

**Universidad de la República
Instituto Superior de Educación Física
Licenciatura en Educación Física
Tesina**

**ACTIVIDADES DEL PROGRAMA DE VERANO PARA EL ADULTO
MAYOR DE LA INTENDENCIA DE MONTEVIDEO 2013 - 2014**

Autores: Sabrina LAGO

Joani DÁVILA

Profesor orientador: Nicolás ACUÑA

Montevideo - 31 de Julio – 2014

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	4
1.2 Problema de investigación.....	5
1.3 Objetivos de la investigación.....	6
1.4 Pregunta de investigación.....	6
2. MARCO TEÓRICO	7
2.1 Antecedentes.....	7
2.2 Políticas sociales.....	8
2.3 Políticas públicas.....	9
2.4 El Adulto Mayor en el Uruguay.....	11
2.5 Características del Adulto Mayor.....	13
2.6 Educación Física y el Adulto Mayor.....	14
2.7 Rol social del Adulto Mayor.....	16
2.8 Programa de Adulto Mayor de la IM.....	18
2.9 Programa de Verano de la IM.....	19
2.10 Comunidad y participación.....	21
2.11 El juego y la recreación.....	22
3. RESEÑA METODOLÓGICA	23
3.1 Paradigma.....	24
3.2 Modelo.....	25
3.3 Tipo.....	25
3.4 Nivel.....	26
3.5 Universo y muestra.....	26
3.6 Instrumento.....	28
4. ANÁLISIS DE LA INVESTIGACIÓN	29
4.1 El Programa de Verano de la IM y el Programa de Verano para el Adulto Mayor como Políticas Públicas.....	30

4.2	Fundamento del Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM....	32
4.3	Programa de Verano de la IM para el Adulto Mayor, comunidad y participación.....	36
4.4	El carácter social en la Educación Física, el Juego y la Recreación en la vida del adulto mayor.....	40
4.5	Educación Física, sus beneficios para el adulto mayor y las actividades del Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM.....	46
5.	CONCLUSIONES.....	51
6.	BIBLIOGRAFÍA.....	54
7.	ANEXOS.....	56

1. INTRODUCCIÓN

Se seleccionó este tema de investigación por diversos motivos, uno de ellos, es el interés por parte de las investigadoras de indagar sobre la realidad de la población adulta mayor en el Uruguay que participa de la propuesta del Programa de Verano para el Adulto Mayor de la Intendencia de Montevideo (IM), cuáles son sus actividades, en qué se fundamentan y cuáles son sus aportes para esta población.

El Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM 2013 – 2014 se llevó a cabo en siete playas, empezando del este, Playa Verde, Playa Malvín, Playa Buceo, Pocitos, Ramírez, Cerro y Santa Catalina, y diez parques o plazas; Facultad de Agronomía, Complejo Sacude, Plaza Simón Bolívar, Plaza Líber Seregni, Villa García, Parque Rivera, Parque Prado, Cancha El Tigre, Plaza de la Misiones y Castillo Iriarte Borda.

Como fuentes de referencia e información para el presente trabajo se tomaron proyectos e informes realizados por la Secretaría de Educación Física, Deporte y Recreación (SEFDR) dependencia de la IM, y diferentes materiales que exponían datos sobre el adulto mayor, la Educación Física y la Recreación, políticas sociales, comunidad y participación.

Se realizaron entrevistas a los coordinadores de playas y parques responsables del Programa Anual y de Verano para el Adulto Mayor de la IM y encuestas a los docentes e integrantes de los grupos de adultos mayores que participaron de la propuesta de Verano para el Adulto Mayor 2013 – 2014.

A continuación se presenta el problema de investigación.

1.2 PROBLEMA DE INVESTIGACION

Uruguay es el país de América Latina con menor tasa de crecimiento demográfico y mayor envejecimiento de la población después que Cuba. Durante las últimas décadas la población latinoamericana y caribeña ha aumentado notoriamente el número de personas adultas mayores a 60 años y más. En la región el envejecimiento se mide en la proporción de personas de 60 años o más por cada cien menores de 15 años.

En el año 2000 la población regional de entre 60 años y más, alcanzó los 43 millones de personas, cifra que irá en aumento hacia el año 2025, cuando las personas de esta franja etaria alcancen los 101,1 millones. Para el 2050, en tanto, dicha población podría llegar a los 186,0 millones de latinoamericanos y caribeños, superando ampliamente las cifras observadas hacia fines de cuarto de siglo anterior.¹

En la mayoría de los países del mundo, según datos obtenidos del Programa Nacional de Educación Física para Personas Adultas Mayores del Ministerio de Turismo y Deporte el número de adultos mayores aumentará al doble cada 20 años. Nuestro país tiene la población más envejecida de América Latina con un 13.6% de adultos mayores, a nivel mundial se encuentra en tercer nivel de los países de mayor envejecimiento.

Según Bazo (1996), citado por Martínez del Castillo et al (2006), el envejecimiento conlleva diferentes consecuencias económicas y sociales que generan diferentes preocupaciones científicas y políticas. Por ello, han surgido nuevas líneas de investigación en torno a las diferentes actividades realizadas entre las personas mayores.

Es a través de lo expuesto, que se expresa esta problemática: *Las actividades que integran la propuesta del Programa de Verano de la Intendencia de Montevideo para el Adulto Mayor en el marco de la Educación Física y la Recreación, y la repercusión en la vida de esta población.*

Dicha problemática surge a partir de la necesidad de las investigadoras de saber cuáles son las actividades que la Intendencia de Montevideo ofrece al adulto mayor en la temporada estival por medio del Programa de Verano y qué contribución, aporte, o repercusión tiene para las mismas.

¹ Datos extraídos del Programa Nacional de Educación Física para Personas Adultas Mayores, del Ministerio de Turismo y Deporte, 2010.

1.3 OBJETIVOS

General: Realizar una aproximación a las características y fundamentos de las actividades de Educación Física y Recreación del Programa de Verano de la Intendencia de Montevideo (IM) para el Adulto Mayor y su repercusión en la vida de esta población.

Específicos:

- Analizar las actividades específicas que se realizan en las propuestas de playa y de parque que forman parte del Programa de Verano de la IM para el Adulto Mayor.
- Indagar sobre la concurrencia del adulto mayor a los espacios de Parque y Playa que brinda el Programa de Verano de la IM.
- Visualizar la repercusión que las actividades del Programa de Verano de la IM tiene en la vida del adulto mayor.

1.4 PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN:

- ¿Cuál es el fundamento y las características del Programa de la IM para el Adulto Mayor?
- ¿Cuáles son las actividades que se realizan en el marco del Programa de Verano de la IM para el Adulto Mayor? ¿En qué se fundamentan?
- ¿En qué criterio se basa la formación de los grupos de adultos mayores que participan de la propuesta de las actividades del Programa de Verano de la IM?
- ¿De qué manera estas actividades repercuten en la esfera social del adulto mayor?

2. MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL

En este punto creemos conveniente detallar los antecedentes encontrados relacionados a la presente investigación, y posteriormente delimitar algunos conceptos claves que serán la base para el desarrollo de la misma.

2.1 Antecedentes

Indagando acerca de posibles investigaciones, proyectos o tesis relacionados al adulto mayor y a las actividades del Programa de Verano de la IM para esta población, encontramos el Plan de Gestión 2005 - 2010 y el Plan de Proyección 2010 – 2015, creado por la Secretaría de Educación Física, Deporte y Recreación (SEFDR) sobre el Programa de Verano. En el mismo se plantean una serie de objetivos generales y específicos que orientan las diferentes actividades que lo integran. También aparecen las diferentes instituciones que colaboran para llevar a cabo el proyecto y los diferentes beneficios que se manejan para las personas que participan del mismo.

A su vez tomamos como referencia al ‘Programa Nacional de Educación Física para personas Adultas Mayores’ del Departamento de Servicios Especiales – Comisión de Adultos Mayores, del Ministerio de Turismo y Deporte. En el mismo se detallan diferentes conceptos y temáticas en relación adulto mayor, como envejecimiento, calidad de vida, educación física, actividad física, características psicofísicas y sociales de las personas adultas mayores, y sobre el docente de Educación Física que trabaja con esta población.

Asimismo se considera importante la información brindada por la ‘Guía de servicios y recursos para Adultos Mayores’ de la IM. Aquí se detallan los diferentes servicios con los que cuenta a su disposición el adulto mayor en Montevideo, como turismo, recreación y acceso a servicios, seguridad social, asociaciones gremiales entre otros.

Se encontró también una tesina realizada por Gissel E y Caraballo S estudiantes del Instituto Superior de Educación Física de Montevideo (ISEF) en el año 2000, en la cual se investigó sobre ‘Las actividades físico-recreativas de la Intendencia Municipal de Montevideo para la tercera edad en la playa’. En la misma se intentó interpretar las

diferentes actividades físico-recreativas para esta población, con el fin de conocer el beneficio psico-físico que genera realizar actividad física al aire libre.

Por último se tomó como referencia una tesina también realizada por un estudiante del ISEF de Montevideo, Alejandro Bruzoni, en el año 2008, cuyo tema se centró en la ‘Actividad física y deporte para la tercera edad en Montevideo’, con el fin de indagar las posibilidades, circunstancias y motivaciones que definieron o no la participación de las diferentes personas en las propuestas de actividad física y deporte. Esta investigación recopiló datos extraídos de un relevamiento realizado por la IM en el año 2005, destacando que al momento en la fecha participaban de estas actividades unas 1100 personas, de las cuales el 97% eran mujeres y solamente el 3% hombres.

2.2 Políticas sociales

El surgimiento de las políticas sociales se da en el ámbito de la educación, la vivienda y la salud. Respecto al concepto de políticas sociales Raúl Atría se refiere a las mismas como “conjuntos articulados y temporalizados de acciones, mecanismos e instrumentos, conducidos por un agente público”, los cuales están “explícitamente destinados a mejorar la distribución de oportunidades o corregir la distribución de activos a favor de ciertos grupos o categorías sociales”. (Atría R, 2006 p. 7)

A su vez Caruso afirma que:

“Las políticas sociales implican una forma de intervención a nivel macro y micro que parte al Estado o lo involucra vigorosamente en un sistema de alianzas, en función de concretar acciones de gobierno dirigidas a lograr avances en las condiciones de vida y en el acceso equitativo a las oportunidades de la población. Sus mejores objetivos refieren a algún tipo de justicia o sostenibilidad social” (Caruso, A. 2005, Pág. 382).

Atría (2006) realiza una clasificación de las políticas sociales en relación a los objetivos y los destinatarios. Los ‘destinatarios’, al decir de Atría ‘grupos objetivo’, son para quienes están pensadas las políticas, se refiere de este modo a ‘destinatarios específicamente precisados’ y ‘destinatarios genéricamente precisados’. Los límites de este grupo pueden estar bien definidos o ser difusos.

Cuando el grupo objetivo presenta límites definidos, la política se encuentra dirigida a grupos sociales específicos con algún grado de organización, pero si los destinatarios de la

política no se encuentran estrictamente especificados, la política será pensada para categorías sociales.

En lo que respecta a los objetivos, Atría menciona dos tipos, los ‘objetivos singulares’ y los ‘plurales’. Los objetivos singulares se enmarcan en un escenario específico, identificable y medible; mientras que los objetivos plurales presentan un amplio espectro de acción, pretendiendo lograr simultáneamente un conjunto de metas. En relación a los objetivos y destinatarios el autor presenta una tipología que contempla cuatro categorías: proyectos, programas, planes y marcos de acción. Los ‘proyectos’ son aquellos en los que las políticas poseen objetivos singulares y destinatarios específicos, cuando los objetivos son plurales y los destinatarios específicos se habla de ‘programas’, en el caso de que los objetivos sean singulares y los destinatarios genéricos se refiere a ‘planes’ y finalmente, si los destinatarios son genéricos y los objetivos plurales, se habla de ‘marcos de acción’ De este modo se podría afirmar que el Programa de Verano de la IM para el adulto mayor pertenece a la categoría ‘programas’ ya que sus destinatarios son los adultos mayores (de acuerdo al autor ‘específicos’) y los objetivos son plurales ya que pretenden lograr simultáneamente un conjunto de metas.

Las políticas sociales son, según Atría “[...] un complejo de proyectos, planes y programas, conducidos por agentes públicos y organizados en un marco de acción para intervenir en las distribuciones de oportunidades y de activos a favor de ciertos grupos o categorías sociales.” (Atría, 2006, p. 13)

2.3 Políticas públicas

Según Raúl Atría, las políticas públicas son actividades realizadas por las instituciones del gobierno que actúan a través de agentes y las mismas influyen en los ciudadanos. A su vez, al decir de Felipe de Jesús Jasso Peña, para que la política sea pública debe generarse según determinados procedimientos, instituciones y organizaciones gubernamentales, definiéndola como un:

“[...] conjunto de actividades de las instituciones de gobierno, actuando directamente o a través de agentes, y que van dirigidos a tener una influencia determinada sobre la vida de los ciudadanos. Además, para que una política pueda definirse como “pública” debe haber sido

generada (o por lo menos revisada) en el marco de los procedimientos, instituciones y organizaciones gubernamentales.” (Jasso F. 2001, Pág. 1).

Se entiende por política pública a las respuestas que el Estado o poder público otorga a las necesidades de los gobernados, en forma de normas, instituciones, prestaciones, bienes públicos o servicios. Para que una política sea definida como “pública” debe haber sido generada (o al menos revisada) en el marco de los procedimientos, instituciones y organizaciones gubernamentales.

El concepto de políticas públicas presupone la existencia de una esfera o ámbito de la vida que no es privado o puramente individual, sino colectivo. Lo público comprende aquella dimensión de actividad humana que de algún modo requiere la regulación o intervención gubernamental o social o al menos la adopción de medidas comunes.

Raúl Atría afirma que las políticas públicas “[...] suponen cadenas de decisiones que provienen de un agente público [...]” (Atria, R. 2006, Pág. 5). El agente de estas políticas es público no sólo en cuanto a la procedencia de los recursos a utilizar sino también en relación a la inserción del agente dentro del Estado o a la apropiación colectiva de los beneficios obtenidos.

Por lo expuesto anteriormente se podría reconocer al Programa de Verano como una política pública, ya que es dirigida por un agente público, SEFDR, quien se encarga de la toma de decisiones, procesos y puesta en marcha de las diferentes propuestas a llevar a cabo durante el año para el usuario adulto mayor, respondiendo de este modo a las problemáticas que esta población enfrenta.

Como “parte o referente” del ámbito gubernamental, la SEFDR, responde a la demanda de una población que comprende el carácter colectivo característico de las políticas públicas, buscando a través de su propuesta captar la atención de la población de manera que esta participe de sus actividades, generando, de este modo, la construcción del hábito de realizar actividad física. El Programa de Verano para el adulto mayor no sólo intenta reafirmar estos propósitos sino que intenta además llevar a cabo las diferentes actividades resignificando el rol que el adulto mayor ocupa en nuestra sociedad actual.

2.4 El adulto mayor en el Uruguay

Ser adulto mayor implica una etapa más de la vida, para la cual se debe estar preparado con la finalidad de vivirla de la mejor manera posible. Esta etapa de la vida se denomina envejecimiento, el cual es un proceso dinámico e irreversible en el que intervienen múltiples factores biológicos, psíquicos y sociales. Socialmente se considera que se llega a ser adulto mayor alrededor de los 60-65 años.

Según Pont Geis “Nacemos, crecemos, maduramos y envejecemos. Hay que aceptar todo el proceso y adaptarse física y psicológicamente a cada una de sus etapas” (Geis, 1996, p. 21)

De acuerdo a la Comisión Económica para América Latina (CEPAL) Uruguay es el país que tiene mayor proporción de adultos mayores sobre el total de su población, comparando los porcentajes de la población mayores a 60 años de América Latina y el Caribe.

Según los datos obtenidos por el Instituto Nacional de Estadística (INE), del censo del año 2011 se establece no solo haber una reducción de la población joven de Uruguay, sino que además un aumento de la población adulta mayor, en donde a su vez se observa una diferencia en proporción entre hombres y mujeres, habiendo mayor cantidad de mujeres. Esta situación aumenta con el paso de los años, estimando que para el año 2050 el Uruguay cuente con una población compuesta en un 20% por adultos mayores, descendiendo, aún más, el grupo de la población más joven.² En la actualidad, Uruguay alcanza un nivel de 30 personas mayores de 60 años por cada 100 personas entre 15 y 59 años.

Otro aspecto a destacar característico en nuestro país es la presencia de mayor cantidad de mujeres adultas mayores que hombres, representando un total de 140 mujeres cada 100 hombres de la misma franja etaria.³ Cabe destacar que en las poblaciones jóvenes y centrales los valores son similares y a partir de los 75 años es que se produce un aumento en la población femenina, descendiendo la proporción de la población masculina adulta mayor.

No es menor remarcar que el 92,5% de la población adulta mayor se ubica principalmente en zonas urbanas, siendo Montevideo el departamento con menor superficie del territorio

² Ver tablas de datos en anexos, pág. 57

³ Ver tabla de datos en anexos, pág. 57

nacional uno de los departamentos con mayor densidad de personas mayores a 65 años.⁴ En relación al estado civil de la población en cuestión, encontramos que el porcentaje de mujeres adultas mayores viudas en el Uruguay es de 4 veces más que en los hombres que presentan la misma situación conyugal, donde las primeras alcanzan el 42,1% y los hombres el 11,6%.⁵

El Estado Uruguayo ofrece a esta población diferentes programas y servicios que son llevados a cabo por diversos entes públicos que lo conforman.

El Ministerio de Desarrollo Social (MIDES), ofrece prestaciones sociales en conjunto con el Banco de Previsión Social (BPS); refugios para personas en situación de calle, a través de convenios con Organizaciones no Gubernamentales (ONGs); brinda apoyo técnico y capacitación en materia de política pública y vejez.

El Ministerio de Salud Pública (MPS) por medio del Programa Nacional del Adulto Mayor, ofrece programas de alcance nacional ideados para fomentar la intervención de las organizaciones vinculadas a esta población, elaborando materiales de promoción de hábitos saludables, y dictados de talleres sobre el tema. El MSP también tiene a su cargo la fiscalización de hogares y residenciales que atienden a la población en cuestión.

El Ministerio de turismo y Deporte, ofrece clases de educación física y actividades recreativas en las plazas públicas.

Por su parte el Ministerio de Educación y Cultura por medio de la Dirección de Derechos Humanos, se encarga de la promoción y seguimiento de los derechos humanos de esta población desde el año 2006.

El Banco de Previsión Social les brinda prestaciones sociales en conjunto con el MIDES. Ofrece programas de vivienda para jubilados y pensionistas, atención integral para personas en situación de calle, préstamo para prótesis, audífonos y lentes.

La Intendencia Municipal de Montevideo, a través del programa Centros Diurnos realiza actividades socio-culturales y físico-recreativas. Paseos y excursiones en todo Montevideo y en el interior del país con bonificaciones, servicios de actividad físico y recreativa dirigidos por personal especializado en más de veinte zonas de Montevideo todos los días

⁴ Ver mapa de adultos mayores por departamento en anexos, pág.58

⁵ Ver tabla de datos en anexos, pág. 58

de la semana en otoño, invierno y primavera a través del Programa Actividades Físicas y Recreativas.

En cuanto al desarrollo económico se puede observar que en el primer tramo de la vejez, entre los 60 y 64 años, los hombres tienen una tasa de participación en el mercado laboral mayor que las mujeres, representando el 70% contra el 43%. Mientras que en la franja etaria que se encuentra entre los 85 a 89 años, los valores en las mujeres descienden a cifras inferiores del 2%, en el caso de los hombres se alcanza dicho porcentaje cuando se encuentran entre los 90 y 94 años; siendo de este modo el descenso masculino más pronunciado que en el femenino.⁶

2.5 Características del adulto mayor

Cada uno de los procesos que debe pasar el ser humano se manifiesta con cambios significativos, en el envejecimiento particularmente se producen múltiples cambios externos e internos. Dentro de los primeros se puede apreciar el cabello blanco, arrugas, flacidez, entre otros. Mientras que en los cambios internos se ve la debilidad de los órganos, dolores y pérdida de masa muscular, problemas respiratorios, etcétera.

Por otra parte se asienta la aparición eventual de todo tipo de patologías. “Los ancianos estarán inevitablemente expuestos a muchas más enfermedades que los jóvenes, y a cambios resultantes de los procesos patológicos que se agregan a todas las transformaciones fisiológicas del envejecimiento.” (Anzola - Morales, citado en morales. J, rodríguez. R, 1996, s/p)

Dada la ineficiencia de los mecanismos homeostáticos, los ancianos toleran los errores terapéuticos menos que las personas más jóvenes. Los desórdenes del sistema nervioso central son los que por lo general provocan más daños en los ancianos y producen casi la mitad de las discapacidades en el grupo de personas mayores a 65 años. Entre otras cosas produce disminución de la memoria, del intelecto, la inteligencia, pérdida de facultades sensoriales, el equilibrio, la coordinación. Como consecuencia de la disminución de la función mental, aparecen problemas en la movilidad y la marcha: mayor inseguridad, ensanchamiento de la base de apoyo, paso lento, disminución del movimiento de los brazos,

⁶ Ver detalle de los datos en anexo pág. 59

etcétera. Los sentidos también se ven afectados por las fallas en el resto de los sistemas, principalmente la visión y la audición.

En esta etapa hay diferencias según el sexo a tener en cuenta también, las mujeres poseen menor eficiencia que los hombres en todos los parámetros de la marcha. Estas deficiencias se ven potenciadas por la reducción de la masa y fuerza muscular.

A nivel funcional, el sistema cardiovascular comienza a tener un funcionamiento disminuido, entre otras cosas aparece una predisposición del corazón a desarrollar arritmias, se reduce su capacidad de bombeo de sangre, aumenta la presión arterial.

En cuanto al sistema pulmonar, aparece una disminución de la elasticidad pulmonar, aumento de la rigidez de la pared torácica y disminución de la fortaleza de la musculatura respiratoria. Todo esto lleva a una menor capacidad respiratoria y dificultad para la respiración así como afecciones en este sistema.

