

TÍTULO: ACCIONES PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS RELACIONES SOCIALES CON LOS ADULTOS MAYORES.

TITLE: ACTIONS FOR THE IMPROVEMENT OF SOCIAL RELATIONS WITH OLDER ADULTS.

Autoras: Iranaysi Ramos Ávila. Lic en Sociología. Profesora Instructora. Directora del Centro Universitario de San Cristóbal. Universidad de Artemisa. Correo electrónico: iramos@uart.edu.cu, **Miriam Benedicta Santos Castillo.** Lic en Historia. Máster en Ciencias de la Educación. Profesora Auxiliar de la Carrera de Marxismo Leninismo e Historia del Centro Universitario Municipal de San Cristóbal. Universidad de Artemisa. Cuba. Historiadora de la ciudad de San Cristóbal desde 1994. Correo electrónico: miriamsc@uart.edu.cu, **Elena López Martínez** Ingeniera, Máster en Agroecología, Profesora Asistente, Jefa de la Carrera Ingeniería en Proceso Agroindustrial del Centro Universitario Municipal de San Cristóbal. Universidad de Artemisa. Cuba. Correo electrónico: elenalm@uart.edu.cu

RESUMEN.

La presente investigación es el resultado del abordaje de la temática en los espacios promovidos por la Universidad de Artemisa en la línea "Gerontovida", desde el año 2017 y forma parte de la extensión universitaria en la comunidad; específicamente en el estudio y aplicación de las políticas relacionadas con "El Adulto Mayor" su inclusión en cursos universitarios organizados en los Centros Universitarios Municipales y específicamente en el de San Cristóbal. Desde esa fecha los autores, han profundizado en los referentes teóricos aportados por diferentes autores, sobre el tema de la vejez, las necesidades de la Tercera Edad, lo que ha permitido, unido a la observación, aplicación de encuestas y entrevistas a familiares, vecinos, asistentes a la Casa de los Abuelos, sobre la situación, tanto en el ámbito familiar como social, de los Adultos Mayores del Consejo Popular San Cristóbal I, donde está ubicado en centro. Los resultados de los instrumentos aplicados, observación, encuestas orales y escritas, entrevistas, permitieron obtener los aspectos más dañados en las relaciones intergeneracionales a nivel de comunidad y familiar. La elaboración y puesta en práctica de un conjunto de acciones en coordinación con los organismos e instituciones implicadas, salud, trabajadores sociales, presidente del consejo, organizaciones de masas, han permitido resultados discretos a corto plazo que justifican la aplicación y mantenimiento en el tiempo de las acciones previstas a partir del análisis de los resultados iniciales de la investigación.

Palabras claves: Adultos mayores, relaciones sociales, mejoramiento

SUMMARY.

This research is the result of the approach to the subject in the spaces promoted by the University of Artemisa in the line "Gerontovida", since 2017 and is part of the university extension in the community; specifically in the study and application of policies related to "The Elderly" its inclusion in university courses organized in the Municipal University Centers and specifically in San Cristóbal. Since that date, the authors have delved into the theoretical references provided by different authors, on the subject of old age, the needs of the Third Age, which has allowed, together with the observation, application of

surveys and interviews with relatives, neighbors, assistants to the House of Grandparents, on the situation, both in the family and social, of the Elderly of the San Cristóbal I Popular Council, where it is located in the center. The results of the applied instruments, observation, oral and written surveys, interviews, allowed to obtaining the most damaged aspects in intergenerational relationships at the community and family level. The development and implementation of a set of actions in coordination with the organizations and institutions involved, health, social workers, president of the council, mass organizations, have allowed discreet short-term results that justify the application and maintenance in the time of the actions planned from the analysis of the initial results of the investigation.

Keywords: Older adults, social, relationships, improvement

INTRODUCCIÓN.

