



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

Facultad Regional Multidisciplinaria Matagalpa

FAREM Matagalpa

Tesis de grado para optar al título de licenciada en Trabajo Social

Asunto:

Mejoramiento de la calidad de vida, a través del programa educativo,
laboral de salud, recreativo-cultural del adulto mayor del INSS
Matagalpa durante el I semestre del año 2017.

Autora:

Br. Karina Tamara Matute Tinoco

Tutor:

PhD: José Luis González Rodríguez

Matagalpa, noviembre 2017



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

Facultad Regional Multidisciplinaria FAREM Matagalpa
Departamento de Ciencias de la Educación y Humanidades.

Tesis de grado para optar al título de Licenciada en Trabajo Social

Título:

Mejoramiento de la calidad de vida, a través del programa educativo,
laboral de salud, recreativo-cultural del adulto mayor del INSS
Matagalpa durante el I semestre del año 2017.

Autora:

Br. Karina Tamara Matute Tinoco

Tutor:

PhD: José Luis González Rodríguez

Matagalpa, noviembre 2017

DEDICATORIA

Dedico esta investigación a Dios en primer lugar por cada paso que me permitió dar, quien me orientó a seguir adelante y me proporcionó las fuerzas necesarias para continuar.

A mis padres y hermanas, quienes, a lo largo de mi vida, han velado por mi bienestar y educación, siendo mi apoyo y ejemplo en todo momento de mi vida.

A todo el personal docente involucrados en la formación profesional, quienes me orientaron en este proceso investigativo. Depositando su tiempo y confianza en cada reto que se presentó, sin dudar ni un solo momento de mi esfuerzo y capacidad.

Al grupo de adultos mayores, miembros del PELSCAM INSS, Matagalpa, que con sus aportes y tiempo me apoyaron grandemente para la realización y culminación de éste proceso investigativo y de esa manera lograr mi objetivo propuesto en esta investigación.

Karina Tamara Matute Tinoco.



AGRADECIMIENTO

Al culminar un proceso investigativo tan amplio y complejo como es el desarrollo de una monografía me gustaría agradecerle:

A Dios creador del universo de todo lo visible y lo invisible por ser el sentido de la vida, dándome sabiduría y entendimiento para vencer las adversidades y obstáculos que se presentan cada día.

A mi familia en especial a mi madre y hermanas por brindarme su apoyo tanto emocional como económico, siendo los pilares fundamentales en mi crecimiento personal y profesional.

Al Coordinador del PELSCAM quien abrió sus puertas, brindándome la oportunidad de participar en algunas actividades del grupo, así como ayudándome en la preparación y desarrollo de actividades con los adultos mayores. También el apoyo brindado en mis prácticas de formación académica para consolidar los aprendizajes necesarios para llegar a ser una profesional.

A los Adultos Mayores del grupo educativo del PELSCAM, quienes hicieron posible esta investigación con sus valiosos aportes. GRACIAS.

Al Dr. José Luis González Rodríguez por sus valiosas enseñanzas, aportes y por ser gran apoyo en mí desarrollo profesional y quien dedico tiempo y esfuerzo, motivándome y orientándome a seguir adelante en cada proceso.

A los/as docentes **MSc Analy Castillo, Lic. Francisco Altamirano, MSc. Magdalena Espinoza** a quienes les debo gran parte de mis aprendizajes, gracias a sus enseñanzas.

Karina Tamara Matute Tinoco



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

Facultad Multidisciplinaria Matagalpa
FAREM Matagalpa

CARTA AVAL

El suscrito Tutor de Tesis de la Licenciatura en Trabajo Social de la Facultad Regional Multidisciplinaria de Matagalpa, de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN – Managua, por este medio extiende:

CARTA AVAL A:

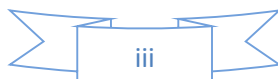
Br. Karina Tamara Matute Tinoco, ya que el Informe Final de Investigación de Tesis, para optar al título de Licenciatura en Trabajo Social, titulado: “Mejoramiento de la calidad de vida, a través del programa educativo, laboral de salud, recreativo-cultural del adulto mayor del INSS Matagalpa durante el I semestre del año 2017”, llena los requisitos científicos y técnicos requeridos para ser presentados y defendidos ante el tribunal designado.

Se extiende la presente en la ciudad de Matagalpa, república de Nicaragua, a los dos días del mes de octubre del año dos mil diecisiete.

PhD. José Luis González Rodríguez

Tutor

¡A LA LIBERTAD POR LA UNIVERSIDAD!



RESUMEN

El objetivo de esta investigación es “Analizar el PELSCAM del INSS para mejorar la calidad de vida del grupo educativo”, por consiguiente, se debe conocer como los adultos mayores se involucran en las actividades que realiza el programa, para determinar si ayuda a mejorar la calidad de vida de cada persona que forma parte del grupo.

Esta investigación se desarrolló bajo el paradigma interpretativo, con un enfoque cualitativo con elementos cuantitativos, para el mismo se aplicó guías de entrevistas, y guías de observación a los participantes (adultos/as mayores), así como entrevistas al coordinador del PELSCAM y a la docente de los adultos mayores del grupo educativo.

Dentro de los principales hallazgos se encuentran el componente educativo, laboral, salud y recreativo cultural, teniendo como principales conclusiones que en el Componente educativo hay mucha participación y tienen muchos deseos de aprender, el laboral fortalece las habilidades en cursos de manualidades, cursos de cocina y repostería, el componente salud promueve charlas de conocimientos básicos sobre el auto cuidado y en el recreativo cultural se promueven viajes a lugares turísticos.

Esta investigación aportará al Instituto Nicaragüense de Seguro Social que desarrolla programas como el PELSCAM el cual contribuye notablemente al desarrollo humano, garantizando beneficios para mejorar la calidad de vida de los/las adultos/as mayores que son parte de este programa.

Palabras claves: Programa Educativo Laboral de Salud y Recreativo-Cultural, Adulto Mayor, INSS.

ÍNDICE

Capítulo I

1.1.	INTRODUCCION	1
1.2.	PROBLEMA	2
1.3.	JUSTIFICACION.....	3
1.4.	OBJETIVOS:.....	4
1.4.1.	Objetivo General.....	4
1.4.2.	Objetivo Específicos.	4
II.	Capitulo II	5
2.1.	MARCO REFERENCIAL.	5
2.1.1.	CARACTERISTICAS DE LA SITUACION.....	5
2.1.2.	ANTECEDENTES.....	6
2.2.	El Programa educativo, laboral, de salud y recreativo-cultural del adulto Mayor. (PELSCAM).....	10
2.2.1.	Componentes que promueve el PELSCAM.	11
2.2.1.1.	Componente educativo:.....	11
2.2.1.2.	Componente laboral:	12
2.2.1.3.	Componente salud:.....	12
2.2.1.4.	Componente recreativo cultural:	13
2.3.	Adulto mayor.....	13
2.3.1.	Etapas del Adulto mayor	14
2.3.2.	<i>Aspectos físicos</i> del adulto mayor.....	15
2.3.3.	Características del envejecimiento.	16
2.3.4.	Características Psicológicas del adulto mayor	16
2.3.4.1.	Emocionalidad	16
2.3.4.2.	La aflicción en el Adulto mayor.....	17
2.3.4.3.	La depresión	17
2.3.4.4.	La personalidad.	18
2.3.4.5.	La Soledad	19
2.3.5.	Cambios que presenta el adulto mayor.....	20
2.3.5.1.	Cambios en la Memoria.	20
2.3.5.2.	Cambios orgánicos generales.	21
2.3.5.3.	Cambios cognoscitivos con la edad.	22

2.3.5.4.	Perdida de la ocupación.	23
2.3.5.5.	Discapacidad en el Adulto Mayor.	24
2.4.	Calidad de vida del Adulto Mayor.	24
2.4.1.	Bienestar físico.	24
2.4.1.1.	Ejercicio Físico.....	25
2.4.1.2.	Auto cuidado.....	25
2.4.1.3.	Nutrición y Alimentación.....	26
2.4.2.	Bienestar social.....	27
2.4.2.1.	Relaciones familiares.	27
2.4.2.2.	Autoestima.....	28
2.4.2.3.	Motivación:	29
2.4.3.	Ingresos económicos en la vejez.	29
2.5.	El Instituto Nicaragüense de Seguro Social. (INSS).....	30
2.5.1.	Contexto histórico del INSS	31
2.5.2.	Misión y Visión del INSS	32
2.5.2.1.	Misión	32
2.5.2.2.	Visión	32
2.5.3.	Líneas de acción del INSS.....	33
2.5.4.	Seguridad social:.....	33
2.5.5.	Características del seguro social.	34
2.5.6.	Decreto N 974 “Ley Orgánica de Seguridad Social”	35
2.5.7.	Ley 160 que concede beneficios adicionales a las personas jubiladas.....	35
2.6.	Preguntas de investigación.....	37
III.	Capítulo III	38
3.1.	DISEÑO METODOLOGICO	38
3.1.1.	Paradigma:	38
3.1.2.	Tipo de investigación.	40
3.1.3.	Sujeto de investigación.	40
3.1.4.	Corte:	40
3.1.5.	Métodos:.....	41
3.1.6.	Técnicas de recolección de información.	44
3.1.7.	Técnicas de análisis de la información.	45
IV.	Capítulo IV.....	47

4.1.	Análisis y discusión de resultados	47
4.2.	Componente educativo:	47
4.3.	Componente laboral:	50
4.4.	Componente salud:	53
4.5.	Componente recreativo-cultural:	56
4.6.	Aspecto físico:	58
4.7.	Características físicas del envejecimiento:	60
4.8.	Problemas Psicológicos	62
4.9.	Bienestar físico	64
4.10.	Bienestar social.....	66
4.11.	Bienestar emocional:	69
4.12.	Ley de seguro social:	71
4.13.	Ley 160 que concede beneficios adicionales.....	72
V.	Capítulo V.....	75
5.1.	Conclusiones.....	75
5.2.	Recomendaciones.....	77
5.3	Bibliografía	78
5.4.	ANEXOS	79

INDICE DE GRAFICOS

Gráfico 1. GRÁFICO 1 COMPONENTE EDUCATIVO	48
Gráfico 2. GRÁFICO 2 COMPONENTE LABORAL	51
Gráfico 3. GRAFICO 3 COMPONENTE SALUD	54
Gráfico 4. GRAFICO 4 COMPONENTE RECREATIVO-CULTURAL.....	56
Gráfico 5. GRÁFICO 5 ASPECTO FÍSICO.....	59
Gráfico 6. GRÁFICO 6 CARACTERÍSTICAS FÍSICAS.	61
Gráfico 7. GRÁFICO 7 PROBLEMAS PSICOLÓGICOS.....	63
Gráfico 8. GRÁFICO 8 BIENESTAR FÍSICO	65
Gráfico 9. GRÁFICO 9 BIENESTAR SOCIAL	67
Gráfico 10.GRÁFICO 10 BIENESTAR EMOCIONAL.....	69
Gráfico 11. GRÁFICO 11 LEY DE SEGURO SOCIAL	71
Gráfico 12. GRÁFICO 12 LEY DE BENEFICIOS ADICIONALES	72

Capítulo I

1.1. INTRODUCCION

Como estudiante de la carrera de Trabajo Social, cuento con un amplio campo de acción entre el cual está el abordar un tema relacionado con las personas adultas mayores, ya que es importante tener conocimientos amplios sobre sus vivencias, experiencias y percepciones que presentan según el medio en el que se desarrollan.

El Instituto Nicaragüense de Seguro Social tuvo la iniciativa de crear el programa educativo laboral de salud y recreativo cultural del adulto mayor con el propósito de brindar un espacio de participación para las personas de la tercera edad que están jubiladas tras el paso de la inactividad a una integración activa en la sociedad, puesto que en la actualidad estamos olvidando el papel fundamental que juega el adulto mayor como transmisores de afecto y sabiduría.

El objetivo se centra en analizar el Programa Educativo, Laboral de Salud, Recreativo y Cultural del adulto mayor (PELSCAM), en la calidad de vida del grupo Educativo. Por tanto, considero que es importante realizar este análisis, el cual nos permitirá reflexionar como la aplicación del programa, está incidiendo en la calidad de vida del adulto mayor.

En este documento se describe cada uno de los aspectos importantes que se realizaron en esta investigación por consiguiente, este estudio tendrá relevancia en la medida que tenga la aplicabilidad requerida en la recopilación de la información obtenida por los adultos mayores del grupo educativo en el proceso de análisis de los mismos, considero que el programa educativo, laboral de salud, recreativo y cultural PELSCAM incide en la calidad de vida del adulto mayor y que este análisis nos llevara a determinar las conclusiones y recomendaciones para mejorar en su aplicación.

1.2. PROBLEMA

En nuestra sociedad muchos adultos mayores deben aferrarse a un estilo de vida de las cuatro paredes, viviendo resignados concibiéndose, a sí mismo como un ser que no tiene esperanza, ni la necesidad de proyectar su vida a futuro.

Muchas veces la persona Adulta mayor se margina hacia lo negativo, no se atreven a continuar con la vida social y cultural que han tenido, recordando el pasado con nostalgia y tristeza.

1. El psiquiatra Humberto López, presidente de Fundación Nicaragüense de la Tercera Edad (FUNITE), considera que existen pocos espacios asignados para la recreación de las personas adultas mayores Se necesita mayor inversión para este grupo de la sociedad, pero también más participación de la empresa privada.

El experto en seguridad social Manuel Israel Ruiz, piensa que el sector turismo del país se queda atrás al no propiciar paquetes turísticos para los de la tercera edad, además considera que se deberían crear planes especiales para incentivar a este sector de la población, pero no solo en el turismo, cree que también las librerías, los teatros, restaurantes deberían tener descuentos especiales para este sector de la población.

El INSS, hace algunos intentos para que el adulto mayor pueda integrarse a tener una vida activa con espacios de participación, creando estrategias como el Programa Educativo, Laboral, Salud y Cultural del Adulto Mayor, conocido como PELSCAM que impulsa actividades en los diferentes ámbitos.

Ante lo expuesto surge la siguiente interrogante.

¿De qué manera el programa educativo laboral de salud y recreativo cultural del adulto mayor del INSS mejora la calidad de vida del grupo educativo del PELSCAM?

1.3. JUSTIFICACION

Se estudia el Mejoramiento de la calidad de vida, a través del programa educativo, laboral de salud, recreativo-cultural del adulto mayor del INSS Matagalpa, ya que como estudiante de la carrera de Trabajo Social, debo tener conocimientos básicos sobre los problemas que enfrenta el adulto mayor en la sociedad, pues considero que este es un problema de todos, por tanto me involucra porque soy parte de la misma sociedad, los adultos mayores no viven el pleno goce de los derechos porque se violentan y no se toman en cuenta las necesidades del adulto mayor, excluyéndoles y destruyendo el vínculo e integralidad dentro de la familia y sociedad, esta investigación me permitirá conocer y reflexionar sobre lo que está viviendo el adulto mayor y de qué manera el PELSCAM se orienta a mejorar la calidad de vida del grupo educativo.

Es importante realizar este análisis para promover la concienciación y sensibilización a los estudiantes, familias, organismos institucionales y población en general sobre la última etapa de la vida, asimismo será un aporte directo como base en la atención correcta a las personas de la tercera edad; ya que la calidad de vida de una gran mayoría de personas mayores de 60 años se ven afectada por los estereotipos y prejuicios sociales que propician el desinterés, el olvido, la marginación, la indiferencia y la exclusión, sobretodo el maltrato a seres humanos que piensan, sueñan, desean, anhelan y pueden lograr sus metas.

Cabe mencionar que no se han realizado investigaciones que aborden este programa en relación a su aplicabilidad y mejora en la calidad de vida del adulto mayor del grupo educativo en el INSS, Matagalpa, por lo tanto, es desconocida por su población y por ende, sus municipios, significa entonces que al realizar esta investigación se promoverá la participación y divulgación del PELSCAM, para una mayor cobertura en función a los adultos mayores.

Esta investigación servirá como herramienta práctica a profesionales a Trabajadores Sociales, al igual será de gran utilidad para los estudiantes que desean indagar respecto al tema del Adulto mayor y del programa PELSCAM.

1.4. OBJETIVOS:

1.4.1. Objetivo General.

Analizar el programa educativo laboral de salud y recreativo cultural del adulto mayor del INSS, para el mejoramiento de la calidad de vida del grupo educativo del PELSCAM en el municipio de Matagalpa, durante el I semestre del año 2017.

1.4.2. Objetivo Específicos.

- Describir los componentes que promueve el PELSCAM en el INSS Matagalpa.
- Detallar los beneficios y percepciones que tienen los adultos mayores del grupo educativo del PELSCAM.
- Describir las principales características de las/ los adultos mayores del grupo educativo del PELSCAM.
- Determinar como el PELSCAM se orienta a mejorar la calidad de vida del grupo educativo del INSS.

II. Capitulo II

2.1. MARCO REFERENCIAL.

Este Marco referencial describe los aspectos teóricos que fundamentan el trabajo de investigación, tomando en cuenta las categorías, dimensiones y aportes teóricos.

2.1.1. CARACTERISTICAS DE LA SITUACION.

El adulto Mayor tiene acceso a una pensión por vejez al cumplir los 60 años para ambos sexos, quienes además deben contar con un mínimo de 750 semanas cotizadas, la jubilación tiene dos consecuencias negativas por un lado los bajos montos de las jubilaciones que empobrecen a los adultos mayores los que dificulta satisfacer las necesidades, por otro quedan en una situación de riesgo de exclusión social, en la medida en que dejan de hacer actividades valoradas por la sociedad.

Ante esto el Instituto Nicaragüense de Seguro Social (INSS) Matagalpa, recibe el nombre de “delegación Carlos Fonseca Amador y Promueve programas para que el adulto mayor pueda tener espacios de participación social en los ámbitos educativos, laboral, salud y recreativo-cultural al igual hay programas para que el adulto mayor reciba consultas especializadas como el programa oncológico entre otros.

Entre las actividades que se realizan en la delegación Carlos Fonseca Amador están las siguientes:

- Brindar charlas de auto cuidado, salud en la vejez y prevención de enfermedades.

- Jornadas de vacunación contra algunas enfermedades que afectan la salud del Adulto Mayor.
- Ferias para promocionar productos elaborados por madres de héroes y mártires, pensionados por vejez.

Así también el INSS brinda ayudas complementarias a los derecho-habientes. Ya sean prótesis, sillas de ruedas, pampers, y medicamentos que el seguro no cubre,

ANTECEDENTES

En relación a los antecedentes se realizaron consultas sobre los estudios que se han realizado y que estén relacionados sobre la temática en estudio, por tanto, se describe a continuación.

A) Nivel Internacional.

Prisciliano Cordero del Castillo realizó un estudio sobre la Situación social de las personas mayores en España en el año 2007 con el objetivo de analizar los parámetros demográficos de los adultos mayores de 65 años. Con este se conoció la situación económica de los ancianos comenzando por los datos demográficos se analizó el nivel de ingresos, el trabajo y la calidad de su vivienda, luego se ven las relaciones familiares y personales y el grado de satisfacción conseguido en su convivencia, se analizaron también los valores políticos y sociales que comparten y las creencias religiosas. Se llegó a la conclusión de que el número de personas mayores seguirá creciendo en España hasta los años 2050 pudiendo alcanzar al 31-32 % de la población total. La esperanza de vida va a seguir aumentando, aunque a un ritmo más lento que en las décadas pasadas después de jubilados los españoles van a tener una media de 15 a 20 años de vida por vivir. La situación económica actual de las personas adultas mayores es notablemente inferior a la media de la población total. La mayoría de los mayores viven en casa propia con sus conyugues hijos y familiares. Los

principales valores de los mayores son: la salud, la familia, el bienestar económico, los amigos, la religión y la política.