En cuanto al sistema músculo-esquelético, aumenta la inestabilidad postural, desequilibrio del cuerpo, cambios en el tiempo y amplitud de la respuesta muscular postural. A su vez aparece una pérdida ósea, más rápidamente en mujeres que en hombres.

Es por lo mencionado que se requiere la consideración de todos estos aspectos de forma individual, ya que en cada persona estos procesos se manifiestan a diferentes ritmos. Hay adultos mayores que se conservan en óptimas condiciones físicas pero presentan alteraciones o pérdidas en sus facultades mentales, como es el caso de la memoria, así como también suele ocurrir el caso contrario, es decir, que se conserve en óptimas condiciones psíquicas y que tenga problemas físicos como por ejemplo artrosis. Es necesario aclarar que también hay adultos mayores que tienen una vida saludable y no padecen patologías o alteraciones y realizan algún tipo de actividad física para mantener una buena calidad de vida. Frente a estas posibles alteraciones que pueda padecer el adulto mayor la actividad física se torna fundamental para prevenir algunas de estas lesiones o trastornos, para mantener y fomentar la calidad de vida.

2.6 Educación Física y el adulto mayor.

A continuación intentaremos definir el término Educación Física para luego desarrollar los aportes que esta práctica le brinda al adulto mayor.

En relación al término no es nuestra intención ahondar en la problemática existente acerca de la definición del campo, si bien consideramos necesario aclarar que no es un concepto unívoco y que el mayor problema al que se ha enfrentado la Educación Física ha sido el de su incursión o no al campo científico, por ser la Educación Física (como lo indica el término) Educación.

Si bien existen varias definiciones acerca del término tomamos parte por la siguiente,

“es un proceso pedagógico tendiente a considerar y crear las condiciones para el desarrollo de la corporeidad en su dimensión global y compleja, en particular de la motricidad como aspecto constitutivo y cualificador, capaz de dar respuesta a los sujetos en su situación y necesidad de aprendizaje, contextualizado en una sociedad cambiante e inestable [...]” (Gómez, 2002, p. 23)

Como práctica que toma en cuenta al desarrollo del individuo de forma íntegra debemos destacar el papel que cumple en el desarrollo de la corporeidad y motricidad del individuo.

“La corporeidad es una construcción biopsicosocial permanente, portadora de los más diversos significados y de imaginarios que dialécticamente modifican la vida cotidiana, nutriéndose del accionar, los afectos y los vínculos, las emociones, el gozo y el dolor [...] a partir de la diferenciación-identificación con los otros” (Gómez, 2002, p. 1).

La Educación Física actúa sobre los individuos desde el comienzo de su vida, por lo tanto es fundamental que los docentes, propicien, de forma responsable y lo más completa posible, la mayor cantidad de experiencias posibles ampliando el bagaje motor del individuo para que se conozca a sí mismo, construya su corporeidad, y de este modo forme parte de la sociedad y de la cultura a la que pertenece, ya que el hombre se construye en relación con el entorno y se modifica con él de forma dialéctica

El individuo expresa su corporeidad a través de la motricidad, esta

“[...] tratada como una herramienta que necesita afinación, pierde su esencialidad: ser la extensión de la corporeidad humana en su posibilidad de relación con la sociedad y el entorno físico, a través de acciones motrices con significación para el sujeto y su medio cultural” (Gómez, 2002. p. 4).

Por medio de la Educación Física se debería apuntar a propiciar un ambiente positivo hacia el ejercicio, una instancia de compañía y disfrute con el grupo, brindar un amplio abanico de posibilidades de ejercicios de acuerdo con sus capacidades, mantener o generar hábitos de vida saludables. Teniendo siempre en cuenta las características psico-sociales, intelectuales y biológicas del envejecimiento y por lo tanto del adulto mayor.

“Para trabajar de forma más adecuada, es importante que cada persona conozca su cuerpo, sus posibilidades de movimiento, su capacidad de realizar un ejercicio de forma correcta sin llegar al agotamiento físico ni psíquico, que controle sus necesidades y sea consciente del tipo de actividad que le es más conveniente” (Geis, 1996, p. 24)

El docente de Educación Física que trabaja con los adultos mayores debe identificar cuáles son los motivos por los que asisten a su clase, ya que no realizará la misma actividad física una persona cuyo objetivo principal es el de mejorar una serie de alteraciones físicas, que una persona que tenga como propósito integrar un grupo social, conocer a nuevas personas, entablar nuevos vínculos, etcétera.

Se considera que la actividad física puede ayudar a superar esta etapa nueva a la que se enfrenta el adulto mayor. “Su carácter colectivo, social, relacional y de movimiento es una actividad que puede colaborar positivamente en este proceso de adaptación a esta nueva situación.” (Geis, 1996, p.33)

La propuesta del docente no debe estar limitada a una serie de ejercicios, sino que tiene que tener un cierto componente recreativo. También tiene que apuntar a actividades basadas en el movimiento, en un movimiento *sentido* y *vivido*, buscar que el adulto mayor sienta los movimientos y llegue a reconocer cada parte de su organismo, cómo responde a los diferentes estímulos, comunicarse y expresarse con los otros y con ellos mismos a través del cuerpo:

“Considero que una actividad física puede ayudar a mejorar la comunicación con los demás, la aceptación de uno mismo, y del prójimo. Para conocer, sentir y aceptar a los demás es necesario que previamente nos conozcamos, sintamos y aceptemos a nosotros mismos.” (Geis, 1996, p. 36)

Por lo tanto el docente de Educación Física a través de su propuesta, pensada para el adulto mayor, en donde se tiene en cuenta sus necesidades, intereses, motivaciones, sus capacidades y debilidades tanto físicas como psíquicas lo ayuda a reencontrarse consigo mismo y aceptarse a él y a los demás.

2.7 Rol social del adulto mayor

Desde la concepción, el ser humano crece y se desarrolla a través del vínculo con el entorno y con sus iguales.

A medida que crecemos nuestro cuerpo evoluciona para que podamos enfrentarnos y adaptarnos a los requerimientos de vivir en sociedad, los aspectos físicos-psicológicos-sociales trabajan en forma de entramado complejo para mantener el equilibrio interno y la salud.

Pero existe una etapa en la que las funciones detienen su evolución y comienzan a experimentar cambios. Estos cambios en el orden morfológico, psicológico, funcional y bioquímico, se caracterizan por 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.

El adulto mayor se enfrenta entonces a la tarea de mantener su rol en la sociedad, sus vínculos sociales, su identidad social, a pesar de dichos cambios y enfrentándose también con una sociedad que exige un individuo activo y productivo descartando (muchas veces) a los más vulnerables.

Como norma social una persona se debe jubilar a los 60-65 años, lo que genera grandes cambios en el estilo de vida del adulto mayor, afectando su situación laboral y económica. Este cambio obligado socialmente en muchos casos es difícil de superar y de aceptarlo, puede llegar a generar crisis, estrés, depresión, situación de tristeza y de soledad.

A partir de la jubilación se dispone de mucho tiempo libre, según Geis: “La sociedad nos ha educado para estudiar, trabajar, realizar actividades en casa, pero poco se ha dedicado a aprender a llenar y a utilizar el tiempo libre del que se dispone con actividades gratificantes.” (Geis, 1996, p.37).

Para Dumazedier citado por Geis en su libro “Tercera edad, actividad física y salud el tiempo libre” es:

“Conjunto dinámico y complejo de ocupaciones voluntariamente empleadas en relajarse y divertirse, o para desarrollar la participación social, los gustos, los conocimientos o aptitudes después de haberse liberado de las obligaciones profesionales, familiares, sociales y culturales; no es solo lo que resta del trabajo, es hacer algo.” (Geis, 1996, p. 37).

La sociedad educa principalmente para el tiempo de trabajo, teniendo un gran valor social, considerándolo el más importante y el que ocupa más horas al día. No tiene en cuenta las actividades que se desempeñan durante el tiempo que no se trabaja. Por lo tanto el adulto mayor cuando se enfrenta a este tiempo de no trabajo muchas veces no sabe con qué

ocuparlo y genera múltiples consecuencias; se reduce el salario, se termina la relación con un grupo social, se sienten solos, aspectos que pueden llevar a un estado de depresión.

Es conveniente que el adulto mayor aprenda a valorar el tiempo libre, una de las formas en que lo puede hacer es a través de la actividad física teniendo en cuenta las consideraciones que se manejaron anteriormente.

Otro desafío al que se deben enfrentar en esta etapa es a la soledad “Han perdido su núcleo social de trabajo (nexo de unión con la sociedad); en algunos casos se quedan viudos, es decir, que pierden a sus seres queridos más próximos y, generalmente, sus hijos ya no viven en casa.” (Geis, 1996, p. 33). Se deben acostumbrar a vivir solos (aunque no en todos los casos), lo que requiere una etapa de adaptación y aceptación.

Estos grandes cambios generan una nueva mirada de la sociedad hacia ellos, el rol del adulto mayor no definido, les genera una baja autoestima, tendrán mucho tiempo libre y en muchos casos no sabrán donde ocuparlo. La educación en hábitos saludables, el gusto por estar en movimiento y la pertenencia a un grupo motiva al adulto mayor a la búsqueda de un nuevo rol social.

Es importante también la motivación psicológica, que apunte a generar espacios donde se traten las cuestiones de esta etapa y también instancias donde los participantes se apropien de la propuesta sintiéndose activos y dueños de ese espacio.

En nuestro país existen algunos espacios y programas donde los adultos mayores se encuentran, como es el caso de los grupos de adultos mayores que participan de la propuesta que la Secretaría de Educación Física, Deporte y Recreación de la IM tiene durante todo el año, las actividades dirigidas por el Ministerio de Turismo y Deporte y la propuesta del Programa de Verano para el adulto mayor de la IM.

2.8 Programa de Adulto Mayor de la IM

Este Programa es uno de los programas que se conocen como ‘Programas Propios’ que se exponen en el Plan de Gestión (2005-2010) y Proyecciones (2010-2015) de la SEFDR. Por medio del mismo se pretende apoyar la formación, integración y consolidación de grupos de adultos mayores. Permite el acceso de esta población a espacios gratuitos para la realización de diferentes actividades, como paseos, deportes adaptados, hidrogimnasia,

gimnasia, reuniones sociales, bailes y juegos de salón. Coordina con organismos nacionales, con otras Intendencias Municipales, organizaciones privadas y gremiales para la realización de actividades especiales, como es el día del Adulto Mayor en el mes de Octubre.

A continuación se presentan los objetivos generales del Programa:

- 1- Favorecer la elaboración de programas y desarrollo integral donde se promuevan la actividad física regular, la integración y la inclusión social.
- 2- Fortalecer el proceso de descentralización, impulsando la participación organizada de los vecinos/as a través de la Educación Física, el Deporte y la Recreación.
- 3- Promover la creación y desarrollo de una política democratizadora del acondicionamiento, uso y gestión de los bienes sociocomunitarios destinados a la actividad física y el libre esparcimiento.

Los objetivos estratégicos son los siguientes⁷:

- 1.1- Apoyar la formación y o consolidación de grupos adultos mayores.
- 1.2- Promover la realización de convenios de hidrogimnasia.
- 1.3- Contribuir a incrementar el conocimiento del hecho social “envejecimiento” e incentivar el debate del rol desde y hacia el Adulto Mayor y su socialización.
- 2.1- Favorecer el vínculo entre los grupos de adultos mayores, el CCZ, la IM, etc., impulsando la construcción de redes a nivel local.
- 3.1 - Favorecer el uso y gestión de los espacios socio-comunitarios desde una perspectiva democratizadora.

2.9 Programa de Verano de la IM

El Programa de Verano de la ciudad de Montevideo es llevado a cabo por la Secretaría de Educación Física, Deporte y Recreación de la Intendencia de Montevideo, en la temporada estival. Dicho programa está compuesto por actividades tanto en la franja costera de la ciudad como en algunos parques y plazas.

⁷ Material extraído del Plan de Gestión 2005 – 2010 y Proyección 2010 – 2015 de la SEFDR, pág. 17.

Las actividades de playa del Programa de Verano están conformadas por actividades con adultos mayores, escuelas deportivas de actividades acuáticas, actividades con discapacitados y módulos deportivo recreativos, destacando que participan en cada verano más de 150.000 personas en las actividades de playa.

Los objetivos que orientan las actividades del Programa de Verano se dividen en generales y estratégicos⁸:

Objetivos generales:

1. Democratizar el uso del espacio público para el esparcimiento, la socialización y el disfrute de propuestas deportivas y culturales.
2. Promover el buen uso del tiempo libre.
3. Generar actividades deportivas, sociales y culturales en espacios de buena accesibilidad en toda la ciudad de Montevideo.

Objetivos estratégicos:

1. Ampliar la oferta de actividades más allá de las playas. Incorporar propuestas deportivas y culturales en los parques de la ciudad y en algunos sitios periféricos que no tengan acceso a servicios similares.
2. Articular fuertemente dentro de la IMM las diferentes propuestas y con el Gobierno Nacional a través del Programa Uruguay a Toda Costa de la Dirección Nacional de Deporte del Ministerio de Turismo y Deporte.
3. Incrementar la propuesta de actividades incorporando disciplinas como el Tai-Chi, el Yoga, la Gimnasia y la Recreación en los parques; así como la práctica de deportes náuticos en las playas que lo permitan.
3. Generar calendario de actividades culturales y artísticas que lleguen a la población de la costa y de otras zonas de la ciudad.

En el plan de gestión (2005-2010) y proyecciones (2010-2015) realizado por la Secretaría de Educación Física, Deporte y Recreación, sección de la Intendencia de Montevideo que es responsable del Programa de Verano se tratan temas como las diferentes instituciones que colaboran para que el programa se lleve a cabo, las cosas que se tienen en cuenta para

⁸ Material extraído del Plan de Gestión 2005 – 2010 y Proyección 2010 – 2015 de la SEFDR, pág. 18

incrementar el beneficio de quienes participan del mismo. A su vez se plantean los objetivos que se tienen en cuenta para cada módulo y cómo pretenden organizar sus actividades a modo de poder aproximarse a los objetivos generales y cumplir con los específicos, estratégicos.

La presente investigación se centra en las actividades de playas y parques para el adulto mayor que integran el Programa de Verano de la IM. Las playas donde se realizan estas actividades son: Pocitos, Ramírez, Santa Catalina, Buceo, Malvín, Verde y Cerro. Los parques y plazas son los siguientes: Líber Seregni, Parque Rivera, Parque Prado, Villa García, Facultad de Agronomía, Sacude, Cancha El Tigre, Mercado Agrícola, Plaza Simón Bolívar y Castillo Iriarte Borda.

2.10 Comunidad y participación

Consideramos necesario desarrollar este concepto ya que el Programa de la IM para el adulto mayor está dirigido a los adultos mayores que forman parte de una comunidad.

Según Montero la comunidad “(...) es un grupo en constante transformación y evolución (su tamaño puede variar), que en su interrelación genera un sentido de pertenencia e identidad social, tomando sus integrantes conciencia de sí como grupo, y fortaleciéndose como unidad y potencialidad social.” (Montero, 2005, p. 207).

La autora se refiere a la comunidad como punto de encuentro, es decir, la relación, integrarse con el vecino, el sentimiento a hacer un nosotros, relaciones sociales que entienden la solidaridad, ayuda, confianza, compartir, etcétera y la creación de un espacio o ámbito físico y/o psicológico. Sus miembros desarrollan relaciones y lazos, vínculos interpersonales, con cohesión social, sentido de pertenencia al grupo e identificación con él; lo cual los fortalece como unidad y potencialidad social. Por lo tanto la comunidad implica no solo relaciones entre las personas sino que también con el lugar.

Otro concepto importante que señala Montero es el fortalecimiento de la perspectiva comunitaria. Lo define como: “el proceso mediante el cual los miembros de una comunidad (individuos interesados y grupos organizados) desarrollan conjuntamente capacidades y recursos para controlar su situación de vida, actuando de manera comprometida, consciente

y crítica. Para lograr la transformación de su entorno según sus necesidades y aspiraciones, transformándose al mismo tiempo, a sí mismos.” (Montero, 2005, p. 72).

Para que se logre el fortalecimiento de una comunidad, se requiere la acción conjunta y solidaria de los miembros de la misma, los cuales comparten objetivos y expectativas y enfrentan las mismas necesidades y problemas.

“La comunidad debe ser entendida a modo de organismo vivo” (Tönnies, 2010, p.1), por lo tanto la comunidad implica relaciones entre las personas y también con el lugar.

Montero define a la participación como “un proceso organizado, colectivo, libre, incluyente, en el cual hay una variedad de actores, de actividades y de grados de compromiso, que está orientado por valores y objetivos compartidos, en cuya consecución se producen transformaciones comunitarias e individuales” (Montero, 2005, p. 229)

Todo espacio de participación debe ser programado en todas sus fases en función de los objetivos propuestos. Para que acompañe y fortalezca un proceso de inclusión social deberá apuntar mediante el diálogo al conocimiento de los otros y de sí mismo, generar relaciones democráticas, creativas e igualitarias entre hombres y mujeres, promover un espacio para la creatividad y la libertad.

De este modo;

“uno de los desafíos más importantes de la implementación y evaluación de los proyectos en términos de la participación, es la articulación entre las actividades y procesos que se desarrollan en ámbitos más localizados y específicos y la construcción de espacios decisorios institucionalizados y con mayor presencia social y política” (Cardarelli, 1998, p. 134)

2.11 El juego y la recreación

Huizinga en sus planteos intenta revelar la presencia del juego en la sociedad como un núcleo primario de la actividad humana, concibiéndolo como fenómeno cultural. Lo define como:

“una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de “ser de otro modo” que en la vida corriente”. (Huizinga, 1987 s/p)

El individuo al jugar adquiere una capacidad mayor de sobrepasar obstáculos o de enfrentar dificultades. Por lo tanto es importante fomentar este hábito de juego desde edades tempranas hacia todas las etapas de la vida, el juego es apto para todos.

El término recreación proviene del latín “recreatio”, que significa restaurar y refrescar (la persona). De ahí que la recreación se considere una parte esencial para mantener una buena salud. El recrearse permite al cuerpo y a la mente una “restauración” o renovación necesaria para tener una vida más prolongada y de mejor calidad.

“La recreación es en esencia una experiencia personal voluntaria a través de la cual se deriva directamente disfrute y satisfacción. El individuo incurre en una actividad recreativa porque recibe satisfacción o placer de las mismas o porque percibe valores sociales o personales”⁹

Tanto el juego y la recreación en el ámbito educativo deberían considerarse como pilares que contribuyen a un proceso de cambios que el hombre atraviesa, proceso que lo involucra en su totalidad en relación al otro y al medio que lo rodea, en el cual se desarrolla y complementa, transformando y dejándose transformar.

Toda persona que desee puede ser un recreador, siempre y cuando se instruya y capacite para el trabajo con otros, a través de propuestas prácticas y teóricas, teniendo en cuenta qué es lo que quiere promover y cuáles son los objetivos a alcanzar a través de sus propuestas.

No alcanza solamente con ser receptivo hacia a las personas o grupos.

Es esencial tener presente el contexto en el cual el recreador se va desenvolver, adaptando y modificando propuestas según las características e intereses de la población con la cual va a “trabajar”. Es importante tener en consideración que todos los procesos son únicos y diferentes y que la prosperidad de los mismos depende de todos sus integrantes, de allí la importancia de la participación de los mismos y la adaptación y replanificación de las propuestas.

3. RESEÑA METODOLÓGICA

Para llevar a cabo la investigación se considera importante el manejo de dos tipos de diseños que nos permiten recoger datos primarios y datos secundarios. Según Sabino los

⁹ Material disponible en <http://www.slideshare.net/flagos/recreacin-tiempo-libre-y-ocio-presentation>.

datos primarios son aquellos que se recogen de forma directa de la realidad “[...]estos datos obtenidos directamente de la experiencia empírica, son llamados primarios, denominación que alude al hecho de que son datos de primera mano, originales, producto de la investigación en curso sin intermediación de ninguna naturaleza” (Sabino, 1986, p. 76 - 77).

Mientras que los de datos secundarios, es decir, datos obtenidos de otras fuentes, se clasifican dentro del diseño bibliográfico “[...] han sido obtenidos por otros y nos llegan elaborados y procesados de acuerdo a los fines de quienes inicialmente los manejaron” (Sabino, 1986, p. 77)

Se plantean los dos tipos de diseños ya que el primero nos brinda datos directamente de las personas que se encuentran inmersas en una determinada realidad, mientras que los bibliográficos nos permiten consultar una serie de documentos más amplia que ayuda a comprender globalmente la situación a investigar.

3.1 Paradigma

El paradigma es un modelo o ejemplo a seguir, por una comunidad científica, de los problemas que tiene que resolver y del modo cómo se van a dar las soluciones. Un paradigma comporta una especial manera de entender el mundo, manipularlo y explicarlo.

Parafraseando a Kuhn (2005), estos modelos son realizaciones científicas que están universalmente reconocidas, durante determinado tiempo, proporcionan modelos de problemas y soluciones a una comunidad científica.

En la elaboración del diseño de investigación se acude, en parte, al paradigma fenomenológico, el cual se centra en el estudio de los significados de las acciones humanas y de la vida social. Este paradigma concuerda en la presente investigación ya que pretende o al menos intenta ver e interpretar las cosas desde el punto de vista de otras personas, pretende percibir los significados propios que cada individuo elabora a partir de las experiencias vividas, logrando visualizar características referentes a los deseos, a las motivaciones, los valores y las acciones.

En este trabajo en particular el problema de investigación establecido trata sobre las relaciones, actividades, acciones de la población en cuestión (adulto mayor) y la repercusión de estas en su vida, esfera social.

3.2 Modelo

Podemos decir que el modelo de la investigación es mixto. Por un lado es de carácter cualitativo porque pretende realizar un análisis de lo subjetivo en tanto aspectos que son difícilmente cuantificables. Este método permite indagar los procesos y hechos humanos, así como construcciones sociales, culturales e históricas relacionadas a la subjetividad; se fundamenta en una perspectiva interpretativa que se centra en el entendimiento del significado de las acciones. En los abordajes cualitativos el lugar del investigador adquiere un significado y centralidad particular, se toman en cuenta sus impresiones, sus acciones en el proceso de investigar.

