

**Concepción calidad de vida en el adulto mayor**  
**Del programa de Colombia mayor del municipio de Puerto Berrio**



Integrante

Jhony Alexander Velilla Restrepo

Trabajo de grado para optar por el título de Psicólogo

Asesor

Jorge Horacio Giraldo Gutiérrez

Magister en Asesoría Familiar y Gestión de Programas para la Familia

Universidad de Antioquia

Facultad de ciencias sociales y humanas

Departamento de psicología

Puerto Berrio

2020

## Tabla de Contenido

	Pág.
<b>Resumen</b>	3
<b>Introducción</b>	5
<b>Justificación</b>	7
<b>Antecedentes históricos</b>	8
<b>Planteamiento del problema</b>	10
<b>Marco conceptual</b>	11
Envejecimiento	11
<b>Presentación programa adulto mayor</b>	14
Objetivos	14
<b>Marco legal</b>	17
Ley 48 de 1986	17
Ley 100 de 1993	17
Ley 1850 de 2017	18
Conpes 156	19
<b>Marco teórico</b>	20
<b>Objetivos</b>	22
General	22
Específico	22
<b>Metodología</b>	23
Diseño metodológico	23
Conceptualización de categorías	24

Descripción método cualitativo	26
La entrevista	26
Construcción y materiales para la entrevista	30
<b>Formato aplicación diseño de entrevista</b>	32
<b>Resultados de las entrevistas</b>	33
<b>Análisis de los resultados</b>	37
<b>Análisis de la información</b>	43
Aspectos negativos	45
Aspectos positivos	47
Estrategias de mejora en la calidad de vida	48
<b>Conclusión</b>	51
<b>Bibliografía</b>	53
<b>Anexos</b>	55

## **Resumen**

El termino envejecimiento se puede definir como el proceso natural que todos los seres humanos vivimos en nuestra vida, en este se evidencian cambios y deterioros físicos, por ese motivo el presente estudio plantea una mirada al proceso de calidad de vida en adulto mayor y para este se realizara un estudio cualitativo a dos adultos mayores de 60 años, para conocer de una manera subjetiva este proceso en sus vidas.

El objetivo es conocer las experiencias personales y vivencias de estas dos personas enfocadas en el municipio de Puerto Berrio (Antioquia), esto con el fin de saber cómo perciben su calidad de vida, para esto las entrevistas se realizaran de manera semi-estructuradas, ambas personas pertenecen al programa adulto mayor del municipio.

**Palabras clave:** envejecimiento, calidad de vida, programa adulto mayor, vivencias personales, familia.

## **Abstract**

The term aging can be defined as the natural process that all human beings live in our lives, in which physical changes and deteriorations are evident, for this reason this study presents a look at the process of quality of life in older adults and for this a qualitative study will be carried out on two adults over 60 years of age, in order to know this process in their lives in a subjective way.

The objective is to know the personal experiences and experiences of these two people focused on the municipality of Puerto Berrio (Antioquia), this in order to know how they perceive their quality of life, for this the interviews will be conducted in a semi-structured way, both people belong to the municipality's older adult program.

Key words: aging, quality of life, older adult program, personal experiences, family.

## Introducción

Las personas adultas mayores son sujetos de derecho, socialmente activos, con garantías y responsabilidades respecto de sí mismas, su familia y su sociedad, con su entorno inmediato y con las futuras generaciones. Las personas envejecen de múltiples maneras dependiendo de las experiencias, eventos cruciales y transiciones afrontadas durante sus cursos de vida, es decir, implica procesos de desarrollo y de deterioro. Generalmente, una persona adulta mayor es una persona de 60 años o más de edad.

El envejecimiento humano constituye un proceso multidimensional de los seres humanos que se caracteriza por ser heterogéneo, intrínseco e irreversible; inicia con la concepción, se desarrolla durante el curso de vida y termina con la muerte. Es un proceso complejo de cambios biológicos y psicológicos de los individuos en interacción continua con la vida social, económica, cultural y ecológica de las comunidades, durante el transcurso del tiempo (Dulcey Ruiz & Uribe Valdivieso, 2002)

Representa una construcción social y biográfica del último momento del curso de vida humano. La vejez constituye un proceso heterogéneo a lo largo del cual se acumulan, entre otros, necesidades, limitaciones, cambios, pérdidas, capacidades, oportunidades y fortalezas humanas. (Dulcey Ruiz & Uribe Valdivieso, 2002)

Durante la presente investigación se entrevistaron 2 adultos mayores del municipio de Puerto Berrio, esta experiencia dejó grandes conocimientos formativos en el que hacer como psicólogo ya que lleva hacer cuestionamientos como ¿qué calidad de vida están teniendo los adultos mayores en el municipio?

Las personas entrevistadas hacen parte del programa Colombia mayor, el cual reciben ayuda monetaria y diferentes capacitaciones, actividades lúdicas y recreativas, en dicho programa se asistió algunos de estos encuentros donde se reúnen alrededor de 30 personas y fue una experiencia maravillosa el hecho de escuchar tantas historias que conmueven de alegría y nostalgia pero también historias que generan tristeza.

Historias de tristezas que ellos mismo llaman por estar “ya viejos”, ya que por el hecho de ser adultos mayores su calidad de vida no es la misma de cuando estaban jóvenes, encontramos personas que no encuentran un empleo, que a sus hijos y a sus nietos ya les “estorban” porque en algunos casos no pueden valerse por sí mismos.

Durante la entrevista a estas dos personas, esta experiencia genera muchos sentimientos, algunos de impotencia, de rabia, al escuchar que se sienten solos, que a sus familias en algunos casos sienten que les estorban, que no sienten apoyo del estado cuando no se logra llevar a la vejez con una pensión para una calidad de vida digna.

Por otra parte también las entrevistas surgen emociones y sentimientos de nostalgia , alegría por ejemplo al escuchar un poco de la historia de nuestro municipio, de que como era la sociedad, de que como uno de los entrevistados se siente feliz y acompañado de su familia.

## **Justificación**

El envejecimiento es definido como un proceso de deterioro donde se suman todos los cambios que se dan con el tiempo en un organismo y que conducen a alteraciones funcionales y a la muerte. Estos cambios en el orden morfológico, psicológico, funcional y bioquímico implican una pérdida progresiva en el tiempo de la capacidad de adaptación y la capacidad de reserva del organismo, que produce un aumento progresivo de la vulnerabilidad ante situaciones de estrés y finalmente la muerte (Villanueva Claro, 2009).

En último término, en el organismo el envejecimiento es conocido como un deterioro progresivo de los procesos fisiológicos, necesarios para mantener constante el "medio interno". La muerte es el final de este proceso que no permite mantener este equilibrio que se llama homeostasis (Villanueva Claro, 2009).

Este trabajo de grado se hace por la necesidad de conocer cuál es la percepción que tiene una persona cuando llega a la edad adulta acerca de su calidad de vida, conociendo de antemano que estamos en una sociedad donde según estadísticas del DANE de cada 10 personas solo 2 logran obtener una jubilación, donde según esto el resto de personas tienen que sobrevivir del trabajo informal.

En el municipio de Puerto Berrio el programa del adulto mayor es atendido principalmente por la alcaldía en cabeza de la secretaria de salud, liderado por la gerontóloga del municipio, en la cual tiene aproximadamente 3 mil personas mayores de 60 años activos en dicho programa, este tiene como objetivo brindar un apoyo económico equivalente a 80 mil pesos mensuales. Además se tienen un encuentro semanal donde realizan actividades lúdicas y recreativas organizadas por un instructor de educación física, para la realización de estas actividades el programa cuenta con una sede exclusivamente para dichos encuentros y otras actividades relacionadas con el programa.



Es por esto que se hace necesario realizar una investigación sobre cuál es la percepción que tienen los adultos mayores sobre su calidad de vida en el municipio de Puerto Berrio, teniendo en cuenta que toda población que se tomara como muestra pertenece al programa del adulto mayor.

Conocer cuál es la concepción de la calidad de vida brinda una orientación importante acerca de cómo está establecida la ruta para atender a esta población, conocer cómo perciben ellos las garantías que les da el gobierno y la sociedad para que ellos tengan las mismas oportunidades que el resto de personas y no sean rechazadas por el hecho de ya estar “viejos” connotaciones que a diario las vivimos y oímos en nuestra sociedad.

### **Antecedentes históricos**

Colombia, en un siglo, pasó de 4'355.470 habitantes a 42 '090.502, de los cuales más del 6% (2'617.240) es mayor de 65 años, siendo en este grupo, el 54.6% mujeres y el 46% hombres, Aunque las áreas rurales se caracterizan por mayores tasas de fecundidad, el 75% de la población general, se concentra en las cabeceras municipales debido a las altas tasas de migración (DANE, Censos 1905 y 2005). El 63.12% de la población adulta mayor se ubica en Bogotá, Antioquia, Valle del Cauca, Cundinamarca, Santander, Atlántico, Bolívar y Tolima. Concentrándose los mayores porcentajes en las ciudades de Bogotá, Medellín, Cali y Barranquilla.