B) Nivel Latinoamericano.

En el año 2007, Todd Jewell, Maximino Rossi y Triunfo Patricia, realizaron un estudio sobre el estado de salud del adulto mayor en América Latina. Se contó con la participación de 5 países: Argentina, Brasil, Chile, México y Uruguay, el objetivo era analizar el estado de salud de las personas mayores de 60 años. Teniendo la participación de 5 países, investigando los efectos de variables socioeconómicos sobre el estado de salud auto reportado, indicando que el estado de salud está relacionado positivamente con una buena nutrición y nivel de educación a un estilo de vida antiguo, se demostró que el nivel socio económico en las etapas de la vida influyen en el estado de salud lo cual implica importantes políticas de salud pública.

C) Nivel Centroamericano.

Sharmila Gómez Solís publicó un Artículo el 5 de octubre del año 2015 titulado La Caja Costarricense Seguro Social pide respeto y dignificación hacia los adultos mayores, en la cual comparte que con una serie de actividades recreativas, culturales, deportivas y hasta agrícola, la caja costarricense de seguro social (CCSS), pretende sensibilizar a los visitantes de las oficinas centrales, familiares, cuidadores de adultos mayores y población en materia de derechos como es la ley integral de la persona adulta mayor y la política nacional de envejecimiento y vejez, entre otros documentos normativos. Además, se brinda consejos para mejorar el trato hacia esta población y una serie de recomendaciones para que este grupo de población cuente con un estilo de vida saludable. Según explicó la Dra. Vilma García Camacho, coordinadora de la CCSS, el objetivo es mostrar la vivencia del envejecimiento activo, saludable y productivo de las personas adultas mayores, mediante la exposición de artesanías y manualidades confeccionadas por personas adultas mayores en sus comunidades, así como demostraciones

artísticas con el apoyo de funcionarios institucionales y de organizaciones comunales destacadas en distintas regiones del país.

D) Nivel Nacional

También en el año 2012, Sandino Adelmo en Nicaragua efectuó un estudio sobre el adulto mayor, describe un poco la situación a la que se enfrenta el adulto mayor en Nicaragua, en su publicación asegura que Nicaragua sigue siendo el país más pobre de América Latina con una tasa de pobreza estimada de 45.5% de la población y donde la exclusión y la desigualdad atacan por igual a todos los segmentos de la edad una de ellos fue el grupo social de A.M , donde un 75% está fuera del sistema de seguridad social dejando en la indefensión a miles de ancianos que no gozan de una pensión de vejez y de una serie de beneficios sociales como servicios de salud especializados.

Igualmente, en el año 2016 Estrada Norwin, presentó un artículo realizado en Managua Nicaragua este lleva por título: Un empleo para el adulto mayor, declaró que no se dispone de información suficiente para realizar un estimulado de los beneficios que conllevaría las disposiciones de crear empleos para los adultos mayores, pero sería muy significativo por cuanto mejoraría el nivel de vida de las familias y la salud mental del adulto mayor.

Otra de las investigaciones fue la realizada por los bachilleres: Ordoñez Lineke y Ruiz Arlen Marina en la facultad multidisciplinaria FAREM - Estelí en el año (2015) trata sobre El Impacto social de la tercera edad en los y las adultos mayores de la ciudad de Estelí, con el objetivo de valorar el impacto psicosocial de la tercera edad de los adultos mayores, teniendo como resultado: los adultos mayores consideran esta etapa con un proceso negativo por los estereotipos que se atañen a la tercera edad visualizándolos incapaces, dependientes e inhabilitados para valerse por sí mismo, socialmente para la mayoría de estos lo más importante es tener un sentido de dignidad y valor como personas útiles y capaces de

desenvolverse en espacio que se adapta a algunas de sus prácticas y a la etapa de vivencia. El adulto mayor nicaragüense varía en algunos casos al perder su posición y derechos humanos tanto del grupo familiar como social.

Así mismo se realizó un estudio en la FAREM-Estelí por las estudiantes Jarquín Mendoza Ana sabina e irías Ramírez María Haydee, abordando el tema de los efectos psicosociales de la exclusión social de los/las adultos mayores atendidos en el club Santa Lucia Estelí, diciembre 2015. El objetivo de esta investigación fue valorar los efectos psicosociales de la exclusión familiar en los adultos mayores autovalentes que se atienden en el club Santa Lucia. El efecto psicosocial es valorado a través de las diferentes características y entorno de las/os adultos mayores quienes las ubican en distintos niveles según el contexto y desarrollo social en el que habitan. Los adultos/os mayores sienten afectado su sistema de vida, cuando sus hijos y familiares más cercanos notan sus dificultades de salud o su vejez. En cuanto a duelos y pérdidas se centran en las perdidas respecto a la exclusión con sus seres queridos y perdidas de espacios personales y habituales y a la vida que llevaban antes a la exclusión.

E) Nivel Local.

Finalmente presentamos que en el año 2016 en la Facultad Regional Multidisciplinaria UNAN FAREM - Matagalpa se realizó el primer estudio del Programa Educativo Laboral de Salud y Recreativo Cultural (PELSCAM) en el cual aborda el tema de: Atención Social a los Derechohabientes del INSS Matagalpa. Elaborado por Matute Tinoco, Karina, con el objetivo de reconstruir y validar la atención que deben tener los derechohabientes por parte de los trabajadores del INSS. Y ver la promoción que tiene este programa y los espacios que promueve en la recreación y diversos ambientes del adulto mayor. Teniendo como resultado que los trabajadores del INSS están capacitados para brindar una buena atención a los derecho-habientes, los usuarios están conformes con el trato que les brindan los trabajadores del INSS ya que aseguran que se les atiende con calidad y calidez.

2.2. El Programa educativo, laboral, de salud y recreativo-cultural del adulto Mayor. (PELSCAM).

La ley orgánica de la seguridad social de Nicaragua, decreto N° 974/ 03-1982 Arto. 52 “El INSS desarrollara programas para brindar a los pensionados por vejez una alternativa para una mejor adaptación a las condiciones de vida que se les crea a raíz de los problemas derivados de su edad y del paso a la inactividad a una integración activa”.

En respuesta a esta realidad y de acuerdo a las políticas de prioridad social del Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional, el Instituto Nicaragüense de Seguridad Social, conociendo la situación ha establecido una estrategia de atención al adulto mayor con la implementación del Programa educativo, laboral, de salud y cultura del Adulto Mayor (PELSCAM) que operativiza a través de las delegaciones del INSS a nivel nacional.

INSS (2007), define que es una “Es una aplicación práctica de las nuevas políticas del gobierno a través del INSS, dirigidas a la atención y beneficio de las personas adultas mayores.”

Además, explica que el objetivo de esta es mejorar la calidad de vida del adulto mayor promoviendo espacios de participación social de las personas adultas mayores mediante actividades educativas, laborales, de salud y culturales.

¿Quiénes pueden ser parte del PELSCAM?

Los adultos mayores pensionados por vejez, Madres de Héroes y Mártires, pueden ser parte del PELSCAM.

2.2.1. Componentes que promueve el PELSCAM.

COMPONENTE: Es todo aquello que forma parte de la composición de un todo. Se trata de elementos que, a través de algún tipo de asociación o contigüidad, dan lugar a un conjunto uniforme.

INSS (2007), Plantea que el PELSCAM cuenta con cuatro componentes los cuales están diseñados para ser una alternativa con el fin de lograr una mejor adaptación a las condiciones de vida que se le crea a raíz de los problemas derivados a su edad y del paso a la inactividad a una integración activa.

2.2.1.1. Componente educativo:

INSS (2007), Promueve la formación educativa potenciando una cultura de envejecimiento digno, activo, saludables y exitoso. Actividades, alfabetización capacitación, computación, bisutería, belleza, arreglos florales, cocina, preparación de electrodomésticos; entre otros”

Muchos de los adultos mayores están aprendiendo a leer y escribir, estos reciben clase en las instalaciones del INSS, donde hay espacio y las comodidades para que ellos puedan estar (silla, mesa). Se les imparten cursos de cocina en coordinación con INTAE. Se les brindan charlas de diversas temáticas: violencia y sus tipos. El PELSCAM cuenta con una guía gerontológica con temas dirigidos a los adultos mayores como:

- Autoestima
- Auto cuidado
- Nutrición
- La familia

2.2.1.2. Componente laboral:

INSS (2007) “Estimula las capacidades y habilidades de los adultos mayores para el fortalecimiento de su autoestima y la mejoría de sus ingresos económicos como actividades de expo venta en ferias, con artículos elaborados por las personas adultas mayores del PELSCAM.”

La falta de un rol o de tareas especificadas culturalmente conlleva la dificultad de no saber en qué concentrar los esfuerzos y en que volcarse de modo de actualizar las propias potencialidades.

Por medio del coordinador del PELSCAM en alianza con INTAE, los adultos mayores elaboran encurtidos y chileros, bisutería e incursionan en la panadería.

Realizan ferias para exponer lo que ellos han realizado y elaborado, y así poder ofertar sus productos y obtener dinero extra. Estas actividades están contribuyendo a la inserción social y económica de los adultos mayores para mejorar su calidad de vida.

2.2.1.3. Componente salud:

INSS (2007). “Señala que mejora la calidad de vida de las personas adultas mayores, con la promoción de la salud para mantener la capacidad funcional y evitar complicaciones derivadas de las enfermedades. Además, charlas de autoestima, grupos de relajación, aeróbicos, grupos de crecimiento personal y espiritual, manejo de enfermedades crónicas, masajes”.

Se incluye la promoción de la salud de los adultos mayores a través de charlas para que ellos conozcan acerca de las enfermedades que ponen en riesgo su salud, de igual manera se dirigen a los municipios del departamento, para que conozcan, el cómo enfrentar las enfermedades que se puedan presentar.

Se les brinda ayuda complementaria como sillas de rueda, bastones y prótesis auditivas en coordinación con el MINSA. También se realizan jornadas de

vacunación, además son beneficiadas con una atención odontológica donde se habilitó una clínica con dos unidades, según el Dr. Morales, este explica que la asistencia dental, es fundamental en esta etapa.

Se imparten talleres para la prevención de cáncer de próstata por medio de enfermeras comunitarias. En los municipios del departamento de Matagalpa se convocan a los adultos mayores para que formen parte de los talleres sobre la prevención de enfermedades.

2.2.1.4. Componente recreativo cultural:

INSS (2007), “Fortalece la realización de actividades recreativas y culturales con las personas adultas mayores, brindándoles la oportunidad de transmitir a las nuevas generaciones las tradiciones y el conocimiento que poseen para fortalecer nuestra identidad, entre otros”

Este componente brinda la oportunidad de que los adultos mayores puedan gozar de los derechos restituidos por el gobierno, participando en eventos sociales y culturales donde pueden recrearse al igual que conocer diversos lugares de nuestro país como León, Managua, Masaya donde se visitan centros turísticos con el objetivo de promover el arte emblemática del aporte de nuestros adultos mayores del programa PELSCAM.

2.3. Adulto mayor.

Rice (1997) Se ha definido a la persona Adulta Mayor como aquella persona arriba de los 60-65 años.

Navas (2008) Se considera adulto mayor a todo hombre y mujer nicaragüense nacional o nacionalizado mayor de sesenta años de edad.

La adultez inicia a los 60 años y es a esta edad cuando se enfrentan a los problemas derivados de su edad y comienza a vivir cambios significativos como la

jubilación, el desempleo, la viudez entre otros, de igual forma están más propensos a sufrir enfermedades.

2.3.1. Etapas del Adulto mayor.

Cross (2005) describe que la vejez es un periodo importante de derecho propio, si consideramos que comienza a principios de los 60, para algunos puede durar incluso 40 años.

Un adulto mayor a alcanzado ciertos rasgos que se adquieren desde un punto de vista biológico (cambios orden natural), social (relaciones interpersonales) y psicológico (experiencias y circunstancias enfrentadas durante su vida) “.

Así mismo Havighurst (1972) citado por Craig, G.J. & Wolfolk, A. E (1988)

Describe que un Anciano joven: **60 a 69** años de edad señala una importante transición. “En sus 60 la mayoría de los adultos ha de adaptarse a una nueva estructura de funciones para manejar las pérdidas y ganancias de las décadas” Anciano de mediana edad: **70 a 79**, ocurre una transformación más grande que en las décadas anteriores.

En este decenio, muchos sufren pérdidas y enfermedades; además, van muriendo los amigos y familiares. Junto con su mundo social que se contrae, deben enfrentarse a una participación más reducida en las organizaciones formales. Los septuagenarios suele exhibir desasosiego e irritabilidad. El anciano de **80 a 89** aunque a esta edad es por supuesto unas de las marcas de la transición del anciano joven al viejo, no es la única.

La vejez a los ochenta ha sido ha sido descrita de manera conmovedora como “el proceso gradual que comienza el mismo día que uno empieza a vivir en sus propios recuerdos” Casi todos los octogenarios experimentan crecientes dificultades para adaptarse e interactuar en su entorno. Muchos necesitan un medio actualizado y libre de estorbos que le brinde tanto privacidad como estímulos. Requieren ayuda para mantener los contactos sociales y culturales.

Finalmente, expresa que un anciano muy viejo: “**90 a 99**, hay menos datos acerca de los nonagenarios que de los adultos a sus sesenta y ochenta años. Es difícil recopilar información sistemática de la salud de estos”.

Por tanto, consideramos que los autores antes presentados definen de forma específica las etapas de la vejez, separándolas de diez años cada etapa.

2.3.2. Aspectos físicos del adulto mayor.

Jofre (2002) describe algunas características o aspectos físicos del adulto mayor como:

- El cuerpo tiende a hacerse presente de manera persistente y a veces constantes a través de distintas dolencias, limitaciones y enfermedades.
- La fuerza, la elasticidad y la resistencia física disminuyen progresivamente, lo que se evidencia cuando se requiere hacer uso de un esfuerzo físico mayor de lo habitual.
- A veces se presenta patologías que dan origen a dolores crónicos que no solo afectan la capacidad física, sino también deterioran el estado de anímico.
- La piel se vuelve más flácida y arrugada, las proporciones del cuerpo cambian.
- La musculatura tiende a estropearse y son evidentes los depósitos de grasa en determinadas zonas del cuerpo difíciles de disimular.
- Pérdida del cabello, la flacidez de los tejidos, el abdomen abultado o la falta de piezas dentales.

Si el adulto mayor no se ha adaptado a los cambios físicos, fundamentando su autoestima en otras características positivas de su persona, el envejecimiento físico hace que se sientan menos atractivo para su pareja, y, por lo tanto, más inseguro en el aspecto afectivo y sexual. Es frecuente que entre adultos

mayores le da la paradoja de confesar que no les importa el aspecto físico de su pareja y, sin embargo, angustiarse excesivamente por el propio. Los adultos mayores pueden verse inferidos por temores e inseguridad provocados por la pérdida de cabello, la flacidez de los tejidos, el abdomen abultado o la falta de piezas dentales.

2.3.3. Características del envejecimiento.

Jofré (2002) establece algunas características del envejecimiento como:

- Universal: propio de todos los seres vivos. Excesiones células cancerosas que conserva la capacidad de dividirse, células germinales y algunos protozoos, algunas algas unicelulares y bacterias.
- Continuo: Desde que comienza no se detiene hasta la muerte.
- Irreversible: No puede detenerse no revertirse.
- Heterogéneo e individual: Ha medida que las personas envejecen se van haciendo más diferentes unas de otras. Aunque hay ciertos patrones de envejecimiento propios de cada especie, el proceso ocurre en forme no homogéneas entre los distintos individuos de la misma especie, y aun entre los diferentes aparatos u órganos de un mismo individuo.

2.3.4. Características Psicológicas del adulto mayor

2.3.4.1. Emocionalidad

Craig (2001) expone que en el desarrollo emocional del adulto mayor adquiere una significación especial que se enraíza en un manejo factible de las emociones y en la capacidad de expresarlas en toda su magnitud de una forma muy particular e irrepitible, de ahí que resulte muy importante comprender cómo se manifiesta y expresa la inteligencia emocional en esta etapa de la vida.

Por tanto, consideramos que el adulto mayor pasa por muchos momentos emotivos en su vida por situaciones de dolor y alegría donde ellos presentan un cambio de emociones y las presentan en su manera de ser y de comportarse con la familia y amigos.

Igualmente, este mismo autor en términos generales, los principales cambios que les ocurren a los adultos mayores en su emocionalidad tienen relación con la identidad personal. A diferencia de los adolescentes el adulto mayor no construye su identidad, sino que debe mantenerla y reforzarla. Entendiéndose que son la misma persona que ha pasado por diferentes etapas de la vida.

2.3.4.2. La aflicción en el Adulto mayor

Para Craig, G.J. & Wolfolk, A. E (1988) Aunque la pérdida de seres queridos a través de la muerte (aflicción) puede ocurrir en cualquier etapa del ciclo vital, es más probable que a medida que se vuelve uno mayor, las reacciones psicológicas y corporales por las que pasan las personas que la sufren, se denominan duelo.

También Parkes Weiss (1983) citado por Craig, G.J. & Wolfolk, A. E (1988) define que se conoce como luto, aunque este termino con frecuencia se refiere a las convenciones sociales que rodean a la muerte (como funerales y vestirse de negro)

2.3.4.3. La depresión

Jofré (2002) señala que dentro de los cambios la depresión es la afección más frecuente del anciano. Se presenta de forma directa o encubierta bajo quejas múltiples, a menudo, con un importante componente, que enmascara el proceso de depresivo subyacente. La depresión es asociada con procesos orgánicos pueden enmascarar a estos, ya que a veces son pocos evidentes los síntomas de los trastornos físicos.

La ingesta habitual de fármacos y polifarmacias pueden ser causas de estados depresivos, así como el comienzo de un cuadro de demencia, ya sea coexistiendo con estas o como efecto de su presentación.

Tiene como Síntomas de la depresión:

- Animo deprimido casi todo el día, sugeridos por reportes sugeridos o por la observación de otros.
- Humor triste que puede presentarse en forma pura o enmascarada, por quejas somáticas o manifestaciones ansiosas.
- Marcada o disminución del interés o placer en todas o casi todas las actividades, la mayor parte del día, casi cada día.
- Significativo o aumento o pérdida de peso (más de un 5 % por cierto) del peso corporal o disminución o incremento en el apetito casi todo el día.
- Sentimientos de inutilidad o culpa excesiva o inapropiada casi todo el día.
- Disminución de la capacidad para concentrarse o pensar, o marcada indecisión casi cada día.

2.3.4.4. La personalidad.

Craig (2001) fundamenta que en primer lugar es necesario establecer que una vez que la personalidad se ha conformado no sufrirá cambios sustanciales a lo largo de la vida, por lo tanto, el proceso de envejecimiento no supone ninguna alteración significativa en la estructura de esta de quienes envejecen. La personalidad es el recurso más poderoso e influyente con que cuenta el adulto mayor, para adaptarse al ambiente de manera satisfactoria.