“Las personas mayores son la memoria de un pueblo y maestros de la vida. Cuando una sociedad no cuida a sus ancianos niega sus propias raíces y simplemente sucumbe.” Pablo Coelho

El ser humano es pues un ente bio-psico-social y como tal debe ser estudiado, teniendo en cuenta su pluralidad, no sólo en el tipo de envejecimiento, sino en los aspectos que conforman la realidad social de los mayores. La **vejez** es un proceso fisiológico de todo ser humano, donde se producen cambios físicos así como psicológicos y sociales. El envejecer es un proceso dinámico, gradual, natural e inevitable. Es tan natural como nacer crecer desarrollarse, vivir o no una vida plena, sana plétórica potencialidades y de oportunidades. El envejecimiento es, además un desafío, un notable logro de la sociedad, aunque es, sin dudas, demandante de una especial atención por parte del Estado y de la sociedad en su conjunto

Los ancianos son protegidos desde la Constitución de la República de Cuba, legislaciones vigentes desde los ministerios de Salud Pública y el de Trabajo y Seguridad Social, constituyen un grupo etario numeroso, pues el envejecimiento poblacional no es un fenómeno solo de Cuba sino a nivel mundial. No obstante, a las políticas públicas aplicadas que protegen a los Adultos Mayores, a menudo, en el ámbito familiar y comunitario, se constatan conductas “no adecuadas” o del debido respeto que deben inspirar las personas de la tercera edad. Estas conductas si bien no son mayoritarias, menoscaban los derechos de estas personas e influyen negativamente en la calidad de vida, limitada por factores biológicos y psicológicos y otros que se añaden en el ámbito social.

En el Consejo Popular San Cristóbal I, perteneciente al municipio San Cristóbal, provincia de Artemisa, Cuba, los autores han realizado durante dos años estudios sobre el trato y comportamiento de otros grupos etarios hacia la llamada Tercera Edad, unido a los conceptos de vejez, calidad de vida, fragilidad, relaciones intergeneracionales observándose un conjunto de problemáticas que deterioran las relaciones interpersonales y otros elementos característicos del ámbito social; estableciéndose como **Problema de investigación:**

¿Cómo contribuir desde nuestro Centro Universitario Municipal al mejoramiento de las relaciones sociales con los Adultos Mayores del Consejo Popular San Cristóbal I del Municipio San Cristóbal?

Objetivo: proponer un conjunto de acciones a realizar en la comunidad del Consejo Popular San Cristóbal I que permitan "un cambio cultural", de las personas que nos rodean, el cual se refleje en el mejoramiento de las relaciones y el comportamiento de todos, hacia nuestros Adultos Mayores.

DESARROLLO.

I. Algunos aspectos a tener en cuenta en relación con la tercera edad.

Generalmente se entiende por **tercera edad** el grupo de personas mayores o ancianas. El intervalo de edad es muy amplio, existen varias generaciones. Se suele decir que a partir de los 65 años se está en la tercera edad, otros autores la enmarcan en los 60. Este punto de inflexión para un individuo suele ser caótico. La persona puede haber dejado de trabajar y se enfrenta a una serie de cambios físicos, psíquicos, personales y económicos a los que no sabe hacer frente, o no dispone de las herramientas suficientes. **Según** la OMS (2002) Las personas de 60 a 74 años son considerados de edad avanzada, de 75 a 90 años viejas o ancianas, y los que sobre pasan los 90 años se les denomina grandes, viejos o longevos.

El envejecimiento de la población puede considerarse un éxito de las políticas de salud pública y el desarrollo socioeconómico, pero también constituye un reto para la sociedad, que debe adaptarse a ello para mejorar al máximo la salud y la capacidad funcional de las personas mayores, así como su participación social y su seguridad.

Rodríguez, (2008) plantea que:

Según cálculos de la Organización de Naciones Unidas (ONU), la población mayor de 65 años aumentó de 131 millones de 1950 a 420 millones en el 2000; durante la década del 90 el aumento fue del 2 % anual con un pico de 9.5 millones entre 1999 y el 2000. Se espera que en el año 2050 el porcentaje de ancianos en la población mundial pasará del 10 al 21 %.

El Fondo de Población de las Naciones Unidas proyectó que para 2025, Cuba encabezará la lista de los países de América Latina y el Caribe con población más envejecida.

El 20,1 por ciento de la población cubana tiene 60 años o más. En el 2020 los adultos mayores serán el 21,5 % y en 2030 el 30,3, por lo cual se adoptan medidas para enfrentar el acelerado envejecimiento, debido a la baja tasa global de fecundidad y al incremento de la esperanza de vida.

Por su parte, el sector salud desarrolla la "Política de Salud del Adulto Mayor", cuyos objetivos principales están dirigidos al mantenimiento de la funcionalidad y reducción de la mortalidad por causas evitables. Los programas que hoy aparecen como imprescindibles para el apoyo integral del anciano son en su mayoría aquellos orientados a la salud y los servicios sociales.