En el siguiente apartado se hablara un poco acerca de la evolución que ha tenido el adulto mayor en la historia de la humanidad, tema importante conocer ya que nos brinda una orientación para entender un poco actualmente como se percibe la calidad de vida de los adultos mayores, teniendo en cuenta que el contexto cultura va evolucionando con el tiempo.

Los ancianos prehistóricos no dejaron, por supuesto, registro de sus actividades o pensamientos. Sin embargo, podemos imaginar con cierta seguridad cuál fue su condición al comprobar que todas las culturas ágrafas que conocemos tienen una consideración parecida hacia sus senectos. Su longevidad es motivo de orgullo para el clan, por cuanto eran los depositarios del saber, la memoria que los contactaba con los antepasados. Muchos de ellos se constituían en verdaderos intermediarios entre el presente y el más allá. No es de extrañar que los brujos y chamanes fuesen hombres mayores. Ejercían también labores de sanación, de jueces y de educadores. En aquellas sociedades, y ajeno a su edad, no era infrecuente que denominaren "ancianos" a quienes ejercían labores importantes. Aunque tampoco es raro que tuvieran un mismo vocablo para joven y bello, para viejo y feo. (*Ética y ancianidad* 1995)

Según el texto anterior se puede mencionar y afirmar lo que por tantos años se ha dicho acerca de cómo eran tratados los adultos mayores en nuestros antepasados, en este se puede concebir el término "vejez", el cual es sinónimo de sabiduría, ya que este tipo de personas por lo general siempre eran los líderes de dicha comunidad y todas las reglas se regían según sus órdenes.

Es por esto que a lo largo de nuestra cultura siempre se ha tenido a la persona mayor de la familia como el jefe, como la persona que tiene el poder y la sabiduría para guiar a su familia, y todos estos son los valores que hoy en día se le debe enseñar a los hijos, el respeto por las personas mayores, ya que lastimosamente estamos en una sociedad donde estas personas se convierten en una carga para sus familiares.

## **Planteamiento del problema**

¿Qué concepción de calidad de vida tiene una persona adulto mayor perteneciente al programa Colombia mayor en el municipio de puerto Berrio?

En el municipio de Puerto Berrio existen actualmente según cifras de la alcaldía alrededor de 3.000 adultos mayores inscritos en el programa del adulto mayor el cual ninguno de ellos recibe una jubilación, el cual su economía se remite al subsidio que les da el estado sumado a diferentes actividades económicas de manera informan que realizan muchos de los adultos.

Siguiendo con anterior alrededor del 60% de las personas que pertenecen al programa del adulto mayor tienen su economía principal bajo la modalidad del trabajo informal, algunos de ellos por ejemplo venden limones en las calles, otros venden comidas rápidas, y otros tienen diferentes tipos de negocios en las casas como tiendas, papelería, estas son las únicas opciones que ofrece el municipio para este tipo de personas, ya que las diferentes empresas del sector público y privado en la actualidad no existe oferta laboral para las personas mayores de 60 años.

Es por esto que para la realización de dicho proyecto se planteó el interrogante de cuál es la concepción de su calidad de vida que tienen los adultos mayores en el municipio, lugar donde la economía se basan en la pesca, ganadería y el sector de servicios, un sitio donde se ofrecen muy pocas oportunidades laborales para nuestros adultos, donde la sociedad en general a veces los discrimina porque ya no son productivos para la sociedad.

La psicología del ciclo vital considera el proceso de envejecimiento como una etapa del desarrollo que trae consigo ciertos cambios que podrían derivarse de aspectos personales, contextuales y experienciales, por lo cual busca sobreponerse a la idea de que envejecer conlleva necesariamente a

un declive, para esto plantea que en cualquier momento de la vida se experimentan tanto pérdidas relacionadas con el deterioro de las capacidades funcionales orgánicas; como también ganancias relacionadas con el bienestar subjetivo, vinculadas con el buen vivir y los afectos positivos (Dulcey Ruiz & Uribe Valdivieso, 2002).

La primera característica, considera que el envejecimiento no inicia a una edad cronológicamente igual, sino que varía de un individuo a otro. Por tanto, el clasificar como vieja a toda persona con más de 65 años es arbitrario, ya que se deben tener en cuenta otros aspectos como el estado físico, la experiencia e historia personal, el ambiente familiar y social. (Villanueva Claro, 2009).

## **Marco conceptual**

### **Envejecimiento**

Envejecer no es una enfermedad, sino un cambio inseparable de la vida. En general se considera que se inicia al finalizar la fase de crecimiento y madurez de los individuos; al principio sus efectos son imperceptibles y van siendo más visibles con el paso del tiempo.

En cuanto a las aptitudes, el envejecimiento no tiene por qué ser considerado como una limitante, ya que esta puede ser una etapa igualmente sana a las demás, si bien es pertinente aceptar que en esta etapa se presentan cambios físicos, se pueden diseñar nuevas formas de vida con menores presiones que le permitan al adulto mayor vivir tranquilo y acorde con sus posibilidades. Tradicionalmente se le ha atribuido erróneamente a esta población la pérdida acelerada de sus facultades mentales, sin embargo, se ha demostrado que estas personas aprenden también con gran facilidad (Villanueva Claro, 2009). En cuanto a las relaciones sociales, este autor plantea que son los demás quienes reaccionan de manera positiva o negativa de acuerdo a sus concepciones sobre la

vejez. En este sentido, una sociedad que privilegia la juventud y en esa medida la belleza y el dinero, tenderá a discriminar y aislar la población envejecida. (Villanueva Claro, 2009).

Lemos (1994) señala que todo hombre por naturaleza es un ser social y ningún aspecto de éste debe ser considerado por fuera de esta premisa. La sociedad genera modelos y estándares de vida los cuales obedecen, a su vez, a la organización familiar, la estructura económica, demográfica y política y a los sistemas de creencias compartidas (Kalish, 1991).

Además de todo lo anterior la psicología del ciclo vital considera el envejecimiento como una de las pocas características que permiten la unificación de todos los seres humanos ya que según esta perspectiva se comienza a envejecer desde el mismo momento del nacimiento, de esta manera tanto la persona de 25 como la de 65 se encuentran en este proceso de envejecimiento, del cual no puede escapar, así un año más de vida es un escalón más que acerca a las personas a la muerte; es por esto que el significado desde la psicología del ciclo vital para la vejez, es aumentar la edad o volverse más viejo, en este sentido un año más de vida también es un año menos de la misma. (Dulcey Ruiz & Uribe Valdivieso, 2002)

Es importante mencionar algunas características psicológicas en el proceso de envejecimiento, si bien en relación a la salud se podría hablar de síntomas a nivel físico como dolores en las articulaciones, mareos, fatiga, etc., (Fernández-Ballesteros y Zamarrón, 1996) lo que puede desencadenar enfermedades como la hipertensión, diabetes y enfermedades cerebrovasculares (Durán, Uribe-Rodríguez y Molina, 2006) comunes en la vejez, se encuentran también a nivel de salud psíquica algunos aspectos relacionados con la depresión, la demencia senil y las alteraciones en la memoria (Fernández-Ballesteros y Zamarrón, 1996), según la OMS (2001) estas problemáticas son las más comunes en la adultez mayor, si bien es algo que se relaciona con un debilitamiento

cognitivo, se ha encontrado que la persona posee a pesar de esta disminución, la capacidad para aprender, solo que la variación se da a nivel de tiempo, ya que requiere un proceso más lento (Uribe Rodríguez, Valderrama Orbeago, & Molina Linde, 2007).

La vejez entonces es un proceso biológico de todo ser humano en el que en algún momento de nuestras vidas llegaremos, pero dicho proceso no tiene por qué ser una limitante y convertir a las personas como seres que tienen que ser excluidos y que en algunos casos “se convierten en estorbo para algunas familias”, pero para esto es necesario un trabajo conjunto del estado con la sociedad en cambiar nuestra concepción que se tiene al llegar a esta etapa de la vida.

## **Presentación programa adulto mayor**

A continuación se presenta el programa del adulto mayor, el cual hace parte de Colombia mayor liderado por el gobierno nacional, pero diseñado por la gobernación de Antioquia para así hacerlo llegar a todos los municipios del departamento.

Hasta 1967, los mal denominados “Asilos”, fueron financiados por la acción filantrópica de la comunidad y las comunidades religiosas, que en general fueron también las promotoras de su creación, y como tal su funcionamiento era apoyado económicamente por la Beneficencia de Antioquia, que como se recuerda también financiaba los hospitales, Ante la creación del entonces Servicio Seccional de Salud de Antioquia en el año de 1967, con el objetivo de atender la Salud del departamento todas las instituciones hospitalarias y asistenciales pasaron como dependencia de esta entidad, quien continuó financiando su funcionamiento como entidades de salud.