Así también los rasgos o elementos que componen nuestra personalidad son disposiciones relativamente estables, que determinen forma de ser y comportarse, y que permiten predecir la conducta de un individuo, aun cuando se haya pasado por distintas etapas de la vida la única característica que quizás podría dar sé con

mayor fuerza en la tercera edad, es una tendencia a la introspección, es decir reflexionar acerca de sí mismo.

Levinson, (1986) en Craig (2001) menciona que el cambio de personalidad se da en etapas del desarrollo del adulto mayor este lo denomina como **Transiciones psicobiosociales**. Es conflictiva, al parecer son tres tipos de influencias que pueden cambiar la manera en que uno se desarrolla en la adultez. Hetherington y Baltes, (1988) en Craig (2001).

- 1. Las influencias normativas graduadas por la edad.** Son cambios biológicos (como la menopausia) y sociales (como el matrimonio y la paternidad) que ocurren normalmente a edades bastantes predecibles.
- 2. Las influencias normativas graduadas por la historia.** son sucesos históricos que afectan a generaciones completas o cohortes aproximadamente al mismo tiempo ejemplo (guerras recesiones y epidemias).
- 3. Las influencias no normativas** son transiciones idiosincrásicas, como el divorcio, el desempleo o la enfermedad.

recurre al termino **sucesos marcados** para referirse a las influencias graduadas por la edad y no normativas; en cambio, otros prefieren **procesos vitales críticos** para describir estas, aunque es probable que sean más preciso describirlos como procesos; algunos de estos sucesos vitales (divorcio, desempleo, duelo) pueden ocurrir en cualquier época durante la adultez hay los que se presentan tarde (el retiro) y los que tienden a ocurrir al inicio de la edad adulta, como el matrimonio o (vida en pareja) y la paternidad.

2.3.4.5. La Soledad

Jofré (2002) describe que la soledad de las personas mayores es compleja y tiene origen muy diverso. Sus causas pueden desembocar en dos polos la soledad forzada y soledad voluntaria.

Soledad forzada: Debido a la muerte del cónyuge (viudez), dependencia de los hijos, ausencia de lazos sanguíneos o inexistencia de familiares cercanos que

asuman la responsabilidad de compañía o apoyo, dificultades de desplazamiento entre otros.

Soledad voluntaria: Es la elección producto de la preferencia por parte del adulto mayor, por vivir solo, el buen grado de autonomía funcional, la presencia de lazos familiares cercanos a su domicilio, entre otros.

2.3.5. Cambios que presenta el adulto mayor.

2.3.5.1. Cambios en la Memoria.

Willis (1985) citado por Craig, G.J. & Wolfolk, A. E (1988). Señala que, en los estudios de aprendizaje y recuerdo, los ancianos suelen recordar menos elementos de una lista o menos detalles de una ilustración, pero ¿se deben tales diferencias a su capacidad de almacenamiento o a los procesos de aprendizajes o de recuerdo? En algunos estudios de la memoria al parecer los ancianos son menos eficaces para organizar, repasar y clasificar el material por aprender.

Ahora bien, con algo de instrucción cuidadosa y un poco de práctica, pueden mejorar en forma notable. Incluso los más viejos de 80 años se benefician del entrenamiento.

Poon, (1985) citado por Craig, G.J. & Wolfolk, A. E (1988). Igualmente plantea que “Tal vez ningún aspecto del envejecimiento ha sido estudiado más a fondo que la memoria. Primero la información se retiene por un instante en la memoria sensorial – un almacenamiento visual o auditivo – luego es enviada a la memoria primaria, o a corto plazo para su organización y codificación, y por ultimo a la secundaria o de largo plazo en la que es retenida.

En los estudios de la memoria del adulto también nos referimos a una más permanente, la terciaria que conserva información más remota. Todos estos supuestos niveles de la memoria han sido examinados con cierto detalle”.

Según Bee H (1975), se han obtenidos resultados claros y constantes de que la habilidad para recordar cosas por cortos periodos disminuye con la edad, las

personas mayores tienen muchas más dificultades para recordar una cosa cuando están haciendo otra. Al mismo tiempo no parece existir disminución de la memoria a largo plazo se recuerda muy bien a los viejos amigos y acontecimientos.

2.3.5.2. Cambios orgánicos generales.

Porto (2009) Orgánicos generales: El concepto de orgánico un vocablo que halla su origen en el latín orgánicos posee múltiples usos dicho de un cuerpo, por ejemplo, refiere a aquello que presenta condiciones o aptitudes para tener vida.

Jofré (2002) describe que dentro de los cambios orgánicos generales son:

- La Estatura: a los 70 años de edad, la estatura de hombres y mujeres es entre 2.5 y 5% menor a la que tenía antes.
- Peso: tanto en hombres como en mujeres aumenta desde los 20 años hasta la edad media de la vida (45-50) para luego reclinar, especialmente después de los 70 años.
- Composición corporal: Hay una importante reducción de la grasa, lo que refleja la disminución de la masa muscular, también disminuye la masa ósea, se observan un incremento importante del porcentaje de la grasa corporal.
- Metabolismo corporal: varía bastante con el envejecimiento, la tasa metabólica basal declina de forma leve, pero continúa con el envejecimiento (1 % por año, desde los 30 años)

Estos cambios son normales en los adultos mayores ya que a medida que van transcurriendo los años van surgiendo, estos cambios suelen ser en algunos adultos mayores acelerado y otras veces lento.

2.3.5.3. Cambios cognoscitivos con la edad.

Cross (2005) además describe que la declinación cognoscitiva tiene causas primarias y secundarias entre estas están la enfermedad de Alzheimer y las apoplejías. Sin embargo, es preciso recordar que la mayor parte de la decadencia cognoscitiva no es intrínseca al proceso de envejecimiento sino más bien atribuible a otros factores como una salud quebrantada, poca educación formal, pobreza o escasa motivación.

“La demencia se refiere a la confusión, la desmemoria y los cambios de personalidad que a veces están asociados a la vejez. Muchos temen que sea una maldición inevitable del paso de los años. quienes sufren demencia tiene una capacidad limitada para las abstracciones; repiten las mismas expresiones una y otra vez, carecen de ideas, piensan más lento que la gente normal y son incapaces de prestar atención a los que los rodea”.

Muchos declinan a pensar que el intelecto del viejo está en decadencia si un adulto joven olvida recoger su sombrero al salir de algún sitio, nada pasa; pero si se advierte el mismo descuido de un anciano, para decidir si los cambios cognoscitivos asociados con la edad son normales o bien reflejan un problema médico o filosófica subyacente, resulta importante considerar las transformaciones que es probable que ocurra en la cognición en los últimos años, así como las causas, de la declinación cognoscitiva.

La vida afectiva del adulto mayor se caracteriza por un aumento de las pérdidas, entendiéndolas como vivencias por las cuales siente que ya no tiene algo que es significativo para él a nivel real y subjetivo. Como parte de las mismas se refieren la pérdida de la autonomía (valerse por sí mismo, hacer lo que desea) y las pérdidas referidas a la jubilación, muerte del cónyuge y de seres queridos, las cuales afectan a todos los ámbitos e implican para el adulto mayor un proceso de elaboración de duelo.

2.3.5.4. Pérdida de la ocupación.

Ocupación: es un término que proviene del latín *ocupatio* y que está vinculado al verbo ocupar (apropiarse de algo, residir en una vivienda, despertar el interés de alguien). Es un sinónimo de trabajo, labor, quehacer. Porto (2009).

Jofré (2002) La presión para jubilar, la dificultad para seguir trabajando y el bajo monto de las jubilaciones tienen dos consecuencias, por un lado, empobrece a los adultos mayores, lo que les dificulta satisfacer necesidades como comprar remedios pagar médicos adecuados de locomoción, tener una nutrición adecuada, etc. por otro lado quedan en una situación de riesgo de exclusión social, en la medida que dejan de hacer actividades valoradas por la sociedad.

Falta aún una definición socio cultural del conjunto de actividades que serían específicas de los ancianos y en cuyo desempeño podrían percibirse útiles y conseguir reconocimiento social.

La ausencia de esta definición centraba el cumplimiento de la autorrealización de los adultos mayores, la falta de un rol o de tareas específicas culturalmente conlleva la dificultad de no saber en qué concentrar los esfuerzos y en que volcarse de modo de actualizar las propias potencialidades.

De ahí cada adulto mayor deba buscar que hacer debe valerse por sí mismo una rutina de actividades en que ocupar su tiempo que puedan ser más o menos valiosa para él, pero sin tener ninguna garantía de que ellas serán reconocidas socialmente, la dificultad de llevar esto a cabo hace que solo unos pocos lo logren y que muchos otros deban resignarse al estrellado mundo de las cuatro paredes del hogar, donde viven un transmitir sin anhelos, sin entusiasmos y sin horizontes.

Al surgir la pérdida de ocupación en los adultos mayores pueden ser inaceptables para ellos, ya que muchos de ellos están acostumbrados a trabajar siendo el sustento de su familia, y por esto no quieren dejar de trabajar sintiéndose capaces de seguir en el mundo laboral.

2.3.5.5. Discapacidad en el Adulto Mayor.

Gadea (2009) De acuerdo a la encuesta de discapacidad ENDIS (2003) un 47 % por ciento del total de las personas adultas del país, presenta una discapacidad asociada. Las principales causas de discapacidad se asocian a comunicación, auto-cuido, movilización, realización para las actividades de la vida diaria en el hogar y las cuales se incrementan significativamente con la edad.

En el área urbana prevalecen discapacidades relacionadas con la movilización y las actividades en el hogar, afectando al 80 % de las personas después de los 65 años y superando el 90 % de adultos mayores después de los 85 años de edad.

2.4. Calidad de vida del Adulto Mayor.

Barreto (2002) Para hablar de calidad de vida de las personas adultas mayores debemos considerar que se tiene seguridad económica, se está libre de incapacidad o enfermedades invalidantes, se tiene buena salud física y mental y se encuentra con buena integración social.

La calidad de vida es el remplazo del bienestar social, no se trata solo de tener cosas, si no de ser persona, de sentirse bien en cuanto a la propia realización personal. Ander (2009).

Incluye varios aspectos, tomaremos solo 3 de los cuales se relacionados con el Adulto mayor como lo es el bienestar físico, bienestar social y bienestar emocional.

2.4.1. Bienestar físico.

Samperio (2009) define que “El deterioro fisiológico normal y la presencia de enfermedades disminuyen progresivamente la capacidad funcional para dar paso a la inactividad funcional. Al continuar el decaimiento propio del envejecimiento, la persona encuentra limitaciones para ejecutar las actividades de la vida diaria.

Estudios recientes demuestran el beneficio que produce la práctica de la actividad física regular en los adultos mayores aun considerados demasiado viejos o demasiado frágiles”.

El bienestar físico del adulto mayor va desde el auto cuidado, tener una buena nutrición y una salud física estable, para tener una vida sana, satisfactoria y duradera, estos tres es un complemento porque van entrelazados y con la ausencia de uno de ellos no se logrará el bienestar físico con éxito por cada adulto mayor.

2.4.1.1. Ejercicio Físico.

INSS (2008) establece que: Las personas mayores pueden hacer de manera sana y sin riesgo alguna forma de actividad física sin tener que afrontar mayores gastos ya que no es necesario hacer ejercicio en lugares públicos o usar equipos caros. El adulto mayor puede hacer ejercicio moderado (natación, andar en bicicleta, jardinería, caminar ligero, limpiar el piso y bailar)

Muchas de las personas adultas mayores no están acostumbrados a realizar ejercicios físicos y de ningún tipo, pero tenemos que tener en cuenta que el ejercicio nos ayuda a mantenernos sanos y fortalecidos tanto nuestro organismo y los huesos, tener en cuenta que caminar o realizar otro tipo de ejercicio físico nos ayuda o estar sanos y fortalecidos.

2.4.1.2. Auto cuidado

Instituto nicaragüense de Seguridad Social (2007) plantea que el auto-cuido “Comprende aquellas acciones de la vida diaria como bañarse, lavarse los dientes, alimentarse, descansar, pasear y otras acciones que se realizan en caso de enfermedad como tomarse las medicinas”

Es lo que cada persona hace por sí misma para mantener y mejorar su salud tanto exterior como lo interior, para que cada adulto mayor siga llevando una vida plena

llena de salud física y mental. La familia tiene que motivar al adulto mayor para que tenga actitudes positivas y realice acciones para mejorar su calidad de vida las cuales le permitirá tener una vida saludable y tranquila evitando complicaciones en su salud.

2.4.1.3. Nutrición y Alimentación

Rice (1997) En parte la mala salud de los ancianos puede deberse a una dieta inadecuada o una alimentación insuficiente. Por la menor actividad física de los longevos y la disminución del metabolismo corporal, los ancianos no requieren tanta comida como los adultos jóvenes. Pero los hábitos alimentarios de la vida persisten en la vejez y, en consecuencia, muchos ancianos tienen exceso de peso. Por otra parte, muchísimos de ellos están anémicos y desnutridos por ser muy pobres o no saber comprar suficientes cantidades de alimentos nutritivos. Algunos sufren deficiencias de hierro, calcio y vitaminas A y C.

INSS (2007) Describe que la alimentación y la actividad física son factores importantes para mantener la salud. Cuando se come de manera inadecuada el organismo se deteriora y aparecen enfermedades como desnutrición, sobrepeso, obesidad, diabetes, presión alta, osteoporosis, infarto, embolia, algunos tipos de cáncer o incluso algunos trastornos neurológicos. Por eso una alimentación correcta es importante para mantenerse sano y activo.

El adulto mayor puede tener deficiencia de sustancias nutritivas como el calcio, ácido fólico, hierro y tiaminas, ya sean por una mala alimentación o enfermedades complicaciones y cambios propios del envejecimiento, por lo que se debe asegurar el consumo de todos los grupos de alimento en las tres comidas principales del día.

Croos (2005) establece que los adultos mayores con el paso del tiempo se reduce la actividad física y de metabolismo, no necesitan tanta comida como los demás adultos más jóvenes, al llegar a los 65 años de edad necesitan 20% de calorías que ellos, pero sigan necesitando la misma cantidad de nutrientes.

Cada adulto mayor debe de tener una dieta sana y balanceada para evitar complicaciones en su salud. Acudir a un médico nutricionista es una buena opción, pero tenemos que ser conscientes en lo que consumimos.

2.4.2. Bienestar social

Según la Real Academia Española bienestar se desglosa en bien-estar y lo define como la vida cómoda o abastecida de cuanto conduce a pasarla bien con tranquilidad o el funcionamiento de la persona en estado somática o psíquica.

Bienestar social. Se le llama al conjunto de factores que participan en la calidad de vida de las personas en una sociedad que hacen su existencia posea todos aquellos elementos que dan lugar a la satisfacción humana o social.

El adulto mayor tiene que sentirse activo dentro de su familia como en la sociedad, compartir con diversas personas en los diversos lugares que el asiste, para sentirse bien y que es una persona valiosa.

2.4.2.1. Relaciones familiares.

Cruz (2008) citado por Ordoñez y Ruiz (2015) explica que la familia es fundamental en esta etapa de la vida al ser el grupo social que influye en la socialización construyendo el pilar fundamental en lo material y emocional; se cree que la falta de atención familiar hacia el adulto mayor es algo normal, así que el adulto mayor lo ubica como una persona capaz de aconsejar, sugerir así como de decidir; sin embargo el conflicto generacional se da a través del cambio cultural y de generación mediante la sucesión de época.

Además, Myres (2000) citado por Ordoñez (2015) plantean que, el adulto mayor para recuperar su lugar trata de imponer sus opiniones provocando que aquellos que le rodean sientan que está invadiendo áreas que no le corresponden todo esto coloca al adulto mayor ante el círculo de incomprensión y alejamiento del que es

Objeto de ahí la necesidad de informar y orientar a la familia para que lo apoyen a mantener una adecuada dinámica familiar.

La familia debe entender a los adultos mayores ya que ellos están en una etapa de la vida donde necesitan comprensión y mayores cuidados por la edad o por algún padecimiento al igual que ellos son una fuente de sabiduría a las futuras generaciones.

El afecto: el afecto ha sido incluido como una dimensión del bienestar subjetivo en la mayor parte de las investigaciones sobre el tema. El afecto puede ser positivo, que es un sentimiento transitorio o estado emocional de placer activo. El contenido principal del afecto es la emoción y el sentimiento.

El goce de estas condiciones genera independencia en la toma de decisiones, buen estado de ánimo, alta autoestima y deseo de vivir.

Según García (2010), El bienestar emocional muestra la tranquilidad de ánimo propio de aquel que se siente bien consigo mismo. Una persona que experimenta un alto grado de bienestar emocional siente una mayor influencia de emociones agradables: alegría, ilusión, gratitud existencial, entusiasmo, también produce efectos positivos como: visión positiva del presente y una proyección agradable del futuro. Un alto nivel de autoestima establece un alto nivel de relaciones positivas”

Es importante fortalecer las relaciones familiares como las personales para lograr tener un bienestar emocional equilibrado, y tener expectativas positivas para la vida rodeados de armonía familiar y así como en su entorno social.

2.4.2.2. Autoestima.

INSS (2006) Fundamenta que la autoestima en el adulto mayor a medida que va envejeciendo va teniendo bajas y altas en su autoestima dependiendo de la manera en que conciben la vida, valorarse a sí mismo y valorar a los demás ya

que de esto depende su bienestar. Ya que muchas veces los gritos, insultos el maltrato y las agresiones suelen afectar el auto estima de los adultos mayores.

Al recibir cariño de su familia, amigos y personas allegadas a las personas adultas logran darle seguridad emocional, lo que permite que ellos sientan seguridad y aceptar este ciclo de vida para estar a gusto consigo mismo y las demás personas, valorar y aceptar lo positivo y negativo ya que es el primer paso hacia el cambio.

2.4.2.3. Motivación:

Rice (1997), Todo maestro sabe que el deseo de aprender (el grado de motivación) es una clave para el éxito. (La motivación intrínseca) proviene del interior, de las pulsiones físicas y psicológicas de modo que el aprendizaje es más probable en las personas que tienen la necesidad emocional de lograr la excelencia como también en las que aprenden a buscar estatus. Esas personas están motivadas por la necesidad personal de satisfacer al ego, y en consecuencia se esfuerzan más que aquellas cuyas necesidades y pulsiones son menores.

La motivación también puede aumentar gracias a incentivos externos (motivación extrínseca). La promesa de una promoción, de mayores recompensas económicas e incluso el reconocimiento verbal pueden estimular un mayor esfuerzo. Sin embargo, ninguna cantidad de incentivos funciona a menos que los sujetos sientan que las recompensas ofrecidas están a su alcance. Por otro lado, la motivación también mejora si las tareas asignadas resultan significativas y personalmente relevantes.

2.4.3. Ingresos económicos en la vejez.

Gadea (2009) explica que hay suficientes datos para suponer que el balance entre ingresos y gastos de las personas adultas mayores refleja la falta de atención a sus necesidades básicas. Esto puede explicarse, en parte, porque los gastos reflejados son individuales, mientras que muchos adultos mayores comparten sus

recursos y asumen en forma sistemática gastos de otras personas cercanas, y ese tipo de gastos no aparecen en las estadísticas, salvo por el hecho de que los hogares donde viven experimentan menos pobreza”

El desvío de los ingresos hacia los aspectos diferentes a las necesidades básicas del adulto mayor agrava sus condiciones de vida en términos haciendo más pobres a los pobres, y pobres a los no pobres. Desde un punto de vista, a pesar de que las adultas mayores logren tener mejores condiciones que los hombres, en ambos grupos se aprecia el descuido de sus necesidades básicas al utilizar sus ingresos, lo cual implica la necesidad de una mayor vigilancia sobre su situación individual.

