Dado el aumento creciente de la expectativa de vida de la población mundial y en nuestro país en particular, es evidente la necesidad del logro de una vejez saludable, para lo cual se hace necesario modificar modos y estilos de vida de la población. Para esto debemos brindar información acerca de determinadas patologías, entre ellas la osteoporosis por su presentación silenciosa y su posibilidad de prevención. Una vía adecuada para esto la constituye la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor, novedosa forma de enseñanza, que se ajusta a los criterios más modernos en la transmisión del conocimiento, así como a una expresión de adaptación del desarrollo social al fenómeno del envejecimiento poblacional y, por tanto, la obligada satisfacción de las necesidades de este grupo humano.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. González M. Evaluación del aprendizaje en la enseñanza universitaria. Matanzas: Editora Universidad de Matanzas Camilo Cienfuegos; 2000.
2. Rocabruno Mederos JC, Prieto Ramos O. Gerontología y Geriatria clínica. La Habana: Ciencias Médicas; 1999.
3. Jordán Padrón M, Pachón González L, Ponce de León Narváez R. Osteoporosis ¿una enfermedad prevenible? Rev Méd Electrón. 2006; 28(5).
4. Jordán Padrón M, Pachón González L, Ponce de León Narváez R. Osteoporosis vs. Longevidad. Rev Méd Electrón. 2008; 30 (1)
5. Asamblea Mundial sobre el envejecimiento. Foro Mundial de ONG el Envejecimiento: Declaración final y recomendaciones. Rev Esp Geriatria Gerontología. 2002; 37(2): 66-72.
6. Colectivo de autores. Funcionamiento de las C.U.A.M. La Habana: Dirección de extensión universitaria octubre; 2005.
7. Ojalvo V. Comunicación Educativa Centros de Estudio para el perfeccionamiento de la Educación Superior. La Habana: CEPES; 1999.
8. Orosa T. La Tercera Edad y la familia. Una mirada desde del Adulto Mayor. La Habana: Félix Varela; 2000.
9. Prieto O, Vega E. Temas de Gerontología. La Habana: Científico-Técnica; 1996.

## SUMMARY

In this work we deal with the importance of reaching a satisfactory longevity, beginning from the concept that to reach it, it is necessary to have a qualitative life, implying that elder adult might have the possibility of maintaining an active and independent life. For that it is necessary to give information about some diseases, like osteoporosis because it is a predisposing factor to fractures with the consequent level of disability they carry. With that objective we use the University Cathedra of the Elder Adult. This new form of teaching is one of the ways of improving the life quality of the elder people, also answering to a social necessity.

MeSH:

LONGEVITY  
QUALITY OF LIFE

**OSTEOPOROSIS  
UNIVERSITIES  
HUMANS  
AGED**

**CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO**

Jordán Padrón M, Pachón González L. La Universidad del Adulto Mayor y su contribución al logro de una vejez saludable. Rev Méd electrón[Seriada en línea] 2008; 30(6). Disponible en  
URL: <http://www.revmatanzas.sld.cu/revista%20médica/ano%202008/vol6%202008/tema15.htm>. [consulta: fecha de acceso]