En 1975 con la creación del Sistema Nacional de Salud, los Asilos se denominaron Centros de Bienestar del Anciano y fueron clasificados como entidades vinculadas al sistema de salud, en consecuencia, al igual que los hospitales, el Servicio Seccional, una vez cumplidos los requisitos exigidos, les entregaba los recursos para su funcionamiento, situación que todavía genera la creencia de que el pasivo prestacional del personal de estas instituciones corresponda pagarlo a la SSSA (red de prestadores de salud). Así funcionaron las instituciones por 15 años, básicamente con una intervención asistencial y proteccionista, producto de la beneficencia que ejercían las comunidades religiosas y a nivel del departamento se iba dando paso al trabajo gerontológico con grupos de jubilados de las empresas y el inicio en la Universidad Católica de Oriente en la formación de gerontólogos profesionales universitarios.

Las transformaciones que enmarcaron el sector salud en la década del 90, por consiguiente afectaron estas instituciones, porque la Ley 10 de 1990, reorganizó el Sistema Nacional de Salud, descentralizando la administración de los servicios de salud a cada ente territorial y asignó a las administraciones municipales la responsabilidad de la construcción y mantenimiento de los Centros de Bienestar del Anciano. Igualmente esta ley dio un nuevo manejo para los auxilios y donaciones que recibirían las entidades privadas que prestaban servicios de salud y entre ellas estaban los CBA hoy (Centros de Protección para el Adulto Mayor CPSAM), las cuales debían suscribir contratos con los municipios y departamentos para prestar dichos servicios, teniendo como base el decreto reglamentario 777, que exigía capacidad técnica.

### **Objetivo específico**

Mejorar las condiciones de vida de la población adulta mayor del departamento de Antioquia. La población adulta mayor y anciana actual de Antioquia muestra un deterioro en sus condiciones de vida expresado entre otros factores en:

- Escasas oportunidades para acceder a la educación básica y superior, lo cual se refleja en una tasa de analfabetismo del 12.54% (Encuesta de Calidad de Vida, 2011). Los bajos niveles educativos se traducen en pocas oportunidades de empleo de calidad y precarios ingresos que no permitan a la población vieja y anciana acceder a seguridad social en salud y a una pensión, condiciones necesarias para la satisfacción de sus necesidades básicas.
- Bajas coberturas de atención en salud. En el año 2009 de 597.883 adultos mayores del departamento el 14% correspondiente a 837 adultos mayores, no estaban afiliados a la



seguridad social en salud, asunto que resulta de la mayor importancia en este grupo poblacional.

- Exclusión del adulto mayor y anciano de los escenarios de participación para la formulación y presentación de iniciativas relacionadas con sus necesidades, riesgos y problemáticas.

**Para ello se propone:**

- Mejorar las condiciones de vida de la población adulta mayor y anciana
- Ampliar la cobertura de aseguramiento en salud y desarrollar programas de atención y prevención en las patologías propias de la edad.
- Propiciar la creación y el fortalecimiento de los espacios de participación (cabildos municipales de adultos mayores y ancianos).
- Disminuir la tasa de analfabetismo y apoyar la cofinanciación de programas de educación no formal dirigidos a la población adulta mayor y anciana.
- Desarrollo de proyectos productivos que a la vez permitan el aprovechamiento del tiempo libre.

## **Marco legal**

### **Ley 48 de 1986**

La ley 48 fue creada por el estado en el año 1986, esta se hizo por la necesidad de lograr recursos económicos y establecer algunas garantías en cuanto a la calidad de vida de los adultos mayores en nuestro país, para esto en dicha ley se autoriza en construir una estampilla la cual conseguir recursos de alrededor de 500.000.000.00 el cual se destinara para los centros de bienestar del anciano de todo el país, para así dotarlo de las herramientas necesarias para aquellas personas tengan unas óptimas condiciones de vida.

Estos centros de bienestar del anciano los deberá establecer cada municipio pero supervisado bajo la contraloría general de la república, con el fin de garantizar que los dineros sean utilizado a esta población, dichos centros deberán tener servicios mínimos de terapia ocupacional y diferentes actividades recreativas, atención médica y alimentaria, así como también actividades que fomenten su creatividad y sano esparcimiento.

### **Ley 100 de 1993**

La ley 100 fue creada y radicada en el año 1993 y esta tiene como objetivo principal establecer el sistema de seguridad social integral para todos los colombianos, en esta se busca garantizar los derechos de las personas y la comunidad para obtener la calidad de vida acorde a la dignidad humana mediante la protección

El Sistema comprende las obligaciones del Estado y la sociedad, las instituciones y los recursos destinados a garantizar la cobertura de las prestaciones de carácter económico, de salud y servicios complementarios, materia de esta Ley, u otras que se incorporen normativamente en el futuro.

### **Ley 1850 del 19 de julio de 2017**

Con esta ley se modifica el artículo 229 del Código Penal para establecer que quien someta a condición de abandono y descuido a una persona mayor, con 60 años de edad o más, y afecte sus necesidades de higiene, vestuario, alimentación o salud, incurrirá en penas que pueden ir de 4 a 8 años de prisión y tendrá que pagar multas entre 1 y 5 salarios mínimos mensuales legales vigentes.

Dispone que el abandono de una persona mayor por parte de una institución a la cual corresponde su cuidado, será causal para cancelación de los permisos de funcionamiento. Además, la institución será sancionada con una multa de 20 salarios mínimos mensuales legales vigentes.

Con esta normativa también se establecen penas para quien maltrate física o psicológicamente a las personas mayores de su núcleo familiar. (A estas penas también quedará sometido quien, no siendo miembro del núcleo familiar, sea el encargado del cuidado del adulto mayor y lo maltrate física o psicológicamente)

En cuanto al maltrato de los adultos mayores mediante restricción a la libertad física, la ley penaliza y establece multas contra quien restrinja su libertad de locomoción (esto, sin importar que sea parte de su familia o que esté bajo su tutela).

### **Conpes 156 (concejo nacional de política económica y social)**

En este se menciona la creación de una ley que garantice los recursos para la población más vulnerable adulta mayor, dichos recursos se crearan bajo la modalidad BEPS (beneficios económicos periódicos como parte de los servicios sociales complementarios del sistema de seguridad social integral), mediante este se pretende que todas las personas adulta mayor que no alcanzo una jubilación pueda al menos tener un subsidio para tener un sustento económico.

Los BEPS son mecanismo individual, independiente, autónomo y voluntario, de protección para la vejez que se ofrece como parte de los Servicios Sociales Complementarios y que se integra al SPV. La población objetivo de los BEPS son aquellas personas que al final de su etapa productiva no alcanzan a obtener una pensión del SGP y que pertenezcan a los niveles de Sisben 1, 2 y 3. Las personas clasificadas en los niveles 1 y 2 de Sisben podrán contar con un ingreso superior al ofrecido por el Programa de Protección Social al Adulto Mayor (PPSAM), mediante una participación voluntaria con su ahorro y con el subsidio monetario del Estado. Las personas pertenecientes al nivel 3 de Sisben tendrán un incentivo proporcional a su ahorro. Este mecanismo se rige bajo los principios de solidaridad, equidad, voluntariedad y participación.

## **Marco teórico**

De acuerdo al propósito del presente trabajo de grado, el marco conceptual del presente proyecto se enlaza a conceptos de orden cultural, social y psicológico desde los cuales se plantean algunas definiciones del envejecimiento y al concepto calidad de vida, que es la perspectiva desde la cual se analizará la condición de los adultos mayores del municipio de Puerto Berrio (Antioquia)

### **Calidad de vida**

Calidad de vida es un concepto que se refiere al conjunto de condiciones que contribuyen al bienestar de los individuos y a la realización de sus potencialidades en la vida social.

La calidad de vida comprende factores tanto subjetivos como objetivos. Entre los factores subjetivos se encuentra la percepción de cada individuo de su bienestar a nivel físico, psicológico y social. En los factores objetivos, por su parte, estarían el bienestar material, la salud y una relación armoniosa con el ambiente físico y la comunidad.

Como tal, muchos aspectos afectan la calidad de vida de una persona, desde las condiciones económicas, sociales, políticas y ambientales, hasta la salud física, el estado psicológico y la armonía de sus relaciones personales y con la comunidad.

Entre sentido, podríamos analizar la calidad de vida considerando cinco grandes áreas:

- Bienestar físico, asociado a la salud y la seguridad física de las personas;
- Bienestar material, que incluiría nivel de ingresos, poder adquisitivo, acceso a vivienda y transporte, entre otras cosas;

- Bienestar social, vinculado a la armonía en las relaciones personales como las amistades, la familia y la comunidad;
- Bienestar emocional, que comprende desde la autoestima de la persona, hasta su mentalidad, sus creencias y su inteligencia emocional;
- Desarrollo, relacionado con el acceso a la educación y las posibilidades de contribuir y ser productivos en el campo laboral.
- Desde el ámbito social, el envejecimiento se define a partir de la historia específica de cada sociedad, incorporando en su definición la noción de “envejecimiento social” a partir de la demanda de esta población de: vivienda, trabajo, servicios, espacios y actividades de manera especial y particular que deben ser brindados de acuerdo al contexto en el cual se requiera. Esto permite considerar la vejez como una construcción social e histórica, en relación al consumo y a los estilos de vida a los que propenda cada sociedad (Lozano Poveda, 2011).

## **Objetivos**

### **General**

Identificar la concepción de la calidad de vida de dos (2) adultos mayores del municipio de Puerto Berrio pertenecientes al programa de adulto mayor.