Por otra parte también abordamos el método cuantitativo ya que intenta generalizar resultados a poblaciones o situaciones amplias trabajando “[...] fundamentalmente con el número, el dato cuantificable” (Galeano, 2004. p. 24)

De todos modos este método no tiene en cuenta que las realidades sociales son complejas y diferentes, por lo tanto es menester no caer en la distorsión que este tipo de método puede llegar a tener.

Por lo tanto adherimos al planteo realizado por Cook y Richardt (2005) al afirmar:

“[...] que no existe tampoco razón para elegir entre métodos cualitativos y cuantitativos. Los evaluadores obrarán sabiamente si emplean cualesquiera métodos que resulten más adecuados a las necesidades de su investigación, sin atender a las afiliaciones tradicionales de los métodos. En el caso de que ello exija una combinación de métodos cualitativos y cuantitativos, hágase así pues”. (Cook y Richardt 2005, p. 11)

3.3 Tipo

Dicha investigación se clasifica dentro de las investigaciones puras ya que no se pretende realizar un trabajo de intervención inmediato, sino que se busca profundizar sobre la temática planteada. Sabino denomina como investigaciones puras a aquellas que

“[...] no persiguen una utilización inmediata para los conocimientos obtenidos, aunque ello no quiere decir, de ninguna manera, que estén desligadas de las practicas, o que sus resultados, eventualmente, no vayan a ser empleados para fines en concreto en un futuro más o menos próximo.” (Sabino, 1986, p. 49)

3.4 Nivel

En la elaboración del diseño de investigación se acude al nivel exploratorio – descriptivo. Las investigaciones exploratorias son “investigaciones que pretenden darnos una visión general de tipo aproximativo respecto a una determinada realidad. Este tipo de investigación se realiza especialmente cuando el tema elegido ha sido poco explorado [...]”. (Sabino, 1986, p. 50). Y son descriptivas cuando:

“Su preocupación primordial radica en describir algunas características fundamentales de conjuntos homogéneos de fenómenos, utilizando criterios sistemáticos que permitan poner de manifiesto su estructura o comportamiento. De esta forma se puede obtener las notas que caracterizan a la realidad estudiada”. (Sabino, 1986, p. 51).

Se pretende comprender de forma más clara la realidad de la población y la influencia de la propuesta del Programa de verano de la IM, teniendo en cuenta que las personas que son sujetos de investigación perciben una realidad que se relaciona con su historia, presente y su entorno.

Nuestro propósito es estudiar y comprender con mayor autenticidad los fenómenos y procesos que se encuentran vinculados a la realidad de los adultos mayores, dentro del contexto establecido.

3.5 Universo y muestra

Siguiendo los planteos de Sabino, se entiende por ‘*dato*’ a la información que se recolecta durante la investigación a partir de los cuales se construyen las conclusiones referentes al problema a investigar. Las fuentes a las que se acude en busca de información son denominadas ‘*unidades de datos*’, ya sean, libros, documentos, revistas, entre otros.

El universo es la suma de estas unidades de datos. Si el universo es muy amplio se debe tomar una muestra de ese universo “[...] un conjunto de unidades, una porción del total, que nos represente la conducta del universo total. Una muestra en un sentido amplio no es más que eso, una parte respecto al todo constituido por el conjunto llamado universo”. (Sabino, 1986, p. 104). Las unidades de datos tomadas en la presente investigación son: la entrevista realizada a la Prof. Dtora. Centro Deportivo Mónica Bonanni quien a su vez es coordinadora de la Secretaría de Deportes de la IM para el adulto mayor y del Departamento de Servicios Especiales, integrando la Comisión Adulto Mayor del Ministerio de Turismo y Deporte. Entrevista a Daniel Szodo, Prof. De Educación Física, Coordinador del Programa Playas de Verano de la IM. Las encuestas a los docentes de cada playa y parque y a los adultos mayores que participan de la propuesta. El plan de gestión (2005-2010) y proyecciones (2010-2015) realizado por la Secretaría de Educación Física, Deporte y Recreación, sección de la Intendencia de Montevideo que es responsable del Programa de Verano.

El universo al que nos enfrentamos en la presente investigación está compuesto por siete playas, empezando del este, Playa Verde, Playa Malvín, Playa Buceo, Pocitos, Ramírez, Cerro y Santa Catalina, y diez parques o plazas; Facultad de Agronomía, Complejo Sacude, Plaza Simón Bolívar, Plaza Liber Seregni, Villa García, Parque Rivera, Parque Prado, Cancha El Tigre, Plaza de la Misiones, Castillo Iriarte Borda, en los que se desarrollan las actividades para el adulto mayor del Programa de Verano de la IM 2014. Estos parques y playas se distribuyen en los diferentes municipios de Montevideo.

El tipo de muestra que se toma en el presente trabajo es la muestra estratificada como muestra aleatoria, según Sabino:

“[...] este método supone que el universo pueda desagregarse en sub-conjuntos menores, homogéneos internamente, pero heterogéneos entre sí. Es como si fragmentáramos en el universo en *estratos* o categorías de unidades, diferenciándolos de acuerdo a alguna variable que resulte de interés para la investigación” (Sabino, 1986, p. 109)

En base a este planteo es que decidimos realizar una selección de playas y parques que representen al menos a uno de los municipios en cuestión. A continuación exponemos un cuadro que esclarece dicha selección con los días y horarios en que se realizan las actividades:

		Días y horarios	Municipio
PLAYAS	Buceo	Martes, jueves, sábado de 8 a 11 hs.	E
	Pocitos	Lunes, miércoles y viernes de 8 a 11hs.	CH
	Ramírez	Martes, jueves, sábado de 8 a 11 hs.	B
	Santa Catalina	Lunes, miércoles y viernes de 8 a 11hs.	A
PARQUES	Líber Seregni	Lunes, miércoles y viernes de 8 a 11 hs	B
	Plaza Simón Bolívar	Lunes, miércoles y viernes de 16 a 19hs.	C
	Villa García	Martes y Jueves de 8 a 11 hs.	F
	Sacude	Lunes y viernes de 16 a 19 hs.	D
	Facultad de Agronomía	Martes y jueves de 8 a 11 hs.	G

3.6 Instrumentos o herramientas

Las técnicas a emplearse para llevar a cabo la investigación son: datos obtenidos del Programa de verano de la Intendencia de Montevideo para el adulto mayor, encuestas a los adultos mayores que participan de la propuesta, tanto en playas como en parques y a sus respectivos docentes y también entrevistas a la coordinadora general y coordinador de playas del programa.

La encuesta, según Sabino, “[...] es exclusivo de las ciencias sociales y parte de la premisa de que, si queremos conocer algo sobre el comportamiento de las personas, lo mejor, lo más directo y simple, es preguntárselo directamente a ellas.” (Sabino, 1986, p. 88).

Por lo tanto la encuesta implica obtener información de un grupo determinado de personas que dé cuenta del problema de la investigación para luego por medio de un análisis realizar las conclusiones según los datos obtenidos.

Sabino en su libro ‘El proceso de la investigación’ plantea la encuesta por muestreo “[...] donde se escoge mediante procedimientos estadísticos, una parte significativa de todo el universo, que se toma como objeto a investigar”. (Sabino, 1986, p. 88)

Para Sabino la entrevista es:

“[...] una forma específica de interacción social. [...] su ventaja esencial reside en que son los mismos actores sociales quienes proporcionan los datos relativos a su conducta, opiniones, deseos, actitudes, expectativas, etcétera. [...] Cualquier persona entrevistada podrá hablarnos de aquello que le preguntemos, pero siempre nos dará la imagen que tiene de la cosa, lo que cree que son, a través de toda su carga subjetiva de intereses, prejuicios y estereotipos.” (Sabino 1986, p. 139).

La clasificación de la entrevista que se selecciona es la no estructurada, según Sabino, son aquellas en las “[...] que no existe una estandarización formal, habiendo por lo tanto un margen más o menos grande de libertad para formular las preguntas y las respuestas”. (Sabino, 1986, p. 141).

La misma se aborda de manera flexible, dinámica, sin estructuración por parte de los investigadores pero estableciendo una guía de áreas generales que se pretende cubrir.

Dentro de las entrevistas no estructuradas se lleva a cabo la entrevista focalizada, la misma se caracteriza por abordar un único tema, y se emplea generalmente en situaciones experimentales, puesto que su objetivo es explorar con profundidad la experiencia del entrevistado sobre el tema en cuestión. El entrevistador propone algunas orientaciones al entrevistado otorgándole cierta libertad, excepto cuando este se desvía del tema. De este modo se considera a este tipo de entrevista la más adecuada con la investigación llevada a cabo.

4. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Para poder analizar el Programa de Verano de la IM, las actividades que componen el Programa de Verano para el Adulto Mayor, y su fundamento se considera necesario tomar referencia de los argumentos planteados en el marco teórico, y los datos seleccionados como primarios y secundarios en el presente trabajo.

Consideramos pertinente aclarar que el trabajo de campo se realizó en el período Enero-Febrero del corriente año y al ser la propuesta al aire libre, por motivos climáticos, muchas veces fueron suspendidas las actividades, hecho que dificultó realizar las encuestas y en muchas ocasiones la cantidad de usuarios se vio disminuida.

A su vez es necesario dejar en claro que no todos los grupos de parques y playas del Programa de Verano para el Adulto Mayor estaban conformados solamente por adultos mayores, tal y como se define en el marco teórico, ya que en alguno de ellos participaron

usuarios menores a 60 años. A pesar de ser pocos los casos, de todos modos fueron tenidos en cuenta en la presente investigación por formar parte de los respectivos grupos.

4.1 El Programa de Verano de la IM y el Programa de Verano para el Adulto Mayor como Políticas Públicas.

Luego de analizar los datos obtenidos en la presente investigación, tanto primarios como secundarios, se puede afirmar que el Programa de Verano de la IM es una política pública como fue supuesto en el marco teórico

“[...] conjunto de actividades de las instituciones de gobierno, actuando directamente o a través de agentes, y que van dirigidos a tener una influencia determinada sobre la vida de los ciudadanos. Además, para que una política pueda definirse como “pública” debe haber sido generada (o por lo menos revisada) en el marco de los procedimientos, instituciones y organizaciones gubernamentales.” (Marco Teórico p. 9)

De este modo, tal y como lo explica la cita anterior, El Programa de Verano de la IM es política pública porque es llevado adelante por la Secretaría de Educación Física, Deporte y Recreación, como agente del gobierno, y cuyas propuestas son dirigidas por los coordinadores y docentes de Educación Física, que llevan adelante las propuestas planteadas en el mismo, en cada verano.

Sin embargo, basándonos en Atría, a partir de lo analizado, se puede constatar que el Programa de Verano de la IM no cumple con las dos características que el mismo especifica que debe tener un programa como política social, si bien tiene objetivos plurales, sus destinatarios no son específicos ya que la propuesta es abierta a toda la población, intentando llegar a la mayor cantidad de usuarios posible. Por este motivo el Programa de Verano sería lo que el autor denomina una política social blanda.

En lo que respecta al Programa de Verano para el Adulto Mayor, sí podemos afirmar que se cumplen las características que un programa debe tener como política social, ya que por ser programa sus destinatarios son específicos, porque es dirigida exclusivamente al adulto mayor, y sus objetivos son plurales como se expone en el marco teórico.

Otra característica que nos permite afirmar que el Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM es un política pública es que busca generar igualdad de oportunidades entre la población de adulto mayor, planteo expresado por Mónica Bonani “[...] Buscamos

estratégicamente llegar a lugares en donde los adultos mayores no pueden acceder a un servicio de plazas de deportes, un club, o a veces hasta un gimnasio privado para hacer actividad física [...]” (Entrevista a Mónica Bonani, Anexo p 61.)

Respecto al punto anterior es oportuno aclarar que en lo que concierne al Programa Anual para el Adulto Mayor se establece una disyuntiva en relación al propósito de generar igualdad de oportunidades entre los adultos mayores, ya que si bien por un lado las propuestas también son gratuitas, por otro, tienen límite de cupos, y los adultos mayores que quieran participar deben inscribirse en un plazo determinado “[...] se inscriben en marzo en los centros comunales, nosotros hacemos un sorteo, y ese programa va de abril a noviembre [...]”. (Ídem. Anexo p.64). Por un lado se sortean los lugares disponibles para los grupos de hidrogimnasia entre los inscriptos, y por otro se establece un límite de inscripción en cada grupo de gimnasia, aproximadamente unos 40 adultos mayores, ambas situaciones se deben por disponer de pocos centros y horarios en los cuales poder llevar a cabo las propuestas y también por la escasa cantidad de docentes que trabajan con adultos mayores, “[...] nosotros tenemos un déficit importante que es de docentes, tenemos nada más que siete docentes, si miramos la realidad, si bien son ocho municipios y son dieciocho centros comunales, nosotros somos siete.” (Ídem. Anexo p.61) Por tales motivos en este momento les resulta inviable poder abrir las propuestas anuales a todos los usuarios, la realidad que se presenta en Montevideo en relación a la demanda por los adultos mayores es elevada, como es el caso de la propuesta de hidrogimnasia, en “[...] el Programa de Invierno que nosotros tenemos, aparte de gimnasia está el de hidrogimnasia, que hacemos una vez a la semana, es un programa para mayores de 60 años, que es gratuito también, y se accede por sorteo porque la demanda es altísima [...]”, (Ídem. Anexo p.63) y por temporada quedan muchos adultos en lista de espera, aún así se están inscribiendo aproximadamente 1000 adultos mayores, “[...] de hecho tenemos un gran número de gente, en lista de espera, inscribimos más de 1000 personas, por año, por temporada de hidro.”(Ídem. Anexo p. 64)

Para finalizar con esta categoría de análisis resulta importante aclarar que el Programa de Verano para el Adulto Mayor, como parte de la propuesta general del Programa de Verano de la IM responde a los objetivos que esta expone en el Plan de Gestión (2005 – 2010) y Proyecciones (2010 – 2015) de la SEFDR. De este modo se confirma el carácter plural de

los objetivos, puesto que tienen un “[...] amplio espectro de acción, pretendiendo lograr simultáneamente un conjunto de metas [...]” (Marco Teórico p. 9), y se reafirma la idea de que los destinatarios son específicos porque la propuesta es dirigida específicamente al adulto mayor.

Los objetivos generales del Programa de Verano de la IM son:

1. Democratizar el uso del espacio público para el esparcimiento, la socialización y el disfrute de propuestas deportivas y culturales.
2. Promover el buen uso del tiempo libre.
3. Generar actividades deportivas, sociales y culturales en espacios de buena accesibilidad en toda la ciudad de Montevideo.

Es importante aclarar que desde la perspectiva de las investigadoras se considera que los objetivos recién mencionados se ven reflejados y hasta en muchos casos cumplidos por parte de los grupos de playas y parques del Programa de Verano para el Adulto Mayor por los resultados obtenidos en las respuestas de los docentes y los usuarios respectivos de cada playa y parque. Ya que aparentemente la actividad física se da de forma regular fomentando el disfrute y aprovechamiento del tiempo libre y del ocio creativo, hay integración social y participación de esta población en las diferentes actividades que conforman la propuesta de Educación Física, el Deporte y la Recreación.

4.2 Fundamento del Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM

Para poder hablar del fundamento del Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM se tuvo que recurrir a las diferentes fuentes de información en las que se podría clarificar o expresar el mismo. La realidad encontrada fue que este Programa se basa en el fundamento del Programa Anual para el Adulto Mayor de la IM coordinado por la SEFDR (una de las dependencias de la IM), argumento también confirmado por Mónica Bonani cuando en la entrevista responde de forma afirmativa a la interrogante “¿el fundamento del Programa de Verano vendría a ser el mismo fundamento del Programa Anual que propone la Intendencia?” (Entrevista a Mónica Bonani. Anexo, p. 63)

A su vez indagando sobre el fundamento del Programa Anual para el Adulto Mayor de la IM encontramos que el mismo responde a los argumentos que expone la Secretaría del Adulto Mayor de la IM, (como otra de las dependencias de la IM), sobre el trabajo con esta población, que tiene como uno de sus pilares fundamentales favorecer y generar un envejecimiento activo a través de las diferentes propuestas y servicios que les ofrece,

“Desde la Secretaría para el Adulto Mayor de la Intendencia de Montevideo venimos trabajando en coordinación con otras instituciones públicas y privadas en la promoción del envejecimiento activo, lo que implica aprovechar al máximo las oportunidades para lograr y mantener el bienestar físico, psíquico y social. Esto supone adultos mayores activos físicamente así como mentalmente, actualizados, informados, vinculados con sus pares y con otras generaciones, participando en espacios comunitarios. Supone asimismo, servicios públicos y privados que faciliten esta participación, generando espacios educativos, artísticos, recreativos, de promoción y atención de salud, entre otros.”¹⁰

Otro aspecto que reafirma el vínculo entre el Programa de Verano y el Programa Anual es el hecho de que el coordinador - supervisor deportivo del área de adulto mayores del Programa de Verano (Daniel Szodo) y la coordinadora del Programa Anual de Adultos Mayores (Mónica Bonani) planifican en conjunto. “[...] tratamos de relacionar un poco el trabajo para que no sean, programas aislados y diferentes, porque la población de adulto mayor es la misma [...]”. (Entrevista a Mónica Bonani. Anexo p. 60)

En la entrevista realizada a Mónica, se destaca que uno de los propósitos principales a los que el Programa apunta es al “[...] mejor aprovechamiento del tiempo libre que ellos tienen, [...] el tiempo de ocio, pero que sea un ocio creativo [...]” (Entrevista a Mónica Bonani. Anexo, p. 63). Un beneficio que se presenta para el Programa es el hecho de contar con los diferentes espacios naturales que Montevideo presenta, de tal modo que se aprovecha en la temporada estival a realizar las actividades en las playas y parques, espacios que son ideales para otorgarle sentido a la vivencia de un ocio creativo.

En esta línea del fundamento del Programa de Verano para el Adulto Mayor debería basarse la planificación de las actividades que se llevan a cabo en las playas y parques. Sin embargo, de acuerdo a los resultados obtenidos de las encuestas a los diferentes docentes que trabajan en las propuestas de adulto mayor en verano, notamos que los mismos planifican y fundamentan sus actividades en base a algunos puntos que podrían coincidir

¹⁰ Material extraído de la Guía de servicios y recursos para Adultos Mayores, Montevideo 2012. p. 5.

con los avalados por el Programa para el Adulto Mayor, pero son variados, y no en todos los casos coincidentes.

Fundamento de las actividades del Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM en playas y parques expresado por los docentes de los respectivos grupos.

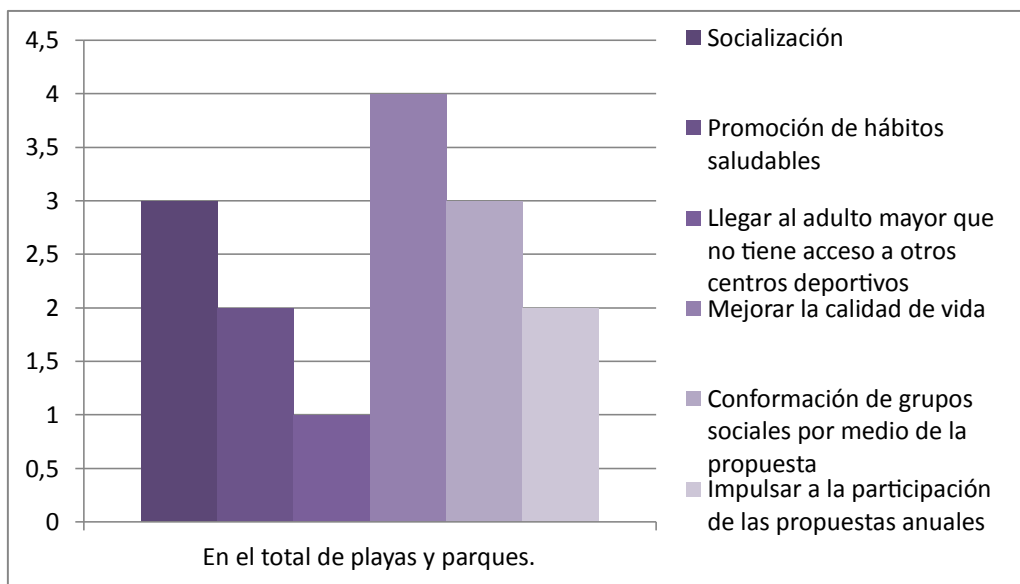


Gráfico 1. Los datos presentados en el gráfico fueron extraídos de las respuestas de los docentes a través de las encuestas. Los fundamentos expuestos representan la cantidad de respuestas otorgadas por los mismos, como se puede ver en el eje vertical.

El punto más considerado por los docentes de parques y playas para la planificación de las actividades es mejorar la calidad de vida de los adultos mayores que participan de la propuesta.

Por otra parte en ningún momento algún docente, en las encuestas, explicita tener en cuenta o aclarar que el fundamento en el Programa Anual y en el de Verano para el Adulto Mayor debería ser el mismo.

Lo que sí podría encontrarse entre ambos programas sería alguna diferencia en cuanto a los objetivos que persiguen, como por ejemplo el Programa de Verano para el Adulto Mayor se plantea como uno de sus objetivos generar el gusto por la propuesta y el espacio para que el

adulto mayor luego participe de las propuestas anuales “[...] el verano es también un lugar de captar nuevos, nuevos usuarios [...]” (Entrevista a Mónica Bonani. Anexo p. 65) De todos modos es necesario aclarar que dos de los docentes encuestados, como se muestra en el gráfico número 1, afirman que uno de los motivos que fundamentan la planificación de las actividades es generar el impulso para la participación de las propuestas anuales.

Una fortaleza que se ha encontrado en lo que respecta al Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM es que si bien, no todos los adultos mayores que quisieran participar de las propuestas de playas pueden hacerlo, por diferentes motivos, (el acceso, dificultades para caminar sobre arena blanda, exposición al sol, entre otros) tienen la posibilidad de participar de las propuestas de parques. “[...] hay personas que tienen dificultades con el tema del sol, entonces, también el parque ha generado otra alternativa por el espacio, la sombra” (Entrevista a Mónica Bonani. Anexo, p. 65)

Se destaca como otra fortaleza que el Programa de Verano para el Adulto Mayor es gratuito, al igual que el Programa Anual; por lo tanto los adultos mayores que participan no se ven limitados en este aspecto.