Cuba cuenta con un programa nacional de atención a la población adulta mayor y en los últimos años se han impulsado iniciativas a favor de una longevidad satisfactoria.

Desde el VII Congreso del Partido Comunista de Cuba se modificó el Lineamiento 144 y se aprobó el Lineamiento 116, que plantea “garantizar la implementación gradual de la política para atender los elevados niveles de envejecimiento de la población”.

Existen claras diferencias entre la forma y estructura corporal de un organismo joven y de un anciano. Estos cambios se producen con el paso de los años y a un ritmo muy diferente según las personas –influyen tanto los factores genéticos como los ambientales o del entorno en que vivimos. Jurado, (2009) refiere que:

Es innegable que los cambios que se suceden en el cuerpo durante el envejecimiento, van a contribuir a que el sujeto se perciba así mismo como un anciano en mayor o menor medida, pero son los cambios ambientales y sociales los que ejercen una mayor presión a la hora de que el geronte asuma y adopte o no el rol de viejo (Anquera Jurado, 2009).

Envejecer es un proceso donde las principales funciones del organismo, van sufriendo deterioro, tanto orgánico como psicológico. Este deterioro es diferente para cada persona, en dependencia de los factores genéticos y ambientales. Es real y objetivo que las personas de la tercera edad necesitan más de los servicios de salud, que otras de menor edad porque son más propensas a padecimientos crónicos y enfermedades. La OMS (1982) propone como el indicador más representativo para este grupo etario el estado de independencia funcional. Fillenbaum (1984) confirma este criterio, sugiriendo la evaluación de salud de los adultos mayores en términos de estatus funcional, con el concepto de salud asociado al mantenimiento de la independencia funcional. Según Etcheverry (2017) “el mantenerse activo y funcional permitirá al adulto mayor sentirse útil y valorizado por su medio”. La soledad, el aislamiento, la marginación, la falta de un espacio social, la ausencia de obligaciones, el exceso de tiempo libre tiene tanta importancia como los factores biológicos. “Este envejecimiento patológico en gran medida puede ser prevenido”. (Strejilevich, 2003). En los últimos veinticinco años ha surgido la construcción de un nuevo paradigma del envejecimiento que se ha llamado, entre otros: saludable o activo, (OMS, 1990). El concepto ha ido evolucionando, desde la definición de la OMS de 1990 centrado en la salud, hacia un modelo más integrador, como el envejecimiento activo, **definido en el año 2002 como**; “el proceso de optimizar las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas que envejecen”. (OMS, 2002). La segunda Asamblea Mundial de las Naciones Unidas sobre el Envejecimiento se plantea en el Programa de Envejecimiento y Ciclo Vital de la OMS (2002), lo siguiente:

Una participación continua en las cuestiones sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, no sólo a la capacidad para estar físicamente activo o participar en la mano de obra. El envejecimiento activo trata de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida para todas las personas a medida que envejecen, incluyendo aquellas personas frágiles, discapacitadas o que necesitan asistencia.

II. Acciones para el mejoramiento de las relaciones sociales con los adultos mayores del consejo popular San Cristóbal i del municipio San Cristóbal.

2.1. Alternativas públicas en San Cristóbal para la atención al Adulto Mayor. La Casa de los Abuelos de San Cristóbal.

Fue fundada el 8 de octubre de 1984, en la ciudad de San Cristóbal en la calle Céspedes, esquina Ciro Redondo, en un inmueble construido para este fin. Con una capacidad para 60 abuelos posee toda la infraestructura necesaria para garantizar los objetivos propuestos, entre los que se encuentran: La integración social del anciano, elevación de la autoestima, prevención a través de la atención médica sistemática, discapacidades prevenibles, desarrollo de la autoayuda y ayuda mutua, fomento de estilos de vidas sanos, atención a todos los aspectos de la vida espiritual de este grupo etario, entre otros. En el amplio patio con árboles y bancos se desarrollan la mayoría de las actividades de recreación que sistemáticamente se realizan, tanto las programadas desde las instituciones de la cultura, como las propias, ejecutadas por los diferentes grupos que han formado: coros hablados y cantados, grupo de teatro, repentistas, declamadores y solistas. Realizan los juegos de mesa, damas, parchís, dominó, atención al jardín, visualización de la televisión, así como los ejercicios físicos diarios con el instructor asignado por la Dirección Municipal de Deportes.