### **Específicos**

- ✓ Describir la percepción del bienestar emocional en la calidad de la vida de las personas entrevistadas.
- ✓ Conocer los beneficios sociales a los cuales tienen acceso la persona entrevistada dentro del programa Colombia mayor
- ✓ Determinar la calidad de satisfacción sobre la red de apoyo del adulto mayor

## **Metodología**

El presente proyecto tiene el objeto de descubrir cuál es la concepción de la calidad de vida de dos (2) personas adultas mayores, y para lograrlo se tiene pensado la implementación de un estudio cualitativo, de la siguiente forma:

### **Diseño metodológico**

Tipo de Estudio: Cualitativo

Nivel: Exploratorio-descriptivo

Unidad de Análisis: Calidad de vida

Población de Referencia: 2 adultos mayores, de estrato socioeconómico 1, con edad entre los 60 y 65 años, pertenecientes al programa adulto mayor del municipio de Puerto Berrio.

Instrumento: Entrevista Individual semi-Estructurada

La aplicación de estas entrevistas se realizara en la sede del programa adulto mayor en el municipio de Puerto Berrio el cual está ubicado en el barrio el centro, cuenta con un espacio amplio y tranquilo en la cual realizan ellos sus diferentes actividades, estas entrevistas se realizarán en dos (2) sesiones, en horarios diferentes en los cuales se reúnen para así lograr un ambiente de confianza y total tranquilidad para así lograr experiencias gratificantes.

**Categorías de Análisis:** sustento económico/habitabilidad, bienestar emocional/calidad de vida, beneficios sociales y red de apoyo/relaciones interpersonales, las categorías antes mencionadas fueron tomadas de la estructura del programa adulto mayor en el municipio de Puerto Berrio.



## **Conceptualización de las categorías**

### **Sustento económico/habitabilidad**

Para la realización de esta categoría se busca conocer cuál es sustento económico de la población adulta mayor, también conocer si lograron tener una vivienda propia o si pagan arriendo también cuales son las condiciones de dicha vivienda, y si adicional reciben algún tipo de ayuda por parte de algún miembro de su familia.

Conociendo estas características de la población se podrá evidenciar como vive económicamente la población adulta mayor del municipio de Puerto Berrio, conociendo de antemano que estamos en un municipio donde no se cuenta con oportunidades laborales y garantías por parte del estado para las personas mayores de 60 años.

### **Bienestar emocional/calidad de vida**

En este aspecto se busca conocer que opinión tienen las personas del término felicidad y calidad de vida y como pueden relacionar ambos conceptos, y a su vez saber cómo definen estos en su vida actual, en este espacio se busca de una manera reflexiva que las personas nos cuenten si son felices en sus vidas y como perciben su calidad de vida en estos momentos.

Ésta categoría es de suma importancia ya que todos algún momento de la vida es necesario hacer una autoevaluación para conocer si estamos cumpliendo con nuestras metas, si son felices en la vida que llevan o que oportunidades les gustaría tener por parte de la sociedad en general y del estado para que les garantice una calidad de vida óptima.

## **Beneficios sociales**

En ésta categoría se busca conocer qué tipo de apoyo recibe por parte del estado o por parte de algún miembro de su familia, como también saber qué beneficios obtienen por parte del programa adulto mayor el cual hacen parte las personas entrevistadas para dicho proyecto.

También se busca identificar qué tipo de apoyo o ayuda les gustaría recibir por parte del estado o la sociedad en general, ya que se evidencia que estas personas en algunos casos no cuentan con las oportunidades necesarias para desarrollar todas las capacidades que tienen solo por ser “viejos”, y más en un país como Colombia donde muy pocas personas logran tener una jubilación.

## **Red de apoyo/relaciones interpersonales**

En esta categoría se tiene como objetivo como aspectos como el entorno familiar, como es la dinámica familiar de las personas entrevistadas, ya que el aspecto familiar siempre es y será uno de los factores determinantes para la calidad de vida de todo ser humano, también se pretende conocer a que se dedican sus tiempos libres y que tanto libre lo dedican a realizar diferentes actividades con sus familiares.

Por último mediante esta categoría se busca conocer si las personas entrevistadas en algún momento de sus vidas sienten o han sentido algún tipo de abandono ya sea por su familia, por parte del estado o de la sociedad en general.

## **Descripción método cualitativo**

### **Enfoque cualitativo**

La simplicidad a la hora de expresar un concepto es el más alto grado de complejidad de toda teoría. Por esto y sin menoscabo de lo que venga más adelante, podemos definir la investigación cualitativa como el estudio de la gente a partir de lo que dicen y hacen las personas en el escenario social y cultural.

El objetivo de la investigación cualitativa es el de proporcionar una metodología de investigación que permita comprender el complejo mundo de la experiencia vivida desde el punto de vista de las personas que la viven (Taylor y Bogdan, 1984).

Atendiendo a la profundidad del análisis los estudios cualitativos se pueden clasificar en dos categorías: estudios descriptivos (Diseños etnográficos, Diseños fenomenológicos, Diseños biográficos o narrativos, Diseños investigación acción, Diseños documentales), es por esto que para el presente proyecto se trabara bajo la categoría de diseño biográfico o narrativo, ya que lo que pretende es conocer las experiencias significativas acerca de la calidad de vida de las personas adultas mayores.

### **La entrevista**

La entrevista es una técnica de gran utilidad en la investigación cualitativa para recabar datos; se define como una conversación que se propone un fin determinado distinto al simple hecho de conversar.<sup>3</sup> Es un instrumento técnico que adopta la forma de un diálogo coloquial. Canales la define como "la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio, a fin de obtener respuestas verbales a las interrogantes planteadas sobre el problema propuesto". Heinemann

propone para complementarla, el uso de otro tipo de estímulos, por ejemplo visuales, para obtener información útil para resolver la pregunta central de la investigación. (Taylor y Bogdan, 1984)

La entrevista es muy ventajosa principalmente en los estudios descriptivos y en las fases de exploración, así como para diseñar instrumentos de recolección de datos (la entrevista en la investigación cualitativa, independientemente del modelo que se decida emplear, se caracteriza por los siguientes elementos: tiene como propósito obtener información en relación con un tema determinado; se busca que la información recabada sea lo más precisa posible; se pretende conseguir los significados que los informantes atribuyen a los temas en cuestión; el entrevistador debe mantener una actitud activa durante el desarrollo de la entrevista, en la que la interpretación sea continua con la finalidad de obtener una comprensión profunda del discurso del entrevistado). Con frecuencia la entrevista se complementa con otras técnicas de acuerdo a la naturaleza específica de la investigación. (Taylor y Bogdan, 1984)

Algunas de las características principales que posee el enfoque cualitativo de investigación, es precisamente su proceso inductivo que consiste en ir de lo particular a lo general, es decir, en el método de la entrevista por ejemplo, se analiza lo obtenido con una persona, se sacan conclusiones y luego se realiza otra entrevista o entrevistas con el mismo fin para analizar la nueva información, revisar los resultados y sacar conclusiones, es un análisis de caso y de datos para obtener una perspectiva más general de lo que se está investigando (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2006).

Lo anterior sustenta la elección de “la entrevista individual semi-estructurada” cuyo objetivo es la exploración de los relatos sensibles o emotivos de las personas, dando lugar a ajustes suscitados por el entrevistado que permitan ahondar en temas de interés acorde con las categorías de análisis

(Banister, 2004).

### **Tipos de entrevista**

La clasificación más usual de las entrevistas de acuerdo a su planeación corresponde a tres tipos:

- Entrevistas estructuradas o enfocadas: las preguntas se fijan de antemano, con un determinado orden y contiene un conjunto de categorías u opciones para que el sujeto elija. Se aplica en forma rígida a todos los sujetos del estudio. Tiene la ventaja de la sistematización, la cual facilita la clasificación y análisis, asimismo, presenta una alta objetividad y confiabilidad. Su desventaja es la falta de flexibilidad que conlleva la falta de adaptación al sujeto que se entrevista y una menor profundidad en el análisis.
- Entrevistas semiestructuradas: presentan un grado mayor de flexibilidad que las estructuradas, debido a que parten de preguntas planeadas, que pueden ajustarse a los entrevistados. Su ventaja es la posibilidad de adaptarse a los sujetos con enormes posibilidades para motivar al interlocutor, aclarar términos, identificar ambigüedades y reducir formalismos.
- Entrevistas no estructuradas: son más informales, más flexibles y se planean de manera tal, que pueden adaptarse a los sujetos y a las condiciones. Los sujetos tienen la libertad de ir más allá de las preguntas y pueden desviarse del plan original. Su desventaja es que puede presentar lagunas de la información necesaria en la investigación.