2.5. El Instituto Nicaragüense de Seguro Social. (INSS).

Gadea (2009) El INSS tiene una cobertura selectiva, atiende a las personas adultas mayores jubiladas a través de pensiones producto de sus contribuciones a la seguridad social lo que se les confiere ciertos beneficios adicionales.

El acceso a una pensión por vejez requiere una edad de retiro fijadas en 60 años para ambos sexos quienes además deben contar con un mínimo de 750 semanas cotizadas.

A partir del año 2002 este instituto implemento el primer programa encargado de garantizar la salud de jubilados contribuidos. Desde el programa se ha logrado incrementar la cobertura de prestaciones médicas, extender la oferta de atención a pensionados por vejez al 50% del territorio nacional y realizar ajustes al monto de pensiones.

La oferta complementaria desarrollada por la seguridad social incluye atención diurna a través del club jubilados ubicados en el departamento de Managua, la capacitación sobre aspectos psicoafectivos del envejecimiento dirigidos a la asociación de jubilados y divulgación del primer manual de autocuidado entre los pensionados.

2.5.1. Contexto histórico del INSS

El Instituto Nicaragüense de seguro social fue creado en el año de 1956 durante la presidencia del General Anastasio Somoza García con el propósito de establecer mecanismos para proteger a los trabajadores nicaragüense de las contingencias provenientes de la vida y trabajo. Desde el inicio se crean dos ramas del seguro: Las pensiones por invalides, vejez y muerte (IVM) y las prestaciones por salud y maternidad (Régimen Integral).

En 1963 el INSS inaugura su primer hospital de carácter muy moderno en la ciudad de león.

En 1972 un terremoto destruye la ciudad de, reorganizándose de forma integral.

Los servicios de salud detrás del cementerio de san pedro. Así los servicios de salud hospitalarios de los asegurados de Managua se trasladan a la ciudad de Jinotepe

En 1976 se inaugura el hospital 14 de julio, ubicado en la zona oriental en la ciudad de Managua, destinado a la atención hospitalaria de la zona.

Castellón (1996) En relación al sistema de pensiones desde 1990 inicia una larga discusión política para identificar los mecanismos apropiados para manejar dicho sistema. Es en este periodo es que nace un conflicto para los pensionados en donde existes dos posiciones principales hasta el momento actual:

- a) Privatizar el manejo de fondos de pensiones.
- b) Mantener las pensiones bajo administración pública.

El proceso de administración y otorgamiento de las prestaciones de la seguridad social nicaragüense distingue tres etapas específicas:

1956-1982 surgimientos, otorgamiento de prestaciones en forma directa y bonanza financiera.

1983-1993 otorgamientos de las prestaciones en salud a través del sistema nacional único de salud (SNUS) inicio de la crisis del seguro de pensiones.

1994 – a la fecha: nuevo modelo de operación INSS es normado y regulador, y tiene una separación, función administradora y prestadora.

El 22 de diciembre de 1955, se establece que el seguro social obligatorio como parte del sistema de seguridad social de Nicaragua con carácter de servicio público nacional, cuyo objetivo es la protección de los trabajadores y sus familias, de acuerdo a las actividades señaladas en la ley de seguro social y su reglamento

2.5.2. Misión y Visión del INSS

2.5.2.1. Misión

Proteger a los trabajadores y sus familias contra los riesgos relacionados con la vida y con el trabajo, proporcionando prestaciones económicas por invalidez, vejez, muerte y riesgos profesionales; asegurando servicios de salud para enfermedad, maternidad, accidentes comunes y riesgos profesionales; y brindando otros servicios sociales para elevar la calidad de vida de la población protegida. Todo ello se financiará con el aporte solidario de los empleadores, trabajadores y el estado.

2.5.2.2. Visión

Aumentar sustancialmente el número de trabajadores protegidos por el seguro social contra los riesgos de enfermedad, maternidad, invalidez, vejez, muerte y riesgos profesionales, quienes recibirán prestaciones económicas dignas de acuerdo a las capacidades financieras de la institución y cobertura total de servicios de salud en un sistema dirigido por el MINSA. Además, el INSS habrá diseñado e iniciado la implementación de un sistema complementario de financiación de las pensiones que permitirán hacer sostenible el seguro social en el mediano y largo plazo.

2.5.3. Líneas de acción del INSS

- Aumentar la afiliación de trabajadores al seguro social en particular ampliando el área rural, cooperativas, sindicatos y trabajadores por cuenta propia.
- Asegurar la atención de salud preventiva de los asegurados del INSS.
- Asegurar la atención curativa y de rehabilitación a los derechohabientes del INSS a través de las clínicas previsionales públicas y privadas.
- Asegurar el pago de pensiones de forma rápida y eficiente, en particular a las víctimas de guerra.
- Mejorar el sistema de financiación de las pensiones y el manejo del fondo de inversión del INSS.
- Mejorar la eficiencia y calidad del funcionamiento del INSS.
- Asegurar la participación consiente de los trabajadores y pensionados en el desarrollo de la seguridad social.

2.5.4. Seguridad social:

Gallo (2003), La seguridad social, se refiere a un campo de bienestar social relacionado con la protección social o cobertura de las necesidades socialmente reconocidas como: salud, vejez o discapacidades.

Por mandato de la Constitución Política de la Republica de Nicaragua es garantía del estado para brindar protección integral a los nicaragüenses, frente a las contingencias de la vida y del trabajo, el instituto nicaragüense de seguro social en estos años ha inspirado a que todos los trabajadores a nivel nacional, pueden gozar de este derecho a través de su afiliación a este.

Los esfuerzos de esta administración, con su presencia ejecutiva, equipo directivo y funcionarios del instituto, estuvieron centrados en hacer realidad la misión institucional de garantizar a los trabajadores asegurados y pensionados de otorgamiento de las de las prestaciones consignadas en la ley de seguro social

través de modernos sistemas administrativos en salud y pensiones con el nivel de calidad sobre todo que fueron financieramente sostenibles.

2.5.5. Características del seguro social.

La seguridad social nicaragüense tiene como marco de acción que van de la mano con la visión y misión del INSS. Los principios fundamentales en seguridad social orientan la definición de políticas institucionales, y a su vez estrategias a implementar para brindar un mejor servicio a la población derechohabiente.

- **Principio Universalidad.**

Es la garantía de protección para todas las personas amparadas por la ley de S.S, sin ninguna discriminación y en todas las etapas de su vida.

- **Principio Solidaridad.**

Es la garantía de protección a los menos favorecidos a la participación de todos los contribuyentes del trabajo.

- **Principio Equidad.**

Igualdad de oportunidades de accesibilidad al trato y de garantía de prestación.

- **Principio Integridad.**

Es la garantía de cobertura de todas las necesidades de prevención amparados dentro del sistema.

Existen 3 valores primordiales dentro del INSS, estos han permitidos enlazar / ligar. Con mayor solides el actuar de los funcionarios del INSS, de cara a los aseguradores, beneficiarios pensionados. Estos estos valores son:

- **Servicio.**
- **Honestidad.**
- **Responsabilidad.**

2.5.6. Decreto N 974 “Ley Orgánica de Seguridad Social”

Capitulo II VEJEZ

Art. 52. El INSS desarrollara programas para brindar a los pensionados por vejez una alternativa para mejorar una mejor adaptación a las condiciones de vida que se les crea a raíz de los problemas derivados a su edad y del paso a la inactividad a una integración activa.

2.5.7. Ley 160 que concede beneficios adicionales a las personas jubiladas

Esta norma jurídica define que (arto.1) “la presente ley tiene por objeto establecer prestaciones económicas y de servicios adicionales en beneficios de las personas jubiladas, que actualmente gozan de tal derecho en virtud del régimen de seguridad social”.

El articulado de esta ley recoge, entre otros, los siguientes beneficios para las personas jubiladas:

- regulación sobre el monto mínimo de las pensiones.
- Gozaran de derechos en materia de salud, sin que se les deduzca ninguna cuota de sus pensiones.
- Están exentos de impuesto sobre la renta y no están sujetos a retención las indemnizaciones que en forma de capital o renta se perciban por vía judicial o por convenio primado en caso de muerte o incapacidad, por accidente o enfermedad.
- La vivienda en que habita la persona jubilada estará exenta de impuestos sobre bienes inmuebles, sea este nacional o local siempre que el jubilado o su conyugue o compañero en unión de hecho estable, sea propietario o usufructuario del inmueble.
- Los jubilados que consuman 150kwh o menos en la tarifa de energía eléctrica pagaran únicamente el 50 % al organismo correspondiente.

- El instituto nicaragüense de acueductos y alcantarillados sufragará su cargo el 30 % del valor de la factura mensual por los servicios prestados a las viviendas señaladas.
- El instituto nicaragüense de telecomunicaciones y correos sufragará a su cargo el 20 % del valor de la factura mensual por servicio telefónico de llamadas nacionales a sus abonados cuando sean personas jubiladas.
- Las certificaciones personales otorgadas por los correspondientes registros públicos se expedirán gratuitamente en favor de las personadas jubiladas o sus conyugues.
- El INSSBI creara un fondo resolvente de seis millones de córdobas para conceder adelantos a los jubilados.
- Los beneficiarios de esta ley gozaran de la exoneración del 50% de pago para la obtención de sus pasaportes de uso personal.
- El servicio de funeral a que hace referencia e inciso 1, cap. III, título II del decreto N° 975 reglamento general de la ley de seguro social, se otorgará tanto a la persona del jubilado como a su conyugue o compañera.
- Los derechos y beneficios conferidos por esta ley en favor de las personas jubiladas son inembargables, innegociables e irrenunciables y no constituyen derecho sucesorio.
- El carnet de identificación para personas jubiladas expedidos anualmente por el INSSBI, acreditará la identidad del jubilado para gozar de los derechos y beneficios conferidos por esta ley.

2.6. Preguntas de investigación

- 1- ¿Cuáles son los componentes que promueve el PELSCAM?

- 2- ¿Qué beneficios y percepciones tienen los adultos mayores del grupo educativo del PELSCAM?

- 3- ¿Cuáles son las principales características que presenta el grupo educativo?

- 4- ¿De qué manera el PELSCAM se orienta a mejorar la calidad de vida del grupo educativo?

III. Capítulo III

3.1. DISEÑO METODOLOGICO

3.1.1.Paradigma:

Paradigma interpretativo. Se centra en el estudio de los significados de la acción humana y de la vida social, busca la descripción y comprensión de lo que es único y particular del sujeto más que en lo generalizable lo que pretende es: desarrollar conocimientos, la realidad es cambiante, múltiple y holística, cuestionar la existencia de una realidad externa y valiosa para ser analizada. (Sampieri, 2010)

Por tanto, el paradigma que se utilizará en esta investigación es el interpretativo, porque se realiza un análisis sobre el programa educativo laboral, salud y cultural y recreativo que promueve el Instituto Nicaragüense de Seguridad Social del departamento de Matagalpa para el adulto mayor. Así mismo se realiza una descripción del objeto en estudio viendo este fenómeno como una realidad cambiante que podemos comprender y analizar.

El enfoque cualitativo. Describe Sampieri (2010) que el investigador plantea un problema, pero no sigue un proceso claramente definido. Sus planteamientos no son tan específicos como en el enfoque cuantitativo y las preguntas de investigación no siempre se han conceptualizado ni definido por completo. Bajo la búsqueda cualitativa el investigador comienza examinando el mundo social y en este proceso se desarrolla una teoría coherente con los datos de acuerdo con lo que se observa.

Este enfoque se basa en métodos de recolección de datos no estandarizados ni completamente predeterminados, no se efectúa una mediación numérica por lo cual el análisis no es estadístico, postula que la realidad se define a través de las interpretaciones de los participantes en la investigación con respecto a sus propias

realidades, utiliza diversas técnicas de investigación y habilidades sociales de una manera flexible de acuerdo con los requerimientos de la situación.

Por tanto, consideramos que este enfoque cualitativo está reflejado en este estudio según las características que se observan y que nos permite abordar la problemática planteada con lo que en la sociedad está ocurriendo en cuanto a nuestro tema de investigación ya que este enfoque nos permite conocer de qué manera el adulto mayor mejora su calidad de vida a través del programa educativo laboral y cultural que promueve el INSS en el departamento de Matagalpa.

El enfoque cuantitativo: Usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamientos y probar teorías. Sampieri, (2010).

La teoría retomada en el marco teórico es de carácter cuantitativo ya que surgen de investigaciones anteriores por lo tanto en esta investigación también nos auxiliamos del enfoque cuantitativo.

El enfoque Mixto: Constituye el mayor nivel de integración entre los enfoques cualitativo y cuantitativo, donde ambos se combinan durante todo el proceso de investigación. Este modelo presenta el más alto grado de integración o combinación entre los enfoques cualitativo y cuantitativo. Sampieri (2010)

Ambos se entremezclan o combinan en todo el proceso de investigación o al menos, en la mayoría de sus etapas. Requiere de un manejo completo de los dos enfoques y una medida abierta. Agrega complejidad al diseño de estudio, pero contempla todas las ventajas de cada uno de los enfoques.

La investigación es de enfoque mixto ya que utilice ambos enfoques el cualitativo ya que hice una descripción del problema conociendo la perspectiva de los adultos mayores para comprender mejor de qué manera el PELSCAM ayuda a mejorar la calidad de vida del adulto mayor y el enfoque cuantitativo ya que para realizar esta investigación es necesaria la teoría que sustenta el trabajo y esta es de enfoque cuantitativo porque se obtuvieron de estudios anteriores.

3.1.2. Tipo de investigación.

Descriptiva: Sampieri, (2010) busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias o perfiles de un grupo o población, con frecuencia la meta del investigador consiste en describir fenómenos, situaciones, contextos y eventos; esto es detallar como son y cómo se manifiestan, pretende recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos variables a las que se refieren.

Por lo antes planteado el tipo de investigación que presentamos es descriptiva, porque se realiza una descripción del fenómeno en estudio, determinando el contexto en que este se desarrolla como es el Programa Educativo, laboral, salud y recreativo y cultural del adulto mayor y su aporte en la calidad de vida. Por tanto, se valora en este aspecto que lo que pretendemos es recopilar información y conjunta sobre los conceptos y teorías que se han establecido sobre esta temática y su aplicabilidad en el contexto donde se desarrolla.

3.1.3. Sujeto de investigación.

De acuerdo con Francisca (1988), citado por Sampieri (2003) la población es el conjunto de todos los elementos a los cuales se refiere la investigación, se puede definir también como el conjunto de todas las unidades de muestreo.

En esta investigación contaremos con la participación de 9 adultos mayores de los cuales (7) son mujeres y (2) son varones, estos son miembros activos del programa educativo laboral y cultural de adultos mayores del INSS Matagalpa.

3.1.4. Corte:

Transversal Es de corte transversal, ya que la investigación se realizó durante un período determinado para llevar a cabo el estudio. I semestre del año 2017.

3.1.5.Métodos:

Empíricos y teóricos

Métodos Empíricos: De acuerdo con Hernández Sampieri: (2003, 231). El método empírico-analítico o método empírico es un modelo de investigación científica, que se basa en la lógica empírica y que junto al método fenomenológico es el más usado en el campo de las ciencias sociales y en las ciencias descriptivas.

Por lo tanto, los datos empíricos son sacados de las pruebas acertadas y a los errores, es decir, de la experiencia que tienen los sujetos de investigación.

El método empírico fue utilizado en la obtención de la información a través de la aplicación de entrevista a la docente y al coordinador del PELSCAM, y una guía de observación a los adultos mayores.

Métodos Empíricos que se aplicaran:

La observación: Como plantea Hernández Sampieri: (2003, 231) Fue el primer método utilizado por los científicos y en la actualidad continúa siendo su instrumento universal. Permite conocer la realidad mediante la sensopercepción directa de entes, Su aporte al proceso de investigación es resultado fundamentalmente de la experiencia. Estos métodos posibilitan revelar las relaciones esenciales y las características fundamentales del objeto de estudio, accesibles a la detección sensoperceptual, a través de procedimientos prácticos con el objeto y diversos medios de estudio. Su utilidad destaca en la entrada en campos inexplorados o en aquellos en los que destaca el estudio descriptivo.

Elementos de observación:

- a. El objeto de la observación
- b. El sujeto u observador
- c. Las circunstancias o el ambiente que rodean la observación
- d. Los medios de observación

- e. El cuerpo de conocimientos de que forma parte la observación.
- Método de la medición: Según Hernández Sampieri: (2003, 231) Es el método empírico que se desarrolla con el objetivo de obtener información numérica acerca de una propiedad o cualidad del objeto, proceso o fenómeno, donde se comparan magnitudes medibles conocidas. Es la asignación de valores numéricos a determinadas propiedades del objeto, así como relaciones para evaluarlas y representarlas adecuadamente. Para ello se apoya en procedimientos estadísticos de las variables en estudio a través de la aplicación de los instrumentos.

En las Ciencias Sociales, Naturales y técnicas no basta con la realización de las mediciones, sino que es necesario la aplicación de diferentes procedimientos que permitan revelar las tendencias, regularidades y las relaciones en el fenómeno objeto de estudio, uno de estos procedimientos son los estadísticos, tanto los descriptivos como los inferenciales.

Teóricos:

También afirma Hernández Sampieri: (2003, 231) Que los Métodos Teóricos son problemas de carácter conceptual, que son abordados mediante los instrumentos de carácter teórico. Se refieren fundamentalmente a la definición de conceptos o categorías, el análisis de clasificaciones de diversa índole, las proyecciones futuras del desarrollo de la Cultura Física, el análisis comparado de sistemas de Educación Física entre otros.

Los métodos teóricos fueron utilizados en la construcción del marco teórico, para la elaboración de los instrumentos y la discusión de los resultados, donde además se tuvo en cuenta diferentes fuentes bibliográficas y de Internet.

Análisis: El análisis es una operación intelectual que posibilita descomponer mentalmente un todo complejo en sus partes y cualidades. El análisis permite estudiar la influencia de cada factor en particular sobre la personalidad.

Síntesis: Permitió descubrir las relaciones e interpretaciones que existen objetivamente entre factores y pone de manifiesto cómo la estructura económica de la sociedad, es un factor esencial que, en última instancia, condiciona los restantes factores. La síntesis posibilita descubrir las múltiples relaciones que guardan entre sí.

Deducciones: Es una forma de razonamiento mediante el cual se pasa de un conocimiento general a otro de menor nivel generalidad. Este método parte de principios, leyes y axiomas que reflejan las relaciones generales, estables, necesarias y fundamentales entre los objetivos y fenómenos de la realidad

Inducciones: La inducción la podemos definir como una forma de razonamiento por medio de la cual se pasa del conocimiento de casos particulares a un conocimiento más general que refleja lo que hay de común en los fenómenos individuales.

Este método está dado justamente porque establece las generalidades sobre la base del estudio de los fenómenos singulares. Lo que posibilita desempeñar un papel esencial en el proceso de confirmación empírica de las hipótesis.

Comparaciones: Procedimiento de la comparación sistemática de casos de análisis que en su mayoría se aplica con fines de generalización empírica y de la verificación de hipótesis.

Cuenta con una larga tradición en la metodología de las ciencias sociales; aunque también se encuentra en otras disciplinas, puede decirse que en grado especial es propia de la Ciencia Política.

Experimental o de Contrastaciones: Procedimiento para verificar las afirmaciones que pretenden ser científicas. En el caso de las ciencias empíricas consiste en la "reducción inductiva": implica una reducción porque las predicciones de la hipótesis se reducen a los hechos de la realidad; y es "inductiva" porque afirmamos la verdad de la hipótesis (una afirmación general sobre los fenómenos)

cuando las predicciones o conclusiones (afirmaciones más particulares) a las que da lugar se cumplen (se debe recordar que la inducción es el paso de lo particular a lo general), por lo que se partió de la recogida de datos aplicados en las encuestas y observación a clases para generalizarlos.

Método de la abstracción: Es un proceso importantísimo para la comprensión del objeto, mediante ella se destaca la propiedad o relación de las cosas y fenómenos. No se limita a destacar y aislar alguna propiedad y relación del objeto asequible a los sentidos, sino que trata de descubrir el nexo esencial oculto e inasequible al conocimiento empírico recopilado durante la aplicación de los instrumentos como la encuesta y la guía de observación.

3.1.6. Técnicas de recolección de información.

Sampieri, (2010) En el proceso de recolección de información se puede acudir a gran diversidad de técnicas y herramientas que pueden ser utilizadas por el análisis para desarrollar los sistemas de información.

La selección de las técnicas dependerá de la estrategia operacional de la investigación por lo que no debe valorarse en si misma cual es la mejor técnica, si no que se debe considerar su adecuación o convivencia para los fines del estudio, las más frecuentes son: la entrevista, la observación, narración, la encuesta y revisión documental.

La entrevista: la entrevista es más íntima, flexible y abierta. Esta se define como una reunión para intercambio de información de una persona y otra. En la entrevista a través de las preguntas y respuestas, se logra una comunicación y construcción conjunta de significados respecto a unas temáticas Sampieri, (2010)

Con la entrevista recogemos datos de interés referentes a la temática y establecemos conversación con el entrevistado originándose una charla entre ambas partes.

La Observación:

Sampieri, (2010) Define que la investigación cualitativa necesitamos estar entrenados para observar y es diferente de simplemente ver lo cual hacemos cotidianamente, no se limita al sentido de la vista implica todos los sentidos.

Por medio de la observación logramos tener información la cual no se puede preguntar, y al estar atento podemos captar detalles que pasan en nuestro entorno. Es una técnica que consiste en observar atentamente el fenómeno, hecho o caso, tomar información y registrarla para su posterior análisis. El acto de observar y de percibir se constituye en el principal vehículo del conocimiento humano. En el ejercicio investigativo, la observación exige una actitud, una postura y un fin determinado en relación con la cosa que se observa.

Se realizó una guía de observación a los adultos mayores del grupo educativo del PELSCAM, para obtener información relevante y valiosa.

3.1.7. Técnicas de análisis de la información.

Sampieri (2010) En la mayoría de los estudios cualitativos se codifican los datos para tener una descripción más completa de estos, se resumen, se elimina la información irrelevante.

Codificación: Los métodos cualitativos por su carácter abierto, exigen la necesidad de garantizar la fiabilidad de sus indagaciones. `Para legitimar esta confianza se realiza el proceso de codificación que permite un acertado análisis de contenido y es una herramienta básica para avalar la credibilidad de los estudios cualitativos.

Los códigos surgen de los datos, los datos van mostrándose y los “capturamos” en categorías. Usamos la codificación para comenzar a revelar significados potenciales y desarrollar ideas, conceptos he hipótesis; vamos comprendiendo lo que sucede con los datos (comenzamos a generar un sentido de entendimiento respecto al planteamiento del problema). Los **códigos** son etiquetas para

identificar **categorías**, es decir, describen un segmento de texto, imagen, artefacto u otro material. Las **Categorías**: son conceptualizaciones analíticas desarrolladas por el investigador para organizar los resultados o descubrimientos relacionados con un fenómeno o experiencia humana que está bajo la investigación.

se identifican las categorías que emergen de la comparación constante de segmentos o unidades de análisis. Sampieri, (2010).

IV. Capítulo IV

4.1. Análisis y discusión de resultados.

A continuación, se presentan los principales resultados obtenidos mediante las técnicas e instrumentos aplicados como son: la entrevista a docentes del grupo educativo del PELSCAM, Preguntas al coordinador del PELSCAM, preguntas a los adultos mayores del PELSCAM, La guía observación y las fotografías.

4.2. Componente educativo:

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM

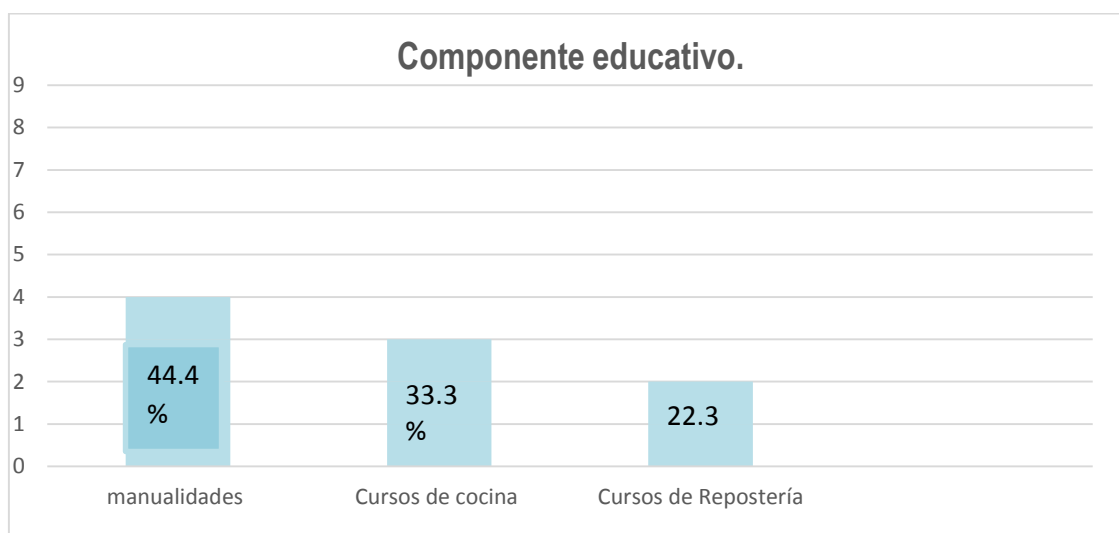
La docente asegura que al inicio fue difícil para los adultos mayores integrarse a las clases ya que se les dificultó un poco conocer los números y las letras, estos iniciaron con la alfabetización porque algunos no sabían absolutamente nada, pero en el proceso hubo un gran avance y ya están en el II nivel en el cual los adultos mayores del grupo educativo ya saben escribir sus nombres ya pueden sumar y restar. La docente manifestó que el grupo es muy responsable y muestran un gran deseo de aprender.

Percepción del coordinador del PELSCAM

A los adultos mayores que forman parte del PELSCAM se les imparten charlas educativas para que estos tengan conocimientos básicos sobre algunos temas de importancia, reciben cursos en el INTAE y hay un grupo específico (grupo educativo) del PELSCAM al que se le está alfabetizando estos reciben clases tres días a la semana en las instalaciones del INSS.

Percepción de los adultos mayores del PELSCAM.

GRÁFICO 1. GRÁFICO 1 COMPONENTE EDUCATIVO



Fuente: Resultados de investigación 2017.

En cuanto a las percepciones de los adultos mayores respecto al ámbito educativo cabe mencionar que todo el grupo educativo recibe clases para aprender a leer y escribir es aquí donde muchos adultos mayores se sienten motivados ya que nunca es demasiado tarde para cumplir sus sueños y anhelos, es muy emotivo ver cómo estas personas tienen el deseo de aprender y superarse.

Entre las actividades educativas de los nueve adultos, cuatro de ellos reciben cursos de manualidades tres reciben cursos de cocina y dos reciben cursos de repostería.

INSS (2007) “Promueve la formación educativa potenciando una cultura de envejecimiento digno, activo, saludables y exitoso. Actividades, alfabetización capacitación, computación, bisutería, belleza, arreglos florales, cocina, reparación de electrodomésticos; entre otros”.

Respecto a lo expresado por la docente del grupo y por el coordinador del PELSCAM en relación al ámbito educativo los adultos mayores están participando y aprovechando al máximo este ámbito el cual está ayudando a que muchos adultos mayores cambien su realidad y crezcan como ser humano cumpliendo sus

sueños y logrando sus metas las cuales a esta edad pareciera casi imposible, pero para estas personas es posible ya que tienen la oportunidad de intentarlo poniendo esfuerzo y dedicación para lograrlo.

Foto N. 1 Recibiendo clases



Fuente: Elaboración propia.

Foto N.2 Elaborando manualidades



Fuente: Elaboración propia

En las fotografías podemos apreciar como los adultos mayores del PELSCAM se integran y participan en las actividades educativas que se promueven en el INSS Matagalpa

Cuadro N°1. Guía de observación.

Componente educativo	Si	No
Asiste a actividades educativas	9	
Contestan las preguntas que se les hace	9	

De igual manera la guía de observación también precisa que los 9 adultos mayores del grupo educativo asisten a estas actividades así mismo muestra que a los adultos mayores no se les dificulta contestar preguntas ya que siempre contestan amablemente.

4.3. Componente laboral:

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM.

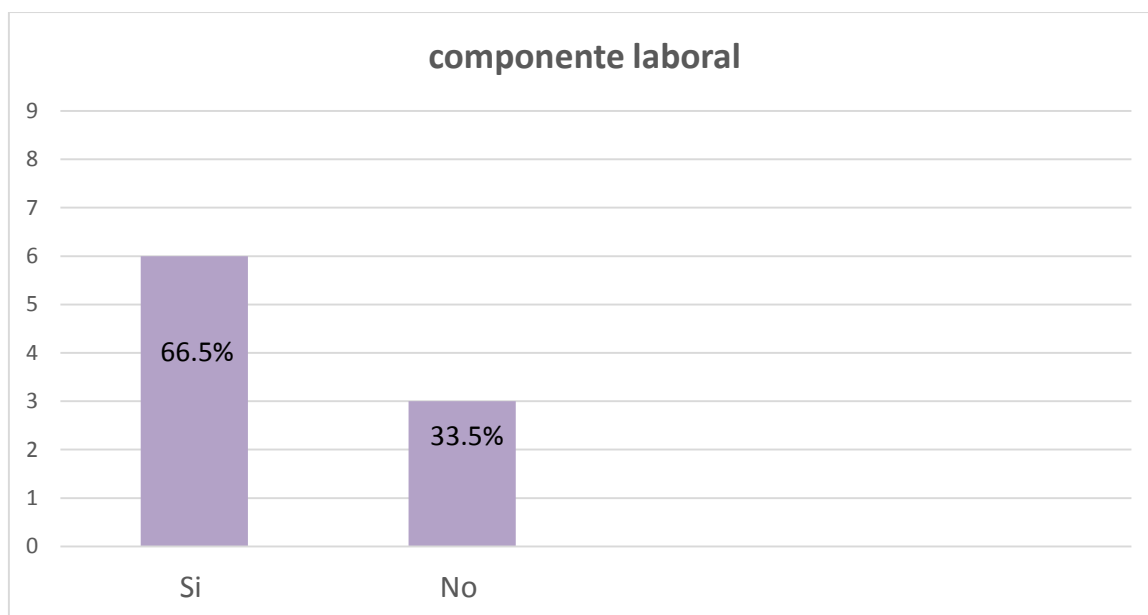
Los adultos mayores del grupo son personas muy dispuestas y emprendedoras ya que siempre están buscando la manera de salir adelante realizando manuales como bisutería y canastas, retrateras y artículos como chileros, encurtidos y repostería los cuales son ofrecidos en ferias que promueve la alcaldía municipal de Matagalpa.

Percepción del coordinador del PELSCAM

Todos los artículos que realizan los adultos mayores del grupo educativo son importantes estos elaboran manualidades en grupos de 5 personas, esto ayuda a que los adultos mayores trabajen en equipo y puedan animarse unas con otras y así mejorar y desarrollar habilidades

Percepción de los adultos mayores del PELSCAM.

GRÁFICO 2. GRÁFICO 2 COMPONENTE LABORAL



Fuente: resultado de investigación 2017.

En relación con la pregunta sobre el componente laboral los entrevistados expresaron que seis adultos mayores si han participado en la elaboración de artículos de expo ventas entre los cuales se mencionaron los siguientes productos (chileros, encurtidos, repostería) y tres de estos no han participado.

INSS (2007) “Estimula las capacidades y habilidades de los adultos mayores para el fortalecimiento de su autoestima y la mejoría de sus ingresos económicos como actividades de expo venta en ferias, con artículos elaborados por las personas adultas mayores del PELSCAM.”

Por medio del coordinador del PELSCAM en alianza con INTAE los adultos mayores elaboran encurtidos y chileros, realizan bisutería e incursionan en la panadería. Los adultos mayores aprovechan las ferias para exponer lo que ellos han elaborados y así poder ofertar los productos. Estas actividades están contribuyendo a la inserción social y económica de los adultos mayores para mejorar su calidad de vida.

En resumen, de esta subcategoría se puede verificar que, en el caso del docente, coordinador y los adultos mayores se establece una buena relación ya que los mismos ejecutan actividades que llevan al bienestar de los mismos

Foto # 3 Elaboración de Encurtidos.



Fuente: Elaboración Propia 2016.

La mayoría de los adultos mayores presentan bajos ingresos económicos ya que muchas veces la pensión que estos reciben no es suficiente para suplir sus necesidades, ante esto el PELSCAM realiza actividades que les permite a los adultos mayores tener ingresos extras y fortalecer sus capacidades y habilidades con iniciativas laborales como lo es la elaboración de encurtidos y chileros como se puede apreciar en la foto anterior.

Cuadro N° 2. Guía de observación.

Componente laboral	Si	No
Se integra y participa	6	3

Se pudo observar que solo 6 personas se mostraban interesadas en ser parte del grupo en el que se elaboran artículos de expo ventas en el componente laboral en las otras tres personas se les dificulta debido a que no tiempo suficiente para ir a estas reuniones.

4.4. Componente salud:

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM

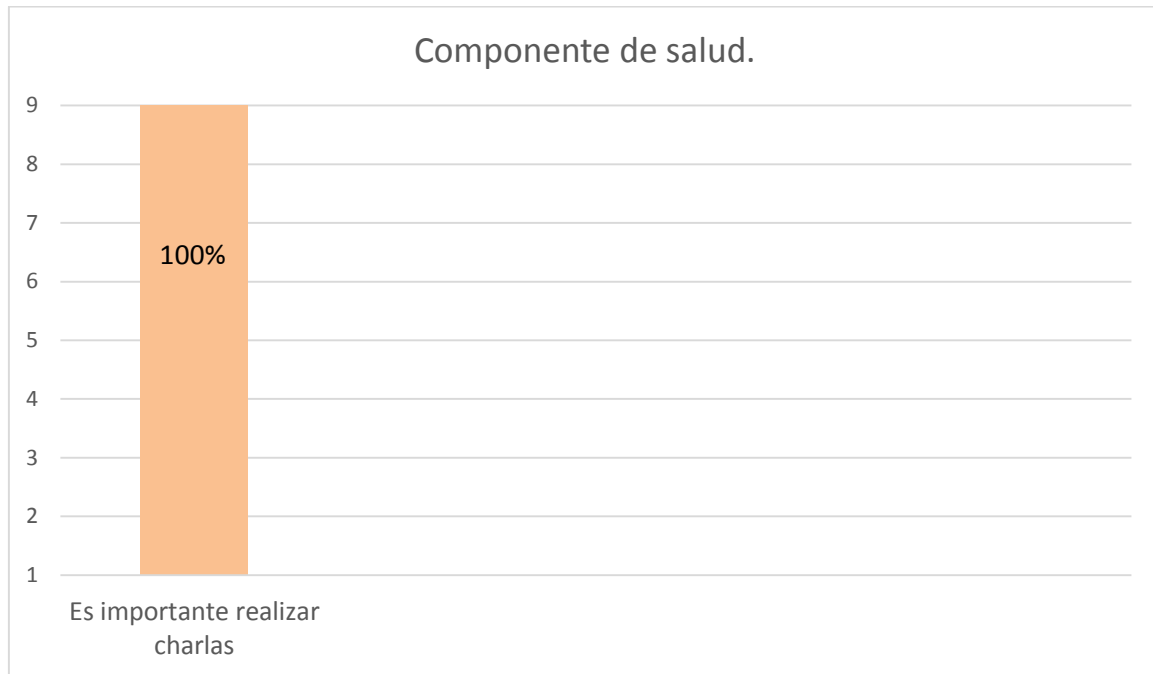
Los adultos mayores adquieren conocimientos a través de charlas sobre auto cuidado ya que están propensos a padecer ciertas enfermedades que pueden poner en riesgo su vida.

Percepción del coordinador del PELSCAM

Es necesaria la promoción de salud en las personas de la tercera edad porque ellos aprenden a tener un estilo de vida saludable, diferente a cuando eran jóvenes, cabe destacar que se les dio un diplomado de envejecimiento activo y saludable por parte de la institución donde a ellos se les brindó orientaciones a cerca de las enfermedades que les pueden afectar y como es el procedimiento que deben de tener si hubiese síntomas de enfermedad.

Percepción de los adultos mayores del PELSCAM

GRÁFICO 3. GRAFICO 3 COMPONENTE SALUD



Fuente: resultados de la investigación 2017.

Los adultos mayores entrevistados manifiestan que el PELSCAM realiza charlas sobre auto cuidado y prevención de enfermedades que pueden afectar su salud y poner en riesgo su vida, los nueve adultos mayores contestaron que es importante realizar estas charlas porque de esta manera pueden obtener conocimientos importantes para poder prevenir estas enfermedades y si alguno la padece pueden saber cómo cuidar a su familia.

INSS (2007). Señala que mejora la calidad de vida de las personas adultas mayores, con la promoción de la salud para mantener la capacidad funcional y evitar complicaciones derivadas de las enfermedades. Actividades, charlas de autoestima, grupos de relajación, aeróbicos, grupos de crecimiento personal y espiritual, manejo de enfermedades crónicas y masajes.

Respecto a lo expuesto por la docente del grupo y el coordinador de PELSCAM la promoción de salud es indispensable para que estas personas tengan conocimientos básicos sobre las enfermedades que se dan con más frecuencia y

sobre cómo se deben prevenir, en la tercera edad el cuerpo esta propenso a sufrir más enfermedades ante esto es necesario el auto cuidado incluyendo la promoción de la salud para los adultos mayores en las que hay jornadas de vacunación y se brindan charlas de prevención de enfermedades tanto en la ciudad de Matagalpa como también en algunos municipios como San Ramón, Muy Muy y Matiguás..

Foto N. 4 Charla de tuberculosis.	Foto N. 5 Charla sobre el sika
	
Fuente: elaboración propia 2016	Fuente: Elaboración propia 2016

Cuadro N° 3. Guía de observación

Componente salud	Si	No
Asiste a actividades educativas	9	
Se muestra aseado	9	
Se ve Peinado	9	
Se ve en buen estado físico	7	2

Al realizar la guía de observación, se constató que los adultos mayores se ven muy aseados Llegan limpios y peinados, en cuanto al buen estado físico 7 de los

adultos mayores caminan muy bien y no se les dificultaba levantarse o sentarse en cambio a dos si se les dificultaba.

4.5. Componente recreativo-cultural:

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM

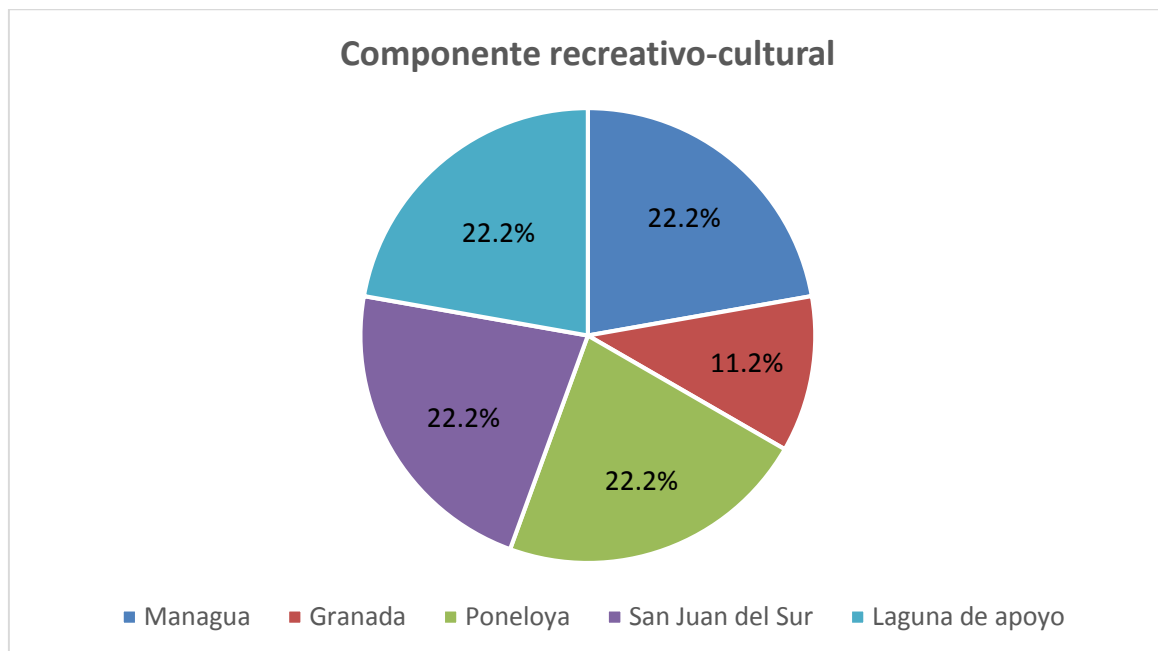
Es bueno que el adulto mayor tenga la oportunidad de salir y distraerse ya sea que asista a actos o bien a conocer otras ciudades de nuestro país ya que el PELSCAM realiza viajes para que los adultos mayores conozcan otros lugares y compartan con sus compañeros y amigos de grupo.

Percepción del coordinador del PELSCAM

Estas actividades le ayudan a aumentar su autoestima ya que ellos participan en los actos y actividades ellos pueden cantar, bailar y dramatizar también salimos a conocer otros lugares.

Percepción de los Adultos Mayores del PELSCAM

GRÁFICO 4. GRAFICO 4 COMPONENTE RECREATIVO-CULTURAL



Fuente: resultado de la investigación 2017.

Este grupo de adultos mayores expresan que el PELSCAM les brinda la oportunidad de conocer muchos lugares del país entre estos mencionaron que han realizado viajes a diferentes lugares de nuestro país. También cabe mencionar que siempre se realizan actividades como actos y reuniones donde los adultos mayores pueden gozar de un ambiente alegre en el cual algunos integrantes del mismo grupo muestran sus talentos (cantar, bailar, dramatizar y declamar poemas).

INSS (2007) “Fortalece la realización de actividades recreativas y culturales con las personas adultas mayores, brindándoles la oportunidad de transmitir a las nuevas generaciones las tradiciones y el conocimiento que poseen para fortalecer nuestra identidad, entre otros”.

Foto N 5. Celebración día de las madres



Fuente: Elaboración propia

Foto N 6. Celebración del adulto mayor



Fuente: Elaboración propia

Respecto a lo planteado por la docente del grupo educativo y el coordinador del PELSCAM, manifiesta que los adultos mayores asisten al programa porque tienen la oportunidad de conocer, compartir y pueden recrearse al asistir a actos del día de la Madre, el día del adulto mayor entre otros, o bien presentarse a reuniones

donde pueden aprender cosas nuevas. Además se promueven viajes a diversos lugares del país donde se visitan centros turísticos con el objetivo de promover el arte emblemática del aporte de nuestros adultos mayores del programa PELSCAM.

Opiniones de los entrevistados “yo asisto a actos del día del Adulto Mayor, día de la y me gusta cantar y bailar. También a veces vamos a Managua a pasear”

“Asisto a todos los actos y los viajes y también me gusta apoyar”

“He conocido muchos lugares me gusta conocer he salido a muchos lugares ahora ya vieja que cuando estaba joven”

Cuadro N° 4. Guía de observación.

Componente recreativo-cultural	Si	No
Asiste a actividades recreativo-cultural.	9	
Disfruta de las actividades.	9	
Disfruta de la compañía del grupo.	9	
Le gusta conversar	9	
Es participativo	6	3

AL realizar las entrevistas y asistir a algunas actividades del PELSCAM pude deducir que los adultos mayores asisten a las clases, reuniones y celebraciones porque les gusta disfrutar, compartir y conversar.

4.6. Aspecto físico:

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM.

Los adultos mayores del grupo educativo presentan características físicas como la piel arrugadita, poco cabello y se torna en color blanco algunos no tienen todas sus piezas dentales.

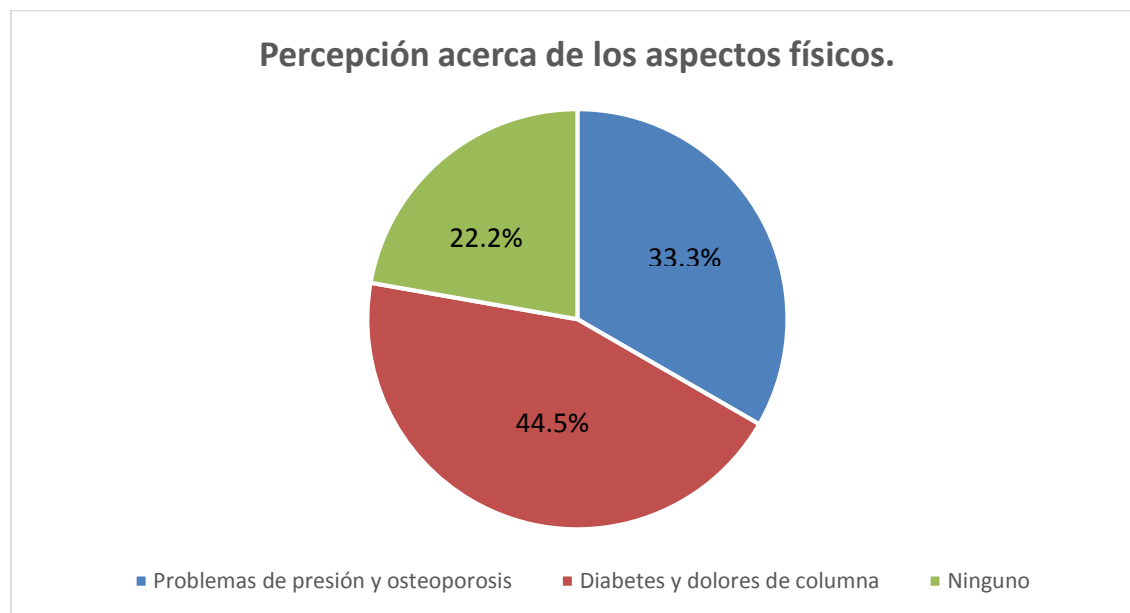
Percepción del coordinador del PELSCAM.

Considero que al llegar a la tercera edad el aspecto físico no es tan importante porque es algo normal al inicio puede ser difícil verse al espejo y notar que ya no hay tanto cabello y el poco que queda esta canoso y ver que ya la piel va cambiando eso es una realidad que cada persona debe enfrentar y supongo que unos lo superan rápido y ya no creo que sea tan importante al final.

Percepción de los adultos mayores del PELSCAM.

Los adultos mayores presentan características físicas entre las cuales está el cuerpo, este tiende a padecer diferentes dolencias, limitaciones y enfermedades que padecen los Adultos mayores.

GRÁFICO 5. GRÁFICO 5 ASPECTO FÍSICO



Fuente: resultado de investigación 2017.

En la entrevista realizada a los adultos mayores de los nueve adultos mayores en estudio cuatro contestaron que padece diabetes y dolores de columna, tres sufren

problemas de osteoporosis y presión y dos no sufre ningún dolor o problemas de salud.

Según Havighurst (1972) en Craid (1997) “Un adulto mayor a alcanzado ciertos rasgos que se adquieren desde un punto de vista biológico (cambios orden natural), social (relaciones interpersonales) y psicológico (experiencias y circunstancias enfrentadas durante su vida) “.

Según lo antes planteado por los adultos mayores, la docente del grupo educativo y el coordinador del PELSCAM, algunos miembros del grupo si padecen ciertas enfermedades, pero no les impide ser miembros activos del PELSCAM el grupo siempre asisten y apoyan en las actividades que se llevan a cabo.

4.7. Características físicas del envejecimiento:

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM

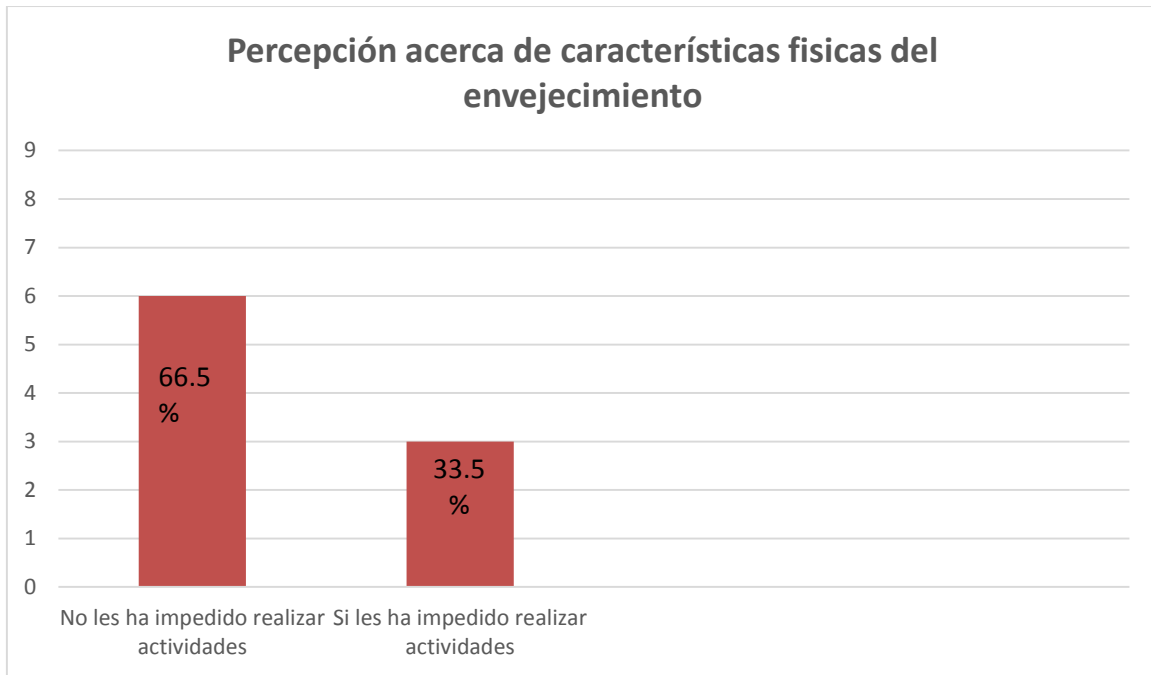
Las edades que comprenden los adultos mayores del grupo educativo son de 60 a 72 años. A pesar de que los adultos mayores tienen determinada edad la cual comprende muchos cambios en el aspecto físico que dificultan la realización de ciertas actividades, pero en el grupo educativo algunos padecen de enfermedades, pero esto no les impide que asistan a sus clases ya que son bien puntuales y cumplen siempre con las tareas asignadas a pesar de la edad que tienen son bien responsables.

Percepción del coordinador del PELSCAM

Las edades que comprenden los adultos mayores del PELSCAM son de 60 a 81 años. En este ciclo de vida los adultos mayores sufren enfermedades y padecen dolencias, aun así, el grupo PELSCAM, es bien activo, asisten a las reuniones y a las actividades que se realizan.

Percepción de los adultos mayores del PELSCAM.

GRÁFICO 6. GRÁFICO 6 CARACTERÍSTICAS FÍSICAS.



Fuente: resultado de investigación 2017.

Respecto a las características físicas del envejecimiento en el grupo educativo del PELSCAM, seis adultos mayores aseguran que su edad no les ha impedido realizar las actividades que se realizan en el grupo tres afirmaron que su edad si les ha impedido realizar algunas actividades en el grupo.

Jofre (2002) describe algunas características o aspectos físicos del adulto mayor como. El cuerpo tiende a hacerse presente de manera persistente y a veces constantes a través de distintas dolencias, limitaciones y enfermedades. La fuerza, la elasticidad y la resistencia física disminuyen progresivamente, lo que se evidencia cuando se requiere hacer uso de un esfuerzo físico mayor de lo habitual.

Entre las Características del envejecimiento tenemos que es universal, continuo, irreversible e individual, todos los seres humanos nacemos crecemos nos reproducimos envejecemos y morimos. Ese es el ciclo de la vida. Por lo cual todos alguna vez llegaremos a tener 60 años, esta edad en la que se le denomina adulto mayor.

Respecto a los puntos de vistas anteriores denominamos que los adultos mayores del PELSCAM comprenden edades de 60 a 81 entre los cuales la mayoría no tienen ningún problema u obstáculos al participar y apoyar en las actividades que se realizan en el PELSCAM por tanto esta estrategia ha sido de gran ayuda para los adultos mayores ya que tiene gran participación en esta y su edad o condiciones físicas no les han impedido el hecho de gozar y disfrutar de sus derechos.

4.8. Problemas Psicológicos

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM

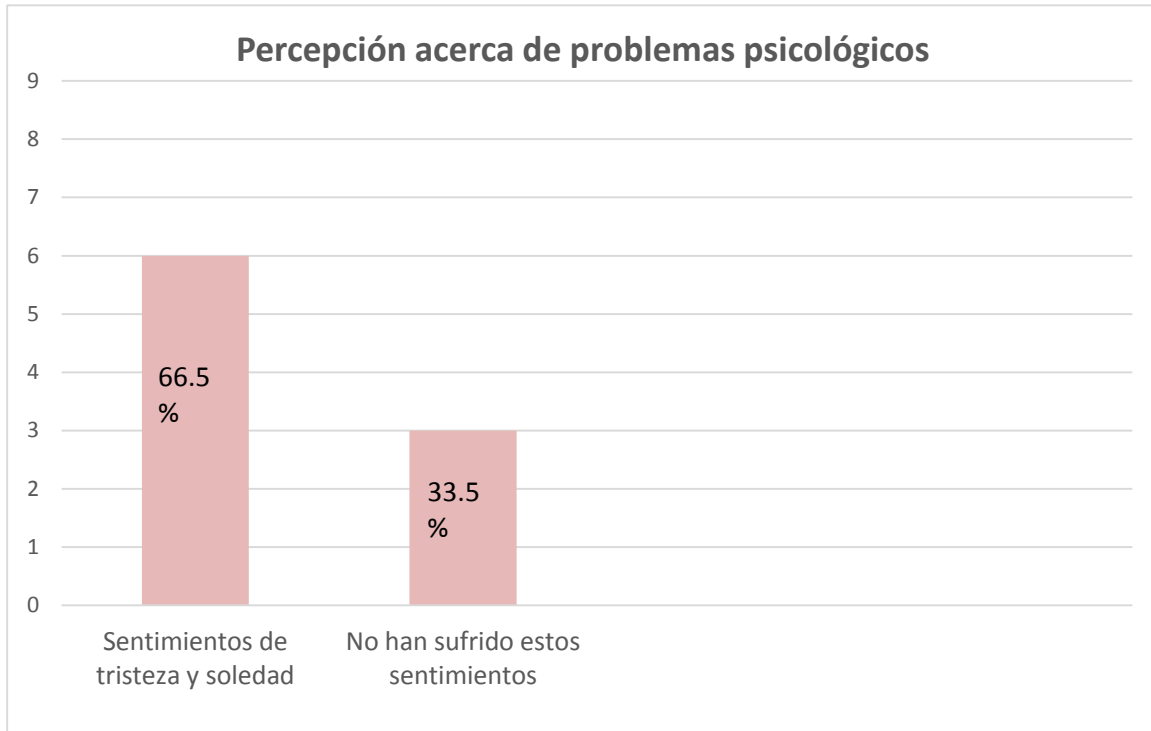
A veces los adultos mayores sienten estos sentimientos de tristeza y es porque no tiene con quien compartir, pero al integrarse al PELSCAM ya no piensan en esas cosas tristes al contrario ya tienen un grupo donde compartir incluso cuando tienen problemas ellos vienen y me cuentan y tengo la oportunidad de animarlos y aconsejarlos.

Percepción del coordinador del PELSCAM

No siempre algunos padecen estos sentimientos de tristeza o aflicción cuando tienen problemas con sus familias cuando discuten o los hacen sentir mal, pero cuando vienen a las reuniones yo les pregunto como están y si noto algo diferente yo los aconsejo a veces no hay necesidad de preguntarles simplemente me cuentan lo que pasan en sus hogares y yo trato de hacerlos sentir mejor con consejos porque lo que necesitan es tener alguien con quien hablar.

Percepción de los adultos mayores del PELSCAM

GRÁFICO 7. GRÁFICO 7 PROBLEMAS PSICOLÓGICOS.



Fuente: resultados de investigación 2017.

Entre los adultos mayores entrevistados tenemos que seis han presentado después de los 60 años de edad sentimientos de tristeza o soledad y tres de los entrevistados certifican que no han sufrido ninguno de estos sentimientos en la edad adulta.

García (2010) expone que en el desarrollo emocional del adulto mayor adquiere una significación especial que se enraíza en un manejo factible de las emociones y en la capacidad de expresarlas en toda su magnitud de una forma muy particular e irreplicable, de ahí que resulte muy importante comprender cómo se manifiesta y expresa la inteligencia emocional en esta etapa de la vida.

Para Craig (1988) Aunque la pérdida de seres queridos a través de la muerte (aflicción) puede ocurrir en cualquier etapa del ciclo vital, es más probable que a medida que se vuelve uno mayor, las reacciones psicológicas y corporales por las que pasan las personas que la sufren, se denominan duelo.

En relación con lo antes mencionado por la docente del grupo educativo, el coordinador del PELSCAM y los adultos mayores, Podemos deducir que en este ciclo de la vida hay momentos en los que se viven estos problemas psicológicos como lo es la depresión, la tristeza y la soledad, pero no todas las personas tenemos los mismos problemas o situaciones. Por tanto, es bueno que los adultos mayores estén involucrados en un grupo donde puedan conocer personas que les inspiren confianza en este caso la docente del grupo es muy accesible con sus estudiantes como también en el coordinador del programa conoce a su grupo, esto hace que el adulto mayor no se sienta del todo solo y más en el momento cuando esta propenso a tener estos sentimientos. Es bueno que el anciano participe y comparta con otras personas para evitar pensar en las cosas que generan en el sentimiento negativo.

Algunas opiniones de los adultos mayores del grupo.

“hubo un tiempo en el que me sentía triste y sola pero después me integré y vine a las actividades que realiza y ahora me siento bien”.

“a veces me siento así cuando pienso en mis seres queridos que ya no están y siento que me hacen falta”.

“si porque seme murió un hijo y otro está lejos de aquí y por eso me siento triste porque no están conmigo”.

4.9. Bienestar físico

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM

Los adultos mayores deben hacer ejercicio porque es bueno para el cuerpo y para la circulación, siempre se reúnen y hacen ejercicio, viene una señora que es parte del grupo PELSCAM y les pone videos para que todos hagan ejercicio.

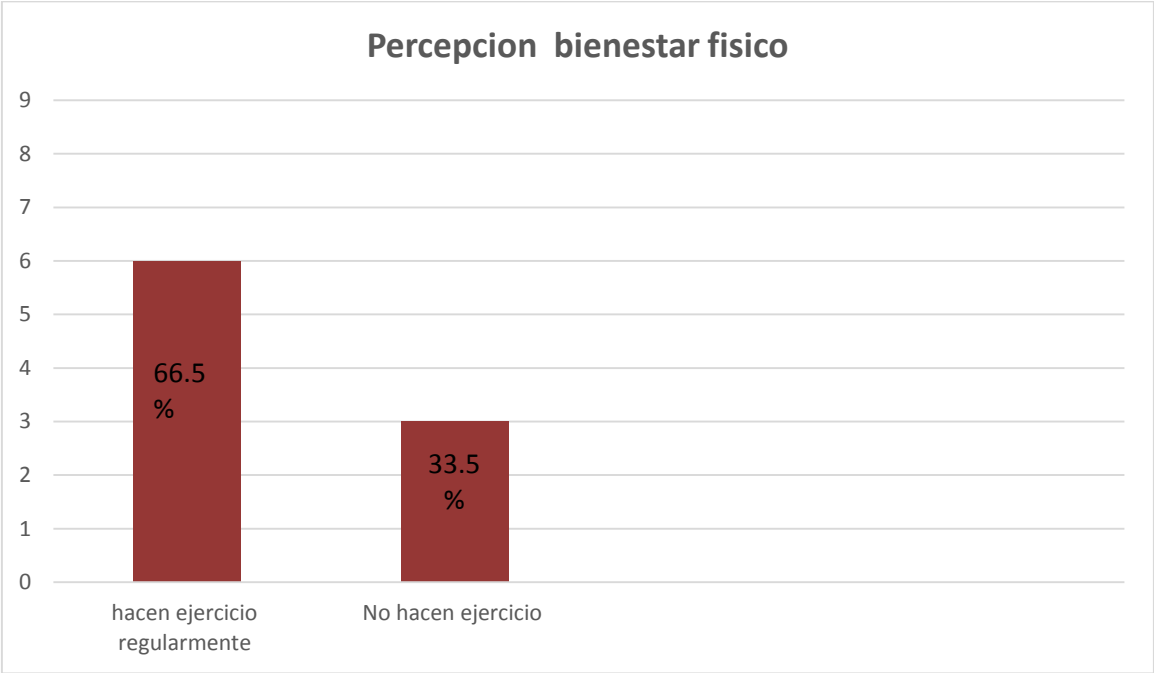
Percepción del coordinador del PELSCAM

Siempre se realizan reuniones los días jueves donde los adultos mayores reciben charlas o bien hacen rutinas de ejercicio según lo expresado por el coordinador

hace poco el MINSA llegó a reunirse con el grupo y dio algo llamado Taichí que es una música relajante para hacer ejercicios.

Percepción de los adultos mayores sobre el bienestar físico

GRÁFICO 8. GRÁFICO 8 BIENESTAR FÍSICO



Fuente: Resultado de investigación 2017.

De los entrevistados seis aseguraron que hacen ejercicio regularmente sobre todo (caminar y bailar) y tres de estos dijeron que no hacen ejercicio. En el grupo del PELSCAM hay una integrante llamada doña María quien tiene la iniciativa de realizar reuniones para dar charlas sobre la fisioterapia y la importancia de hacer ejercicios de igual manera ella les indica que ejercicios se deben hacer y cómo lo deben hacer.

IMSS (2008) establece que: Las personas mayores pueden hacer de manera sana y sin riesgo alguna forma de actividad física sin tener que afrontar mayores gastos lo que no es necesario hacer ejercicio en lugares públicos o usar equipos caros. El adulto mayor puede hacer ejercicio moderado (natación, andar en bicicleta, jardinería, caminar ligero, limpiar el piso y bailar).

Por lo antes planteado por la docente del grupo, el coordinador del PELSCAM y los integrantes del grupo educativo conocen los beneficios que se obtienen al hacer ejercicio regularmente en la edad adulta ante esto el coordinador plantea que siempre deja un día específico para que el adulto mayor se reúna con el grupo ha realizar ejercicios así también se brindan charlas sobre los beneficios que se obtienen. No cabe duda que el grupo es dinámico y ah como pueden los integrantes hacen los ejercicios que se les muestra cabe mencionar que en la edad adulta es necesario hacer regularmente ejercicio ya que esto ayuda a evitar algunas enfermedades y trae consigo muchos beneficios.

“en algunas reuniones del PELSCAM presentan las imagines de una viejita haciendo ejercicio y bailando y nos ponemos con doña María a hacer ejercicio”.

“yo hago siempre ejercicio vengo a las reuniones y me vengo caminando y me gusta bailar y cantar”

Cuadro N° 5 Guía de observación.

Aspecto físico del envejecimiento	Si	No
Se ve en buen estado físico.	7	2

4.10. Bienestar social

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM

Yo considero que tengo buena comunicación con mis estudiantes porque antes de iniciar las clases siempre converso con ellos uno por uno siempre les pregunto que como están y son bien honestos conmigo me gusta escucharlos y me gusta compartir con ellos siempre.

Percepción del coordinador del PELSCAM

Nos reunimos todos los jueves y yo les preparo una charla a veces tenemos un invitado del MINSA que nos viene a impartir algún tema de interés y celebramos

los cumpleaños siempre me gusta compartir con ellos son bien platicador y ellos también y pasamos buenos momentos, alegres.

Percepción de los adultos mayores del PELSCAM.

GRÁFICO 9. GRÁFICO 9 BIENESTAR SOCIAL



Fuente: resultado de investigación 2017.

Entre los entrevistados tenemos que los nueve adultos mayores disfrutan de conversar, compartir y aconsejar a sus compañeros del grupo PELSCAM, muchos de ellos consideran tener una relación de amistad sincera con algún integrante del grupo.

El bienestar social. Se le llama al conjunto de factores que participan en la calidad de vida de las personas en una sociedad que hacen su existencia posea todos aquellos elementos que dan lugar a la satisfacción humana o social.

El crear nuevos lazos de amistad con sus compañeros del hogar les provoca sentimientos de alegría ayudándole a sobrepasar la estadía en el hogar. En la vida del adulto mayor su familia, amigos y vecinos juegan un papel sumamente importante ya que de esta relación depende el grado de bienestar social que el adulto mayor pueda alcanzar.

En síntesis de los comentarios anteriores el adulto mayor debe amarse a sí mismo aceptándose tal y como es para poder sentirse bien en la sociedad, pero este juega un gran papel en el seno familiar ya que es un ser que tiene la sabiduría para aconsejar y se le puede tomar en cuenta en las reuniones familiares o al momento de tomar alguna decisión de gran importancia, es aquí donde él debe sentirse útil e importante en el seno familiar para lograr tener estabilidad emocional pero antes la persona adulta mayor debe pasar por el proceso de aceptación, reconocer que los años pasan y que nuevas experiencias vendrán.

“tengo muchas amigas en el grupo, salimos a pasear en los viajes que realiza el PELSCAM y nos visitamos a menudo”.

“me gusta compartir con mis compañeros, celebramos cumpleaños, bailamos, bromeamos y nos divertimos.

“Siempre vengo a las actividades con mi esposo los dos somos del grupo y nos gusta venir a pasarla bien con todos los amigos.

Cuadro N ° 6 Guía de observación

Bienestar social	Si	No
Disfruta de la compañía del grupo.	9	
Le gusta conversar	9	

Al tener la oportunidad de conversar con los adultos mayores pude conocer un poco sobre sus vidas y me di cuenta de que les gusta compartir un poco de su historia, siempre que hay actividades del PELSCAM los adultos mayores aprovechan para conversar y compartir con sus amigos sobre sus vivencias.

4.11. Bienestar emocional:

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM

El formar parte del grupo PELSCAM es una buena opción para que las personas de la tercera edad puedan compartir buenos momentos con otras personas del grupo donde pueden en conjunto expresar sus sentimientos de alegría, emoción y puedan estar felices.

Percepción del coordinador del PELSCAM

La idea es que el adulto mayor se sienta bien consigo mismo para poder compartir con las otras personas, las actividades que realizamos es para que compartamos buenos momentos en conjunto celebramos cumpleaños y a los festejados se les da un espacio para que se sientan felices, celebramos el día del adulto mayor, el día de la madre entre otros. Aquí se ríe se baila y se viven buenos momentos.

Percepción de los adultos mayores respecto a bienestar emocional

GRÁFICO 10. GRÁFICO 10 BIENESTAR EMOCIONAL



Fuente: resultado de investigación 2017.

En la entrevista dirigida al grupo educativo del PELSCAM, los nueve Adultos mayores entrevistados consideran que pueden expresar sus emociones en toda su magnitud, ya que manifiestan que expresan estas emociones (regalando un abrazo, un beso, dando una sonrisa, conversando, compartiendo momentos gratos, tanto con amigos como con familiares).

“El bienestar emocional muestra la tranquilidad de ánimo propio de aquel que se siente bien consigo mismo. Una persona experimenta un alto grado de bienestar emocional siente una mayor influencia de emociones agradables: alegría, ilusión, gratitud existencial, entusiasmo” (García, 2010).

La autoestima también juega un papel importante ya que es “la opinión o imagen de nosotros, es decir el aprecio, la valoración y consideración de lo que las personas sentimos por lo que somos, por nuestro cuerpo, por nuestros pensamientos y sentimientos de reconocer en nosotros un ser valioso”. (INSS, 2006).

Por consiguiente, las opiniones anteriores muestran que para obtener el bienestar emocional primero se debe pasar por el proceso de aceptación consigo mismo, preparándose para reintegrarse a la sociedad como persona útil y tener su lugar en el seno familiar.

En caso de no tener familia, los apoderados o personas que asumen esta responsabilidad, deben ser formados respecto a la importancia de apoyarlos afectivamente, ya que de esa manera están supliendo el soporte familiar del que carecen.

Cuadro N° 7 bienestar emocional

Bienestar emocional	Si	No
Sonríe a menudo	7	2

A algunos adultos les avergüenza sonreír porque les faltan algunas piezas dentales aun así cuando lo hacen cubren con sus manos su rostro, pero siempre disfrutan al estar acompañados.

4.12. Ley de seguro social:

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM

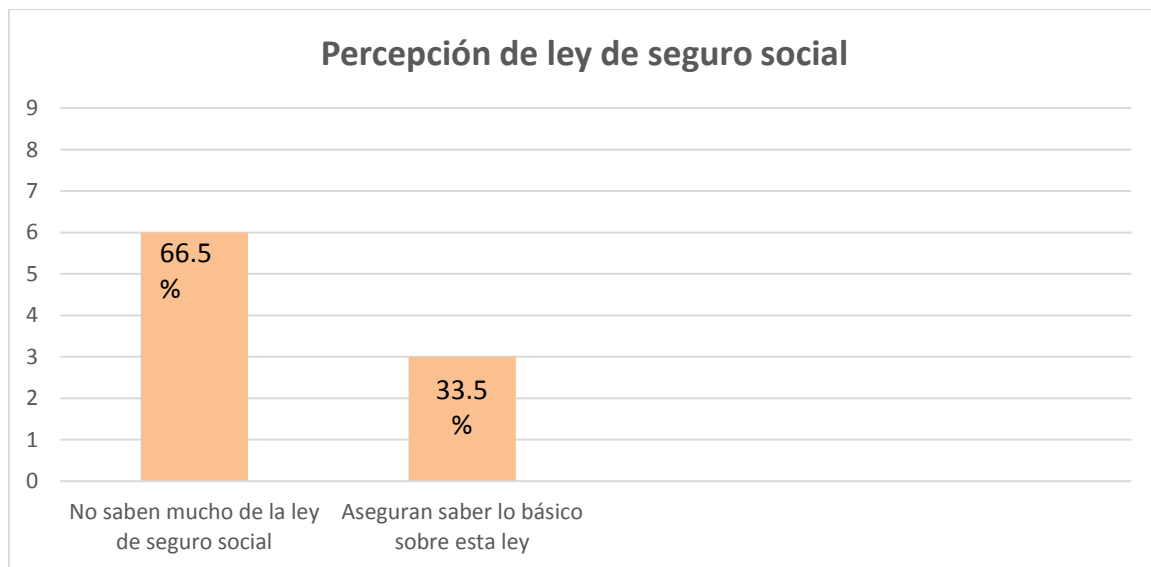
En el cuadernito que se les entrega para que reciban clases aparecen algunas cosas sobre la ley del seguro social y la ley del adulto mayor por eso Considero que los adultos mayores del grupo educativo deben dominar lo básico porque también se les brindan charlas sobre el seguro social y sus derechos.

Percepción del coordinador del PELSCAM

Siempre se dan charlas sobre este y otros temas porque es importante que ellos dominen cuáles son sus derechos y deberes es bueno que conozcan sobre los beneficios adicionales que tienen las personas jubiladas. No todos tienen el mismo nivel de conocimientos porque unos leen más que otros, unos preguntan y aclaran sus dudas y otros no.

Percepción de los adultos mayores respecto a la ley de seguro social

GRÁFICO 11. GRÁFICO 11 LEY DE SEGURO SOCIAL



Fuente: resultado de investigación 2017.

En la entrevista realizada al grupo educativo del PELSCAM, seis de los entrevistados no saben mucho sobre la ley de seguro social y tres aseguran saber lo básico y algunas cosas de la ley del adulto mayor.

Según lo mencionado por la docente del grupo y el coordinador del PELSCAM si se está brindando información, pero no todos le ponen interés ya que son jubilados saben que tiene derecho a clínica porque la mayoría pregunta y se les dice, así también no todos tienen la capacidad para recordar o quedar claros sobre este tema, pero es importante siempre informarles sobre algunos aspectos de interés.

4.13. Ley 160 que concede beneficios adicionales

Percepción de la docente del grupo educativo del PELSCAM

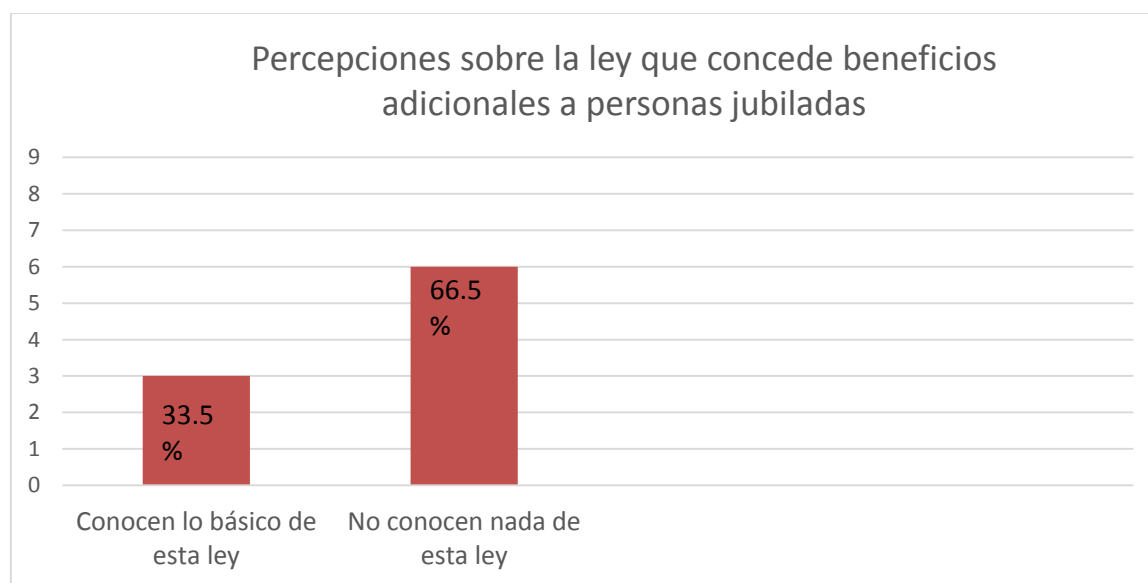
Se les habla mucho de esto porque es importante que conozcan sus derechos, pero como que hay que recordarles porque tienden a olvidar algunas cosas.

Percepción del Coordinador del PELSCAM

Siempre hay que darles seguimientos a estos temas ya que en el grupo algunos son nuevos y no dominan mucho sobre esto

Percepción de los Adultos Mayores del PELSCAM

GRÁFICO 12. GRÁFICO 12 LEY DE BENEFICIOS ADICIONALES



Fuente: resultado de investigación 2017.

Seis de los adultos mayores, no conocen nada de este tema según la entrevista realizada y tres conocen algunos beneficios que tienen por esta ley.

Es necesario informar a los adultos mayores sobre los beneficios adicionales a los que tienen derechos ya que están perdiendo esos beneficios por la falta de información.

Navas (2008) Según la **ley N° 160** ley que concede beneficios adicionales a las personas jubiladas en el **Arto 3-** dicta que: Las personas jubiladas gozaran de los siguientes derechos en materia de salud, sin que se les deduzca ninguna cuota de sus pensiones.

A) Los establecimientos estatales en salud (centros, policlínicas, hospitales etc.) suministrarán a los jubilados los servicios de médicos preventivos, curativos y de rehabilitación y en orden no limitativo, los siguiente:

- Servicios médicos que requiera.
- Exámenes de laboratorio y rayos X, que fueran necesarios.
- Prestaciones farmacéuticas.

B) El INSSBI otorgara:

- Prótesis de miembros
- Anteojos, considerados como prótesis.

Arto 4. Están exentos de impuestos sobre la renta y no están sujetas a retención.

Arto 5. La vivienda en la que habita la persona jubilada estará exenta de impuestos sobre bienes inmuebles, sea este nacional o local siempre que el cónyuge o compañero sea propietario del inmueble.

Arto 6. Los jubilados que consuman 150 kwh o menos en la tarifa de energía eléctrica pagaran únicamente el 50% al organismo correspondiente.

Arto 8. El Instituto nicaragüense de telecomunicaciones y correos (TELCOR) sufragara a su cargo el 20% del valor de la factura mensual por servicio telefónico de llamadas nacionales a sus abonados cuando sean jubilados.

Arto 9. Las certificaciones personales otorgadas por los correspondientes registros públicos se expedirán gratuitamente en favor de las personas jubiladas o sus conyugues. Entre otros.

V. Capítulo V

5.1. Conclusiones

➤ **La descripción de los componentes del PELSCAM son:**

- **Componente educativo:** Se promueven actividades como la alfabetización, cursos de cocina, panadería, manualidades, bisuterías, además reciben charlas de diferentes temas de interés.
- **Componente laboral:** tienen la oportunidad de vender los productos realizados en cursos de manualidades, cursos de cocina y repostería.
- **Componente salud:** se realizan charlas constantemente sobre temas relacionados con la prevención enfermedades y auto cuidado, también se hacen jornadas de vacunación en el INSS.

En el ámbito recreativo cultural: se promueven viajes a lugares turísticos de nuestro país, se realizan actividades todos los jueves donde los adultos mayores celebran cumpleaños, reciben charlas o se reúnen para hacer rutinas de ejercicios.

➤ **Beneficios y percepciones de los adultos mayores del grupo educativo son los siguientes:**

Educativo: aprender a leer y escribir, mejorar y desarrollar nuevos conocimientos potenciando en estos una cultura de envejecimiento digno y activo.

Laboral: desarrollar y fortalecer habilidades al elaborar artículos de expo ventas para tener ingresos extras.

Salud: Obtener conocimientos previos de auto cuidado y prevención de enfermedades, para mejorar la salud potenciando una cultura de envejecimiento saludable.

Recreativo-cultural: mejora la autoestima, desarrollando sentimientos positivos (alegría, entusiasmo, positivismo), fortalecen las relaciones interpersonales basadas en el respeto del grupo.

➤ **Características de los adultos mayores del grupo educativo son:**

Los adultos mayores del grupo educativo son personas dispuestas a aprender, son puntuales, responsables, muy activas, emprendedoras y capaces de lograr lo que se proponen, son expresivos y les gusta conversar, hacer ejercicio, bailar y cantar.

Los adultos mayores que son parte del PELSCAM se encuentran muy feliz de formar parte del grupo y siempre tienen mucha participación en los ámbitos educativos, laboral, salud, recreativo-cultural.

➤ **El PELSCAM se orienta a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores del grupo educativo.**

El PELSCAM está ayudando a que los adultos mayores mejoren su calidad de vida ya que gozan de muchos beneficios en los ámbitos de educación, laboral, salud y recreativo cultural los cuales están teniendo un impacto positivo en las condiciones de vida del adulto mayor brindándoles la oportunidad para que este pueda crecer como ser humano mejorando su autoestima, su salud, su integridad, crecimiento personal y profesional para reintegrarse a la sociedad como persona útil y valiosa reavivando en ellos el deseo de vivir, compartir, disfrutar, y explorar otros lugares al lado de personas de su edad para sentirse queridos y escuchados.

5.2. Recomendaciones

- **A la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN-Managua FAREM- Matagalpa** la cual debería incluir en los programas de las asignaturas temas de geriatría y gerontología a los estudiantes de Trabajo social para comprender mejor a las personas de la tercera edad.
- **A los estudiantes de la carrera de trabajo social** para que puedan conocer este campo de acción que necesita de nuestra atención compartiendo nuestros conocimientos con los adultos mayores del PELSCAM, promoviendo la realización de campañas de concientización a familias y sociedad en general.
- **Al Instituto Nicaragüense de Seguro Social INSS Matagalpa**, así como al coordinador del PELSCAM la integración de un trabajador social el cual estaría cooperando con todas las gestiones pertinentes a beneficio del adulto mayor.
Crear alianzas o grupos de apoyo con diferentes instituciones para mejorar la aplicación de los componentes del PELSCAM.
El PELSCAM, incluir temas vinculados a las nuevas leyes que benefician al adulto mayor.
Incluir dinámicas para fortalecer los lazos de amistad, incrementar la autoestima de los adultos mayores del grupo educativo.
Incluir al PELSCAM una estrategia orientada a la sensibilización de las familias de los adultos mayores que son parte del grupo

5.3 Bibliografía

- Ander, E. (2003). Técnicas para la recogida de datos e información. buenos aires: Lumen SRL.
- Adelmo, S. (2012). Situación Actual del Adulto Mayor. Managua.
- Ander Egg, E. (2000). Métodos y técnicas de investigación social III. Buenos Aires: Lumen Hvmantitas. Araya
- Bee, H. (1975). El Desarrollo del Niño. México: HARIA.
- Barreto, W. (2002) desafíos de envejecimiento en Nicaragua. Centro de investigaciones y estudios de salud (CIES) Managua Nicaragua.
- Corea Tórréz Norma C y Gloria J. Villanueva N. (2005). Dossier de Seminario Taller de tesis I. UNAN Managua. Nicaragua.
- G.J. & Wolfolk, A. E. (1988) Manual de psicología y desarrollo educativo. ISBN.
- Craig, G. J. (2001). Desarrollo Psicológico. México: BBCN.
- Cross, R. (2005). La Ciencia de la Mente y la Conducta. México: ISBN.
- Castellón, S.R (1996). Reforma de la seguridad Social en Nicaragua. Managua Nicaragua: EDITRONIC.
- Castillo, P.C (2017). Situación social de las personas mayores. España
- Estrada, N. (2016). Un Empleo Para el Adulto Mayor. Managua.

- Gadea., Z. P. (2009). *Situacion Actual del Adulto Mayor en Nicaragua. Nicaragua.*
- Garcia, N. U. (2010). Una Vejez emocionalmente inteligente: Retos y Dessafios. *contribuciones a las ciencias sociales.*
- García, M., Gómez, J., & Gallo, J. (2007). *Conceptos Básicos de Geriatria y Gerontología.* España: ENFO.
- Gallo, R (2003). *Leyes de Seguridad Social.* Managua. BITECSA.
- Irías M, H, Jarquín, A. (2016). Efectos psicosociales de la exclusión familiar en los adultos mayores autovalentes atendidos en el club Santa Lucia.
- IMSS, I. M. (2008). *Guia del Adulto Mayor. Mexico.*
- IMSS (2010). *Nutricion del Adulto Mayor. Instituto Mexicano de Seguridad y Solidaridad Social.*
- INSS. (2007). *Guia Gerontologica PELSCAM.* Managua : INSS.
- INSS. (2006). *Manual de Autocuidado del Adulto Mayor.* Managua: INSS.
- INSS. (2007). *Manual de funciones del departamento de orientacion y atencion al derechohabiente.* Managua: INSS
- Joffre, P. R. (2002). *Introducción a la Gerontología y Cambios Asociados al Envejecimiento.* Madrid: AFP.
- Jewell, T., Maximino, R. & Triunfo, P. (2007). *Estado de Salud del Adulto Mayor. América latina.*

- López, J. P. (2008). metodología de la investigación científica. Managua Nicaragua.
- Morris, C. G., & Maiston, A. A. (2014). Psicología. México: PEARSON.
- Matute, K. T. (2016). Atención social a los derechohabientes del INSS Matagalpa.
- Nacional, A. (2010). Ley Adulto Mayor. La Gaceta.
- Navas, J. R (2008). Seguridad Social y Legislación complementaria. Managua. ISBN
- Palacios, L. O., & Centeno, A. R. (2015). Impacto psicosocial de la Tercera Edad en los Adultos Mayores. Estelí.
- Porto (2009) Conceptos básicos.
- Real Academia Española. Diccionario de la Lengua Española. Vigésima Segunda Edición (2008)
- Rice, F. P (1997) Desarrollo Humano. México PEARSON.
- Sampieri, R. H. (2002). Metodología de la Investigación. México: IBSN.
- Sampieri, Roberto, Carlos Fernández C. y Pilar Baptista L. (2003). Metodología de la Investigación. Tercera Edición. McGraw-Hill Interamericana. México.
- Sampieri, R. H. (2010). Metodología de la Investigación. México: IBSN.

- Samperio, J. C. (2009). La actividad Física y el Deporte en el Adulto Mayor. México.
- Solís, S.G (2015). La Caja costarricense seguro social pide respeto y dignificación hacia los adultos mayores. Costa Rica.

5.4. ANEXOS



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

Facultad Regional Multidisciplinaria Matagalpa
FAREM Matagalpa

Anexo N°1

Entrevista a los adultos mayores

I. Objetivo de la entrevista:

Valorar la opinión de las/los adultos mayores del grupo educativo del PELSCAM en el INSS.

II. Datos generales:

Nombre: _____

Edad: _____

Barrio: _____

Guía de preguntas

¿Además de asistir a clases para aprender a leer y escribir, a que otras actividades educativas asiste?

¿Ha participado en la elaboración de productos de expo ventas?

¿Considera usted que es importante brindar charlas de promoción de salud?

¿A qué actividades recreativas-culturales realizadas por PELSCAM asiste?

¿Qué cambios físicos le aquejan en gran medida?

¿Considera usted que su edad le impide realizar las actividades que realiza el PELSCAM?

¿Ha tenido usted sentimientos de tristeza, soledad después de los 60 años?

¿Qué actividades físicas realiza usted para tener una buena salud física?

¿Le gusta conversar con sus compañeros de grupo educativo del PELSCAM?

¿Cómo expresa usted sus emociones en toda su magnitud ya sea con su familia o amigos?

¿Conoce usted lo que está establecido en la ley de seguro social?

¿Conoce usted sus derechos establecidos en la ley del Adulto Mayor?



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

Facultad Regional Multidisciplinaria Matagalpa
FAREM Matagalpa

Anexo N° 2

Entrevista al coordinador del PELSCAM

Objetivo de la entrevista:

Conocer el sentir Del coordinador del PELSCAM en el INSS Matagalpa.

¿Qué actividades realiza para promover la formación educativa en los adultos mayores?

¿Por qué Considera que es importante la promoción de salud para los adultos mayores?

¿De qué manera las actividades recreativas y culturales le ayudan al adulto mayor?

¿De los artículos que realizan los adultos mayores del PELSCAM cuál es el que ha tenido gran relevancia?

¿Qué condiciones físicas presentan los adultos mayores del grupo educativo?

¿Qué edades comprenden los adultos mayores del PELSCAM?

¿Qué características psicológicas afectan a los adultos mayores del grupo educativo?

¿Qué actividades promueve para que los adultos mayores tengan buena salud física?

¿Le gusta compartir experiencias con los adultos mayores del PELSCAM?

¿Considera que a través de las actividades que realiza el PELSCAM los adultos mayores pueden expresar sus emociones y en toda su magnitud?

¿Considera usted que los Adultos Mayores que son parte del PELSCAM conocen lo establecido en la ley de seguro social?

¿Considera que los adultos mayores del PELSCAM conocen la ley del Adulto Mayor?



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

Facultad Regional Multidisciplinaria Matagalpa
FAREM Matagalpa

Anexo N° 3

Entrevista a la docente del grupo educativo

Objetivo de la entrevista:

Conocer el sentir De la docente del grupo educativo del PELSCAM en el INSS Matagalpa.

¿Cómo ha sido el proceso de aprendizaje del grupo educativo?

¿Por qué considera que las charlas de prevención de enfermedades ayudan a los adultos mayores?

¿De qué manera el adulto mayor puede reintegrarse a la vida laboral?

¿Piensa que es conveniente que el adulto mayor asista a actividades recreativas-culturales? ¿Porque?

¿Considera que el aspecto físico limita al adulto mayor al realizar actividades recreativas?

¿Qué características físicas tienen los adultos mayores del grupo educativo?

¿Considera que los adultos mayores sufren depresión, soledad y aflicción?

¿Considera que el Adulto Mayor debe hacer ejercicio?

¿Interactúa usted con sus estudiantes?

¿Considera que los adultos mayores necesitan convivir con otras personas para expresar sus emociones?

¿Considera usted que los adultos mayores conocen lo que está establecido en la ley de seguro social?

¿Piensa usted que el grupo educativo conocen lo que está establecido en la ley del Adulto mayor?



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

Anexo N.4.

Guía de observación.

Objetivo: Valorar a través de la guía de observación la participación de los adultos mayores del PELSCAM.

Datos generales:

Sexo F___ M___ Edad_____

Casado/a si___ no___ separado/a_____ Hijos/as si___ no___ cuantos_____

1. Describir los componentes que promueve el PELSCAM en el INSS Matagalpa.

Asiste a actividades educativas si___ no___

Asiste a actividades laborales si___ no___

Asiste a actividades de salud si___ no___

Asiste a actividades recreativo - Culturales si___ no___

2. Detallar los beneficios que obtienen los adultos mayores del grupo educativo del PELSCAM

Presentación del adulto/a mayor Se muestra aseado si___ no___

Peinado/a si___ no___

Se integra y participa si__ no__

Disfruta de las actividades si__ no__

3. Identificar las percepciones de los adultos mayores del grupo educativo del PELSCAM.

Facilidad para Conversar si__ no__

Se queda callado/a si__ no__

Contestan las preguntas que se les hace si__ no__

Hay que rehacer las preguntas si __ no__

Sonríe a menudo si __ no __

4 Determinar como el PELSCAM se orienta a mejorar la calidad de vida del grupo educativo del INSS.

Se ve en buen estado físico si__ no__

Disfruta de la compañía del grupo si__ no__

Es participativo si__ no__

Le gusta conversar si__ no__

Anexo N. 5 Sistema Categorical

TABLA 1. SISTEMA CATEGORIAL

Ámbito temático	Problema de investigación	Preguntas de investigación	Objetivo general	Objetivos específicos	Categorías	Sub categorías
Mejoramiento de la calidad de vida, a través del programa educativo, laboral de salud, recreativo-cultural del adulto mayor del INSS.	¿De qué manera el programa educativo laboral de salud y recreativo cultural de Adulto mayor del INSS se orienta a mejorar la calidad de vida del grupo educativo?	¿Cuáles son los componentes que promueve el PELSCAM?	Analizar el programa educativo laboral de salud y recreativo cultural de adulto mayor del INSS, para mejorar la calidad de vida del grupo educativo del PELSCAM en el municipio de	-Describir los componentes que promueve el PELSCAM.	PELSCAM. Componentes del PELSCAM.	Concepto -Componente educativo. -componente laboral -componente salud -componente recreativo cultural
		¿Qué beneficios obtienen los adultos mayores del grupo educativo del PELSCAM? ¿Cuáles son		-Detallar los beneficios y percepciones que tienen los adultos mayores del grupo educativo del PELSCAM		Adulto mayor.

		<p>las percepciones del grupo educativo del PELSCAM?</p> <p>¿De qué manera el PELSCAM se orienta a mejorar la calidad de vida del Adulto Mayor?</p>	<p>Matagalpa durante el I semestre del año 2017.</p>	<p>Describir las principales características que tienen los adultos mayores del grupo educativo.</p> <p>Determinar como el PELSCAM se orienta a mejorar la calidad de vida del grupo educativo del INSS</p>	<p>Calidad de vida</p> <p>INSS</p>	<p>Cambios del adulto mayor.</p> <p>Perdida de la ocupación.</p> <p>Discapacidad en el adulto mayor.</p> <p>Bienestar físico.</p> <p>Bienestar social</p> <p>Bienestar emocional</p> <p>-Contexto histórico</p> <p>Características del seguro social</p> <p>-Ley orgánica del seguro social</p>
--	--	---	--	---	------------------------------------	---

Anexo N.6

TABLA 2. TABLA DE PAUTA DE ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA PARA TRES ESTAMENTOS.

Sub categorías	Preguntas a docentes del grupo PELSCAM	Preguntas al coordinador del PELSCAM	Preguntas a los adultos mayores del grupo educativo.
Componente educativo	¿Cómo ha sido el proceso de aprendizaje del grupo educativo	¿De qué manera las actividades educativas están ayudando a los adultos mayores a mejorar la calidad de vida?	¿además de asistir a clases para aprender a leer y escribir, a que otras actividades educativas asiste?.
Componente laboral	¿De qué manera el adulto mayor puede reintegrarse a la vida laboral?	¿De los artículos que realizan los adultos mayores del PELSCAM cuál es el que ha tenido gran relevancia?	¿ha participado en la elaboración de productos de expo ventas?
Componente salud	¿Por qué considera que las charlas de prevención de enfermedades ayudan a los adultos mayores	¿Por qué Considera que es importante la promoción de salud para los adultos mayores?	¿Considera usted que es importante brindar charlas de promoción de salud?
Componente recreativo cultural	¿Piensa que es conveniente que el adulto mayor asista a actividades recreativas-culturales?	¿De qué manera las actividades recreativas y culturales le ayudan al adulto mayor?	¿A qué actividades recreativas-culturales realizadas por PELSCAM asiste?

Aspecto físico	¿Qué características físicas presentan los adultos mayores del grupo educativo?	¿Considera que es importante el aspecto físico para el adulto mayor?	¿Qué cambios físicos le aquejan en gran medida?
Características del envejecimiento	¿Qué edades comprenden los adultos mayores del grupo educativo?	¿Qué edades comprenden los adultos mayores del PELSCAM?	¿Considera usted que su edad le impide realizar las actividades que ejecuta el PELSCAM?
Características psicológicas	¿Considera que los adultos mayores sufren depresión, soledad y aflicción?	¿Ha notado cambios psicológicos en los adultos mayores del grupo como tristeza soledad depresión?	¿Ha tenido usted sentimientos de tristeza, soledad después de los 60 años?
Bienestar físico	¿Considera que el Adulto Mayor debe hacer ejercicio?	¿Qué actividades promueve para que los adultos mayores tengan buena salud física?	¿Qué actividades físicas realiza usted para tener una buena salud física?
Bienestar social	¿Interactúa usted con sus estudiantes?	¿Le gusta compartir experiencias con los adultos mayores del PELSCAM?	¿Le gusta conversar con sus compañeros de grupo educativo del PELSCAM?
	¿Considera que los	¿a través de las	¿Cómo expresa

Bienestar emocional	adultos mayores necesitan convivir con otras personas para expresar sus emociones?	actividades del PELSCAM que emociones positivas viven los adultos mayores?.	usted sus emociones en toda su magnitud ya sea con su familia o amigos?
Ley de seguro social	¿Considera usted que los adultos mayores conocen lo que está establecido en la ley de seguro social?	¿Considera usted que los Adultos Mayores que son parte del PELSCAM conocen lo establecido en la ley de seguro social?	¿Conoce usted lo que está establecido en la ley de seguro social?
Ley del Adulto Mayor	¿Piensa usted que el grupo educativo conocen lo que está establecido en la ley del Adulto mayor?	¿Considera que los adultos mayores del PELSCAM conocen la ley del Adulto Mayor?	¿Conoce usted sus derechos establecidos en la ley del Adulto Mayor?

Anexo Nº.7

TABLA 3. CRONOGRAMA 2017

Año	2017															
Mes	Marzo				Abril				Mayo				Junio			
Semanas	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Elección del tema	■	■	■	■												
Revisión bibliográfica					■	■	■	■								
Elaboración y validación de instrumentos										■	■					
Entrega de borrador													■			
Entrega del documento final														■		

Cronograma 2017

Año	2017																
Mes	Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre				
Semana	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
Asignación del tutor			■														
Revisión del protocolo				■													
Revisión bibliográfica					■	■											
Aplicación de instrumentos							■	■									
Análisis de los resultados									■	■							
Preparación del documento											■						
Defensa final												■	■				

Anexo Nº. 8

ILUSTRACIÓN 1. ÁLBUM FOTOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN

Foto N.1 Realizando entrevista a Adultos mayores del grupo. educativo



Fuente: Elaboración propia 2017.

Foto N.2 Realizando entrevista a la docente del grupo Educativo.



Fuente: Elaboración Propia 2017.

Foto N.3 Realizando charlas sobre violencia y sus tipos.



Fuente: Elaboración propia 2016.

Foto N.4 Adultos mayores del grupo educativo recibiendo clases.



Fuente: Elaboración propia 2016.