Otro punto favorable se encuentra en relación a las playas ya que en cada una se trabaja con una frecuencia de tres días a la semana (lunes miércoles y viernes, o martes, jueves, y sábados) intentando que las playas que se encuentran en zonas próximas o como parte del mismo municipio no coincidan en los días, para brindarle la oportunidad al adulto mayor de participar, si lo desea, todos los días de la semana (menos los domingos) de las actividades del Programa,

“Si vos te das cuenta, nosotros cuando definimos los días en que van a trabajar, porque la frecuencia es de tres días (lunes, miércoles y viernes o martes, jueves y sábados), el día que trabaja “Verde” no trabaja “Malvín”, o sea que la gente que vive ahí pueda ir todos los días. El día que trabaja “Malvín” no trabaja “Buceo” o sea que la gente que vive cerca puede ir un día a “Malvín” y otro día a “Buceo”. (Entrevista a Daniel Szodo. Anexo, p. 68)

Otro factor favorable del Programa de Verano para el Adulto Mayor es que aquí las actividades tienen mayor duración que las del año por las características de los espacios donde se realiza la actividad,

“[...] porque generalmente están los profesores prácticamente tres horas con el adulto mayor, porque tenes... puede haber.... la clase de gimnasia puede estar armada con una caminata a posterior y finalizar con un tejo que les gusta mucho a ellos, [...] en el año no la podés sostener tanto, máximo a veces estamos entre una hora treinta, dos horas con ellos”. (Entrevista a Mónica Bonani. Anexo p. 62)

La propuesta de verano tiene esta duración porque se propone en el ámbito de un espacio que genere el vínculo social, el fortalecimiento de lazos y el sentido de pertenencia a un grupo por parte de los adultos mayores, “Porque, [...] esos son espacios de socialización, entonces todo es excusa para que ellos se agrupen, para que ellos asistan, para que ellos conozcan otra realidad”. (Ídem. Anexo p 62)

4.3 Programa de Verano de la IM para el Adulto Mayor, comunidad y participación.

Para abordar este punto de análisis se cree pertinente aclarar que la información obtenida que se va a analizar se basa en el total de adultos mayores participantes de las playas y parques seleccionados como muestra. Puede hablarse de unos 235 adultos aproximadamente que concurren a los centros seleccionados.¹¹ De estos adultos se pudo realizar encuestas a un total de 91 que se encontraban realizando la actividad los días concurridos por las estudiantes.

Como datos que pueden esclarecer la situación a abordar sobre los adultos mayores que participan de la propuesta de verano de la IM, se destacan que, de las mujeres encuestadas, 20 tienen entre 66 y 70 años, y de los hombres encuestados, 5 tienen entre 66 y 70 años, coincidiendo en ambos casos que esta franja etaria es la que contempla mayor cantidad de usuarios de cada género.

¹¹ La cantidad de adultos en estos lugares fue obtenida de las encuestas realizadas a los docentes de cada grupo. Se realizó un promedio entre las cantidades estimadas por parte de los mismos.

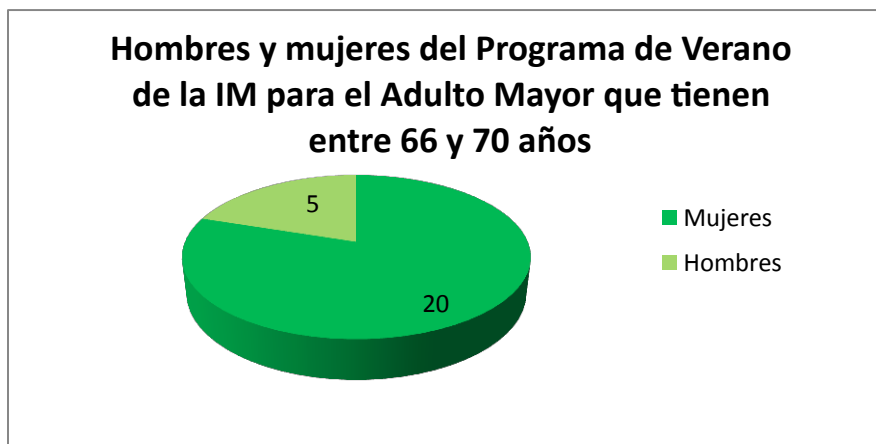


Gráfico 2. Datos obtenidos de las encuestas realizadas a los adultos mayores de parques y playas. Las edades de los encuestados fueron agrupadas en rangos para su mejor entendimiento (Anexo p. 79).

Otro de los datos pertinentes para este apartado es que de los 91 encuestados, 71 afirmaron que ya habían participado de las actividades del Programa de Verano de la IM para el Adulto Mayor, mientras que sólo 20 participaron por primera vez en esta temporada estival (2013-2014)

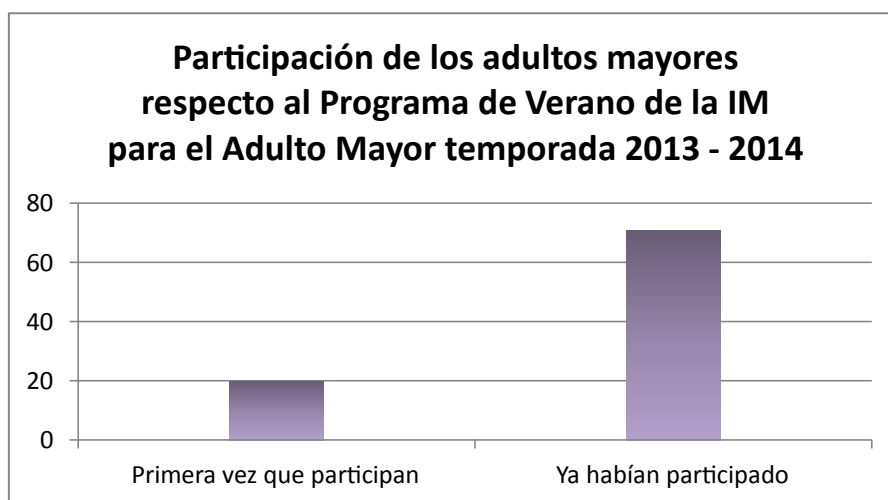


Gráfico 3. Datos obtenidos del total de adultos mayores encuestados que respondieron a la interrogante ¿Es la primera vez que participa en las actividades para adulto mayor de la IM en Verano?

En relación al tema comunidad y participación nos parece pertinente analizar la situación o la vivencia que los adultos mayores experimentan al formar parte de los grupos en los que se llevan a cabo la propuesta de Verano del Programa de la IM para el Adulto Mayor.

En el marco de las actividades que se llevan a cabo en las diferentes playas y parques, se pudo obtener diferentes resultados en relación a la concurrencia de los mismos en la temporada estival. Se preguntó a los docentes de los grupos su opinión sobre la concurrencia de los adultos mayores a la propuesta. La mayoría opinan que ésta se da de forma constante, otros de forma regular, y solamente un docente opina que la asistencia no es constante.¹²

En relación al término participación como se indica en el marco teórico, la autora plantea a la participación como “un proceso organizado, colectivo, libre, incluyente, en el cual hay una variedad de actores, de actividades y de grados de compromiso, que está orientado por valores y objetivos compartidos, en cuya consecución se producen transformaciones comunitarias e individuales” (Marco Teórico, p. 22)

Podemos hablar de participación en lo que respecta a los grupos de playas y parques de Montevideo en los que se lleva a cabo el Programa de Verano para el Adulto Mayor, ya que de las encuestas realizadas se encontraron diferentes motivos y aportes que hacen a la participación en estos espacios. En concordancia con el planteo de Montero estos grupos están conformados por un colectivo determinado, cuya asistencia a los mismos es libre pero que a su vez, y en este caso en particular, tienen un considerable grado de compromiso ya que en los mismos se viven y comparten muchas y variadas experiencias, cargadas de valores y vivencias de los usuarios que pueden producir transformaciones tanto individuales como grupales.

Por otra parte no se puede afirmar con certeza que los adultos mayores que participan del Programa de Verano sean una comunidad, ya que la propuesta es abierta a toda la población de adultos mayores, no tiene un límite de inscripción y a su vez esos grupos, en principio, duran lo que sería la temporada estival. Aun así, y a lo mejor en parte porque las propuestas de verano se realizan hace once años en las mismas zonas, es que se pudo constatar el sentido de pertenencia que ellos manifiestan, el reconocimiento, existente, entre los propios

¹² Ver detalle de la información en tabla de datos sobre la concurrencia de los adultos mayores en la propuesta según la opinión docente. Anexo p 75 y 76.

usuarios, y el sentido de referencia que ellos expresan hacia los docentes porque en general suelen ser constantes los usuarios participantes y muchos se conocen hace varios años, no solo por participar del Programa de Verano para el Adulto Mayor sino que muchos de ellos también participan de las propuestas anuales, ya que estas funcionan de abril a diciembre, y en verano no quieren dejar de realizar actividad, situación que puede contribuir a la consolidación de los grupos de playa y parques. Y estos adultos que participan en ambos programas suelen ser referentes para el resto de los participantes. Es tan fuerte el vínculo que los grupos manifiestan tener, en la mayoría de los casos, que incluso en algunas conversaciones con los usuarios, ellos comentaron que sienten la ausencia de los compañeros cuando faltan a las actividades, asumiendo alguno el rol de comunicarse a modo de averiguar el motivo de la ausencia y que ese adulto/a mayor se encuentre bien.

“siempre nos surgen líderes naturales en el grupo, a veces, vemos si los tenemos que neutralizar porque vas a saber que te va a traer un problema o si son de esas personas que tenés que aprovechar el potencial que tienen, porque los organizan mucho y entre otras cosas se preocupan entre ellos de saber porque tal o cual compañero está faltando, sino avisó, a veces te dicen que se van con algún familiar de vacaciones, o que no pueden venir por tal o cual cosa, entonces eh... es eso, es trabajar la contención, el afecto, la socialización y la recreación[...]" (Entrevista a Mónica. Anexo p. 64)

En relación a este punto también se quiere resaltar la importancia del vínculo que se genera entre los usuarios y los docentes que llevan a cabo la propuesta, ambas partes manifiestan el cariño y la relación de confianza generada en el tiempo en que transcurre el Programa de Verano, porque remarcan realmente que cada uno de ellos se entrega al grupo, compartiendo parte de su vida, sus alegrías, tristezas, preocupaciones, gustos, entre otros. Esta situación es confirmada en la entrevista realizada al coordinador de playas Daniel Szodo cuando dice

“[...] y bueno todas las actividades que hacemos, se hacen, están pensadas para que contribuyan con el adulto mayor, ya te digo, desde el punto de vista emocional, anímico, psíquico, afectivo, no sabes los abrazos, las lágrimas que nos llevamos cuando termina la temporada este... y los profes también ‘moquean’” (Entrevista a Daniel Szodo. Anexo p. 71)

Existe, de este modo, un sentimiento colectivo explícito por parte de los adultos mayores que participan del Programa de Verano de la IM. Por medio de los datos obtenidos en las encuestas y por la información que fue brindada por ellos en el momento en que fueron realizadas, se pudo constatar el sentido que esos grupos representan en la vida de cada uno de ellos, muchos de los cuales continúan fortaleciendo sus lazos y vínculos durante el año,

ya sea por medio de las actividades anuales que la IM tiene para esta población, de forma particular o ambas. Sus testimonios denotan el carácter y la importancia respecto al ámbito social que se desprende de las propuestas en los grupos, manifiestan sentirse cómodos, activos, acompañados, entendidos, encontrando nuevos proyectos y sentidos para vivir esta etapa, resignificando sus roles.

4.4 El carácter social en la Educación Física, el Juego y la Recreación en la vida del adulto mayor.

Como mencionamos en el punto anterior el carácter social que se desprende de los diferentes grupos de adultos mayores donde se lleva a cabo el Programa de Verano de la IM es de vital importancia. Las actividades que se concretan en los mismos funcionan, de este modo, como herramientas, que además de favorecer un montón de aspectos, que serán desarrollados posteriormente, favorecen la creación y reafirmación de vínculos y lazos sociales entre los usuarios.

En el total de respuestas de las encuestas realizadas a los adultos mayores se visualiza que todos los usuarios de playas y parques manifiestan que el principal aporte que les brinda el hecho de participar de estos grupos, es el que refiere a la integración social, el sentir que forman parte de un grupo y a la creación de amistades.

Principal aporte destacado por los adultos mayores que participaron de las propuestas de parques y playas para el adulto mayor de la IM, verano 2013 – 2014.

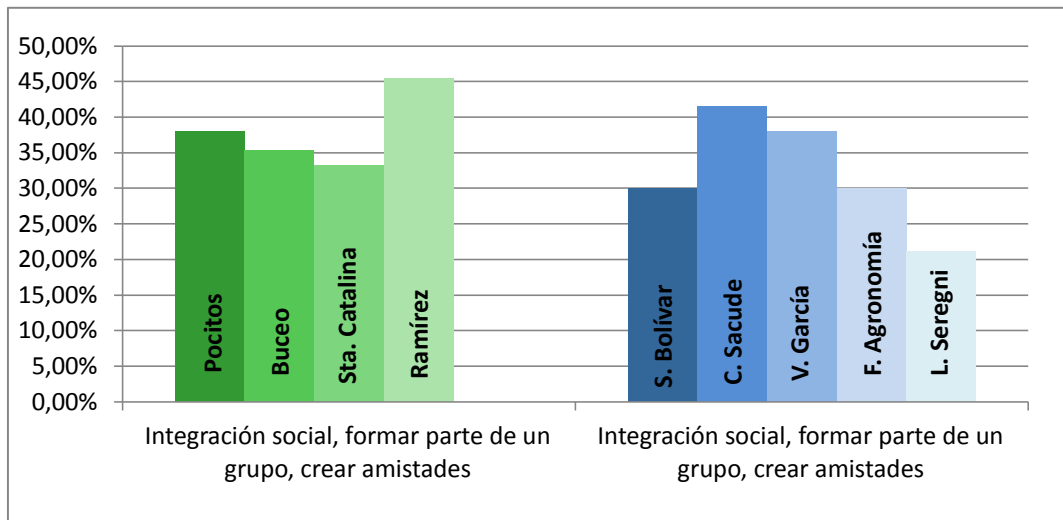


Gráfico 4. Los porcentajes presentados fueron calculados en función de los datos obtenidos en las encuestas a los usuarios del Programa y clasificados en categorías. (Ver tablas sobre los aportes que les deja la propuesta. Anexo p. 81 a 99)

El bienestar físico sería el segundo aporte más destacado por los grupos de playa a excepción del grupo de Santa Catalina que manifiesta como segundo aporte la mejora de la salud. Respecto a los parques se encuentra mayor variedad en lo que concierne al segundo aporte más significativo, a continuación presentamos un gráfico que esclarece esta situación.

Segundos aportes destacados por los adultos mayores que participaron de las propuestas de parques y playas de la IM, verano 2013 – 2014.

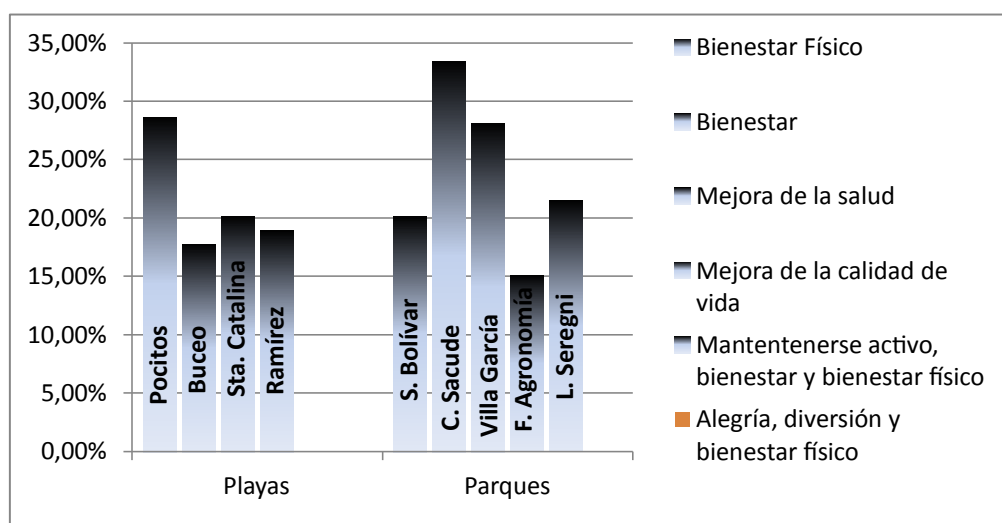


Gráfico 5. Los porcentajes presentados fueron calculados en función de los datos obtenidos en las encuestas a los usuarios del Programa y clasificados en categorías.(Ídem, referencia del gráfico 4.)

Muchos de los adultos mayores que se acercan a las propuestas de playas y parques lo hacen precisamente con el fin de poder mejorar su salud y condición física, para sentirse activos y en movimiento, algunos por voluntad propia, y otros por cumplir con una recomendación médica.¹³ Es real que estos usuarios que se acercan buscando este tipo de mejoras terminan descubriendo y destacando, como se vio a través de los resultados de las encuestas, el carácter social que la propuesta genera.

De los datos obtenidos también se desprende una distinción respecto a la participación de mujeres y de hombres en el Programa de Verano, pudiendo registrar mayor cantidad de mujeres que de hombres. Este hecho podría deberse, como se plantea en el marco teórico, a que hay en Uruguay “mayor cantidad de mujeres adultas mayores que hombres, representando un total de 140 mujeres cada 100 hombres de la misma franja etaria [...]” (Marco Teórico, p. 11) Situación que también se vislumbra en el total de usuarios

¹³ Para visualizar en detalle los motivos que los adultos mayores expresan sobre la participación en la propuesta del Programa de Verano para el Adulto Mayor, ver tabla de datos en Anexos, a partir de la página 82

encuestados, ya que de 91 adultos mayores, se constató la participación de 80 mujeres y 11 hombres.

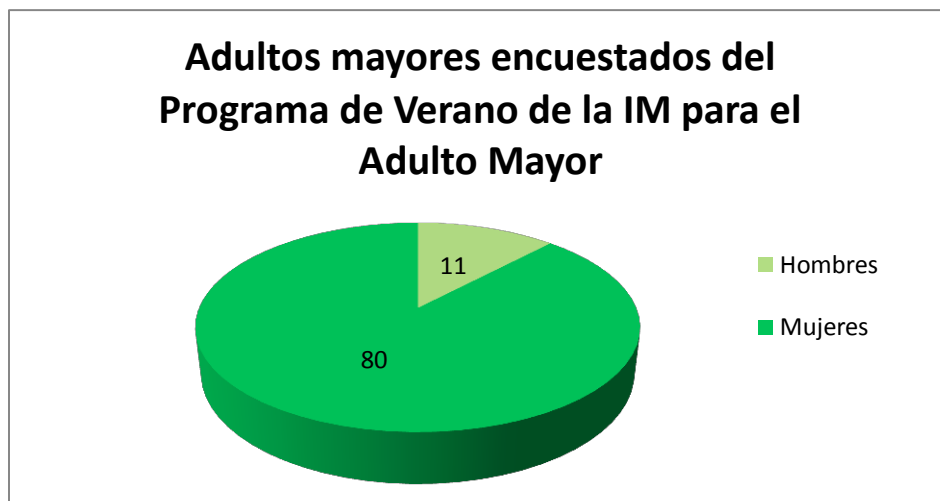


Gráfico 6. Representación de la cantidad de hombres y mujeres adultos mayores que fueron encuestados en el verano 2013 – 2014.

Los motivos de esta situación podrían ser varios, como lo expresa Mónica en la entrevista:

“Ellos o mueren antes o hay un tema cultural porque el hombre de esa generación, muchos han como ido evolucionando al igual que la mujer con, con el devenir del tiempo y los cambios, pero hay muchos varones que no, o sea, ellos a veces te dicen ‘no ya hice todo lo de mi juventud, hice mucha actividad física o hice boxeo’ porque en aquella época se hacía boxeo.”(Entrevista Mónica Bonani. Anexo, p. 65)

Además señala que a nivel nacional en este momento hay siete mujeres cada un hombre, situación que a su vez se refleja en los distintos grupos de adultos mayores de la IM. “[...] ya está en un tema nacional, que hay 7 mujeres más o menos para 1 hombre, y se da esa característica, en invierno o verano, en donde vayan sea público o privado los varones son menos [...]” (Ídem. Anexo, p. 67)

Resulta importante remarcar que justamente los usuarios adultos mayores hombres que participan de la propuesta de verano de la IM se encuentran mayoritariamente comprendidos en el rango de edad menor a 75 años.¹⁴

“[...] Cabe destacar que en las poblaciones jóvenes y centrales los valores son similares, y a partir de los 75 años es que se produce un aumento en la población femenina, descendiendo la proporción de la población masculina adulta mayor.” (Marco Teórico p. 11)

Es pertinente aclarar que si bien en ambos casos, femenino y masculino el total de adultos mayores que participan de la propuesta en cada caso, es mayor en la franja menor a los 75 años, se mantiene la relación descrita anteriormente, ya que en el rango de edad mayor a los 75 años también se encontraron más mujeres que hombres.

Cantidad de usuarios, menores y mayores a los 75 años que participan de la propuesta del Programa de Verano de la IM para el Adulto Mayor.