Se considera que las entrevistas semiestructuradas son las que ofrecen un grado de flexibilidad aceptable, a la vez que mantienen la suficiente uniformidad para alcanzar interpretaciones acordes con los propósitos del estudio. Este tipo de entrevista es la que ha despertado mayor interés ya que "...se asocia con la expectativa de que es más probable que los sujetos entrevistados expresen sus

puntos de vista. de manera relativamente abierta, que en una entrevista estandarizada o un cuestionario". (Taylor y Bogdan, 1984)

Para el presente proyecto se utilizó la metodología de entrevista semiestructurada ya que previamente se diseñaron una serie de preguntas, que en el momento de la aplicación fueron adaptándose al contexto de cada adulto mayor, arrojando una experiencia maravillosa para mi labor como profesional de las ciencias sociales y humanas.

### **Diseño entrevista**

A continuación se mostrara la entrevista que se aplicará dos personas adultos mayores pertenecientes al programa de Colombia mayor del municipio de Puerto Berrio.

Antes de proceder aplicar la entrevista a las dos personas seleccionadas pertenecientes al programa adulto mayor del municipio de Puerto Berrio, se preparan todos los aspectos necesarios para que mediante esta se pueda lograr el objetivo esperado, para eso se aplicara en la sede del programa la cual está ubicada en el municipio en el barrio el centro y el cual es un espacio amplio y tranquilo, como en este lugar es donde se realizan los diferentes encuentros que tienen estas personas, las entrevistas se realizaran después de haber terminado el encuentro para no interrumpir el desarrollo y tampoco para evitar distracciones que alteren las experiencias de los participantes.

## **Construcción y material para la entrevista**

Es importante preparar con buen tiempo de anticipación la entrevista el cual nos servirá como soporte con preguntas claves de categoría a investigar, sin embargo esto debe manejarse con cierta flexibilidad ya que el hecho de haber escogido como opción la entrevista semi-estructurada, en el momento del dialogo con la persona, se pueden obviar ciertas preguntas que a simple vista se obtiene la respuesta, como también puede suceder el caso de incluir preguntas nuevas que fortalezcan el trabajo de investigación, se selecciona este tipo de entrevistas para el proyecto de grado ya que facilita el dialogo entre ambas partes lo que hace una conversaciones amena y con tinte personal.

Es recomendable para la práctica de la investigación que la información suministrada por las personas se conserve de manera anónima; para el presente estudio, dicha información será recolectada por medios escritos a través de una breve encuestada ya previamente diseñada, todo esto con el fin de tener el registro al momento de analizar la información al momento de construir los textos conclusivos (Banister, 2004).

## **Análisis e interpretación de la información**

A partir de la información recolectada en la entrevista se pueden determinar algunos tipos de análisis:

- Análisis global de la información: implica analizar el resultado de la información a modo de reflexión, interrogación y comprensión del adulto mayor con lo que se desea saber
- Transcripción de la información obtenida: se transcriben las entrevistas y los resultados para obtener una información más detallada para poder realizar la segmentación por categorías.
- Segmentación de la información de acuerdo a las categorías escogidas: se ubican las expresiones y resultado de las entrevistas en cada categoría, lo que permitirá el análisis de la información
- Revisión de las categorías: finalmente se realiza un análisis de los resultados obtenido para posteriormente realizar las respectivas conclusiones.



## **Formato aplicación entrevista**

A continuación se relaciona las preguntas que fueron realizadas a las dos personas del programa adulto mayor del municipio de Puerto Berrio, es de aclarar que como en la aplicación de toda entrevista se comienza preguntando la información general y personal tal como nombres, edad, nivel de escolaridad, composición familiar, pero ésta información no será revelada ya que se respeta el derecho a intimidad.

### **Categoría sustento económico/habitabilidad**

1. ¿Recibe algún tipo de ayuda del estado?
2. ¿Posee alguna otra entrada económica adicional?
3. ¿La vivienda que habitas, es propia o arrendada?
4. ¿Recibe algún tipo de ayuda económica por parte de algún miembro de su familia?
5. Describa las características físicas de su vivienda

### **Categoría bienestar emocional/calidad de vida**

1. ¿Qué opinión tienes de la felicidad?
2. ¿Cómo relaciona la felicidad con la calidad de vida
3. ¿A lo largo de su vida, fue feliz?
4. ¿Cómo percibe en este momento su calidad de vida?

### **Categoría beneficios sociales / estado gobierno**

1. ¿Recibe algún tipo de beneficio por parte del estado?
2. ¿Participa en otros programas programados por la alcaldía de Puerto Berrio?

3. ¿Qué tipo de apoyo le gustaría recibir por parte del estado?
4. ¿Cuenta con afiliación a seguridad social (salud, pensión)?
5. ¿tiene acceso a los servicios de salud y con qué frecuencia?

### **Categoría red de apoyo / relaciones interpersonales**

1. ¿Cómo es la relación con tu entorno familiar?
2. ¿A que dedica su tiempo libre?
3. ¿Dedicas tiempo con tu familia para realizar cualquier tipo de actividades juntos?
4. ¿En algún momento sientes o te has sentido abandonado por tu familia o por la sociedad en general?

## **Resultados de las entrevistas**

A continuación se transcribirá de manera textual las respuestas que se obtuvieron de los 2 participantes seleccionados del programa adulto mayor del municipio de Puerto Berrio.

### **Categoría sustento económico/habitabilidad**

¿Recibe algún tipo de ayuda por parte del estado?

Respuesta entrevistado 1: *“si mensualmente me dan 80 mil pesitos del programa de los viejitos”*

Respuesta entrevistado 2: *“si pertenezco al programa hace dos años y cada mes me dan 80 mil pesos”*

¿Posee alguna otra entrada económica adicional?

Respuesta entrevistado 1: *“si mijo mis hijos y mi esposo son los que me ayudan económicamente”*

Respuesta entrevistado 2: *“no recibo ayuda de ninguno de mi familia porque no tengo buena relación con ellos, sobrevivo de lo que me rebusco por ahí”*

¿La vivienda que habitas, es propia o arrendada?

Respuesta entrevistado 1: *“gracias a dios tengo casita propia ya desde hace muchos años”*

Respuesta entrevistado 2: *“no tengo casa propia, pago arriendo en una casa de familia”*

¿Cuáles son las características físicas de la vivienda que habitas?

Respuesta entrevistado 1: *“mi casa es sencilla tiene 3 habitaciones en la cual vivo con mi esposo y mis dos hijos y un nieto, tiene su cocina, patio y sala comedor y es de material”*

Respuesta entrevistado 2: *“en la pieza donde pago arriendo es pequeña y solo tiene baño, ya el tema de la cocinada me la rebusco por aparte”*

### **Categoría bienestar emocional/calidad de vida**

¿Qué opinión tienes de la felicidad?

Respuesta entrevistado 1: *“para mí la felicidad es poder tener a toda mi familia unida y que mis hijos y nietos estén siempre a mi lado”*

Respuesta entrevistado 2: *“la felicidad para mi es lograr tener el dinero con que vivir bien el día a día”*

¿Cómo relaciona la felicidad con la calidad de vida?

Respuesta entrevistado 1: *“yo relaciono la calidad de vida con la felicidad en el hecho de yo estar bien con mi familia y ser feliz con todas las personas que quiero y que están a mi alrededor”*

Respuesta entrevistado 2: *“para mí las dos las relacionaría en el estar bien en todos los sentidos pero sobre todo tener una estabilidad económica que lamentablemente no tengo porque me siento muy enfermo y aparte abandonado por parte de mi familia”*

¿Cómo percibe en este momento su calidad de vida?

Respuesta entrevistado 1: *“yo en este momento me siento feliz, no tengo dinero pero no me falta lo necesario y aparte mis hijos me quieren, me respetan y para mí eso es lo importante”*

Respuesta entrevistado 2: *“en este momento mi calidad de vida es regular ya que me siento muy enfermo, no cuenta con una estabilidad económica y aparte no tengo buena relación con mi familia”*

### **Categoría beneficios sociales/estado**

¿Participa en algún otro programa del estado?

Respuesta entrevistado 1: *“no, solo asisto a las actividades del profe del adulto mayor”*

Respuesta entrevistado 2: *“solo voy a las reuniones del programa”*

¿Qué tipo de apoyo le gustaría recibir por parte del estado?

Respuesta entrevistado 1: *“me gustaría que el gobierno nos capacitara en temas para uno ser independiente y generar nuestros propios ingresos”*

Respuesta entrevistado 2: *“que el gobierno nos colabore con más plata a nosotros las personas que solo vivimos de este subsidio ya que con 80 mil pesos no alcanza uno para vivir”*

¿Cuenta con afiliación a seguridad social (salud, pensión)?

Respuesta entrevistado 1: “si estoy afiliada a medidas por parte del trabajo de mi esposo,”

Respuesta entrevistado 2: “solo tengo sisben ya que nunca cotice pensión”

### **Categoría red de apoyo/relaciones interpersonales**

¿Cómo es la relación con tu entorno familiar?

Respuesta entrevistado 1: la relación con mi familia es muy buena, mis hijos me tratan bien, me respetan y siempre están muy pendientes de mí al igual que mi esposo”

Respuesta entrevistado 2: *“con mi familia me llevo muy mal, nunca tuve hijos, pero si tengo hermanas y sobrinos y con ellos nunca me lleve bien”*

¿A qué dedicas tu tiempo libre?