Los abuelos son invitados a las actividades de la Sociedad Cultural José Martí, la biblioteca pública, el museo y la Unión de Historiadores del territorio, donde no solo se asiste sino tienen participación en los coloquios que se programan. Realizan sistemáticamente la conmemoración de efemérides en matutinos y vespertinos unido al estudio de la vida y obra de José ya que fundaron desde el 2011 un Club un Martiano con 22 miembros. Han asistido como alumnos a los diferentes cursos de la universidad del Adulto Mayor, que oferta anualmente el Centro Universitario Municipal de San Cristóbal. En el Joven Club de Computación se han matriculado abuelos para recibir clases, recibiendo el certificado, un grupo de ellos.

2.2. El programa de la Universidad del Adulto Mayor. Experiencias de su aplicación en el Centro Universitario Municipal de San Cristóbal.

Desde su fundación, en el año 2002 se concibió en la entonces Sede Universitaria de San Cristóbal, con la Cátedra del Adulto Mayor, la superación cultural en diferentes los diferentes temáticas de personas mayores y otras no tan mayores pero con limitaciones físicas y psicológicas para asistir a un curso regular o por encuentro en las universidades, recién abiertas en cada municipio. Para atender la Cátedra, desde la sede, fue nombrado el Ingeniero Alfredo Jiménez González. Con el transcurso del tiempo, otros compañeros han ocupado esta responsabilidad, siendo en la actualidad, desde el año 2012 hasta hoy, el Máster José Luis Figueroa González.

Múltiples han sido los programas impartidos y escenarios docentes: centros de trabajo, Unidades Básicas de Producción Agropecuaria (UBPC) y la Casa de los Abuelos. En los últimos cinco años se han desarrollado con gran aceptación en la Casa de los Abuelos de San Cristóbal los siguientes programas, a dos grupos con 36 participantes. Las plantas medicinales en la calidad de vida del adulto mayor.-Cuidado y protección del medio ambiente.-La atención del adulto mayor a las problemáticas conductuales en el hogar.-Historia de San Cristóbal.-Ideario Martiano. Todos los cursos, han sido de

gran aceptación, la matrícula ha sido diversa, con un solo elemento común, los participantes han sido abuelitos de esta institución municipal. Han realizados sus tareas con gran entusiasmo y responsabilidad.

Analizando los resultados obtenidos, desde la perspectiva de la inclusión que se aspira con las personas de la tercera edad, la creación de espacios que motiven y hagan más activa esta etapa de la vida, la Cátedra del Adulto Mayor, su universidad, han sido vehículos que han influido positivamente, en los estados de ánimo, la participación en el hogar, con fines educativos prediseñados, sentirse útiles, comprendidos, socialización, uso de capacidades cognitivas, habilidades culinarias, el uso de plantas medicinales con fines curativos. Participación de abuelos invitados en los eventos de extensión universitaria programados en la universidad así como en la Unión de Historiadores y la Sociedad Cultural José Martí.

2.3. Barreras sociales y familiares a afrontar por los Adultos Mayores en el Consejo Popular San Cristóbal I.

Salvarezza (2002) sostiene que el prejuicio más común contra la vejez, es el de que "los viejos son todos enfermos o discapacitados"

Aún cuando a nivel estatal existan políticas trazadas y programas para la atención al Adulto Mayor, a nivel de la sociedad, del contexto en que se desenvuelven existen limitantes creadas por el propio desarrollo de la sociedad, sobre todo en aquellos ancianos que no están acogidos a las casas de los abuelos u otros sin amparo filial que permanecen en hogares de ancianos con poco o ningún contacto con los familiares. Expresa Salvarezza (1998) cuando sostiene:

Rechazo, temor, desagrado, negación, marginalización, agresión: actitudes ligadas al viejismo que se sustenta en un entramado de prejuicios y constituye una actitud irreflexiva transmitida por la cultura, a partir de la cual se conforma -desde la niñez- la visión que tenemos de nuestros mayores.

Sobre las oportunidades y/o barreras que pueden levantarse desde el hogar, apunta García, (2019):

Hoy existen muchos más hogares y unidades familiares donde conviven varias generaciones por períodos relativamente largos. El envejecimiento de la estructura por edad de la población y el déficit habitacional tienen influjos no desdeñables sobre la dinámica familiar.