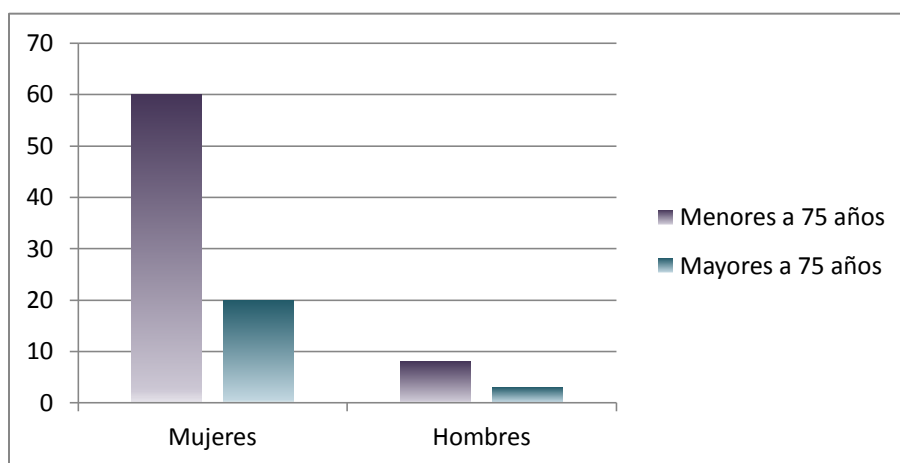


Gráfico 7. Los valores representados se basan en el total de adultos mayores encuestados.

Del total de encuestados se constataron 60 mujeres y 8 hombres menores a 75 años, y 20 mujeres y 3 hombres mayores a 75.

De todos modos se visualiza una tendencia al descenso de participantes, tanto hombres como mujeres, de las actividades del Programa de Verano para el Adulto Mayor luego de los 75 años, ya que del total de usuarios encuestados 68 tienen menos de 75 años y el 23 superan esta franja.

¹⁴ Ver tabla de rango de edades de los usuarios de parques y playas del Programa de Verano de la IM. Anexo p. 79

Retomando el carácter social que se desprende de los aportes que los adultos mayores expresan en relación a las propuestas de playas y parques, se puede decir que la socialización ocupa un lugar casi protagónico.

Los adultos mayores destacan, en prácticamente todos los casos, la importancia del compartir con los otros adultos mayores, resignificando de algún modo su rol y participación social. Es claro que la propuesta de verano para el adulto mayor aporta a la socialización del adulto mayor por medio de las actividades que se llevan a cabo.

Las actividades diarias realizadas en los grupos notoriamente aportan a este proceso en forma conjunta, más allá de que pueda considerarse al momento de los juegos o la recreación como el espacio en el cual ocurre con mayor impronta el intercambio entre los usuarios.

Se puede destacar que las actividades especiales favorecen también esta cuestión, los paseos, reuniones y charlas, que los adultos mayores tanto parecen disfrutar. También los encuentros que realizan con otros grupos, jornada de bienvenida, cardio-caminata, chocobingos, y bailes, como es el caso del baile de cierre de temporada, claramente funcionan como instancias de socialización.

Por otra parte se reconoce al juego y la recreación como un bloque aparte que contribuye a la diversión, distensión y también socialización entre los usuarios,

“[...] Entonces la parte esa, hay playas en que es totalmente social, el adulto se queda a charlar, a conversar, a comer bizcochos, a tomar mate y bueno es cuando se ponen a punto incluso a las 11:00 se van los profes y ellos se quedan charlando. Nosotros ahí ofrecemos jugar al tejo, jugar a la paleta, jugar al voleibol facilitado, jugar al frisbee, jugar a las cartas, o sea recrearse”
(Entrevista a Daniel Szodo. Anexo p. 69)

Respecto a las otras actividades se vinculan la gimnasia, caminatas, ejercicios y estiramientos como componentes de la Educación Física que mejoran su salud, condición física y calidad de vida. En este punto es que se considera importante hacer notar el lugar que ocupa la Educación Física en el Uruguay, y la resignificación de su rol en la sociedad junto al rol docente. A través del diálogo tenido con los adultos mayores luego de realizar las encuestas se pudo apreciar cómo, (casi en su totalidad) no visualizan a las actividades recreativas y a los juegos como parte del campo de la Educación Física, sino como

actividades que forman parte del Programa de Verano llevadas a cabo por los docentes de los espacios.

Es importante también tener en cuenta que no solo la IM apuesta a generar la mayor cantidad de oportunidades para la inserción y resignificación de rol social del adulto mayor, sino que también trabaja en conjunto con otras instituciones, con las que establece convenios para poder mantener los beneficios brindados a esta población, y mantiene un contacto permanente con el Ministerio de Turismo y Deporte que también ofrece servicios de actividad física y recreativa a los individuos en cuestión.

“[...] nosotros trabajamos inter institucionalmente con el Ministerio de Deporte, todo lo que el adulto mayor pueda aprovechar, y la persona que se jubiló o que quedó en soledad porque enviudó, y su realidad personal y familiar cambió, pueda aprovechar a través de estos programas, y fundamentalmente los de verano, eh...sea como que un enlace para otras cosas que tengan después en el año”. (Entrevista a Mónica Bonani. Anexo, p. 63)

Por todos los argumentos expuestos anteriormente es que se reafirma la importancia de lo social latente en las actividades del Programa de Verano para el Adulto Mayor, a tal punto que muchos de ellos no concurren a la playa por las actividades en sí, sino por la importancia que les genera el hecho de encontrarse con otros adultos mayores y sus docentes,

“ [...] bajan a la playa, no faltan, hacen muy poca actividad pero vos sos el que los escucha, te hablan, te cuentan sus cosas, sus problemas, sus cosas buenas también, este muchas veces son personas que están muy solas y bueno” (Entrevista a Daniel Szodo. Anexo p. 71)

4.5 Educación física, sus beneficios para el adulto mayor y las actividades del Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM.

Consideramos necesario, para comenzar el análisis en este punto exponer cuáles son las actividades que se realizan en el Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM, ya sea en las tres horas que dura la actividad en cada playa o parque o las actividades especiales que se gestionan en alguno de ellos o en otros sitios.

Según los datos que pudimos obtener tanto de la entrevista a Mónica Bonani como de la entrevista a Daniel Szodo las actividades del Programa se dividen en actividades diarias o macro actividades - especiales. En las actividades diarias de

“ [...] 08: 00 a 08:45 se da una clase de gimnasia tradicional, esa clase de gimnasia tiene una mitad de movilidad y una mitad de localizada en el suelo (...) Entre medio hay una pausa para hidratarse, cuando se termina la parte de gimnasia se hidrata nuevamente y está la parte de la caminata (...) Cuando vuelven de la caminata, bueno hay hidratación de vuelta más que nada se pasa toda la información del Programa y queda la parte recreativa que no todos los adultos se quedan” (Ídem. Anexo p. 69)

Las macro actividades o actividades especiales se distribuyen a lo largo de la temporada que abarca el Programa de Verano. Ellas pueden ser variadas, pueden vincular alguna playa o parque en particular, como es el caso de las actividades inter-playas, o bien pueden vincular a todos los parques y playas que deseen participar, como es el caso de la jornada de bienvenida realizada en cada sector, en la apertura del Programa, la cardio-caminata que se realizó en El Cerro, y el baile de cierre de la temporada de Verano en el Club Náutico. Respecto a las actividades que se realizan en el Programa de Verano de la IM para el Adulto Mayor, notamos que los usuarios encuestados especifican una variedad de actividades sin distinción.

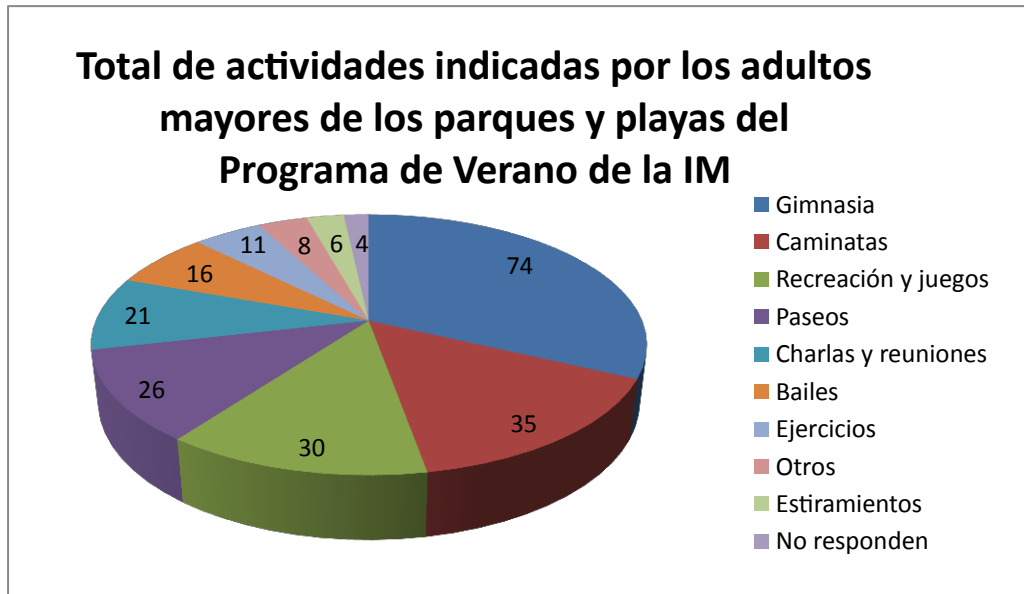


Gráfico 8. El gráfico representa las actividades que los adultos mayores consideran que integran la propuesta del Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM.

Las cifras obtenidas no coinciden con la cantidad de usuarios encuestados (91) ya que cada uno podía nombrar todas las actividades que considerase pertinentes.

Respecto a los docentes de los grupos, podemos afirmar que prácticamente todos coinciden en que las actividades diarias están divididas en tres bloques, gimnasia, caminata y recreación. Otros realizan una descripción de las actividades que forman parte de la propuesta de verano mezclando las diarias y las especiales, y otros directamente no mencionan estas últimas. A continuación presentamos un gráfico en donde se muestran las diferentes actividades reconocidas por los docentes del Programa.

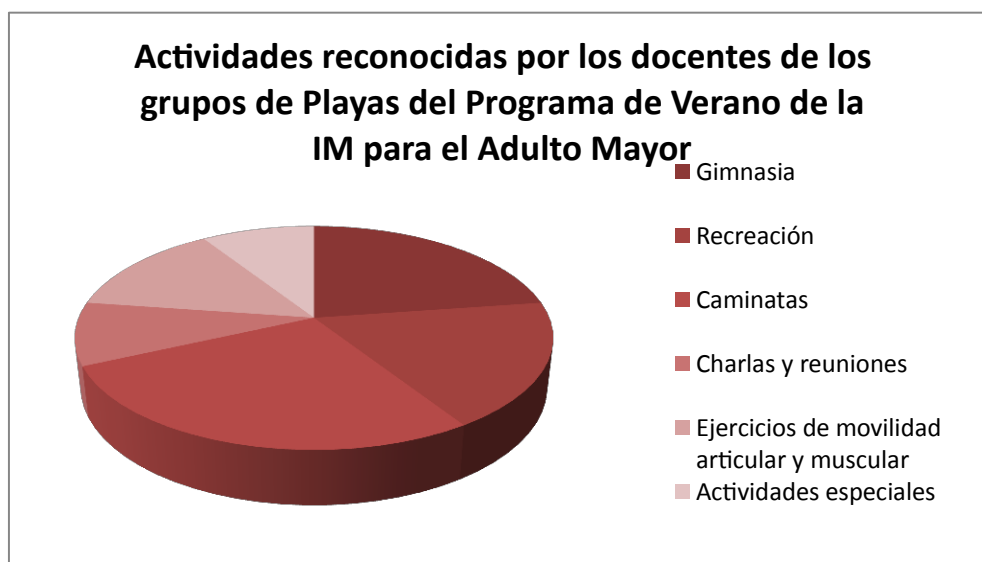


Gráfico 9. Los datos indicados en el gráfico representan la cantidad de respuestas obtenidas por los docentes de los grupos de Playas. Las actividades reconocidas por los docentes fueron agrupadas por categorías para un mejor entendimiento.

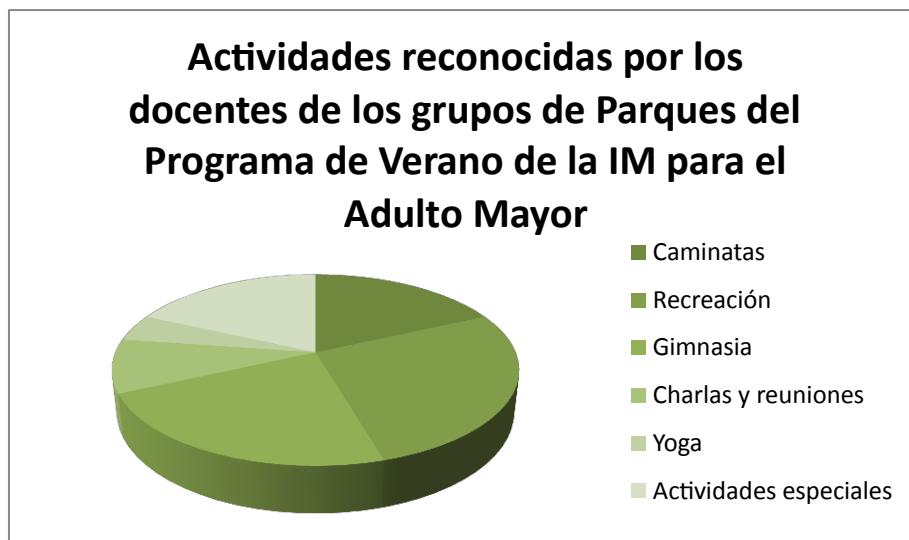


Gráfico 10. Los datos indicados en el gráfico representan la cantidad de respuestas obtenidas por los docentes de los grupos de Parques. Las actividades reconocidas por los docentes fueron agrupadas por categorías para un mejor entendimiento.

Respecto a la gráfica de parques un dato significativo a aclarar es que solo un docente menciona al yoga como parte de sus actividades diarias.

Otro aspecto a considerar en relación a las actividades del Programa de Verano para el Adulto Mayor son los beneficios que las mismas generan. En cuanto a este punto tenemos dos visiones, una es la de los docentes y otra es la de los usuarios. En ambos casos se puede visualizar la importancia otorgada al beneficio físico, social y para la salud.¹⁵

Como es desarrollado en el marco teórico el envejecimiento trae aparejado un montón de cambios a nivel morfológico, funcional, psicológico y psíquico como la “[...] disminución de la memoria, del intelecto, la inteligencia, pérdida de facultades sensoriales, el equilibrio, la coordinación (...) problemas en la movilidad y la marcha, mayor inseguridad [...]” (Marco Teórico. p. 13). Cambios que pueden generar en los adultos mayores ciertas limitaciones a la hora de autogestionarse, o simplemente provocarles cierto grado de vulnerabilidad e inestabilidad.

A esta situación se le agregan los cambios que se producen en la esfera social del adulto mayor,

¹⁵ Ver tablas de datos brindados por docentes, y por usuarios de playas y parques la repercusión y los aportes que generan las actividades del Programa. Anexos p. 75; 76. y p. 82 - 99 respectivamente.

“[...] El adulto mayor se enfrenta entonces a la tarea de mantener su rol en la sociedad, sus vínculos sociales, su identidad social, a pesar de dichos cambios y enfrentándose también con una sociedad que exige un individuo activo y productivo descartando (muchas veces) a los más vulnerables”. (Marco Teórico. p. 17)

El hecho de pasar de ser individuos con actividad laboral a ser jubilados, reduciéndose en la mayoría de los casos sus ingresos, el sentirse solos en muchos casos, porque sus familiares se independizan y muchas otras veces enviudan, hacen que el adulto mayor no encuentre ‘su lugar’ como parte de la sociedad.

Esta situación se vislumbra en muchos de los casos de los adultos mayores que participan del Programa de Verano para el Adulto Mayor. A través de las encuestas se constató en cifras algunas de estas realidades, respecto a la jubilación se vio que 68 de los usuarios son jubilados/as, 41 son viudos/as, 39 viven solos/as.

Datos relevantes sobre las condiciones de vida de los adultos mayores que participaron del Programa de Verano de la IM en playas y parques.

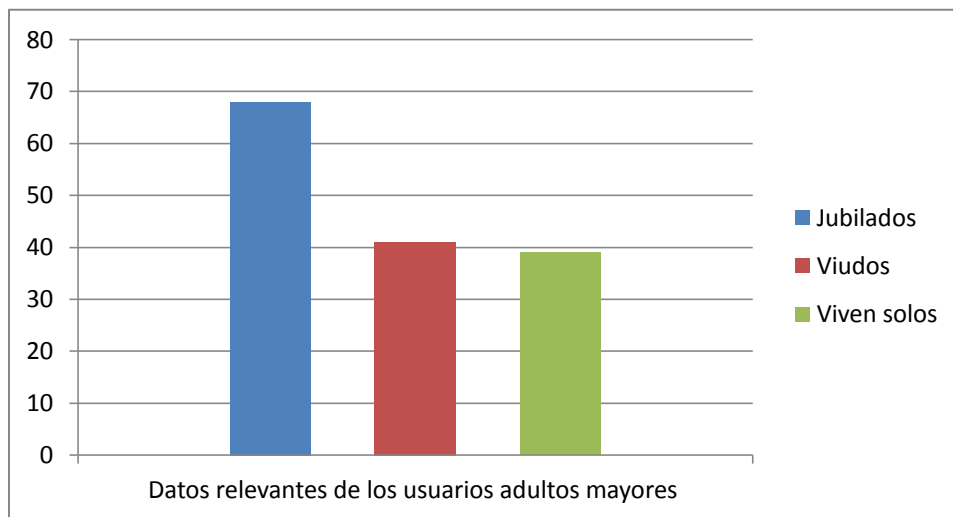


Gráfico 11. Los datos fueron obtenidos del total de adultos mayores encuestados.

De este modo la propuesta de la IM para estos adultos resulta esencial, ellos de alguna manera manifiestan que el participar en los grupos ‘les cambia la vida’ porque si bien las actividades que se realizan mejoran su condición física, psíquica y su calidad de vida, no

reverten en su totalidad las alteraciones propias que caracterizan al envejecimiento, en esta etapa es

“[...] cuando más necesitan el movimiento para mantenerse auto-válidos, porque el tema de esto es que el envejecimiento es un proceso irreversible, y en la medida en que no se mueven van, fundamentalmente perdiendo, aparte de lo que es elasticidad, masa muscular, y el tema de la osteoporosis, que avanza rápidamente con el tiempo[...]” (Entrevista a Mónica Bonani. Anexo p. 66)

Sin embargo el carácter social que de ellas se desprende resignifica el valor de las mismas, el sentido de pertenencia a un grupo y espacio, junto a la sensación de bienestar que les genera.

5 CONCLUSIONES

En el desarrollo de la presente investigación se han analizado las características y el fundamento de las actividades que conforman el Programa de Verano para el Adulto Mayor de la Intendencia de Montevideo (IM).

Intentaremos plantear las conclusiones que se desprenden del análisis de los datos recabados para verificar el grado de cumplimiento de los objetivos planteados en el proyecto.

Se puede afirmar que el Programa de Verano de la IM es una política pública porque es llevado adelante por la Secretaria de Educación Física, Deporte y Recreación (SEFDR) como agente del gobierno, y cuyas propuestas son dirigidas por los coordinadores y docentes de Educación Física, que llevan adelante las propuestas planteadas en el mismo, en cada verano.

En lo que respecta al Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM, se puede afirmar que cumple con las características de un programa como política pública ya que sus destinatarios son específicos, por estar dirigido exclusivamente a la población adulta mayor que quiera participar de la propuesta que se ofrece en las distintas playas y parques de Montevideo en la temporada estival, y sus objetivos son plurales.

A su vez, la SEFDR maneja un Programa Anual para el Adulto Mayor, el cual funciona de abril a noviembre en los diferentes centros comunales y en determinados predios municipales. En relación al fundamento de las actividades del Programa Anual para el Adulto Mayor de la IM y el Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM se puede

decir que es el mismo, y se basa en los argumentos que plantea la Secretaría del Adulto Mayor para el trabajo con esta población, que tiene como uno de sus pilares fundamentales favorecer y generar un envejecimiento activo a través de las diferentes propuestas y servicios que les ofrece.

Respecto a la planificación de las actividades que se realizan en las playas y parques, los docentes encuestados que están a cargo de cada grupo no manifiestan de forma explícita que el fundamento del Programa Anual y de Verano para el Adulto Mayor sea el mismo. Realizan su planificación en base a algunos puntos que podrían coincidir con los avalados por el Programa para el Adulto Mayor, pero son variados, y no en todos los casos coincidentes.

Las actividades específicas que se realizan en las playas y parques se dividen en actividades diarias y en especiales o macro actividades. Las primeras están separadas en tres bloques (gimnasia, caminatas y recreación), mientras que las segundas se desarrollan a lo largo de toda la temporada integrando los diferentes grupos de adultos mayores, como son los paseos, actividades inter-playas o bailes.

En lo que concierne a las características de los grupos de playas y parques en los que se llevó a cabo el Programa de Verano para el Adulto Mayor, se constató que la gran mayoría de adultos mayores que los integraron fueron mujeres, de un total de 91 encuestados, 80 eran mujeres y 11 eran hombres. Por otra parte se destaca que de la mujeres encuestadas 20 tenían entre 66 y 70 años, y de los hombres encuestados 5 tenían esta misma edad, coincidiendo en ambos casos que esta franja etaria es la que contempla mayor cantidad de usuarios de cada género.

Es pertinente aclarar que si bien en ambos casos, femenino y masculino, el total de adultos mayores que participaron de la propuesta en cada caso es mayor en la franja menor a los 75 años, en el rango de edad mayor a los 75 años se encontraron más mujeres que hombres, manteniéndose de este modo la proporción existente entre mujeres y hombres en el Uruguay, puesto que cada 140 mujeres adultas mayores hay 100 hombres, y es a partir de los 75 años que existe un descenso de la población masculina respecto a la femenina.

Por otra parte, en el Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM se puede hablar de participación ya que en las encuestas que se realizaron a los adultos mayores de los diferentes grupos de parques y playas se encontraron aportes que hacen a la participación

en estos espacios, porque si bien la participación a los mismos es libre tienen un considerable grado de compromiso, y manifiestan sentirse parte del grupo, compartir diferentes experiencias cargadas de emociones y sentimientos que generan transformaciones individuales y grupales.

En cambio, no se puede afirmar con certeza que estos grupos sean una comunidad ya que la propuesta es abierta a todos los adultos mayores que quieran participar, no hay un límite de inscripción y en principio esos grupos duran el tiempo de la temporada estival. De todas formas se pudo constatar el sentido de pertenencia que ellos manifiestan, el sentirse identificados con el grupo, el sentido de referencia que expresan entre ellos y hacia los docentes.