Respuesta entrevistado 1: *“en mis tiempos libres me gusta cocer y todo lo relacionado con las manualidades”*

Respuesta entrevistado 2: *“pues nada en mis ratos libres descanso y veo televisión”*

¿Dedicas tiempo con tu familia para realizar actividades juntos?

Respuesta entrevistado 1: *“ con mis hijos más bien poco porque ellos trabajan todo el día, con mi nieto si hacemos muchas cosas juntos ya que él vive conmigo”*

Respuesta entrevistado 2: *“yo acá en Berrio vivo solo, mi familia vive en otro lado”*

¿En algún momento te sientes o te has sentido abandonado?

Respuesta entrevistado 1: *“no nunca me he sentido sola, siempre he tenido la fortuna de estar con mi familia”*

Respuesta entrevistado 2: *“si en estos momento me siento abandonado porque me siento enfermo y aparte no tengo un sustento económico estable”*

### **Análisis de resultados de la entrevista**

El objetivo del presente trabajo de grado consistió en identificar la concepción de la calidad de vida de 2 adultos mayores del municipio de Puerto Berrio, dicha información posibilita más adelante algún estudio más amplio que se quiera hacer de este tema tan importante en nuestra sociedad y el cual todos llegaremos en algún momento de nuestras vidas, para llegar a estas conclusiones se utilizó el enfoque de investigación cualitativo, utilizando el método de la entrevista semi-estructurada, la cual tiene como ventaja realizar un ejercicio de reflexión a través de apreciaciones personales, esto con base a las categorías ya establecidas con anterioridad y de cómo ciertos determinantes biológicos, psicológicos y sociales influyen de manera especial en la percepción de vejez y calidad de vida.

Comenzaremos por explicar cada una de las categorías emergentes que fueron utilizadas en el diseño y aplicación de la entrevista, y de qué manera se presentan en el discurso de los 2 adultos mayores focalizados para el presente estudio.

Después continuaremos con unas conclusiones de las entrevistas y de qué manera se logró los resultados de acuerdo a los objetivos de la presente investigación.

Finalmente se realiza una aproximación acerca de las teorías del envejecimiento el cual relacionados con los resultados de las entrevistas nos servirá como construcción de futuros programas de atención orientados a este tipo de población.

## **Categorías de las entrevistas**

En el proceso de investigación se diseñaron varias categorías que hacen parte importante acerca de la vida de una persona, la cual incluyen todo el proceso en sí de la calidad de vida de cada individuo.

A continuación se relacionan las categorías y los resultados obtenidos en las entrevistas:

### **Categoría sustento económico**

Para lograr el objetivo de analizar esta categoría se realizaron preguntas como si como recibían ayudas por parte del estado, o ayudas adicionales por parte de algún miembro de la familia, también se preguntó si contaban con vivienda propia, y como era físicamente esa vivienda.

Para el desarrollo de este proyecto se focalizo 2 adultos mayores, todos mayores de 60 años, el cual pertenecen al programa del adulto mayor, dirigido por la secretaria de salud de la Alcaldía de Puerto Berrio, previamente a la realización de las encuestas se habló con el encargado de dicho programa para comentarle un poco en qué consistía las entrevistas e informarle que solo son para fines educativos.

Las entrevistas se realizaron en espacios muy tranquilos ya que este programa cuenta con una sede en la cual se reúnen para realizar encuentros propios de este, se buscaron que de los 2 adultos mayores, fueran un hombre y una mujer para tener una perspectiva equitativa acerca del objetivo del estudio.

A modo general se puede concluir que todos los adultos mayores que se focalizaron reciben el subsidio del estado del adulto mayor, adicional una persona de los dos (2) en total que se entrevistaron, reciben otro ingreso extra ya sea por parte de algún miembro de su familia o una

persona externa, el resto de personas solo tiene como ingreso económico el subsidio que les da el estado.

De estas dos primeras partes de la categoría de sustento económico se puede resaltar que en su gran mayoría no cuentan con una solidez financiera ya que solo reciben los 80 mil pesos les da el estado colombiano, alguno de ellos manifiesta no tener apoyo económico de sus familias, uno menciona que nunca tuvo hijos, y otro tiene buena relación con ellos a lo largo de su vida, esta parte me deja a mi como futuro profesional de las ciencias sociales un sabor de tristeza al ver como las personas cuando llegan a una edad avanzada el estado, la sociedad y la familia los abandona, como está la otra cara de la moneda en la que vemos personas que si cuentan con el apoyo y respeto de sus familiares.

Siguiendo con esta categoría otra de las preguntas que se les hizo al grupo de adultos es si tenían vivienda propia o arrendada, de lo cual un adulto mayor tienen vivienda propia y la otra persona paga arriendo, en su relato nos cuentan que su vivienda cuenta con las necesidades básica de habitaciones, baños y cocina, y mencionan no tener casas de lujos.

De esta parte se puede concluir que más de la mitad de los adultos encuestados cuenta con vivienda propia, ellos manifiestan que en su juventud fueron ahorradores y siempre tuvieron la percepción de llegar a viejos con una casa propia, aunque algunos de los que cuentan con vivienda propia manifiestan vivir solos ya que sus familias ya tienen su vida a parte, de las personas que pagan arriendo ellos manifiestan nunca tuvieron el sentido del ahorro y pensar en adquirir en una vivienda.



## **Categoría bienestar emocional / calidad de vida**

Para investigar acerca de esta categoría se comenzó hacer preguntas como definen ellos el termino de felicidad, calidad de vida y como relacionan ambos términos, la experiencia fue muy gratificante ya que el hecho de escuchar a estas personas con tanta experiencia en sus vidas y con ese amor con el que hablan me hace sentir muy bien, para la gran mayoría de personas entrevistadas cuando se les pregunto por felicidad ellos dicen que este lo definen como hacer lo que a ellos les gusta sin hacerle daño a nadie, otros definieron la felicidad como el estar rodeado de personas positivas y alegres para su vida, ya cuando se les pregunta por el termino calidad de vida, muchos relacionan este término con la parte económica, laboral y familiar, algunos dijeron que calidad de vida la definen como el tener una solidez financiera, otros como haber logrado una pensión por medio de una larga vida laboral, otros manifestaron calidad de vida como el estar rodeado de una familia que los quiera y que estén unidos.

A lo largo de la conversación con ellos se les preguntó si ellos fueron felices en sus vidas y en este momento de sus vidas como perciben su calidad de vida, en este momento antes de contestar algunos tuvieron un largo suspiro, se considera que este es un momento donde a todos nos cuesta un poco responder esta pregunta, ya que esta nos lleva hacernos una autoevaluación y pensar si a lo largo de vida hicimos lo que nos hizo feliz, de este gran interrogante obtuvimos respuestas muy variadas, algunos manifiestan si fueron felices ya que tuvieron una familia hermosa, estuvieron rodeados de personas que los hicieron muy felices, otros de pronto les hubiera gustado estudiar y haber tenido una estabilidad laboral y así tener un sustento económico estable.

En el caso puntual de la mujer entrevistada el cual fue ama de casa entregadas a su hogar y a la crianza de sus hijos, ella manifestó les hubiera gustado estudiar y alguna haber tenido trabajo para así lograr

una estabilidad económica, caso contrario a los hombres entrevistados ya que ellos como fueron los encargados de la economía de sus hogares si tuvieron la oportunidad de trabajar, algunos mencionan si fueron felices por que lograron lo que consiguieron.

### **Categoría beneficios sociales / estado**

En el desarrollo de esta categoría se tenía como objetivo conocer qué clase de beneficios reciben del estado o qué clase de ayudas les gustaría recibir, cuando llegamos al caso de esta categoría ya sabíamos que todas las personas entrevistadas recibían el subsidio de adulto mayor el cual equivale a 80 mil pesos mensuales, el cual para muchos es el único sustento económico que tienen en el momento, esta categoría me dejo una sensación un poco amarga en algunos casos ya que muchos adultos se ven en aprietos para subsistir y sentirse poco útiles ya que el mercado laboral no les da la oportunidad de obtener un ingreso extra por medio del empleo.

Por ende en esta categoría preguntamos qué beneficios les gustaría recibir del gobierno y la sociedad en general para mejorar su calidad de vida, en la experiencia que se tuvo la oportunidad de vivir en esta pregunta, se refleja una percepción de decepción contra el gobierno y la sociedad en general, ya que por ejemplo para conseguir empleo no los contratan porque les dicen ya “estar viejos”, y por otro lado están los que durante su vida no lograron obtener una pensión para su vejez, les toca sobrevivir con lo que el gobierno les brinda y sus familiares también le ayudan.

### **Categoría red de apoyo / relaciones interpersonales**

Para indagar acerca de esta categoría tan importante para una persona adulta mayor el cual muchas veces por temas biológicos y físicos se le dificulta valerse por sí misma, el tema de las redes de apoyo y de las relaciones interpersonales se vuelven de vital importancia, por eso para la realización de este

tema hicimos preguntas acerca de cómo es la relación con el entorno familiar, que actividades realiza en el tiempo libre, y de esas actividades que tanto las realiza con la familia.

