

CONGRESO UNIVERSIDAD 2022

II Simposio Universidad, Envejecimiento y Desarrollo Sostenible APOYO EMOCIONAL AL ADULTO MAYOR DESDE EL TRABAJO SOCIOCOMUNITARIO

Autores: Dr. C Dania Rodríguez Rodríguez. Universidad de Oriente
Dr.C Yohandra Semanat Ortiz. Universidad de Oriente
M.Sc. Mónica María Corrales Lefebre. Universidad de Oriente
Dra. Clara Ortiz Moncada. Escuela Estomatología y Presidente de la AMECA



1. INTRODUCCION (OBJETIVOS)

La preocupación por alargar el período vital humano es propósito de esta investigación al revelar la necesidad no sólo de atención médica, sino adecuadas relaciones afectivas con el adulto que garantice la autoconfianza, la estabilidad, la toma de decisiones y por tanto un mejor estado emocional. Son múltiples las investigaciones que han abordado la atención al adulto mayor entre estos se destacan Meléndez Moral J. C, Cerdi Ferrer C, López (2003), Renom (2003), Pascual y Guadriado (2001), Gisell y Muñoz (2003), Chong Daniel A (2012) Urrutia Amable (2013), Ortiz, C (2018), Corrales, M (2018) y Rodríguez, D. (2018)etc. Otros como Erikson(1970),Salovey y Mayer (1995), Goleman Daniel (1999), Martínez C (2008) Bisquerra, consideran que educar las emociones es un proceso educativo continuo y permanente, que debe estar presente a lo largo de toda la vida. Múltiples son los desafíos que enfrentan los adultos mayores para satisfacer sus necesidades más apremiantes, se aprecia por el estado y gobierno interés para la atención del adulto mayor en lo referido a la salud y nivel de vida de manera general: Sin embargo, aun en las familias no escapan algunos conflictos que afectan emocionalmente a los adultos mayores cuando comienzan a sentirse como un estorbo para las familias. En otros casos se tornan temerosos ante cualquier enfermedad pensando en la muerte. Se aprecia pesimismo ante cualquier meta que se les proponga por los nietos, u otro miembro de la familia. También se amarran a la incapacidad para aprender, manifestándose torpes hasta para extraer su dinero de las tarjetas en los cajeros electrónicos. Por todos es conocido que en Cuba se realizan ingentes esfuerzos por la atención a los adultos mayores, cada vez más nuestra población va envejeciendo y de manera preventiva hay que promover su estado de salud física y emocional, por tanto hay que reforzar los factores protectores de la sociedad entre ellos la familia y el sistema de protección a la ancianidad. Muchos investigadores consideran que las emociones son mecanismos de supervivencia y por tanto se hace inminente la comunicación afectiva entre ancianos y familias.