También, a partir de las encuestas realizadas a los adultos mayores, se visualiza que la mayoría de los usuarios de playas y parques manifiestan que el principal aporte que les brinda las actividades es la integración social, el sentir que forman parte de un grupo y la creación de amistades, quedando en segundo lugar, aunque no menos importante, en la mayoría de los casos el bienestar físico. Por lo tanto el carácter social que se desprende de los grupos en donde se realiza la propuesta de verano para el adulto mayor resulta de suma importancia, colaborando con el reforzamiento de vínculos y generando nuevos lazos sociales.

A través de los resultados obtenidos en la presente investigación se pudo concluir que se cumplió con el objetivo general. Se obtuvo una visión representativa de todos los involucrados que participaron del Programa de Verano 2013 – 2014 de la IM para el Adulto Mayor.

Se logró describir las diferentes actividades que el Programa propone, a través del testimonio la coordinadora general del Programa, del coordinador de playas, de cada docente y adulto mayor que participaron de la propuesta de parques y playas, destacando las repercusiones que las mismas generan en la vida de los adultos mayores, lo que representa el espacio para cada uno de ellos y la diferentes satisfacciones que les genera.

6 BIBLIOGRAFÍA

- ATRIA, Raúl (2006). *Políticas Sociales: Concepto y Diseño Un Marco de Referencia* N°6, Chile: Consejo.
- BERRIEL, F, R. PÉREZ, S. RODRÍGUEZ. (2011). *Vejez y envejecimiento en Uruguay* Montevideo: Martín Acuña.
- BIONDI, S, et al. (2010). *Programa nacional De Educación física Para Personas adultas mayores*, Montevideo, p. 1 – 105.
- BRUNET, N, CIARNELLO, M, PAREDES, M. (2010) *Indicadores sociodemográficos de envejecimiento y vejez en Uruguay: una perspectiva comparada en el contexto latinoamericano*. Montevideo: Lucida Ediciones, 2010. Disponible en: http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/25583/1/indicadores_sociodemograficos_de_envejecimiento_y_vejez.pdf Acceso: 25/11/2013
- CARDARELLI, G, M. ROSENFELD. (1998) . *Las participaciones de la pobreza*. Buenos Aires: Paidós Ibérica
- CARUSO, Arles. (s/d) *Instrumentos de participación y políticas sociales*. (s/d)
- COOK, T.D, CH.S. REICHARDT, (1986) *Métodos cualitativos y cuantitativos en investigación Evaluativa*. Madrid: Morata, (2005)
- DANIEL, Álvaro. (2010) *Los conceptos de “comunidad” y “sociedad” de Ferdinand Tönnies*. Buenos Aires: Papeles del CEIC, 2010. Disponible en: <http://www.identidadcolectiva.es/pdf/52.pdf> . Acceso: 29/11/2013.
- GOMEZ, J. (2002) *La Educación Física en el patio*. Buenos Aires: Stadium.
- HUIZINGA, J. (1987). *Homo Ludens*. Madrid: Ed. Alianza
- JASSO PEÑA, Jesús (2001). *¿Cómo surgen las políticas públicas orientadas al desarrollo de la Educación Física y el Deporte?* En: Revista Digital - Buenos Aires - Año 7 - N° 36 p. 1-3. Disponible en <http://www.efdeportes.com/>
- KUHN THOMAS .S (2005) *La estructura de las revoluciones científicas*. Madrid: Fondo de la Cultura Económica.
- MARTÍNEZ DEL CASTILLO, J et al. (2006). Condiciones de vida, socialización y actividad física en la vejez. En: *Revista Internacional de Sociología (RIS)*. Madrid,

v. Lxiv, nº 44, p. 39-62. Disponible en:
<http://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociologia/article/view/27/27>.
Acceso: 15/11/2013.

- MONTERO, Maritza. (2005). *Teoría y Práctica de la Psicología Comunitaria: La tensión entre comunidad y sociedad*. Bs. As. Argentina: Paidós
- MORALES, J, RODRÍGUEZ, R. (1996). “Reseña de La atención de los ancianos: un desafío para los años noventa”. En: *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*. México, v. 38, núm. 6, noviembre-diciembre, p. 548 - 550 Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10638618>
Acceso: 22/11/2013
- PONT GEIS, Pilar (2001). *Tercera Edad, actividad física y salud*. Barcelona: Paidotribo.
- SABINO, C. (1992). *El proceso de investigación*. Caracas: Panapo.
- TAYLOR, S, R. BOGDAN. (1996). *Introducción a los Métodos cualitativos de investigación*. Buenos Aires: Paidós Básica.

7 ANEXOS

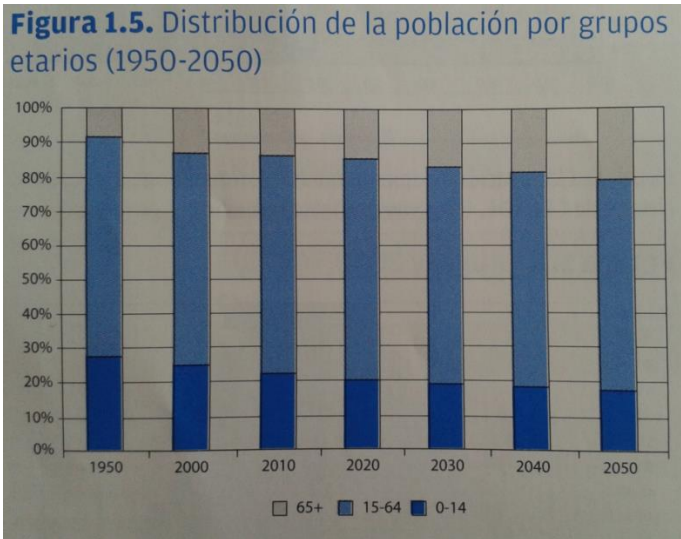
Índice.

7.1 Tablas de datos utilizadas en el Marco Teórico	57
7.2 Entrevista a los coordinadores del Programa	60
7.3 Formato de encuesta a docentes de los grupos playas y parques	73
7.3.1 Tabla de datos que reflejan la información obtenida	74
7.4 Formato de encuestas a los adultos mayores	77
7.4.1 Tabla de datos que reflejan la información obtenida	78

Es pertinente aclarar que los testimonios de los coordinadores de parque y playa del Programa de Verano de la IM para el Adulto Mayor se presentan a lo largo del trabajo bajo su autorización.

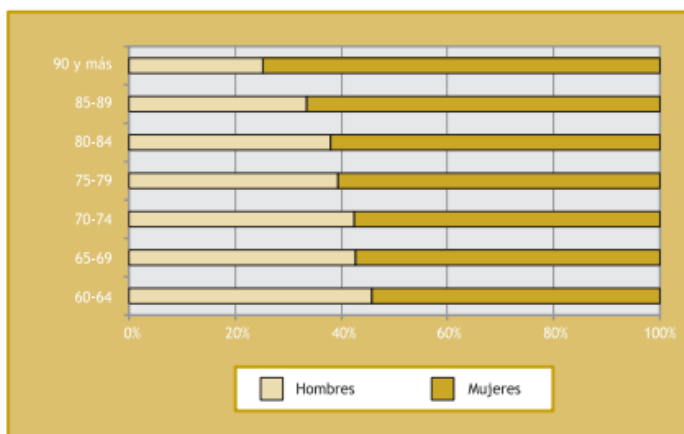
Gráficas y tablas de datos utilizadas en el Marco Teórico sobre el Adulto Mayor en Uruguay obtenidos del libro ‘Vejez y envejecimiento en Uruguay, 2011’.

- *Tabla referente a la nota al pie número 2.*



Fuente: Scardino, 2007

- *Tabla referente a la nota al pie número 3.*

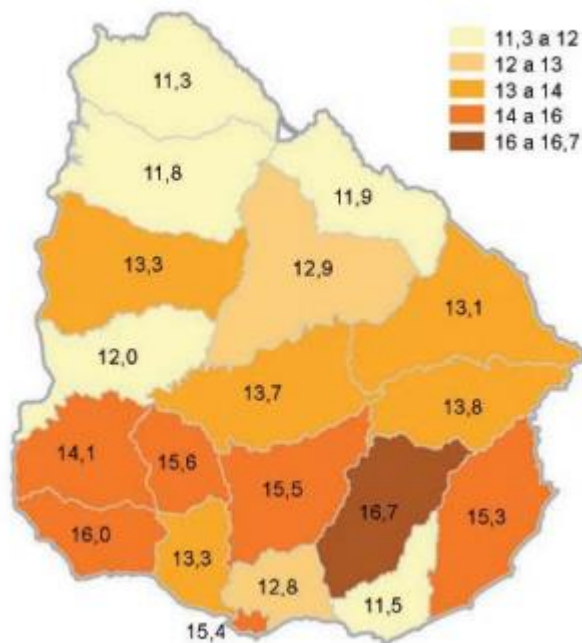


PORCENTAJE DE ADULTOS MAYORES POR SEXO SEGÚN GRUPO QUINQUENAL DE EDAD URUGUAY, 2008

Fuente:
Elaboración propia
en base a datos de la ECH 2008

- *Mapa referente a la nota al pie número 4.*

Porcentaje de personas de 65 y más años, según departamento



Fuente: Instituto Nacional de Estadística (INE).

- *Tabla referente a la nota al pie número 5.*

País	Total	Hombres	Mujeres
Argentina	31,5	12,9	45,0
Bolivia	30,5	19,6	39,8
Brasil	28,1	12,4	40,8
Chile	26,4	12,5	37,4
Costa Rica	21,6	10,3	32,0
Ecuador	21,2	11,3	30,4
Guatemala	22,8	11,1	34,3
Honduras	21,5	10,7	31,8
México	29,0	14,2	42,1
Nicaragua	27,8	14,0	39,9
Panamá	21,2	10,3	31,8
Paraguay	22,3	11,7	31,7
República Dominicana	24,1	10,3	37,4
Venezuela	24,2	10,5	35,8
Uruguay 1996	28,2	10,1	41,5
Uruguay 2009	29,5	11,6	42,1

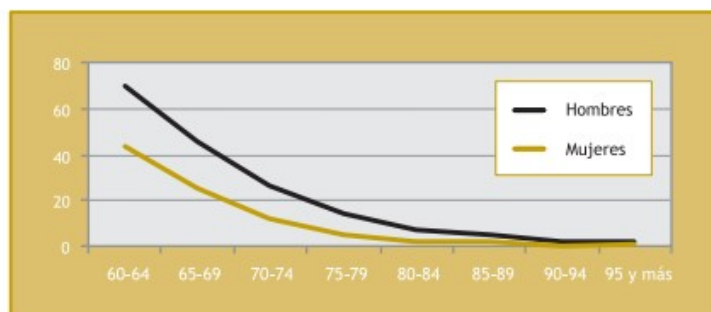
PORCENTAJE DE PERSONAS DE 60 Y MÁS AÑOS VIUDAS POR SEXO EN AMÉRICA LATINA (RONDA 2000 Y URUGUAY 1996 Y 2009)

Fuente: SISE, Ronda de censos de la década del 2000 (CEPAL/CELADE, 2007) y procesamiento propio para ECH, 2009

- *Tabla referente a la nota al pie número 6.*

**TASA DE PARTICIPACIÓN
ECONÓMICA EN LA VEJEZ
POR SEXO Y TRAMOS ETARIOS
PARA URUGUAY
% (2008)**

Fuente:
Elaboración propia
en base a datos de la ECH 2008 (INE)



Entrevistas realizadas a los coordinadores de playas y parques del Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM 2013 – 2014.

Entrevista a Mónica Bonani.

Estudiante (E): *¿Cuál es su relación con el Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM?*

Entrevistada (M.B): Bien, eh... El Programa de Verano, este, tiene relación con el Programa de Invierno de Adultos Mayores. En realidad el vínculo lo hago con el coordinador que es contratado por el verano, digo coordinador porque hace años viene saliendo el mismo docente, por un tema de currículum y eso, y entonces nosotros, si bien ya hay un programa establecido trabajamos en conjunto en el armado, porque nosotros los docentes presupuestados que trabajamos en el año, en verano hacemos Programa Parques de verano. Se trabaja en distintos parques de Montevideo, y ellos en Programa Playas, entonces, tratamos de relacionar un poco el trabajo para que no sean, programas aislados y diferentes, porque la población de adulto mayor es la misma. Además a veces se trabaja de tarde en los parques o de mañana, en las playas fundamentalmente son de mañana para los adultos mayores, y las actividades tratamos de hacerlas en conjunto. Este año fue el primer verano que al finalizar temporada pudimos hacer el baile de carnaval juntos, invitando a todas las playas y los parques, porque hasta ahora siempre era una actividad de cierre, de lo que era playas, entonces se buscó desde la dirección de la Secretaría de Deportes, poder trabajar en conjunto, porque en realidad éramos, somos lo mismo; pero quedaban a veces como dos programas diferentes. Entonces al ser el referente yo de todo el año, y al tener además varios años trabajando juntos con el colega, ya tenemos... es ajustar determinadas partes del programa, con metodologías de trabajo similares, y bueno ese es el nexo o la función que cumplo.

E: *Bien, ¿y hace cuántos años que tú estás trabajando en este Programa que tu decías?*

M.B: Y en este Programa si bien yo tengo veinte años en Secretaría de Deportes, eh.... Que antes se creó como comisión de deporte en la administración de Tabaré Vázquez, en la primera administración del Frente Amplio, y cuando en la segunda administración fue el arquitecto Mariano Arana, ahí ingresé. Entonces desde ese momento hasta ahora, hasta

hace un año y medio, yo era docente, hace un año y medio estoy en interinato de coordinación, entonces, eh... Llevo veinte años en este Programa y llevándolo adelante en diferentes zonas de Montevideo, ¿verdad? Porque nosotros no trabajamos permanente en un barrio, trabajamos dos o tres años en una zona, y después estamos moviéndonos. Hoy lo que es la realidad municipios, antes abarcábamos hasta varios centros comunales en la ciudad de Montevideo, que no tiene nada que ver con lo que es la realidad hoy, que son municipios, y que cada municipio tiene determinada cantidad de centros comunales.

E: ¿Y cuáles serían las zonas, digamos, o los barrios en los que en este momento está funcionando El Programa?

M.B: bueno, eh... el Programa está funcionando en... nosotros tenemos un déficit importante que es de docentes, tenemos nada más que siete docentes, si miramos la realidad, si bien son ocho municipios y son dieciocho centros comunales, nosotros somos siete. Antiguamente el Programa barrial, que nosotros estábamos divididos por áreas, cuando concursábamos ingresábamos por perfil, para trabajar en los barrios a nivel comunitario, para trabajar con adultos mayores y para trabajar con discapacidad. Entonces en el Programa barrial eran dieciocho profesores, uno por centro comunal, nosotros al igual que los de la discapacidad, nunca pudimos llegar, por un tema presupuestal, a ser dieciocho, entonces, este... abarcamos, eh... si los nombro, andamos... estamos en algunos municipios, a pesar de carecer de docentes, abarcamos bastante: estamos en municipio A, que tenemos un docente que está en toda la zona del centro comunal número 18, estamos en el C porque tenemos un servicio en el comunal 15, estamos en el CH porque en el Club Marne, que está cerca del nuevo shopping, del nuevo centro pertenece al comunal 3, eh... estamos en el D también porque tenemos servicio en el centro municipal Sacude, en el barrio municipal, cerca de las Acacias en otra cooperativa; en el E porque estamos en el comunal 6, y en el G porque estamos en el 12, entonces se está tratando... y en el... y también estamos ahora en la zona, en el comunal 9, que creo que es el F también, Punta de Rieles, Villa García... Buscamos estratégicamente llegar a lugares en donde los adultos mayores no pueden acceder a un servicio de plazas de deportes, un club, o a veces hasta un gimnasio privado para hacer actividad física. También tratamos de no estar dentro de esos centros comunales o municipios que están cerca de otros servicios, para no superponer.

E: Claro

M.B: Y si también de difundirles los diferentes lugares donde ellos tienen para poder ir a hacer la actividad física.

E: *Bien... Y respecto al Programa de Verano en sí, ¿Cuál sería el fundamento para las actividades que se realizan?*

M.B: Lo que pasa que lo que se busca es este... primero la posta del trabajo al aire libre, lo que significa el máximo aprovechamiento de las costas nuestras y de los parques, que... tenemos espacios verdes muy interesantes, como puede ser Prado... tenemos servicios en Facultad de Agronomía, este... en diferentes zonas de la ciudad, este... en la Plaza Liber Seregni, digo.... Si bien no tiene lo que es parque, es lo que significa la plaza Liber Seregni, en todo lo que es el espacio físico y como fue armada justamente para que una de las actividades fuera justamente adultos mayores. Entonces está pensado de que el trabajo al aire libre, aprovechar esos lugares en donde se organiza, con una carga horaria mayor a lo que tenés en una clase común en invierno, porque generalmente están los profesores prácticamente tres horas con el adulto mayor, porque tenes... puede haber... la clase de gimnasia puede estar armada con una caminata a posterior y finalizar con un tejo que les gusta mucho a ellos, entonces, es toda una unidad que lleva bastante tiempo y es como que atípica, porque en el año no la podes sostener tanto, máximo a veces estamos entre una hora treinta, dos horas con ellos. Porque, también se trabaja mucho lo social, esos son espacios de socialización, entonces todo es excusa para que ellos se agrupen, para que ellos asistan, para que ellos conozcan otra realidad. Incluso, el hecho de tener el Programa Playa y el Programa Parque, justamente también, porque hay gente que no puede ir a la playa y si tiene un parque cerca, a veces hemos nosotros creado esas propuestas, los propios docentes, diagnosticando a nivel de Municipio o Centro Comunal que es lo que tenemos cerca, porque no todos podían ir a las playas, entonces de ahí que comenzamos a trabajar en conjunto también el Programa Invierno, que somos los de todo el año con el Programa Verano, incluso lo que hacemos es intercambios, eh... hacemos una cardio-caminata que se hace en el Cerro en enero, en donde van todos desde, se estaba haciendo hasta, hasta este verano se hizo en el Cerro, donde van de parques y playas, la verdad que es una actividad muy interesante, muy linda, y... y sino tratamos, se hacen invitaciones, a veces un parque

va de mañana a la playa, o viceversa, es una actividad muy interesante, este... yo tuve muchos años de experiencia playa, entonces este... siempre o hacíamos encuentros interplayas, o hacíamos paseos por el día, eh... se trabaja mucho por ahí, porque también está el tema, hasta se le agregan excursiones...

E: Bien, Entonces... En realidad, o sea... ¿el fundamento del Programa de Verano vendría a ser el mismo fundamento del Programa Anual que propone la Intendencia?

M.B: Sí, claro, porque es el mejor aprovechamiento del tiempo libre que ellos tienen, eh... el tiempo de ocio, pero que sea un ocio creativo, este... primero porque tenemos gente que ya está hace muchos años jubilada, a veces tenemos gente que recién la captamos, incluso el Programa Playas o Parques, en lo que es verano, capta gente que recién se inicia en la actividad, entonces, este... eso es como un puntapié inicial para, para el muestreo de actividades, que tanto la Intendencia como... nosotros trabajamos inter institucionalmente con el Ministerio de Deporte, todo lo que el adulto mayor pueda aprovechar, y la persona que se jubiló o que quedó en soledad porque enviudó, y su realidad personal y familiar cambió, pueda aprovechar a través de estos programas, y fundamentalmente los de verano, eh... sea como que un enlace para otras cosas que tengan después en el año.

E: Perfecto, y... ¿Respecto al nivel socioeconómico de los usuarios....?

M.B.: Eh... es muy variado, es muy variado... Tenemos gente que económicamente está muy bien, porque en el Programa de Invierno que nosotros tenemos, aparte de gimnasia está el de hidrogimnasia, que hacemos una vez a la semana, es un programa para mayores de 60 años, que es gratuito también, y se accede por sorteo porque la demanda es altísima, y tenemos en algunas instituciones deportivas, que es en contraprestación al estar en terrenos municipales, ta... nos contraprestan horas, entonces, ahí a veces, este... ellos se quejan de que hay personas que van, como... sobre todo lo siente la persona de más bajos recursos ¿no? Que ven que hay personas que van auto, este... y como teniendo auto ellos pueden ir y otros no pueden acceder a eso, o si esa persona tiene auto podría pagarse un club deportivo, pero siempre vamos a lo mismo que son contribuyentes como cualquier otro, eh... generalmente, esas son las minorías, ¿no? no es que sean los casos que tenemos más, estamos trabajando con... con poblaciones, bastante, eh... con dificultades económicas, son

jubilaciones muy, muy bajas. Si bien nosotros no hacemos estudios, porque no tenemos la capacidad para este... a nivel institucional para poder hacerlo porque tendrían que pasar, por tema, de asistente social, todavía no está nunca instrumentado eso, sabemos por el trato que tenemos, y porque los conocemos, porque muchas veces son alumnos nuestros. Y volviendo un poco a lo que les había dicho al inicio, es que son, es de... es de esos lugares donde tratamos de llegar, este... ellos no tienen posibilidad de hacer otra cosa que no sea la actividad física, la gimnasia o la recreación, de zonas a veces no muy cercanas a, los lugares, este... donde puedan hacer actividad física entonces, ahí están invitados a inscribirse esos, se inscriben en marzo en los centros comunales, nosotros hacemos un sorteo, y ese programa va de abril a noviembre, porque después empieza el Verano Playas, entonces si son... la mayoría son gente con dificultad económica, que... que se da, este... de hecho tenemos un gran número de gente, en lista de espera, inscribimos más de 1000 personas, por año, por temporada de hidro y están participando en una institución sola, el sábado que tenemos tres grupos en un lado, cien personas o doscientas por sábado en mañana y tarde...