En las 2 personas entrevistadas pudimos denotar opiniones muy diferentes, algunos de las personas nos manifestaron tener muy buena relación con su núcleo familiar, sentirse muy apoyados por sus familiares, pero en su gran mayoría resaltan realizar pocas actividades de tiempo libre y sano esparcimiento con sus familiares, algunos dicen debido al tiempo ya que hoy en día se vive un ritmo de vida muy agitado y apresurado por las múltiples actividades que nos lleva el día a día.

Por otra parte está otro grupo de personas que nos manifestaron sentirse solas y abandonadas ya que sus familiares no se hacen cargo de ellos, ni tampoco tener un contacto cercano y afectivo con ellos, es por estos temas cuando uno reflexiona y piensa el por qué a veces nosotros como sociedad discriminamos y hacemos a un lado a las personas por estar “viejos”, cuando ellos nos dieron los mejores años de sus vidas por criarnos y hacernos personas de bien y productivas para la sociedad.

## **Análisis de la información**

El objetivo del presente estudio surgió de una necesidad personal de conocer que percepción de calidad de vida tienen las personas cuando llegan a la edad adulta, una edad indiscutiblemente donde todos iremos a llegar en algún momento de nuestras vidas, según la OMS se es adulto mayor cuando una persona cumple 60 años, es por esto que para lograr dicho objetivo se tomó como muestra un grupo focalizado de 2 adultos mayores pertenecientes todos al programa de Colombia mayor del municipio de Puerto Berrio.

El propósito del proyecto es realizarlo de una forma cualitativa es decir se buscó conocer la subjetividad de cada sujeto y no clasificar con tablas numéricas preguntas malas o preguntas buenas, siempre se buscó conocer la opinión personal de cada entrevistado para posteriormente realizar un análisis de las situaciones encontradas.

Para la realización de las entrevistas al grupo focalizado de personas, se diseñó previamente una encuesta la cual tuvo 4 categorías:

**Sustento económico/habitabilidad:** en esta categoría se buscó conocer si las personas recibían algún tipo de ayuda del estado, si adicional recibían alguna ayuda por parte de algún familiar, en general se buscó conocer cuál es su sustento económico en este momento de su vida.

**Bienestar emocional/ calidad de vida:** en esta categoría se buscó conocer acerca de que es para ellos términos como felicidad, calidad de vida y como relacionan ambos conceptos, y por ultimo como ellos perciben su calidad de vida en esta etapa de sus vidas.

**Beneficios sociales:** para responder a esta categoría se buscó conocer que tipo de beneficios les gustaría recibir por parte del estado, no solo del estado sino también de la sociedad en general

**Red de apoyo/relaciones interpersonales:** en esta categoría se buscó conocer que tipos de relación maneja con su núcleo de familiar, que tipo de actividades realiza en sus tiempos libres, y que tiempo libre lo dedica a estar con su familia.

No se puede desconocer que al hablar de envejecimiento se traen varias concepciones tanto físicas, psicológicas y sociales que a lo largo de la historia nos han enseñado, pero por que llegar a “viejo” trae consigo un aislamiento social?, Este es uno de los interrogantes que en lo personal a lo largo de mi vida me he hecho, ya que al llegar a esta edad parece que esta sociedad quisiera hacerlas a un lado para darle paso a las nuevas generaciones, cuando nos estamos negando a la sabiduría y la gran experiencias que tienen nuestros adultos mayores.

Así entonces se puede concluir diciendo que en la realización de las entrevistas la percepción de calidad de vida de las personas focalizadas, todos la relacionan con 2 aspectos que son **LO ECONOMICO Y LO FAMILIAR**, para ellos estos dos aspectos son fundamentales ya que estos son los que les brindan tener como ellos dicen una vejez digna, donde puedan ya dedicarse a descansar y disfrutar de lo que se ha construido durante toda su vida.

Por otra parte para la realización de dicho estudio se focalizó a dos personas mayores de 60 años, pertenecientes todos al programa de Colombia mayor del municipio de Puerto Berrio, en este aspecto se agradece de antemano por que se contó con un gran apoyo por parte de la secretaria de salud en cabeza de la personas encargada del programa del adulto mayor. Se puede concluir que en los relatos de los participantes hay experiencias muy subjetivas ya que unos dicen estar satisfechos con sus vidas y con lo que han logrado, otros por otra parte dicen estar un poco abandonados por la sociedad en general y por sus familiar ya que se sienten un poco solas.

## **Aspectos negativos**

En el ámbito familiar se encontraron que muchos de las personas entrevistadas se sienten como una carga para sus hijos y nietos, ya que no se puede negar que el envejecimiento trae consigo ciertas enfermedades y dolencias físicas normales de la edad, ya que por ejemplo ellos manifiestan que por esto necesitan de tiempo, cuidados y por ende de una persona que se dedique a ellos, y con esto se les está “robando” tiempo valioso en sus vidas que ellos pueden hacer en otras actividades, considero como persona y futuro profesional de las ciencias sociales y humanas algo triste esta situación ya que la vejez debería ser sinónimo de respeto, sabiduría y apoyo incondicional a una persona que entrego los mejores años de su vida para criarnos y darnos una educación de calidad y así convertirnos en un hombres de bien.

En lo que respecta a las relaciones familiares se puede decir que también hay cierto abandono ya que la vida actual consume mucho tiempo y muchas veces estas personas quedan mucho tiempo solas en sus casas, y a veces el poco tiempo que queda libre no lo dedican a compartir un poco con ellos.

En el ámbito social se encuentra que llegar a viejos es sinónimo de ser personas poco productivas, este es un término que lamentablemente nosotros como sociedad así lo hemos construido, ya que por ejemplo para el mercado laboral ya después de los 40 no encuentran ofertas por que las empresas dicen “ya estas pasado”. En lo que respecta a lo familiar cuando se requiere de los cuidados para ciertas enfermedades hacia las personas mayores pareciera que según ellos fuera un castigo ya que se “pierde” pudiendo hacer cosas más interesantes dicen algunos de los entrevistados.

Vemos entonces acá una necesidad de criar a los niños, adolescentes y en general a nuestra sociedad a considerar a los adultos mayores como una población productiva con igual de condición y oportunidades que una persona con una edad más joven.

En referencia al campo laboral, se encuentran con muchas falencias ya que si ellos durante su vida no lograron alcanzar una jubilación, menos van a tener una oportunidad laboral dicen ellos, acá es donde surge un aspecto importante y es la jubilación para una persona, tema que hoy en día se ha vuelto tan complicado de cumplir con las diferentes normas que el estado ha impuesto para lograr dicha satisfacción y que en realidad es muy difícil alcanzar por que el dinamismo de nuestro mercado laboral.

El tema de la jubilación se pudo ver más pronunciado en los hombres ya que ellos manifiestan al yo estar bien, también lo van a estar mi familia (esposa e hijos).

En lo que respecta al ámbito de esparcimiento se pudo notar que aunque la mayoría se sientes muy contentos ya que al hacer parte del programa de Colombia mayor se reunión con frecuencia para realizar distintos tipos de actividades, ellos manifiestan que en el municipio hay muy pocos espacios para ellos poder realizar sus actividades teniendo en cuenta que algunos cuentan con algunas limitaciones físicas.

Siguiendo con toda la información obtenida, hay que resaltar una categoría muy importante y es el tema de la salud, lamentablemente en este aspecto hay más cosas negativas que positivas, ya que ellos dicen que sus tratamientos médicos se demoran muchos, a veces deben esperar mucho por aprobaciones de cirugías y demás cosas, ellos dicen hace falta que el estado de verdad se preocupe por ellos y cree leyes que garanticen una salud de calidad.

En cuanto al tema principal del proyecto que es la calidad de vida, algunos dicen sentirse incompletos ya que por diversas circunstancias no lograron lo que soñaron en la vida, otros dicen sentirse abandonados ya que tanto el estado, la sociedad y sus familiares los hacen sentir como un estorbo y que ya no son productivos para la vida.

## **Aspectos positivos**

En los relatos de las personas entrevistadas también pudimos encontrar la otra cara de la moneda y son los adultos que solo resaltan cosas positivas acerca de su calidad de vida, personas que nos manifestaron ser felices con lo que la vida les brindó sentirse amados por una familia y que a su vez son parte fundamental en ella.

Siguiendo con esto, se denota una felicidad absoluta con lo mucho o poco que tienen, aceptan que al llegar a cierta edad se presentan limitaciones físicas y saben que es ley de la vida, y por eso dicen sentirse plenos porque tienen la experiencia y sabiduría que a muchos de nosotros nos falta.

En la parte social se sienten tranquilos ya que cuentan con el apoyo de programas como Colombia mayor que aparte de brindar un apoyo de económico, de fondo tiene toda una estructura social, psicológica y cultural, el cual hace que todas estas personas dedique su tiempo a realizar actividades productivas y de sano esparcimiento.

En el ámbito laboral encontramos que algunos de los entrevistados trabajan de manera independiente, lo que hace que generen un ingreso extra, y dicen ellos sentirse sus propios jefes y manejar su tiempo a su antojo, sin estar dependiendo de si algún familiar les ayuda para todas sus cosas.