Los mayores conflictos, según los resultados de entrevistas, encuestas y observación en el contexto que nos rodea, se dan en el hogar. El anciano, no se ve como el depositario de la experiencia, la sabiduría, la persona que todo lo dio en su momento y ahora necesita, tanto como un niño de cariño y respeto, son tratadas con irreverencia, rayana en la intolerancia, frases groseras y el calificativo de viejo, ¿quién te pidió tu opinión?, eso a ti no te importa o la consabida frase: "no te metas que no es asunto tuyo. La pérdida de autonomía, física o económica, relega a las personas adultas

mayores a un rol secundario, disminuye la interacción con otras personas y la participación social, genera marginación y aislamiento, hasta en el ámbito familiar, aún cuando convivan con otras personas en el hogar.

Abandono de tradiciones dentro de la vida familiar que frustran las aspiraciones de los que peinan canas, por considerarlas valores que no se deben perder de generación en generación: las más dañadas son: sentarse todos a la mesa en el horario de la comida, pues es muy común, que no se ponga la mesa; cada cual tiene un horario, los niños exigen comer delante de la computadora o el televisor y el resto de los adultos prioriza otras acciones, pero no les interesa este momento de unión e intercambio.

2.4. Resultados del diagnóstico en el Consejo Popular San Cristóbal I.

2.4.1. Resultados de la observación.

El Consejo Popular San Cristóbal I Está ubicado al noroeste de la ciudad, abarca un área de 832, 19 ha y una población de 9851 habitantes, de los cuales, 4350 son mujeres y 5501 hombres.

Cuenta con 67 centros laborales, de ellos 6 son escolares, dos universidades: la Filial de Ciencias Médicas y el Centro Universitario Municipal vinculado la Universidad Provincial de Artemisa. Posee ocho circunscripciones y tres trabajadores sociales para atender las problemáticas sociales a nivel de comunidad.

Durante dos años, unido a las encuestas, entrevistas, la revisión documental, se llevó a cabo la **observación** de la interacción de las diferentes generaciones con los adultos mayores que habitan en este espacio geográfico que es urbano, también se realizó en el transporte público arribándose a las siguientes conclusiones:

Las más frecuentes son: El tono de voz, con que les responden a los adultos mayores, las miradas, falta de atención como si fueran personas sin categoría, los gestos, la actitud de burla, muecas y otras expresiones peyorativas, cuando un adulto mayor, ingenuamente da un criterio sobre una situación dada, que puede ser o no conveniente, pero que provoca al momento una reacción de intolerancia manifiesta. Estas situaciones han sido observadas, en diferentes contextos: una cola del pan, de una tienda, un transporte público y hasta en una reunión "seria". En un transporte público: no se brinda el asiento, no le piden el bolso y si se molesta a alguien, que clasifica o posee los rasgos anteriores descritos, se le agrade verbalmente, en tono agrio, seco, duro, como si ese anciano (a) careciese del mismo derecho que el resto de los pasajeros. Es muy común que al dirigirles la palabra, en tono recriminatorio, el vocablo más usado sea: viejo (a), ocambo, puro, abuelo, tío, carente de la más elemental cortesía.

2.4.2. Análisis del resultado de las encuestas aplicadas a un grupo importante de Adultos mayores del municipio de San Cristóbal.

Fueron encuestadas (por escrito) 31 personas de la tercera edad, tanto amas de casas, hombres solos y acompañados, trabajadores reincorporados, o simplemente jubilados que viven en diferentes status, así como a un pequeño grupo de la Casa de los Abuelos de la localidad. Han sido entrevistadas (vía oral), un total de 25 personas lo amplía la

muestra 56. De los 31 adultos mayores encuestados por escrito, el rango de edades oscila entre 60 y 90 años, y solo dos por encima de los 90. A la pregunta 1: Vive solo o acompañado y por quienes, obtuvimos los siguientes resultados: Solos de día: 5 para un 16,1%. Solos de noche: 2 para un 6,5%. Acompañados de día: 2 para un 6,5%. Acompañados de noche: 22 para un 70,9%.

Según el resultado de las encuestas aplicadas, entre las necesidades básicas más reclamadas por los Adultos Mayores están presentes:

Ser aceptados dentro de cualquier generación con que vivan, por su capacidad de dar cariño, consejos, dar ayuda, cooperar en el cuidado de los nietos, en las tareas del hogar, en disímiles actividades del día a día, como comprar el pan, ir a la farmacia, bodega, a las tiendas, pues todos los encuestados y entrevistados están en un estadio de funcionalidad. (40 de 51). **Ser comprendidos** es el deseo del 100% de los encuestados: somos de la opinión de que el escollo más grande con que tropiezan casi a diario los adultos mayores la falta de comprensión, que es sinónimo de tolerancia, amor recíproco, respeto al pasado donde todo lo dieron en el pasado y en el presente. La mayoría refiere que se sienten mejor acompañados, pues la soledad, deprime, no desean estar solos de noche, sienten miedo a que les sobrevenga cualquier situación de salud y no tengan a quien acudir. Todas convergen en ideas ya manejadas, y otras que hablan de que como personas de la tercera edad, además de salud necesitan alegría, optimismo, (40 de 51) deseos de vivir, (51 de 51) de entretenerse, comunicarse, dar y recibir amor, relaciones sinceras, armoniosas y solidarias, (51 de 51).

2.4.3. Resultados de la entrevista al presidente el Consejo Popular San Cristóbal I.

Refiere las principales fortalezas del trabajo comunitario en el consejo así como la atención a los adultos mayores desde los trabajadores sociales, el Consultorio del Médico de la Familia, la Gastronomía Popular con los comedores a precios asequibles, entre otras facilidades.

Sensibilizado con el tema coincide en la necesidad de tratarlo a nivel comunitario en coordinación con otras organizaciones en charlas y barrio- debate.

2.4.5. Acciones propuestas y realizadas entre enero del 2018 y febrero del 2020 para el mejoramiento de las relaciones sociales con los Adultos Mayores del Consejo Popular San Cristóbal I del Municipio San Cristóbal.

1. Análisis en la Comisión integrada por directora del centro universitario Municipal, profesores implicados en la investigación, responsable de Extensión Universitaria, presidente del Consejo Popular San Cristóbal I, Presidentes de la zonas de los Comités de Defensa de la Revolución y Federación de Mujeres Cubanas, de los resultados de la investigación y el conjunto de acciones que se propone ejecutar a corto y mediano plazo para lograr los objetivos propuestos.

2. Análisis con los directores de las escuelas de la comunidad de la problemática detectada y discusión de los temas que se proponen, desde el Centro Universitario Municipal para la capacitación a profesores y que a su vez, deben ser objeto de estudio y de actividades extradocentes con los estudiantes de todos los grados.

Los temas propuestos para la capacitación de profesores y actividades extradocentes, así como su salida en la clase, a través de los Ejes Transversales, **son:**-Características de la llamada Tercera Edad. Cómo son nuestros Adultos Mayores. Cómo se comporta en nuestro país el envejecimiento poblacional y tendencias hacia el

2030. Cómo se amparan en Cuba a las personas de la Tercera Edad. Qué necesidades reflejan los adultos mayores de nuestro radio de acción, según encuestas y entrevistas. Como son nuestros los Adultos Mayores.

3. Análisis con los profesores que atienden extensión universitaria, las principales problemáticas que afectan a los adultos mayores del Consejo Popular San Cristóbal I.
4. Divulgación del Día Internacional de los Adultos Mayores
5. Divulgación de los objetivos del movimiento "Amor y veneración hacia nuestros ancianos"
6. Realización de talleres comunitarios con temas como: Cómo son nuestros Adultos Mayores.
7. Realización de Barrio- debates con temas como: Principales oportunidades y barreras que afrontan nuestros adultos mayores en la comunidad.
- Consecuencias de una incorrecta visión de nuestros adultos mayores para las presentes y futuras generaciones.
8. Creación de spots de televisión que presenten el legado de nuestros adultos mayores que se destacan en diferentes esferas en el municipio: salud, educación cultura (literatura, pintura escultura) deportes,(entrenadores, cronistas del deporte, peloteros jubilados) utilizando la emisora local TV San Cristóbal.
9. Realización de charlas en las diferentes áreas del Consejo Popular San Cristóbal I, con la problemática:

¿Cuáles son las barreras que más afectan a las personas de la tercera edad en esta demarcación?