E: *Y... eh... respecto a los adultos mayores en sí, ¿qué aspectos de la vida del adulto mayor consideras que contribuyen estas actividades del Programa de Verano, a su vida, a su entorno, a su rutina...?*

M.B: Y... yo creo que les cubre la parte socio-afectiva porque nosotros, el rol del profesor de Educación Física, que trabaja con adulto mayor, y fundamentalmente el trabajo del profesor de Intendencia, que es muy a nivel comunidad, y este... es en la parte socio-afectiva, este... porque ellos, tratas de trabajar todo aquello que significa, más allá, como compartís varios meses de trabajo, porque esto empieza en diciembre hasta finales de... y aparte lo tenés tres veces a la semana, y a veces los docentes van a otras playas, pero ellos también van (se ríe) ellos te siguen, tienen tiempo libre, entonces este... de generarles eso del sentimiento de pertenencia a un grupo, el de identificarse con otros, el sentirse apoyados, contenidos o ser capaces de contener a algún compañero, se trabaja mucho las redes este... en el sentido de... ellos tienen una lista con los teléfonos de todos, entonces siempre, siempre nos surgen líderes naturales en el grupo, a veces, vemos si los tenemos que neutralizar porque vas a saber que te va a traer un problema o si son de esas personas

que tenés que aprovechar el potencial que tienen, porque los organizan mucho y entre otras cosas se preocupan entre ellos de saber porque tal o cual compañero está faltando, sino avisó, a veces te dicen que se van con algún familiar de vacaciones, o que no pueden venir por tal o cual cosa, entonces eh... es eso, es trabajar la contención, el afecto, la socialización y la recreación ¿no? Y, eso es la excusa, digo, la actividad física, a través de la actividad física, podés, este... desembocar en otros intereses que ellos puedan tener posteriormente, porque a veces en ese vínculo que generan salen invitaciones para coros, teatro...

E: ¡Claro!

M.B: Del grupo que ellos tienen o los grupos del año, por eso te digo, eh... el verano es también un lugar de captar nuevos usuarios, este... para los diferentes grupos, a veces no son grupos en los cuales estamos nosotros, en el año ellos van a otros lugares, este... y aprovechan la costa o lo que tienen cerca porque viven por ahí o les gusta más, porque tenemos personas que les gusta más en verano hacer en la playa, y... no van más, de hecho los grupos de gimnasia cesan en, a fines de noviembre, primera semana de diciembre, porque todo se focaliza en Parque y Playa.

E: Claro...

M.B: Pero a algunos les gusta la playa y a algunos les gusta los parques. La opción de parques ha generado también, hay personas que tienen dificultades con el tema del sol, entonces, también el parque ha generado otra alternativa por el espacio, la sombra.

E: Bien, eh... Nosotras constatamos una diferencia en la participación de las actividades ¿no? Que propone el Programa de Verano de la Intendencia respecto a hombres y mujeres, ¿no? Notamos que en todos los grupos en realidad hay mayor participación de mujeres que de hombres... ¿Se conoce cuáles son las causas?

M.B: Mueren antes, mueren antes, la expectativa de vida, eh... el Instituto Nacional de la Vejez del MIDES en el 2012, en la proyección que tiene en un material que sacó en 2012-2015, sale el tema del porcentaje de mujeres y varones y las edades. Ellos o mueren antes o hay un tema cultural porque el hombre de esa generación, muchos han como ido

evolucionando al igual que la mujer con, con el devenir del tiempo y los cambios, pero hay muchos varones que no, osea, ellos a veces te dicen ‘no ya hice todo lo de mi juventud, hice mucha actividad física o hice boxeo’ porque en aquella época se hacía boxeo. Pensando tal vez que eso es retroactivo y le va a servir para la vejez y es todo lo contrario, cuando más necesitan el movimiento para mantenerse auto-válidos, porque el tema de esto es que el envejecimiento es un proceso irreversible, y en la medida en que no se mueven van, fundamentalmente, van perdiendo, aparte de lo que es elasticidad, masa muscular y, y el tema de la osteoporosis, que avanza rápidamente con el tiempo, bueno... un montón de características que tiene el envejecimiento, que si no lo ayudan a través de una actividad física, que puede ser cualquiera, puede ser una clase de gimnasia, puede ser danza, puede ser yoga o lo que ellos elijan, entonces los varones van menos. Eh... porque también cuando se jubilan no saben que hacer con el tiempo libre y... empiezan a permanecer mucho tiempo en la casa, entonces, se nota una gran diferencia de varones. Nosotros, el otro día estábamos hablando con unos colegas, en un grupo de 100 una compañera tiene 8 varones... en un tema de género que nos pidieron unos datos. Otra colega tiene 55 damas y 4 varones, otro tiene 35 y 5, otro tiene 40 y 3, 3 varones ¿no?

E: Sí, sí.

M.B: Otro tiene 85 mujeres y 7 varones, estos son datos del mes pasado.

E: *¿Esos son datos de los grupos del año?*

M.B.: De gimnasia, claro.

E: *Nosotras en realidad notamos, también, esa diferencia cuando fuimos este... a hacer las encuestas a las playas y a los parques, eso... que en la mayoría de los grupos había muy, muy pocos hombres.*

M.B: Ellos... Claro... Es otra cultura, quizás las nuevas generaciones sean diferentes, pero esa generación era más, o a veces tienen aquello de ir al bar del barrio, lo que fuera, jugar a las cartas, no sé si es hoy el pool, pero antes era el billar, las bochas, tienen todo eso. Si vamos a las playas nosotros tenemos alumnos, que los consideramos alumnos pero solo juegan al tejo, y tienen sus cuadros, están de los más equipados porque, arman realmente...

es toda una estructura el tema del tejo, entonces, este... esas personas solo hacen tejo y son hombres, y bueno, pero en el contexto como comparten tu horario de trabajo, ellos también son alumnos. A veces son esposos de algunas señoras... son los menos os que conseguimos que vayan los esposos, ¿no? El comienzo de, de que el varón se integre a veces, una vez que se jubiló, que realmente trae un problema a la señora porque era un presencia que no tenía en la casa en su vida, y ahora tiene que adaptar, claro... es invitándolo a los paseos, entonces, cuando hacemos las excursiones empiezan por ahí, o a las meriendas compartidas, o los choco-bingos... porque ellos son muy creativos, para desarrollar un montón de estrategias para hacer sus recursos para poder hacer un paseo, porque debido a su situación jubilatoria, entonces ahí se integran algunos varones, pero necesariamente, el déficit es, ya está en un tema nacional, que hay, 7 mujeres más o menos para 1 hombre, y se da esa característica, en invierno o verano, en donde vayan sea público o privado los varones son menos. Una de las causas es esa, que ellas son viudas, ellos mueren antes, o que directamente no, no han ido acostumbrándose con el paso del tiempo a hacer otras actividades. Pasa por ahí.

¡Listo!

E: Por ahí sería todo, ¡muchas gracias!

Entrevista a Daniel Szodo

Estudiante (E): *¿Cuál es tu relación con el Programa de Verano para el Adulto Mayor de la Intendencia de Montevideo?*

Entrevistado (D.S): *¿Cuál es mi relación?*

E: Si

D.S: Soy el supervisor deportivo del área de adulto mayores del Programa de Verano

E: Ahí va, en la parte de playa

D.S: En la parte playa

E: *Bien. ¿Hace cuanto trabajas aquí, en el mismo?*

D.S: Como son contratos zafrales este es mi año número diecisiete, mi verano número diecisiete en forma ininterrumpida

E: *¿Consideras que este Programa tiene alguna debilidad?*

D.S: Si... que hay... hay usuarios que por su situación económica no tienen acceso a todas las playas. Habría que buscar algún tipo, capaz, de pase libre o de alguna manera de que puedan tener todo acceso, o facilitarle el acceso a la playa.

E: *¿Y cuáles son las zonas donde se llevan a cabo los grupos?*

D.S: En siete playas, empezando del este: Playa Verde, Playa Malvín, Playa Buceo, Pocitos, Ramírez, Cerro y Santa Catalina. De este a oeste.

E: *Y... ¿el criterio de esa selección, cuál es?*

D.S: Ehh... de esta manera están cubiertas todas las zonas donde hay grupos de adultos mayores cercanos a estas zonas. Si vos te das cuenta, nosotros cuando definimos los días en que van a trabajar, porque la frecuencia es de tres días (lunes, miércoles y viernes o martes, jueves y sábados), el día que trabaja “Verde” no trabaja “Malvín”, o sea que la gente que vive ahí puedan ir todos los días. El día que trabaja “Malvín” no trabaja “Buceo” o sea que la gente que vive cerca puede ir un día a “Malvín” y otro día a “Buceo”. Entonces la selección de los lugares está diagramada desde hace muchos años y se tuvo en cuenta los ómnibus que llegan a esas zonas, los grupos de adultos mayores armados en el año que pueden llegar a esas zonas y se pueden contemplar la mayor cantidad de... bueno... de zonas o barrios de Montevideo.

E: *Ahí va, así que el criterio de selección de las zonas... ¿fue por eso? ¿por la locomoción y por la formación de los grupos?*

D.S: Primero que haya grupos cerca, porque es muy difícil formar grupos en la playa, entonces al haber ya grupos armados en el año es mucho más fácil llevarlos a la playa. Una vez que se instrumentó todos los grupos que hay, porque en todas las playas hay grupos cerca, empezaron a ver en que playas había más acceso por la locomoción. Por ejemplo al Cerro el núcleo nuestro está en frente a la terminal del Cerro; en Malvín está en frente a la terminal de ómnibus de Malvín, en Buceo también, y así, son lugares estratégicos para que la gente tenga mejor accesibilidad.

E: *Ahí va. ¿Y estas zonas siempre han sido las mismas?*

D.S: En el verano sí. En el verano desde hace once años, que estoy yo en el programa. Primero yo era profesor de playa, después pase a supervisor. Desde hace once años son las mismas zonas. Tengo entendido que antes, cuando se trabajaba con los profesores del año, había otras zonas. Por ejemplo Pajas Blancas sé que se trabajaba este... o sea... he escuchado que antes que yo ingresara sí habían otras zonas, pero era cuando trabajaban los profesores del año. Esa pregunta Mónica te la puede contestar porque ella creo que estuvo en una de esas zonas.

E: Bien. ¿Podrías decirnos cuáles son las actividades que se realizan en los diferentes grupos? ¿Y cuál es su fundamento?

D.S: Bueno las actividades... tenemos actividades diarias y actividades generales o grandes, o macro actividades. Las actividades diarias están desde las 7:30 a las 8:00, el docente tiene que armar la zona, llegar, poner la bandera, ir a buscar los materiales, poner la malla-sombra donde se vaya a trabajar. De 08:00 a 08:45 se da una clase de gimnasia tradicional, esa clase de gimnasia tiene una mitad de movilidad y una mitad de localizada en el suelo, si el tiempo lo permite ¿no?, si la arena no está muy dura, si no está lloviendo. Entre medio hay una pausa para hidratarse, cuando se termina la parte de gimnasia se hidrata nuevamente y esta la parte de la caminata. Según en la playa donde estén son las distancias que... bueno salen a caminar por ejemplo: Malvín es enorme, perfectamente pueden ir hasta al Acal ir hasta la "Brava". Eh... en el Cerro que es mucho más chica capaz que tienen que hacer varias veces la pasada. En Buceo por lo general salen de donde están las rocas, van hasta el museo escenográfico y vuelven y así dependiendo de la playa donde trabajen es la distancia, no la distancia, sino las veces que van a recorrer la playa. Cuando vuelven de la caminata, bueno hay hidratación de vuelta más que nada se pasa toda la información del Programa y queda la parte recreativa que no todos los adultos se quedan.

E: Eso pudimos observar nosotras cuando fuimos hacer las encuestas, como que hay un rechazo y se van.

D.S: Yo creo que más que un rechazo es que el adulto tiene otras actividades que hacer, cuidar nietos, ir hacer los mandados, ir a ordenar, ir a limpiar.

E: Claro capaz que lo ven como una pérdida de tiempo a eso.

D.S: O directamente no tienen tiempo para quedarse, le dan mucha más importancia a la gimnasia. Entonces la parte esa, hay playas en que es totalmente social, el adulto se queda a charlar, a conversar, a comer bizcochos, a tomar mate y bueno es cuando se ponen a punto incluso a las 11:00 se van los profes y ellos se quedan charlando. Nosotros ahí ofrecemos jugar al tejo, jugar a la

paleta, jugar al voleibol facilitado, jugar al frisbee, jugar a las cartas, o sea recrearse. El adulto que quiere se queda y el que no bueno se retira o el que no ya te digo, se pone a tomar mate y a comer. A las 11: 00 termina el horario nuestro, los profesores levantan el módulo, tienen que desarmar todo y guardar todo. Esa es la actividad diaria 3 veces por semana. Hay playas que van lunes, miércoles y viernes y la otras van martes, jueves y sábado. Y después hay grandes actividades, actividades conjuntas por ejemplo: este año hubo jornada de bienvenida en cada sector el este se juntó en “Malvín” un día y vinieron todos los adultos del este. El Oeste se juntó en el “Cerro” y fueron las playas del Oeste, Cerro y Santa Catalina, en esa jornada bueno se da una clase, pero se buscan que sea diferente a la de siempre capaz que más jugada, más recreativa, con danzas.

E: *¿Y se hace en la misma playa?*

D.S: Se hace en una playa y se recibe a todos los demás. Claro va el que puede. Años anteriores con Mónica conseguíamos ómnibus, incluso íbamos hasta Gruta de Lourdes, iban los parques a bajar a la playa, se hacía mucho más grande ahora los presupuestos son más acotados entonces el traslado lo dejamos para otras actividades, esa es la jornada de bienvenida. Después tenemos los paseos que cada playa elige para ir en enero “Malvín, Verde y Ramírez ” fueron a Atlántida ,por ejemplo al Parque de Vacaciones de Atlántida a pasar el día, ellos se pagan la entrada, se pagan el ómnibus, los profesores acompañan y hacen la propuesta y están todo el día ahí. Las otras playas por ejemplo, eligieron ir a Kiyú a San José a la playa de Kiyú a pasar el día, se pagan el ómnibus, se pagan la comida, los profesores están todo el día con ellos haciendo la propuesta, gimnasia, bingo, paleta, caminata, son grandes actividades, claro nucleas por lo menos 100 personas en cada paseo. Después como actividad grande tenés la cardio - caminata que se hace ya desde cinco años en el Cerro, en el Parque Vaz Ferreira donde juntas a todos los grupos de playa y todos los grupos de parque que quieran ir, les pones ómnibus gratis, esta vez juntamos 200 personas y la idea es caminar alrededor del Parque dos vueltas, este... bueno llevamos puestos de hidratación, regalamos camisetas, le damos un número de inscripción, sorteamos remeras, gorros , protectores, más que nada es promover la caminata como una actividad física para mejorar la salud y mantenimiento del adulto. Y después la actividad grande, grande que nos queda es el baile final que lo hacemos en el club Náutico que ahí también van todos los parques que quieran ir, van todas las playas, también 200 personas y bueno son cuatro horas (Se ríe) pasan bárbaro, pasan bomba, cuatro horas de baile, de regalo, de representaciones, algunas playas quieren actuar.

E: *Claro, cuando nosotras fuimos a la Playa Ramírez estaban preparando, y las señoras re emocionadas estaban con los chistes y nos contaban los chistes a nosotras que iban a decir.*

D.S: Si, hicieron su representación ellas. Y bueno ahí terminamos con música brasilera, con cotillón, este... y bueno son grandes actividades, en si esa es la propuesta.

E: *Además está abierta a la participación del adulto mayor que ellos propongan algo, por ejemplo en el baile se les da la posibilidad, ¡bueno ustedes!*

D.S: Ah sí, sí, ha ido cambiando, ellos a veces, hubo años que querían presentar, hubo otros años que nosotros llevamos números artísticos, llevamos un grupo de tango, este ... hoy en día, porque nosotros antes de hacer la propuesta les preguntamos a ellos, que creo que para que tenga éxito la actividad tenés que preguntar qué es lo que quieren hacer y te piden bailar “no hagan tanta cosas, queremos bailar, queremos bailar” claro lo que pasa es que son adultos mayores y uno muchas veces le dice al disk jockey vamos hacer una pausa porque va a pasar algo, pero vos ves la pulsaciones de los tipos y están a mil.

E: *No paran*

D.S: No y muchas veces no se dan cuenta entonces, nosotros tenemos que manejar los ritmos y las pausas y ahí es cuando a veces sorteamos, premiamos también, este año dimos premio a la pareja más elaborada, al personaje más sexy, ah bueno, ¡tenías que ver los disfraces!, están horas disfrazándose en el baño del club, los hacemos desfilar y después los premiamos. Bueno eso son las actividades en sí.

E: *Bien. Después ¿Crees que la participación en estas actividades contribuyen en algún aspecto en la vida del adulto mayor?*

D.S: Si creo que en muchos porque si no, no lo haríamos ¿no? Este... desde el punto de vista social por ejemplo nosotros somos la oreja de ellos muchas veces, hay adultos que bajan a la playa, no faltan, hacen muy poca actividad pero vos sos el que lo escucha, te hablan, te cuentan sus cosas, sus problemas, sus cosas buenas también, este muchas veces son personas que están muy solas y bueno. Después también es una instancia que le damos nosotros para moverse, sabemos que el cuerpo nuestro envejece y si no le damos movimiento va en contra de nuestra salud. Y es una propuesta gratis, que todo lo que podemos se lo damos, ta, por eso te decía que la única debilidad que tenemos, es como te decía al principio que no vayan gratis a la playa. Lo que tiene el carnet es por ejemplo este... ta, van. Pero entonces, digo, esta es una propuesta totalmente gratis que creo que tendría que hacerse todo el año y creo que no tendría que hacerse solo de la Intendencia sino que también el Ministerio de Deporte ofrecer algún servicio más de esto ¿no? y bueno todas las actividades que hacemos, se hacen, están pensadas para que contribuyan con el adulto mayor, ya te

digo, desde el punto de vista emocional, anímico, psíquico, afectivo, no sabes los abrazos, las lágrimas que nos llevamos cuando termina la temporada este... y los profes también moquean. Y bueno desde el punto de vista físico ni que hablar, vos ves adultos que comienzan la playa caminando una vez la caminata que hacemos, dejando por la mitad, y que terminen haciendo varias pasadas y diciendo '¡qué bien que estoy quiero hacerla de vuelta!' Así que es muy, muy gratificante

E: *Muy bien, Muchísimas gracias*

D.S: Por favor.

Formato de encuesta a docentes de los grupos de parques y playas del Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM 2013 – 2014.

PLAZA, PARQUE O PLAYA EN LA QUE TRABAJA

¿Es la primera vez que trabaja en el Programa de Verano de la IM para el adulto mayor?

SI ____ NO ____

¿Cuántos adultos mayores participan en esta propuesta? _____

¿Cómo es la asistencia de los mismos?

¿Qué actividades específicas se realizan en el grupo?

¿Cuál es el fundamento para la selección de estas actividades? _____

¿Qué repercusión considera que tienen estas actividades y participación en el grupo en la vida del adulto mayor?

RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS A LOS DOCENTES DE PLAYAS Y PARQUES 2013 – 2014

*Los datos representados en las siguientes tablas representan la cantidad de respuestas obtenidas por los docentes

PARQUES

Referencias:

X = Facultad de Agronomía

X = Simón Bolívar

X = Liber Seregni

X = Complejo Sacude

X = Villa García

PRIMERA VEZ QUE TRABAJA EN EL PROGRAMA	Si:	No: xx xx x x
---	------------	--------------------------------

ACTIVIDADES QUE SE REALIZAN	Caminatas: xx x x	Recreación: xx x x x x
	Gimnasia: xx x x x	Actividades especiales: x xx x
	Charlas y reuniones: x x	Yoga: x

FUNDAMENTOS DE LAS ACTIVIDADES	Sociabilización: x xx	Llegar al adulto mayor que no tiene acceso a centros deportivos: X
	Promoción de hábitos saludables: xx	
	Mejorar la calidad de vida: xxx x	Conformar grupos sociales por medio de la propuesta: x xx
	Impulsar a la participación de las propuestas anuales: x x	

REPERCUSIÓN DE LAS ACTIVIDADES EN LA VIDA DEL ADULTO MAYOR	Mejora la salud: xxxxx	Incentiva y fortalece vínculos y lazos sociales: xxx xx
	Incorporar hábitos de participación social y comunitaria: xxx	
	Mejora la calidad de vida: xxxx	Sentirse activo con un rol y proyectos: x x x

ASISTENCIA DEL ADULTO MAYOR EN LA PROPUESTA	Constante:xx
	Regular: xx
	No constante:x

PLAYAS:

Referencias:

X = Santa Catalina

X = Playa Buceo

X = Playa Pocitos

X = Playa Ramírez

PRIMERA VEZ QUE TRABAJA EN EL PROGRAMA	Si: x x	No: x x x x
--	---------	----------------

ACTIVIDADES QUE SE REALIZAN	Movilidad muscular y articular: x X x	Recreación: xx xx
	Gimnasia: xxx xx	Actividades especiales: x x
	Caminatas: x xxx xx	Charlas y reuniones: xx

	Socialización: x x x	Llegar al adulto mayor que no tiene
--	----------------------	-------------------------------------

FUNDAMENTOS DE LAS ACTIVIDADES	Promoción de hábitos saludables: x	acceso a centros deportivos:
	Mejorar la calidad de vida: xxxxx	Conformar grupos sociales por medio de la propuesta: x x x
	Impulsar a la participación de las propuestas anuales:	Mejorar la condición física: x

REPERCUSIÓN DE LAS ACTIVIDADES EN LA VIDA DEL ADULTO MAYOR	Mejora la salud: xx	Incentiva y fortalece vínculos y lazos sociales: x xxx
	Incorporar hábitos de participación social y comunitaria:	Repercusión positiva: xx
	Mejora la calidad de vida:	Sentirse activo con un rol y proyectos: xx

ASISTENCIA DEL ADULTO MAYOR EN LA PROPUESTA	Constante: x x xx
	Regular: xx
	No constante:

Formato de encuesta a participantes de los grupos de parques y playas del Programa de Verano para el Adulto Mayor de la IM 2013 – 2014.

EDAD _____

SEXO _____

PLAYA, PARQUE O PLAZA EN QUE PARTICIPA _____

ESTADO CIVIL _____

¿Vive solo/a? SÍ ___ NO ___ ¿Con quién? _____

BARRIO _____

OCUPACIÓN _____

¿Hace cuánto realiza actividad física? _____

¿Es la primera vez que participa en las actividades para Adulto Mayor de la IM en Verano?