2. DESARROLLO

Para la investigadoras han sido de gran valor los criterios de Erickson cuando reconoce que la persona en la última etapa de vida de manera consciente mejora los estilos de vida, por tanto se es del criterio que deberá tomarse en consideración el apoyo emocional como un aspecto ineludible y vital que les permita generar emociones positivas, para compartir, con otros congéneres, asumir la vida diferente, en el que se aprovechen las potencialidades desde las habilidades sociales para enfrentar la vida y un mayor intercambio social y personal. La investigación se realiza en el Consejo Popular Agüero Mar Verde con pacientes del policlinico Frank País García, en el consultorio # 122 se selecciona una muestra intencional de 16 ancianos con edades entre 65 y 70 para monitorear su estado emocional, se trabaja con 1 médico especialista en MGI. Las entrevistas y visita a los hogares realizadas arrojaron la siguiente información: Falta de comunicación entre los hijos y el adulto mayor (padre o madre) el 50% consideran que sus familias toman decisiones de salir, irse a un campismo sin su consentimiento, al menos para saber que estarán solos uno o dos días. El 80% señala es irrealizable la forma en que los nietos escuchan la música, no se les puede regalar porque ahí empiezan a reprimirlos y decirles, lo que desean no hay un respeto alguno. Un 100% plantea sentirse muy solos están la mayor parte del tiempo en casa y cuando están en compañía de sus hijos siguen estando solos. El 50% planteó que son los responsables de hacer la comida y en algunos casos no hay conformidad de los hijos porque no les gusta o porque se ha quemado y aun así reclaman sin saber cómo uno se siente. Un 20% consideran que no se sienten atendidos que les encomiendan tareas que en ocasiones son regañados porque no ha salido bien. De manera general se aprecia falta de comunicación entre los adultos mayores y sus familias, lo que limita adecuadas relaciones sociales entre ellos y por tanto falta de afecto, considerando incluso que están en compañía de familiares y aun se sienten solos, la tarea que se realiza fue a la inversa visitar de conjunto con el médico de familia a las viviendas seleccionadas y realizar charlas para darle a conocer el apoyo que deben ofrecer, a los ancianos no solo en velar y alimentarlos sino contar con ellos invitarlos a organizar tareas colectivas, donde se sienta protagonista y apoyado. Como resultado del trabajo mancomunado se determinó la necesidad de ofrecer a los adultos mayores el apoyo emocional que necesitan para que se sientan útiles en las tareas del Consejo popular, en el programa educa a tu hijo en el círculo de abuelos en la confección de lites, de juguetes entre otras. Se comprende como **apoyo emocional al adulto mayor** a un tipo particular de apoyo social que proporciona un estado emocional, que redunde en el bienestar personal y la autoconfianza del adulto mayor, para enfrentar las tareas que le corresponden y su relación con los otros, es un **apoyo auténticamente humano** que se proyectará en **todas las facetas de la vida personal y social**, en los diferentes ámbitos en los que se inserta favoreciendo, su integración social y la apropiación de este proceder para mejorar su calidad de vida que: "Para el adulto mayor es necesario e imprescindible" Rodríguez, D (2017) Se parte de precisar ese apoyo emocional como un proceso de apropiación activa de cualidades de carácter social-personal-cultural que articula con armonía, el proceso de comprensión del otro y de sí, la aceptación, el amor por lo que nos rodea, la solidaridad, la necesidad de compartir sus impresiones desde la empatía y la intimidad psicológica, en estrecha relación con sus autorreferentes familiares, personales, sociales y profesionales, con base en la reflexión, el razonamiento y el emprendimiento como aspectos claves de sostenibilidad para elevar la su calidad de vida. La necesidad de cambiar la actitud hacia los adultos mayores parte de reconocer que ellos constituyen la memoria histórica de la familia en particular, y de la sociedad en general, además por las escenas que han vivido pueden aportar más saberes en el cuidado atención y preservación de las relaciones en la propia familia. Estar atento a los cambios que se producen en ti: **Lo cual significa:** Atender su salud de manera sistemática, pues se dan cambios repentinos. Estar al tanto de lo que le hace falta y necesita para sí y tener una elevada autoestima. Saber comunicarse para sí, poseer un autocontrol cuando sea necesario, decidirse a hacer lo que desee siempre que sea requerido. Ponerse en el lugar indicado de manera que su vida gire entorno a sus necesidades, realizar proyectos a futuro. **Tener habilidades sociales.** Relacionarse con todos en la casa y en el trabajo, ser una persona sociable con vecinos amigos y compañeros de trabajo. Salir con los amigos y amigas, llamar por teléfono a los que no ves hace tiempo. Compartir tus experiencias profesionales y hogareñas con (familiares, compañeros, pareja, etc.) Trabajar por amor siempre que tengas fuerzas para hacerlo. Salir con tu pareja y romper la rutina que llevas, ir a un parque, a un museo, a visitar un amigo que hace tiempo no se ves. Trata de ser amable con tus hijos y nietos en caso, dile cuanto lo necesitas y los quieres, comunícale cuando te sientas mal, o tengas un problema. Levántate siempre con buen estado emocional. **Enfrentar la vida con decisión** Valora siempre el trabajo de los otros y si puedes comparte con ellos, brinda todo lo bueno que tienes en tu interior, eso te hará tener paz, amor y tranquilidad, etc. Piensa siempre positivo, que todo lo que haces y harás saldrá bien. Trata de demostrar que eres una innovadora aun en la cocina, invita a tus amigas a comer lo que haces diferente. No te deprima por cualquier situación, levántate y afrontala con humildad y decoro. Emancípate ante los fracasos de la vida y conviértelos en victoria. No temas en ofrecer tus puntos de vista a los que te rodean y a los que necesitan de tus experiencias. Reúnete con tus amigos y solicita un consejo a tiempo.

3. CONCLUSIONES

De manera general el trabajo sociocomunitario ha permitido profundizar en las características generales del adulto mayor, sus necesidades y cómo explorar sus intereses al apoyarlos emocionalmente a partir de conocer sus necesidades y potencialidades. El trabajo cohesionado con médico de familia y demás agentes comunitarios favoreció, las trasformaciones en estos adultos mayores. El apoyo emocional ha favorecido determinadas pautas para el trabajo en grupo para realizar tareas en la comunidad de conjunto con sus familiares.

4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Corrales Lefebre, M, Rodríguez D, Semanat Y (2018) El adulto mayor promoviendo ludotecas comunitarias. Evento Internacional de Longevidad satisfactoria. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2006. Colectivo de autores. Lectura de filosofía, salud y sociedad. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2006. GerCuba. Red Cubana de Gerontología y Geriatria. Organización Panamericana de la Salud. Guía clínica para la atención primaria de las personas mayores. [Consultado: enero de 2011]. Disponible en: <http://www.sld.cu/sitios/gercuba/> INFOMED. Subprograma de atención comunitaria al adulto mayor. [Consultado: enero de 2011]. Disponible en: http://www.sld.cu/instituciones/geriologia/paams/ps_comun_k20b.htm Iglesias Durán D. Lo psicológico en el envejecimiento. En: Nuñez de Villavicencio F. Psicología y salud. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2001. p. 145-55. Rocabruno Mederos JC. Tratado de gerontología y geriatria clínica. La Habana: Instituto Cubano del Libro; 1999. Rodríguez D, Semanat Y, Corrales M. (2018) El educador emocional en el Adulto mayor. Memorias VI Taller internacional de longevidad satisfactoria Abril en la Habana, Cuba Rodríguez, D., Semanat, Y., Corrales M., Ortiz, C. (2018) Apoyo emocional al adulto mayor. Perspectivas para su condición social personal Zaldivar Pérez D. Conocimiento y dominio del estrés. La Habana: Instituto Cubano del Libro; 1996. p. 22-8.

AGRADECIMIENTOS

A los Adultos Mayores del Consejo Agüero Mar Verde y a los investigadores de la Asociación Médica del Caribe AMECA