10. Realización de círculos de interés con estudiantes de primaria y secundaria básica con los temas que cada profesor guía del círculo seleccione, que incluya las entrevistas, visitas e intercambio con adultos mayores del radio de acción de los estudiantes, abuelos tíos y otros parientes de la tercera edad.
11. Realización de encuentros de conocimientos entre las escuelas de cada Consejo Popular con temas relacionados con la importancia de la conservación de la funcionalidad y salud espiritual de los adultos mayores de la comunidad.
12. Realización de concursos en las escuelas primarias y la Secundaria Básica Combate de Río Hondo, poesías, dibujo y relatos con la temática de movimiento: "Amor y veneración hacia nuestros ancianos"

2.4.6. Principales resultados obtenidos.

Se han realizado la mayor parte de las actividades previstas, durante el 2018 y 2019, sobre todo las planteadas para la coordinación y ejecución con las escuelas y hacia las comunidad, charlas, barrio-debates, capacitación a profesores, inclusión en actividades extradocentes, los círculos de interés y concursos, la propaganda y otras vías establecidas. Se ha sensibilizado a la mayoría de la población del Consejo Popular, a la que se ha llegado, sobre las vulnerabilidades, carencias espirituales de nuestros adultos mayores y la necesidad de un cambio de comportamiento en todos los espacios donde nos interrelacionemos, propiciando un ambiente de respeto y admiración.

Conclusiones.

1. Los referentes teóricos consultados han posibilitado comprender las características y tendencias actuales del grupo social comprendido dentro de la Tercera Edad, sus insuficiencias y potencialidades, así como los derechos inalienables que mantienen como grupo etario constitucionalmente están legislados.
2. La encuesta y entrevistas aplicadas a 51 personas de la tercera edad del municipio de San Cristóbal, de forma no aleatoria, permitió identificar, **sentimientos de insatisfacción** respecto a las relaciones interpersonales, familiares y sociales, las necesidades en el orden espiritual más perentorias así como las carencias que en los hogares y en el contexto social.
3. El conjunto de acciones diseñadas desde el Centro Universitario Municipal, fueron aplicadas en coordinación con el presidente del Consejo Popular San Cristóbal I en estrecho vínculos con las escuelas e instituciones del mismo permitió ejecución de las mismas, corto y mediano plazo, por diferentes vías, lo que ha permitido incidir en logro del objetivo planteado sobre el cambio cultural que se refleje en el mejoramiento de las relaciones y el comportamiento de todos, hacia nuestros Adultos Mayores.

REFERENCIAS.

- Antequera, R. y Blanco, A. (2000). *Percepción de control, auto concepto y bienestar en el anciano*. En Salvarezza, L. (ed.), LA VEJEZ: Una mirada gerontológica actual. Editorial Paidós. Buenos Aires – Argentina.
- Coelho, P. (2015) *Día Mundial de la Salud*. Carrera de Gerontología. Universidad de Maimónides. Google.
- Etcheverry (2017) *Trabajo Integrador Final: "Las Consecuencias de los Talleres y las Actividades de Ocio en los Adultos Mayores"*. Licenciatura en Psicología. Instituto Universitario de ciencias de la Salud Fundación H. A. Barceló.
- Fillenbaum (1984) Citado por Jansson M., Axel A. En: *El costo social de la pérdida de funcionalidad motora y cognitiva en el Adulto Mayor*. Pharos, vol. 8, núm. 1, mayo-junio, 2001.
- García, (2019). *Cuba: envejecimiento, dinámica familiar y cuidados*. Rev. Novedades en Población, vol.15 no.29 La Habana ene.-jun. 2019.
- OMS (1982) Asamblea Mundial de las Naciones Unidas sobre el Envejecimiento, Pdf
- OMS (2002). *Informe Mundial sobre violencia y la salud* de las Naciones Unidas, Pdf
- PCC (2017) *Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución* aprobados en el 6to y 7mo Congreso del Partido Comunista de Cuba, en. Ecu-red.
- Rodríguez, et, al (2008). *Características biopsicosociales de los ancianos*. Revista versión On-line ISSN 1025-0255, AMC v.12 n.1 Camagüey enero.-febrero. 2008.
- Salvarezza, L. (1998), *La Vejez. Una mirada gerontológica actual*, Buenos Aires, Editorial Paidós. Universidad de Las Américas Santiago, Chile.
- (2002). *Teoría y clínica*. Editorial. Paidós. Buenos Aires.
- Strejilevich, 2003) *Neurogeriatria, Neurogerontología*. Barcelona: ProuSciens.