SÍ ___ NO ___

En caso de haber participado, ¿de qué propuesta participó?

¿Qué lo motivó a participar de las actividades para Adulto Mayor de la IM?

¿Cómo se siente al participar de la propuesta?

Participar de estas actividades, ¿le ha aportado algo? SI ___ NO ___ ¿Por qué?

¿Qué actividades se realizan en este grupo?

¿Su participación en el grupo es constante? SI___ NO___ ¿Por qué?

En el correr del año, ¿Participa de otros grupos sociales o actividades relacionadas a la Educación Física? SI ___ NO ___

¿En cuál/es? _____

DATOS DE ADULTOS MAYORES PARTICIPANTES DE LAS PROPUESTAS DE PLAYAS Y PARQUES DEL PROGRAMA DE VERANO PARA EL ADULTO MAYOR DE LA IM 2013 – 2014.

Resultado totales de las encuestas realizadas a los usuarios de playas y parques.

TOTAL DE USUARIOS (Aproximado)	235
---------------------------------------	-----

TOTAL DE ENCUESTADOS	Femenino: 80	Masculino: 11
-----------------------------	--------------	---------------

ESTADO CIVIL	Viudos/as: 41	Casados/as: 34
	Solteros/as: 6	Divorciados/as: 10

VIVEN	Solo/a: 39	En pareja: 35	Con un familiar: 17
--------------	----------------------	-------------------------	-------------------------------

OCUPACIÓN	Jubilados: 68	Empleados: 1
	Pensionistas: 3	Amas de casa: 10
	No responden: 8	Otros: 1

RANGO DE EDADES	FEMENINO	MASCULINO
	Menores de 60: 5	Menores de 60: 1
	De 60 a 65: 16	De 60 a 65:
	De 66 a 70: 20	De 66 a 70: 5
	De 71 a 75: 19	De 71 a 75: 2
	De 76 a 80: 11	De 76 a 80: 1
	Mayores de 80: 9	Mayores de 80: 2

REALIZAN ACTIVIDAD FISICA DESDE	Desde la temporada estival del Programa de Verano:
	1 a 5 años: 39
	6 a 10 años: 23
	11 a 15 años: 7
	16 a 20 años: 4
	20 años en adelante: 4
	Temporada estival: 6
	No responde: 8

PARTICIPA EN OTRAS PROPUESTAS DE EDUCACIÓN FÍSICA	SI	NO	NO RESPONDE
	48	36	7

ACTIVIDADES QUE LOS USUARIOS MANIFIESTAN QUE FORMAN PARTE DE LA PROPUESTA (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Caminatas: 15.15%	Recreación y juego: 12.98%
	Gimnasia: 32.03%	Charlas, Reuniones: 9.09%
	Ejercicios: 4.76%	Actividades especiales: 6.92%
	Paseos: 11.25%	No responde: 1.73%
	Estiramientos: 2.59%	Otros: 3.46%

**RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS REALIZADAS A LOS ADULTOS
MAYORES PARTICIPANTES DEL PROGRAMA DE VERANO PARA EL ADULTO
MAYOR DE LA IM EN PARQUES Y PLAZAS 2013 – 2014**

PARQUE O PLAZA:	Simón Bolívar
------------------------	----------------------

USUARIOS	14
-----------------	----

ENCUESTADOS	FEMENINO	MASCULINO
9	8	1

RANGO DE EDADES	FEMENINO	MASCULINO
	Menores de 60:	Menores de 60:
	De 60 a 65:	De 60 a 65:
	De 66 a 70: 1	De 66 a 70:
	De 71 a 75: 3	De 71 a 75:
	De 76 a 80: 3	De 76 a 80: 1
	Mayores de 80: 1	Mayores de 80:

OCUPACIÓN	Jubilado: 5	Empleado:
	Pensionista: 1	Ama de casa:
	No responde: 3	Otros:

PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA	Primera vez: 3	Ya participaron: 6
--------------------------------------	--------------------------	------------------------------

CONSTANCIA EN LA PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA.	SI	NO	NO RESPONDE
	6		3

MOTIVO DE PARTICIPACION (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Salud: 25%	Mejorar la calidad de vida:
	Realizar actividad Física: 25%	Integrarse a un grupo : 12.5%
	Por recomendación de terceros:	Mantenerse activa/o, en movimiento:
		Otros: 37.5%

ACTIVIDADES QUE LOS USUARIOS DE MANIFIESTAN QUE FORMAN PARTE DE LA PROPUESTA (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Caminatas: 7.14%	Recreación y juegos:28.57%
	Gimnasia: 64.28%	Charlas, Reuniones:
	Ejercicios:	Baile:
	Paseos:	No responde:
	Estiramientos:	Otros:

APORTES QUE LES DEJA LA PROPUESTA	Integración social, formar parte de un grupo , crear amistades: 30%	Alegría y diversión: 20%
		Bienestar: 10%
	Salud:	Bienestar Físico: 20%
	Bienestar psíquico:	Mantenerse activo/a y en movimiento:
	Calidad de vida: 10%	Otros: 10%

PARTICIPA EN OTROS GRUPOS SOCIALES, O EN PROPUESTAS VINCULADAS A LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL AÑO	SI	NO	NO RESPONDE
	3	3	3

PARQUE O PLAZA:	Complejo Sacude
------------------------	------------------------

USUARIOS	35
-----------------	-----------

ENCUESTADOS	FEMENINO	MASCULINO
	8	2

RANGO DE EDADES	FEMENINO	MASCULINO
	Menores de 60:	Menores de 60:
	De 60 a 65: 1	De 60 a 65:
	De 66 a 70: 2	De 66 a 70: 1
	De 71 a 75: 2	De 71 a 75: 1
	De 76 a 80: 1	De 76 a 80:
	Mayores de 80:	Mayores de 80:

OCUPACIÓN	Jubilado: 6	Empleado:
	Pensionista:	Ama de casa: 2
	No responde:	Otros:

PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA	Primera vez:	Ya participaron:
	2	6

CONSTANCIA EN LA PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA.	SI	NO	NO RESPONDE
	8		

MOTIVO DE PARTICIPACION (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Salud: 18.18%	Mejorar la calidad de vida: 9.09%
	Realizar actividad Física: 27.27%	Integrarse a un grupo : 18.18%
	Por recomendación de terceros: 18.18%	Mantenerse activa/o, en movimiento: 9.09%
		Otros:

ACTIVIDADES QUE LOS USUARIOS DE MANIFIESTAN QUE FORMAN PARTE DE LA PROPUESTA (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Caminatas: 15.78%	Recreación y juego:
	Gimnasia: 31.57%	Charlas, Reuniones: 10.52%
	Ejercicios: 15.78%	Baile:
	Paseos: 5.26%	No responde:
	Estiramientos: 10.52%	Otros: 10.52%

APORTES QUE LES DEJA LA PROPUESTA	Integración social, formar parte de un grupo , crear amistades: 41.6%	Alegría y diversión:
		Bienestar: 8.3%
	Salud:	Bienestar Físico: 8.3%
	Bienestar psíquico: 8.3%	Mantenerse activo/a y en movimiento:

	Calidad de vida: 33.33%	Otros:
--	-----------------------------------	---------------

PARTICIPA EN OTROS GRUPOS SOCIALES, O EN PROPUESTAS VINCULADAS A LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL AÑO	SI	NO	NO RESPONDE
	1	7	

PARQUE O PLAZA:	Villa García
------------------------	---------------------

USUARIOS	25
-----------------	----

ENCUESTADOS	FEMENINO	MASCULINO
14	12	2

RANGO DE EDADES	FEMENINO	MASCULINO
	Menores de 60: 1	Menores de 60: 1
	De 60 a 65: 3	De 60 a 65:
	De 66 a 70: 4	De 66 a 70: 1
	De 71 a 75: 1	De 71 a 75:
	De 76 a 80:	De 76 a 80:
	Mayores de 80: 3	Mayores de 80:
OCUPACIÓN	Jubilado: 10	Empleado:
	Pensionista:	Ama de casa: 3
	No responde:	Otros: 1

PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA	Primera vez: 4	Ya participaron: 10
--------------------------------------	--------------------------	-------------------------------

CONSTANCIA EN LA PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA.	SI	NO	NO RESPONDE
	12	2	

MOTIVO DE PARTICIPACION (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Salud: 26.6%	Mejorar la calidad de vida:
	Realizar actividad Física: 13.3%	Integrarse a un grupo : 20%
	Por recomendación de terceros: 6.6%	Mantenerse activa/o, en movimiento:
		Otros: 33.3%

ACTIVIDADES QUE LOS USUARIOS DE MANIFIESTAN QUE FORMAN PARTE DE LA PROPUESTA (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Caminatas: 12.19%	Recreación y juego: 12.19%
	Gimnasia: 26.26%	Charlas, Reuniones: 19.51%
	Ejercicios:	Baile: 7.31%
	Paseos: 12.19%	No responde:
	Estiramientos:	Otros: 7.31%

APORTES QUE LES DEJA LA PROPUESTA	Integración social, formar parte de un grupo , crear amistades: 38.09%	Alegría y diversión: 9.5%
		Bienestar: 28.5%
	Salud: 4.76%	Bienestar Físico: 9.5%
	Bienestar psíquico:	Mantenerse activo/a y en movimiento: 4.76%
	Calidad de vida: 4.76%	Otros:

PARTICIPA EN OTROS GRUPOS SOCIALES, O EN PROPUESTAS VINCULADAS A LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL AÑO	SI	NO	NO RESPONDE
	5	9	

PARQUE O PLAZA:	Facultad de Agronomía
------------------------	------------------------------

USUARIOS	25
-----------------	----

ENCUESTADOS 10	FEMENINO	MASCULINO
	9	1

RANGO DE EDADES	FEMENINO	MASCULINO
	Menores de 60:	Menores de 60:
	De 60 a 65:	De 60 a 65:
	De 66 a 70: 3	De 66 a 70:
	De 71 a 75: 5	De 71 a 75: 1
	De 76 a 80: 1	De 76 a 80:
	Mayores de 80:	Mayores de 80:

OCUPACIÓN	Jubilado: 9	Empleado:
	Pensionista: 1	Ama de casa:
	No responde:	Otros:

PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA	Primera vez: 3	Ya participaron: 7
--------------------------------------	--------------------------	------------------------------

CONSTANCIA EN LA PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA.	SI	NO	NO RESPONDE
	10		

MOTIVO DE PARTICIPACION (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Salud: 33.3%	Mejorar la calidad de vida: 25%
	Realizar actividad Física:	Integrarse a un grupo : 16.6%
	Por recomendación de terceros: 16.6%	Mantenerse activa/o, en movimiento: 8.3%
		Otros:

ACTIVIDADES QUE LOS USUARIOS DE MANIFIESTAN QUE FORMAN PARTE DE LA PROPUESTA (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Caminatas: 14.70%	Recreación y juego: 17.64%
	Gimnasia: 26.47%	Charlas, Reuniones: 5.88%
	Ejercicios: 2.49%	Baile: 8.82%
	Paseos: 17.64%	No responde:
	Estiramientos: 5.88%	Otros:

APORTES QUE LES DEJA LA PROPUESTA	Integración social, formar parte de un grupo , crear amistades: 30%	Alegría y diversión: 5%
		Bienestar: 15%
	Salud:	Bienestar Físico: 15%
	Bienestar psíquico: 10%	Mantenerse activo/a y en movimiento: 15%
	Calidad de vida: 10%	Otros:

PARTICIPA EN OTROS GRUPOS SOCIALES, O EN PROPUESTAS VINCULADAS A LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL AÑO	SI	NO	NO RESPONDE
	9	1	

PARQUE O PLAZA:	Líber Seregni
------------------------	----------------------

USUARIOS	50
-----------------	----

ENCUESTADOS	FEMENINO	MASCULINO
13	12	1

RANGO DE EDADES	FEMENINO	MASCULINO
	Menores de 60: 2	Menores de 60:
	De 60 a 65: 3	De 60 a 65:
	De 66 a 70: 1	De 66 a 70:
	De 71 a 75:	De 71 a 75:
	De 76 a 80: 2	De 76 a 80:
	Mayores de 80: 4	Mayores de 80: 1

OCUPACIÓN	Jubilado: 9	Empleado: 1
	Pensionista: 1	Ama de casa: 2
	No responde:	Otros:

PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA	Primera vez: 2	Ya participaron: 11
--------------------------------------	--------------------------	-------------------------------

CONSTANCIA EN LA PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA.	SI	NO	NO RESPONDE
	13		

MOTIVO DE PARTICIPACION (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Salud: 42.85%	Mejorar la calidad de vida: 7.14%
	Realizar actividad Física: 42.85%	Integrarse a un grupo :
	Por recomendación de terceros: 7.14%	Mantenerse activa/o, en movimiento:
		Otros:

ACTIVIDADES QUE LOS USUARIOS DE MANIFIESTAN QUE FORMAN PARTE DE LA PROPUESTA (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Integración social, formar parte de un grupo , crear amistades: 21.42%	Alegría y diversión: 17.85%
		Bienestar: 14.28%
	Salud: 21.4%	Bienestar Físico: 7.14%
	Bienestar psíquico: 3.57%	Mantenerse activo/a y en movimiento: 14.28%
	Calidad de vida:	Otros:

PARTICIPA EN OTROS GRUPOS SOCIALES, O EN PROPUESTAS VINCULADAS A LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL AÑO	SI	NO	NO RESPONDE
	8	5	

**RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS REALIZADAS A LOS ADULTOS
MAYORES PARTICIPANTES DEL PROGRAMA DE VERANO PARA EL ADULTO
MAYOR DE LA IM EN PLAYAS 2013 – 2014.**

PLAYA:	Pocitos
---------------	----------------

USUARIOS	20 Y 30
-----------------	---------

ENCUESTADOS	FEMENINO	MASCULINO
9	7	2

RANGO DE EDADES	FEMENINO	MASCULINO
	Menores de 60:	Menores de 60:
	De 60 a 65: 1	De 60 a 65:
	De 66 a 70: 3	De 66 a 70: 1
	De 71 a 75: 2	De 71 a 75:
	De 76 a 80: 1	De 76 a 80:
	Mayores de 80:	Mayores de 80: 1

OCUPACIÓN	Jubilado: 9	Empleado:
	Pensionista:	Ama de casa:
	No responde:	Otros:

PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA	Primera vez: 3	Ya participaron: 6
--------------------------------------	--------------------------	------------------------------

CONSTANCIA EN LA PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA.	SI	NO	NO RESPONDE
	9		

MOTIVO DE PARTICIPACION (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Salud: 44.4%	Comunicación social:
	Realizar actividad Física: 22.2%	Integrarse a un grupo :
	Por disponer de tiempo libre:	Por los docentes del grupo:
	Por recomendación de terceros: 33.3%	

ACTIVIDADES QUE LOS USUARIOS DE MANIFIESTAN QUE FORMAN PARTE DE LA PROPUESTA (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Caminatas:25%	Recreación y juego: 21.42%
	Gimnasia: 25%	Charlas, Reuniones: 3.57%
	Ejercicios: 7.14%	Baile: 14.28%
	Paseos: 3.57%	No responde:
	Estiramientos:	Otros:

APORTES QUE LES DEJA LA PROPUESTA	Integración social, formar parte de un grupo , crear amistades: 38.09 %	Alegría y diversión:
	Salud: 14.28 %	Bienestar Físico: 28.57%
	Bienestar psíquico: 9.52%	Mantenerse activo/a y en movimiento: 4.76%
	Calidad de vida: 4.76%	Otros:

PARTICIPA EN OTROS GRUPOS SOCIALES, O EN PROPUESTAS VINCULADAS A LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL AÑO	SI	NO	NO RESPONDE
	4	5	

PLAYA:	Buceo
---------------	--------------

USUARIOS	20-25
-----------------	-------

ENCUESTADOS	FEMENINO	MASCULINO
8	8	

RANGO DE EDADES	FEMENINO	MASCULINO
	Menores de 60:	Menores de 60:
	De 60 a 65: 2	De 60 a 65:
	De 66 a 70: 2	De 66 a 70:
	De 71 a 75: 3	De 71 a 75:
	De 76 a 80: 1	De 76 a 80:
	Mayores de 80:	Mayores de 80:

OCUPACIÓN	Jubilado: 6	Empleado:
	Pensionista:	Ama de casa: 2
	No responde:	Otros:

PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA	Primera vez: 1	Ya participaron: 7
--------------------------------------	--------------------------	------------------------------

CONSTANCIA EN LA PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA.	SI	NO	NO RESPONDE
	5	2	1

MOTIVO DE PARTICIPACION	Salud: 14.28%	Comunicación social:
	Realizar actividad Física: 42.85%	Integrarse a un grupo : 28.57
	Por disponer de tiempo libre:	Por los docentes del grupo:
	Por recomendación de terceros: 14.28%	

ACTIVIDADES QUE LOS USUARIOS DE MANIFIESTAN QUE FORMAN PARTE DE LA PROPUESTA (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Caminatas: 31.25%	Recreación y juego: 12.5%
	Gimnasia: 31.25%	Charlas, Reuniones:
	Ejercicios:	Baile:
	Paseos: 18.75%	No responde: 6.25%
	Estiramientos:	Otros:

APORTES QUE LES DEJA LA PROPUESTA	Integración social, formar parte de un grupo , crear amistades: 35.29%	Alegría y diversión: 5.88%
	Salud: 5.88%	Bienestar Físico: 17.64%
	Bienestar psíquico: 11.76%	Mantenerse activo/a y en movimiento: 11.76%
	Calidad de vida: 5.88%	Otros: 5.88%

PARTICIPA EN OTROS GRUPOS SOCIALES, O EN PROPUESTAS VINCULADAS A LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL AÑO	SI	NO	NO RESPONDE
	6	2	

PLAYA:	Santa Catalina
---------------	-----------------------

USUARIOS	20
-----------------	----

ENCUESTADOS	FEMENINO	MASCULINO
11	9	2

RANGO DE EDADES	FEMENINO	MASCULINO
	Menores de 60: 2	Menores de 60:
	De 60 a 65: 3	De 60 a 65:
	De 66 a 70: 2	De 66 a 70: 2
	De 71 a 75: 1	De 71 a 75:
	De 76 a 80: 1	De 76 a 80:
	Mayores de 80:	Mayores de 80:

OCUPACIÓN	Jubilado: 6	Empleado:
	Pensionista:	Ama de casa:
	No responde:5	Otros:

PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA	Primera vez: 1	Ya participaron: 10
--------------------------------------	--------------------------	-------------------------------

CONSTANCIA EN LA PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA.	SI	NO	NO RESPONDE
	5	2	4

MOTIVO DE PARTICIPACIÓN	Salud: 38.46%	Comunicación social:
	Realizar actividad Física:	Integrarse a un grupo : 23.07%
	Por disponer de tiempo libre: 7.69%	Por los docentes del grupo: 7.69%
	Por recomendación de terceros: 23.07%	

ACTIVIDADES QUE LOS USUARIOS DE MANIFIESTAN QUE FORMAN PARTE DE LA PROPUESTA (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Caminatas: 18.75%	Recreación y juego: 12.5%
	Gimnasia: 28.12%	Charlas, Reuniones: 12.5%
	Ejercicios: 6.25%	Baile: 3.12%
	Paseos: 15.62%	No responde:
	Estiramientos:	Otros: 3.12%

APORTES QUE LE DEJA LA PROPUESTA	Integración social, formar parte de un grupo , crear amistades: 33.33%	Alegría y diversión: 6.66%
	Salud: 20%	Bienestar Físico: 13.33%
	Bienestar psíquico: 13.33%	Mantenerse activo/a y en movimiento: 6.66%
	Sentirse bien: 6.66%	
	Calidad de vida:	Otros:

PARTICIPA EN OTROS GRUPOS SOCIALES, O EN PROPUESTAS VINCULADAS A LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL AÑO	SI	NO	NO RESPONDE
	5	2	4

PLAYA:	Ramírez
---------------	----------------

USUARIOS	26
-----------------	----

ENCUESTADOS 9	FEMENINO	MASCULINO
	9	

RANGO DE EDADES	FEMENINO	MASCULINO
	Menores de 60:	Menores de 60:
	De 60 a 65: 3	De 60 a 65:
	De 66 a 70: 2	De 66 a 70:
	De 71 a 75: 2	De 71 a 75:
	De 76 a 80:1	De 76 a 80:
	Mayores de 80: 1	Mayores de 80:

OCUPACIÓN	Jubilado: 8	Empleado:
	Pensionista:	Ama de casa: 1
	No responde:	Otros:

PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA	Primera vez: 1	Ya participaron: 8
--------------------------------------	--------------------------	------------------------------

CONSTANCIA EN LA PARTICIPACIÓN DE LA PROPUESTA.	SI	NO	NO RESPONDE
	9		

MOTIVO DE PARTICIPACION	Salud: 14.28%	Comunicación social: 28.57%
	Realizar actividad Física: 28.57%	Integrarse a un grupo : 14.28%
	Por disponer de tiempo libre:	Por los docentes del grupo: 14.28%
	Por recomendación:	

ACTIVIDADES QUE LOS USUARIOS DE MANIFIESTAN QUE FORMAN PARTE DE LA PROPUESTA (Porcentaje calculado sobre el total de respuestas obtenidas)	Caminatas: 12.5%	Recreación y juego: 4.16%
	Gimnasia: 29.16%	Charlas, Reuniones: 17.39%
	Ejercicios: 4.16%	Baile: 12.5%
	Paseos: 12.5%	No responde:
	Estiramientos: 4.16%	Otros: 4.16%

APORTES QUE LES DEJA LA PROPUESTA	Integración social, formar parte de un grupo , crear amistades: 45.45%	Alegría y diversión: 9.09%
	Salud: 9.09%	Bienestar Físico: 18.18%
	Bienestar psíquico:	Mantenerse activo/a y en movimiento: 9.09%
	Sentirse bien: 9.09%	
	Calidad de vida:	Otros:

PARTICIPA EN OTROS GRUPOS SOCIALES, O EN PROPUESTAS VINCULADAS A LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL AÑO	SI	NO	NO RESPONDE
	7	2	