En la red de apoyo y relaciones interpersonales algunas de los participantes manifiestan sentir el respeto que le tienen hacia ellos su núcleo familiar, algunos dicen que dedican tiempo para compartir en familia, que todas las decisiones que se toman se hacen en equipo y que todas las personas tienen voz y voto.



## **Estrategias recomendadas para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores**

Ser adulto mayor es una condición biológica que todos en el algún momento llegaremos en nuestras vidas, es por esto que hace falta que tanto la sociedad y el gobierno realizan más esfuerzos por tratar a esta comunidad con el respeto que se merece y brindar todas las oportunidades necesarias para tener una vida digna y con buena calidad de vida, a continuación después de haber realizado las entrevistas al grupo de adultos mayores y conocer un poco la realidad en el municipio de Puerto Berrio, se plantean algunas estrategias encaminadas a mejorar la calidad de vida de todos nuestros adultos.

### **Espacios para ocio, recreación y esparcimiento**

En la actualidad el municipio de Puerto Berrio solo cuenta con un salón para los encuentros del programa del adulto mayor, es un espacio pequeño para alrededor de 2 mil personas que hacen parte de este programa, de resto los únicos espacios para actividades recreativas son los parques y las placas polideportivas, cuyos sitios en la mayoría se encuentra los vendedores ambulantes, diferentes tipos de personas realizando determinada actividad lo que delimita mucho el espacio para estas personas.

Es por esto que se hace necesario que la alcaldía, gobernación de Antioquia y demás entidades del estado proporcionen espacios cómodos, tranquilos y con todas las normas necesarias que todas estas personas realicen sus actividades en lugares amplios y dedicados exclusivamente al programa de adulto mayor

### **Oportunidad de trabajo o desarrollo de actividades productivas**

La jubilación es una oportunidad que muy pocas personas logran y por eso se hace tan difícil que una persona mayor logre oportunidades labores para subsistir, es por esto que se proponen que se creen

programas orientados a favorecer a las empresas a contratar personal mayor de 60 años, donde puedan ser productivos y claro con una exigencia menos debido a que algunos presentan dolencias físicas.

Otras de las situaciones propuestas para este tema es que el gobierno destine fondos que sean utilizados exclusivamente al emprendimiento en personas mayores de 60 años, ya que el índice de informalidad en personas mayores es muy alta en nuestro país, lo que significa que nuestros adultos mayores la gran mayoría viven hoy en día del famoso llamado “rebusque”.

### **Encuentros psicológicos y educativos para los adultos mayores y sus familias**

En este aspecto se hace necesario realizar un trabajo psicológico acerca de las relaciones familiares y con el entorno social, para este espacio se proponen que se realice un trabajo interdisciplinario (psicólogo, trabajador social, licenciados) para que todas estas personas refuercen cada día los lazos sociales y familiares que están brindando hoy en día.

Según lo investigado en el programa del adulto mayor en el municipio de Puerto Berrio el trabajo psicológico que se realiza con esta población es muy poco, por eso se propone que se diseñen programas de intervención que vayan encaminadas a las necesidades de todas estas personas.

### **Programas orientados en las instituciones educativas**

En esta categoría se pensaría que se hace necesario e indispensable que en todas las instituciones educativas, instituciones de educación superior y demás, se diseñen charlas con el equipo de orientadores de cada plantel educativo, encaminadas al respeto por el adulto mayor y cambiar la concepción de verlo como un “estorbo” si no como personas que merecen todo el respeto y todas las oportunidades necesarias dentro de nuestra sociedad.

Está demostrado que los trabajos de prevención ayudan a mitigar un poco las futuras problemas de nuestro país, y lastimosamente el trato que a veces se le dan al adulto mayor es inhumano, por eso considero que cada institución dentro de su plan de estudios debería incluir charlas con los estudiantes, padres de familia y docentes acerca de la importancia del respeto, amor y por todas las personas mayores que tanta dedicación nos dieron para que hoy en día seamos personas productivas para la sociedad.

## **Conclusiones**

Abordar el tema del proceso biológico de la vejez implica hacer un estudio integral del Adulto Mayor, esto es un abordaje multidimensional e interdisciplinario que comprenda los aspectos físicos, mentales, espirituales, sociales y culturales.

En la etapa de la vejez se necesita el cuidado, la protección y calor humano de parte de la familia y de las personas que atienden a los Adultos Mayores en los Centros de Bienestar.

Para las instituciones como el programa del adulto mayor del municipio de Puerto Berrio es importante mantener un plan de trabajo con las familias de estas personas, ya que es de suma importancia que el Adulto Mayor esté respaldado emocional y físicamente por una red social; ya sea su familia, sus amigos o la sociedad.

Es importante analizar al Adulto Mayor desde una perspectiva amplia incluyendo el contexto que le rodea y las características individuales de cada persona, de esta manera se evitan sacar conclusiones apresuradas.

Cuando el gobierno no establece una política de funcionamiento en términos de la responsabilidad de los familiares, estos descuidan sus obligaciones económicas y afectivas, y se generan conflictos entre la Fundación y la familia.

Una de las causas de baja asistencia de la familia a las reuniones programadas por el programa del adulto mayor se debe a que muchas de ellas son personas Adultas Mayores y tienen dificultades físicas y económicas para el cumplimiento de las citas, es decir mucho no asisten a las reuniones por diferentes motivos, unos por que viven muy lejos y no les justifica el tiempo ni el dinero para trasladarse, otros por que presentan limitaciones físicas reducidas el cual hace difícil la asistencia

a estas actividades.

Desde la especificidad profesional del Psicólogo se puede contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los Adultos Mayores, pero es importante que el profesional esté capacitado para comprender en su complejidad la situación por la que estos atraviesan.

Aunque hace falta la figura de Psicólogo en el programa de Colombia mayor para que oriente los procesos psicológicos que tienen que ver con el tema de la calidad de vida, relaciones interfamiliares y demás situaciones importantes en este proceso.

La experiencia con el programa del adulto mayor me permitió fortalecer los conocimientos adquiridos durante la carrera de Psicología porque se vinculan los elementos teóricos con los prácticos.

## **Bibliografía**

Banister, P. (2004). Métodos Cualitativos en Psicología: una guía para la investigación.

Guadalajara: Universidad de Guadalajara

Congreso de la República. (2008). Ley 1251 de 2008. Derechos de los Adultos Mayores. [En

línea] Bogotá: Diario Oficial. Disponible en:

[http://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley\\_1251\\_2008.htm](http://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1251_2008.htm)

Dulcey, E. & Uribe, C. (2002). Psicología del ciclo Vital: hacia una visión comprehensiva de la vida humana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34; pp. 17-27.

Dulcey, E. (2010). Psicología social del envejecimiento y perspectiva del transcurso de la vida: consideraciones críticas. *Revista Colombiana de psicología*, 19(2); 207-224.

Estrada, A., Cardona, D., Segura, Á. M., Chavarriaga, L. M., Ordoñez, J., & Osorio, J. J. (2011). Calidad de vida de los adultos mayores de Medellín. *Biomédica*, 31(4); 492-502

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2006).

*Metodología de la Investigación*. 4.ed. Mexico: Interamericana.

Kalish, R. (1991). *La vejez Perspectivas sobre el desarrollo humano*. Madrid: Pirámide.

Ministerio de Educación. (1995). Ley 181 de 1995. Ley del deporte. [En línea]. Bogotá: Mineducación. Disponible en: [http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919\\_archivo\\_pdf.pdf](http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf)

Uribe Rodríguez, A. F., Valderrama Orbegozo, L. J., & Molina Linde, J. M. (2007). Salud objetiva y salud psíquica en adultos mayores colombianos. *Acta Colombiana de Psicología*, 10(1) ; 75-81.

Villanueva Claro, M. (2009). Abordaje histórico de la psicología de la vejez. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180414043002>, 1-11

## Anexos



Asistencia a la reunión encuentro adulto mayor Puerto Berrio





## Asistencia a la reunión encuentro adulto mayor Puerto Berrio

Modelo consentimiento informado para la aplicación de la entrevista y la toma de fotos

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA RECOLECCION DE DATOS

CIUDAD: XXXXX

NOMBRE DEL PROYECTO

Fecha: \_\_\_\_\_

Yo, \_\_\_\_\_ Identificado(a) con el número de cédula que aparece al pie de mi firma, actuando a mi nombre y en calidad de (cargo y rol del participante en el contexto de recolección), acepto participar de manera voluntaria del proceso de recolección de datos para el proyecto en mención, realizado por los investigadores: XXXXXXXXXXXXX

Accedo a participar y me comprometo a responder las preguntas que se me hagan de la forma más honesta posible, así como de participar en caso de ser requerido en actividades propias del proceso. Autorizo a que lo hablado durante las entrevistas o sesiones de trabajo sea grabado en video o en audio, así como también autorizo a que los datos que se obtengan del proceso de investigación sean utilizados, para efectos de sistematización y publicación del resultado final de la investigación.

Expreso que los investigadores me han explicado con antelación el objetivo y alcances de dicho proceso.

FIRMA \_\_\_\_\_

CC: