

***ESTUDIO DE CASO: “NUEVO COMIENZO: OTRO MOTIVO PARA VIVIR UN
PROGRAMA DE RECREACIÓN, QUE PROMUEVE EXPERIENCIAS SIGNIFICATIVAS
PARA LAS PERSONAS MAYORES DE LA DELEGACIÓN BOGOTÁ 2013”***

LILIANA ANDREA MONSALVE SARMIENTO

C.C. 1.014.194.945

CODIGO 2008123024

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROGRAMA CURRICULAR LICENCIATURA EN RECREACIÓN

BOGOTA D.C

2014

***ESTUDIO DE CASO: “NUEVO COMIENZO: OTRO MOTIVO PARA VIVIR UN
PROGRAMA DE RECREACIÓN, QUE PROMUEVE EXPERIENCIAS SIGNIFICATIVAS
PARA LAS PERSONAS MAYORES DE LA DELEGACIÓN BOGOTÁ 2013”***

Por:

Liliana Andrea Monsalve Sarmiento

Tutor: Diana Duque Giraldo

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROGRAMA CURRICULAR LICENCIATURA EN RECREACIÓN

BOGOTÁ D.C

2014

RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN – RAE

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Título del documento	Estudio de caso :Nuevo Comienzo otro motivo para vivir un programa de recreación, que promueve experiencias significativas para las personas mayores de la delegación de Bogotá 2013
Autor(es)	Monsalve Sarmiento, Liliana
Director	Diana Marleny Duque Giraldo
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2014. 147 p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN
Palabras Claves	RECREACION; PROGRAMA NUEVO COMIENZO;PERSONA MAYOR; EXPERIENCIA

2. Descripción
<p>Este trabajo de grado pretende evidenciar la importancia de reconocer a la Persona Mayor como sujeto de vida ,por medio de experiencias mediadas por la recreación que surgen a través de su participación en el Programa nacional Nuevo Comienzo :otro motivo para vivir. El programa está dirigido para personas mayores en condición de vulnerabilidad, y se construye con la necesidad de tener una manera distinta de ver y manejar la recreación, especialmente en este grupo poblacional, así mismo como contribuye a la construcción de experiencias significativas en las personas mayores que les ayuda a fortalecer su rol en la sociedad ,por medio de la interacción ,participación y protagonismo que emergen a través de la creación de diferentes fases que propone el programa.</p>

3. Fuentes
<ul style="list-style-type: none">• Csikszentmihalyi, M .y Csikszentmihalyi, I. (1998). Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia, Bilbao, Desclée de Brouwer.• Cuenca, M. (2004) .Pedagogía del Ocio: Modelos y propuestas. Universidad de Deusto, Bilbao• Fernández, Ballesteros. (2002)¿Envejecer bien, que es y cómo lograrlo? Ed. Pirámide Madrid España• Max, Neff. (1998) .Desarrollo a escala Humana. Barcelona: Ed. Icaria ,• Osorio, E. (2002).Recreación y Adulto Mayor Ocio para una vida plena. Ed. Fundación Colombiana del Tiempo libre y la Recreación Bogotá, Colombia• Coldeportes .Plan Nacional de Recreación. (2013-2019). Vol.1.No.1• Sen, A. (2000). Desarrollo y libertad. Ed. Planeta , México
Textos Virtuales
<ul style="list-style-type: none">• Aristizabal, V. Arboleda, J. Castro, J.et al. (Psicogerontología: ¿Por qué nos debe interesar el envejecimiento global? Algunas reflexiones .Cuadernos Hispanoamericanos de psicología, Vol. 7 No.2,119-126 .Universidad del Bosque

Recuperado de:

http://www.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos_hispanoamericanos_psicologia/volumen7_numero2/articulo_4.pdf

- Organización Mundial para la Salud OMS .(2005) .Grupo Orgánico de Enfermedades No Transmisibles y Salud Mental
Departamento de Prevención de las Enfermedades No Transmisibles y Promoción de la Salud Envejecimiento y Ciclo Vital Envejecimiento Activo: un Marco Político .Recuperado de:
<http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/oms-envejecimiento-01.pdf>
- Coldeportes. (2013). Encuentros Culturales y Recreativos de las personas mayores Nuevo Comienzo: Otro Motivo para Vivir .Bogotá, Colombia.
Recuperado de:
<http://www.nuevocomienzo.gov.co/Manual%20Nuevo%20Comienzo%202013.pdf>

4. Contenidos

El presente documento da cuenta de las experiencias dadas por tres personas mayores de la delegación de Bogotá participantes del programa Nacional Nuevo Comienzo otro motivo para vivir durante la versión realizada en el año 2013, el cual está estructurado de la siguiente manera : en primera parte se encuentra el planteamiento del problema; de allí es donde por medio de la participación de las personas mayores en el programa emergen experiencias significativas que están mediadas por la recreación contribuyendo al mejoramiento de la calidad de vida de esta población.

El objetivo general es Identificar en el programa Nuevo comienzo otro motivo para vivir, las experiencias de recreación de las personas mayores, de la delegación de Bogotá 2013. Los objetivos específicos ,

- Describir las experiencias de recreación de las personas mayores de la delegación de Bogotá.
- Establecer los beneficios de la recreación en las personas mayores, por medio de la implementación del programa nacional nuevo comienzo otro motivo para vivir.
- Determinar la relación existente entre el programa nacional de Nuevo Comienzo y la Estrategia Nacional de recreación en Persona Mayor como parte del plan nacional de recreación 2013-2019.

Ahora bien, en una segunda parte se encuentra:

1. Marco Teórico: está basado en las Categorías de Análisis en las que se fundamentó el estudio, las cuales son Recreación, Experiencia, Persona Mayor y el programa Nuevo Comienzo.
2. Marco Legal: Presenta una revisión de la normatividad Internacional y Nacional que compete a las Personas Mayores.
3. Marco Contextual: Da muestra de por un lado (Bogotá “Recuento del desarrollo del programa Nuevo Comienzo En Bogotá) a lo largo de la historia del programa en el distrito capital. Por otro lado San Andrés “Recuento del desarrollo del programa Nuevo Comienzo a nivel Nacional”
4. Descripción del caso: Se muestra la crónica de la “Experiencia obtenida en el programa Nuevo Comienzo: Otro Motivo para Vivir San Andrés Islas Septiembre 2013”
5. Por último se presenta los análisis de Resultados y conclusiones que se lograron en la investigación.

5. Metodología

El tipo de estudio aplicado fue Estudio de Caso, método Cualitativo, ya que se logró realizar un análisis y conceptualización sobre la realidad con base a los conocimientos, las actitudes, interpretaciones y significados que guiaron la experiencia de las personas mayores de la delegación de Bogotá participas durante la versión realizada en el año 2013. A través de este método se dieron expresiones subjetivas de los significados manifestados verbalmente, por los tres sujetos escogidos para la investigación.

De esta manera, el estudio se desarrolla en un primer momento, con una revisión de los antecedentes del programa Nuevo Comienzo en el distrito capital, verificando así se había hecho algún proceso

investigativo relacionado con la experiencia obtenida de las personas han participado en el programa, en un segundo momento se hace la aplicación de instrumentos desde la experiencia a los diferentes actores involucrados en la investigación (personas mayores, miembros que participaron en la creación del programa, y coordinadores del programa a nivel distrital), en un tercer momento se hace un ejercicio de análisis, priorización, clasificación y categorización de la información recolectada.

Para efectos de esta investigación, la recolección de la información se hizo mediante la aplicación de entrevistas a profundidad a tres personas mayores participantes del programa.

Las entrevistas se aplicaron en tres momentos:

1. Antes de asistir al encuentro nacional
2. Durante el encuentro Nacional
3. Posterior al encuentro nacional

En cada uno de los momentos se realizó un análisis de la información suministrada por los actores.

Así mismo se hizo la revisión documental de los diferentes documentos existentes en Funlibre y Coldeportes, relacionados con el programa tales como, informes, documentales, memorias, escritos publicados y no publicados. Adicional a esto se hizo una priorización y categorización con la información final recopilada de las entrevistas.

Para finalizar se contó con el consentimiento informado, registro fílmico y fotográfico.

6. Conclusiones

- El programa Nuevo Comienzo: otro motivo para vivir, si permitió reconocer a la persona mayor como sujeto de vida, como base para el desarrollo humano desde la experiencia recreativa, favoreciendo los espacios para que las personas mayores muestren sus habilidades, talentos y aptitudes, permitiendo ser visibilizados y valorados como agentes participativos y activos en la sociedad, a través de sus muestras recreativas, artísticas y artesanales.
- Por otro lado, como el programa Nuevo comienzo: Otro Motivo para vivir permitió generar experiencias recreativas, que le dieron la posibilidad a las personas mayores tener experiencias que le signifiquen y le permitan relacionarse con el mundo desde el disfrute, que impacten tanto su propia construcción como sujetos y el reconocerse como un ser humano digno e importante en relación con los otros, con los elementos del entorno natural y cultural.
- El programa contribuyó y permitió transformar los estereotipos, imaginarios y mitos que la sociedad tiene acerca de la vejez y el envejecimiento, reconociéndolos como sujetos de vida, que tienen unas capacidades, habilidades y experiencias de vida que pueden aportar a las futuras generaciones.
- Igualmente, la aplicación de los instrumentos permitió indagar los imaginarios de recreación en los tres actores de este estudio.
- El estudio de caso permitió hacer un análisis del proceso que ha desempeñado la delegación de Bogotá en el programa, logrando identificar las debilidades y fortalezas del proceso que está a cargo del I.D.R.D. Este diagnóstico específicamente el análisis que se hizo de la versión 2013, permitió hacer una retroalimentación con los Coordinadores y profesionales que movilizan el programa a nivel distrital. Logrando un mejoramiento y fortalecimiento en aquellas debilidades detectadas durante esta versión, generando una mejor preparación y participación durante las fases del programa.
- Se reconoce que el licenciado en recreación debe ser participe de este tipo de programas, por ser un garante formador, pedagogo que permite desarrollar y movilizar acciones en el territorio, ya que cuenta con la preparación conceptualmente, teórica-práctica, que le permite movilizar el tema en el sector. Contribuyendo a desarrollar y garantizar el derecho a la recreación en las personas mayores. Es así como el licenciado en recreación está en la capacidad de interpretar de manera diferente las realidades sociales por medio de la pedagogía y la recreación, lo que le facilita el interactuar con los sujetos que están en una comunidad, siendo la recreación lo que posibilita la creación de formas de relación no tradicionales.
- Por otro lado como desde su quehacer profesional se convierte gestor de experiencias para la construcción de nuevas subjetividades, aportando a la creación de experiencias alterativas, alternativas e incluyentes en las personas mayores

--

Elaborado por:	Liliana Andrea Monsalve Sarmiento
Revisado por:	Diana Marleny Duque Giraldo

Fecha de elaboración del Resumen:	13	11	2014
------------------------------------------	----	----	------

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	10 –11
1. JUSTIFICACIÓN	12 -15
2. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	16 - 17
3. OBJETIVOS	18
3.1 Objetivo General	18
3.2 Objetivos Específicos	18
3.3 Antecedentes	19 - 21
4. MARCO TEÓRICO	22
4.1 Postulado Concepto de Recreación	22-26
4.1.1. Calidad de Vida en la persona mayor	27 - 30
4.1.2 Recreación y ocio como necesidad fundamental	31 - 32
4.1.3 Beneficios de la recreación y ocio en las personas mayores	33- 36
4.2 Postulado Concepto de experiencia	37 - 42
4.3 Referentes que soportan la construcción de un programa nacional “Nuevo Comienzo en el marco de la política pública de recreación ”	43 - 48
4.4 Aproximaciones al concepto de Persona Mayor	48
4.4.1 Una mirada a la Persona Mayor	48 - 50
4.4.1.1 ¿Quién es la persona Mayor?	50- 52
4.4.2. Envejecimiento y Vejez	53
4.4.2.1 Ciclo Vital	54 - 55

4.4.2.2 Desarrollo Humano	55 - 62
4.4.2.3 Envejecimiento	63- 64
4.4.2.4 Vejez	65 - 66
4.4.2.5 Mitos y realidades sobre el Envejecimiento y Vejez	66 - 70
4.4.2.6. Envejeciendo activo	70- 72
5. MARCO LEGAL	74
5.1. Normatividad Internacional	74 - 77
5.2 Normatividad Nacional	77 - 83
6. MARCO CONTEXTUAL	84
6.1. Bogotá “Recuento del desarrollo del programa Nuevo Comienzo En Bogotá	84 - 91
6.2 San Andrés “Recuento del desarrollo del programa Nuevo Comienzo a nivel Nacional”	92 - 100
MARCO METODOLÓGICO	101
7.1 Tipo de Estudio	101
7.2 Fuentes de Información	102-103
7.3 Instrumentos para la Recolección de Información	103 -104
7.3.1 Cuestionario	104 -105
8. DESCRIPCIÓN DEL CASO	106
8.1Crónica “Vivencia Obtenida En “Nuevo Comienzo: Otro Motivo Para Vivir San Andrés Islas Septiembre 2013	106 - 120
9. ANÁLISIS DE RESULTADOS	121 - 131
10. CONCLUSIONES	132 - 133

11. REFERENCIAS 134 - 138

ANEXOS

LISTA DE ANEXOS

ANEXO 1: CONSENTIMIENTO INFORMADO	139
ANEXO 2: FORMATO ENTREVISTA PERSONAS MAYORES	140-141
ANEXO 3: FORMATOS ENTREVISTAS FUNCIONARIOS Y COORDINADORES ENTES (COLDERPOTES, FUNLIBRE E I.D.R.D)	142-147

ANEXO 4: VIDEO

INDICE DE GRAFICAS Pág.

Gráfica No. 1. Áreas para determinar la calidad de vida de las personas mayores	28
Gráfica No. 2. Ola de la Experiencia	41
Grafica No.3. Pirámide poblacional	49
Grafica No.4. Pirámide poblacional Invertida	49
Gráfica No. 5. Expectativa de vida en Colombia 1950-2050.	52
Grafica No .6. Clico Vital	54
Grafica No.7. .Necesidades Fundamentales	58
Gráfico No.8 Cambios que implica el envejecimiento	63
Grafico No.9 Pilares para el envejecimiento Activo	67
Grafico No.10: Ambientes Lúdico pedagógicos del programa Nuevo Comienzo: Otro Motivo para Vivir	93

INTRODUCCIÓN

La presente investigación pretende evidenciar la importancia de reconocer a la Persona Mayor como sujeto, por medio de experiencias de recreación que surgen a través de su participación en el Programa Nacional de Recreación Nuevo Comienzo: Otro Motivo para vivir, el cual nace como programa bandera del Primer Plan Nacional de Recreación para Colombia. El programa está dirigido para personas mayores en condición de vulnerabilidad, y se construye con la necesidad de tener una manera distinta de ver y manejar la recreación, especialmente en este grupo poblacional.

Según la Organización Mundial para la salud (OMS, 2001). Para que el envejecimiento resulte una experiencia positiva, la prolongación de la vida debe ir acompañada de la mejora de la calidad de quienes alcanzan una edad avanzada. Esto exige la puesta en marcha de estrategias que valoren la contribución de las personas de edad a sus familias, comunidades y que les permita mantener un nivel óptimo de bienestar.

Por consiguiente se permite inferir, lo mucho que hay por hacer, en especial sobre la calidad de vida de esta población, pues como lo señala Rojas (1990), lo que más preocupa no es la vejez, sino las circunstancias en que vive la mayoría de ellos, al estar desvinculados socialmente y excluidos participativamente.

Con lo anteriormente planteado es necesario establecer que el programa Nuevo Comienzo: otro motivo para vivir, construye en el adulto mayor ciertas dinámicas psicosociales que les ayuda a

fortalecer su rol en la sociedad y no solo eso sino que les permite por medio de la interacción, participación y protagonismo en los espacios que están mediados por la recreación, transformar su perspectiva frente a los mitos y estereotipos que se tienen.

La presente investigación se centrara en un estudio de caso de tres personas mayores de la delegación de Bogotá, participantes de la versión del programa que se desarrolló en el archipiélago de San Andrés Islas durante el año 2013. Las categorías de análisis en las que se fundamentó el estudio son: Recreación, Experiencia, Persona Mayor y el programa Nuevo Comienzo.

Con esta finalidad la aplicación de herramientas metodológicas permitió identificar como la recreación contribuye por una parte a la transformación de esta realidad y por otra parte a la creación de espacios que se convierte en un vehículo de desarrollo, generando experiencias significativas que permitan el disfrute, bienestar y mejoramiento de la calidad de vida de las personas mayores; logrando identificar como a partir de esa experiencia se puede lograr verificar los impactos de la misma, teniendo en cuenta que existe un vacío en el conocimiento de dicha información, ya que hasta el día de hoy no se ha dejado un resultado, producto tangible, ni se ha dado a conocer como fue esa experiencia y lo que logro generar en los actores de dicho proceso, hablando específicamente de la delegación de Bogotá.

1. JUSTIFICACIÓN

Las diversas problemáticas que asechan a la población de Persona Mayor y la forma como la sociedad están afrontando temas como lo son el envejecimiento y vejez, las condiciones de vida en las que este grupo población se encuentra ya que en algunos casos se son jubiladas, o se dedican a labores del hogar, a cuidar los nietos, y se enfrentan a pérdidas sociales como el empleo, los amigos, la pérdida del conyugue, la pérdida de roles, y la disminución del estatus pueden ser factores de estrés para muchos de ellos.

Así mismo, cifras como el incremento demográfico de esta población y el aumento en la expectativa de vida hacen parte de algunas realidades que generan la necesidad de analizar las condiciones en las cuales las personas mayores llevan su proceso de vejez y envejecimiento siendo esta la oportunidad de analizar como la recreación permea las condiciones de vida de esta población

Por lo anterior es relevante la realización de este estudio por considerar que a la persona mayor en nuestro país se le ha “invisibilizado” en su rol en la sociedad ya que esta tiene imaginarios de que el envejecimiento y la vejez están asociados muchas veces a términos como: incapacidad para la realización de acciones específicas, debilidad, decadencia, enfermedad, soledad, exclusión entre otros.

Según la Organización Mundial para la salud Para que el envejecimiento resulte una experiencia positiva, la prolongación de la vida debe ir acompañada de la mejora de la calidad de quienes alcanzar una edad avanzada. (OMS, 2001).

Esto exige la puesta en marcha de estrategias que valoren la contribución de las personas de edad a sus familias, comunidades y que les permita mantener un nivel óptimo de bienestar.

Pero cabe preguntarse ¿Por qué no podría ser así mismo esta etapa de la vida, una etapa de transmisión de experiencias, saberes y de toda la riqueza histórica que tienen las personas mayores? A partir de este interrogante, nace la necesidad de identificar y demostrar como la recreación contribuye al disfrute y mejoramiento de la calidad de vida, y como esta a su vez puede ayudar a transformar las representaciones e imaginarios sociales que se tienen acerca de la vejez y el envejecimiento.

Adicional a esto se pretende poner en escena el rol del licenciado en recreación y como este desde su quehacer profesional puede generar aportes significativos en este tipo de procesos, teniendo en cuenta su saber pedagógico recreativo para contribuir a potenciar el tejido social de nuestra nación con el fin de fortalecer los procesos de identidad como lo argumenta **Ziporovich** (2005) quien indica “especialistas que sean transformadores de la realidad y multiplicadores de prácticas recreativas dirigidas a elevar la calidad de vida de los sujetos sociales y no simplemente organizadores, relatores o intermediarios .” (Ziporovich 2005, citados en Carreño y Rodríguez, 2011)

Es así, como el licenciado en recreación está en la capacidad de interpretar de manera diferente las realidades sociales por medio de la pedagogía y la recreación, lo que le facilita el interactuar con los sujetos que están en una comunidad, siendo la recreación lo que posibilita la creación de formas de relación *no tradicionales*.

Según Osorio (2012), los lenguajes lúdico creativos se constituyen en mediadores para la creación de escenarios, donde las personas mayores tengan la posibilidad de tener experiencias de ocio, que se configuren como vivencias que fortalezcan su capacidad para relacionarse con el mundo desde el disfrute en la vida cotidiana, que impacten tanto su propia construcción como sujetos y en relación con los otros con los elementos del entorno natural y cultural. (Osorio 2012, pp: 72).

Por consiguiente el proceso apunta a recapitular la experiencia obtenida de tres de las doce personas mayores de la delegación de Bogotá asistentes al encuentro Nacional Nuevo Comienzo: Otro motivo para vivir 2013. Así mismo se definieron algunos criterios para tener la posibilidad obtener información de la población objetivo del proceso investigativo de las cuales se contemplaron:

- El haberlos podido contactar telefónicamente y la respuesta positiva ante el acercamiento.
- La disponibilidad del grupo familiar para acceder a información de las personas mayores,
- Se logró establecer un contacto directo con ellos ya que algunos pertenece a los grupos regulares del programa Nuevo Comienzo en la ciudad de Bogotá.

Sin embargo y de manera contraria, con los demás participantes se tuvieron dificultades en contactarlas, por inconsistencia en la información obtenida (base de datos y números de teléfono). Otro de los factores es que en algunos de ellos fue imposible el acercamiento y contacto, ya que sus familias no permitieron el contacto con los mismos, y en otros casos por que algunas de las personas mayores pertenecen a hogares de protección y no permitieron la cercanía con los mismos.

Con las personas seleccionadas se logró tener un previo acompañamiento durante todo el proceso en el programa, y a su vez lograr demostrar como este permite exaltar, enaltecer y reconocer, aquellas capacidades habilidades, destrezas, talentos, y un sin fin de historias y experiencias obtenidas a lo largo de la vida, y como pueden contribuir a la sociedad actual para la transformación de los mitos y estereotipos que se tienen acerca de la vejez y el envejecimiento.

Por consiguiente este proceso investigativo tiene un aporte significativo en lo personal, la experiencia a nivel emocional es única, lo que permitió cambiar los imaginarios que están asociados a las personas mayores, contribuyendo a reconocer las capacidades, habilidades y enseñanzas que este grupo poblacional posee.

Ahora bien desde el punto de vista profesional lograr un mayor empoderamiento por la recreación, y por reconocer el rol del licenciado en Recreación en este tipo de procesos y programas, adicional a esto tener una motivación y deseo por explorar, conocer e investigar sobre temas de vejez y envejecimiento.

2. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Las Personas Mayores constituyen hoy en día una población cada vez más importante para nuestra nación, hablando específicamente de Bogotá y según la política pública para el envejecimiento y vejez (2010-2025) durante los últimos 15 años el distrito cuenta con más de 618.000 personas mayores y 640.000 personas con edades entre los 50 y 59 años, ahora en una perspectiva nacional a lo largo del tiempo se ha evidenciado un aumento demográfico progresivo en este grupo poblacional. Así como lo menciona el Departamento Nacional de estadística (DANE). En un siglo el país paso de 4'355.470 habitantes a 42'090.502, de los cuales más del 6% (2'944.000) es mayor de 65 años .Proyectado que la población mayor de 65 años pasará de 2 millones 944 mil 328 a 6 millones 529 mil 300 en el 2020. (DANE, Censos 1905 y 2005).

Teniendo en cuenta estos datos se debería generar un grado alto de importancia por esta población teniendo en cuenta su aumento demográfico ahora bien, cuando se habla de la Persona Mayor muchas veces vienen a la mente de muchos aquellos mitos y estereotipos que asechan al concepto de envejecimiento y vejez, pero ¿cuáles son estos mitos que se tienen? A continuación mencionare algunos de ellos según lo cita Aristizabal-, Vallejo (2015).

1. El proceso de envejecimiento es contrario al desarrollo “los años no vienen solos”
2. Son todas muy parecidas
3. Están socialmente aisladas
4. Las personas mayores se vuelven como niños, son frágiles y dependientes

5. Las personas mayores no sirven para nada
6. Se vuelven difíciles de tratar y son con el paso de los años más rígidas

Esta es una realidad que se tiene, pero que se debe empezar a afrontar desde ya, para lograr transformar estos estereotipos, por consiguiente nace la necesidad de la realización de esta investigación por considerar que a la persona mayor en nuestra nación se le ha “invisibilizado” su rol en la sociedad y en donde el aumento de la esperanza y la expectativa de vida contradictoriamente y paradójicamente se incrementa la problemática de exclusión social de la Persona Mayor.

Por consiguiente se permite inferir que lo mucho que hay por hacer, en especial sobre la calidad de vida de esta población pues como lo señala Rojas (1990), lo que más preocupa no es la vejez, sino las circunstancias en que vive la mayoría de ellos al estar desvinculados socialmente y excluidos participativamente.

Ahora bien lo que se logró identificar es como por medio de la recreación se puede llegar a ayudar a la transformación de esta realidad y como por medio del programa Nuevo Comienzo: Otro motivo para vivir las personas de la delegación de Bogotá asistentes al encuentro desarrollado en San Andrés 2013 lograron ser reconocidas, visibilizadas y reconocidas en una sociedad como la nuestra.

¿CÓMO EL PROGRAMA DE RECREACIÓN NUEVO COMIENZO: OTRO MOTIVO PARA VIVIR, PROMUEVE EXPERIENCIAS SIGNIFICATIVAS PARA LOS Y LAS PERSONAS MAYORES DE LA DELEGACION DE BOGOTA 2013?

3. FORMULACIÓN DE OBJETIVOS

3.1. Objetivo General

- Identificar en el programa Nuevo comienzo otro motivo para vivir, las experiencias de recreación de las personas mayores, de la delegación de Bogotá 2013

3.2. Objetivos Específicos

- Describir las experiencias de recreación de las personas mayores de la delegación de Bogotá.
- Establecer los beneficios de la recreación en las personas mayores, por medio de la implementación del programa nacional nuevo comienzo otro motivo para vivir.
- Determinar la relación existente entre el programa nacional de Nuevo Comienzo y la Estrategia Nacional de recreación en Persona Mayor como parte del plan nacional de recreación 2013-2019.

3.3 ANTECEDENTES

El programa Nuevo comienzo: otro motivo para vivir según lo cita OSORIO (2002) surgió como una propuesta del primer Plan Nacional de Recreación 1992-2002:“Recreación con un propósito” donde se convirtió en el antes y después de la recreación en Colombia, siendo el programa bandera de dicho plan que nace con la necesidad de crear un programa netamente de recreación dirigido personas mayores de nuestra nación con ellos y para ellos.

El programa que realiza Coldeportes está dirigido a la población de persona mayor en condiciones de vulnerabilidad, su primera aplicación se hizo en el año 1999, con la financiación de la Red de Solidaridad Social, Coldeportes, la coordinación de la Vicepresidencia de la Republica, y el diseño técnico operativo de la Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación “Funlibre”. Que tiene como objetivo general fortalecer las redes sociales y la capacidad de producción artística y cultural de los mismos. Y como objetivos específicos:

“Fortalecer los encuentros recreativos y culturales para personas mayores en los municipios y los departamentos, como espacios de convivencia.

Potenciar la capacidad de las personas mayores para generar actividades culturales y artísticas relacionadas con las comunidades y tradiciones de las regiones como una forma de rescatar saberes, creencias, expresiones y significaciones que promuevan la reconstrucción del tejido social.

Propiciar el desarrollo integral de las personas mayores a partir de la dinamización de procesos locales, donde la vivencia de la recreación garantice los beneficios a nivel de los efectos e impacto en la población participante.

El programa Nuevo Comienzo se constituye en una fortaleza de desarrollo social desde lo recreativo, favoreciendo los espacios en que las personas mayores muestren sus aptitudes, sean visibles y valorados como agentes participativos y activos en la sociedad a través de muestras recreativas, culturales, artísticas y artesanales.

El programa implementa a nivel nacional y desarrolla un proceso, el cual tiene unas fases en las cuales se imparten acciones a favor de la participación de los y las personas mayores a nivel municipal, donde se muestra con alegría y orgullo el trabajo realizado que se ha llevado durante varios meses, en la Fase departamental, Con base en estos procesos se eligen los representantes departamentales con el objeto mismo de socializar los resultados de las diferentes manifestaciones recreativas que tienen que ver con su cultura, con sus costumbres, con sus tradiciones y por supuesto con su artesanía, su danza y su música que llevan a la fase Nacional.” Osorio (2002, pp.68.)

Ahora bien a lo que le apunta el programa, es a contribuir al mejoramiento de la calidad de vida, propiciar, potenciar espacios de recreación y por ende generar el protagonismo, respeto y dignidad a las personas mayores en todos y cada una de las fases que están planteadas en el diseño técnico del programa.

Lo que significa Nuevo comienzo “es decirle y hacerle sentir a las personas mayores ustedes son parte de nosotros de nuestra sociedad, es una nueva oportunidad de vida es tener (otro motivo

para vivir). Pero no es solo a las personas mayores, es a la sociedad y a todos los actores que giran en su entorno” Cárdenas, M. (Comunicación privada 8 abril 2014). Lo que se pretende lograr es una transformación en los imaginarios que se tienen acerca de esta población, donde se logren visibilizar y dar un reconocimiento de todo su saber, experiencias y potenciales que han logrado a lo largo de sus vidas, y reconocerlos como aportantes a la sociedad.

Sin embargo, es importante mencionar que el programa abrió la puerta a la Estrategia Nacional de Recreación de envejecimiento y vejez con y para las mayores, la cual emprende acciones en función de crear las condiciones de accesibilidad de las personas mayores a espacios sociales, que mediados por la recreación permitan generar y disfrutar de opciones que favorezcan el desarrollo pleno de sus capacidades y potencialidades de manera libre y autónoma.

4 .MARCO TEORICO

4.1 Postulado Concepto de Recreación

Se parte de que la recreación hace parte de la vida cotidiana de los seres humanos, como lo mencionan en el plan Nacional de recreación (2013-2019), por lo tanto, la posibilidad de disfrute y acceso a opciones y condiciones que permitan tener vivencias significativas desde la diversidad, de espacios de exploración y creatividad, sin desconocer que están atravesadas por los que pasa en la realidad, de acuerdo al contexto en el que se encuentre el sujeto.

Ahora bien, la mirada de la recreación como campo social, desde el planteamiento que hace Bourdieu sobre el *campo social* (1997 citado en el documento maestro de la licenciatura en recreación y turismo 2012) “individuos que estamos inmersos en un espacio social donde se nos puede «localizar» respecto a campos de interacciones diferenciantes y al intercambio de capital cultural y económico en el que nos posicionamos y diferenciamos. La diferencia o distinción entre individuos y sus relaciones, son los dos aspectos complementarios del espacio social según Bourdieu. Los individuos se distribuyen en el espacio social porque son diferentes o distinguibles y externos unos de los otros: sólo se relaciona lo diferente. Dice Bourdieu:

“Esta idea de diferencia, de desviación, fundamenta la noción misma de espacio, conjunto de posiciones distintas y coexistentes, externas unas a otras, definidas en relación unas de otras, por su exterioridad mutua y por relaciones de proximidad, de vecindad o de alejamiento y asimismo por relaciones de orden, como por

encima, por debajo y entre. (...) El espacio social me engulle como un punto. Pero este punto es un punto de vista, el principio de una visión tomada a partir de un punto situado en el espacio social, de una perspectiva definida en su forma y en su contenido por la posición objetiva a partir de la cual ha sido tomada. El espacio social es en efecto la realidad primera y última, puesto que sigue ordenando las representaciones que los agentes sociales puedan tener de él.

Estas relaciones de orden, estas luchas de fuerza en las que las diferencias explicitan un «juego» de posiciones y posicionamientos, es decir, en las que hay una serie de reglas (que los individuos interiorizan o habitúan), constituyen «campos sociales» en los que se distribuyen los beneficios que constituyen el campo. Los campos están compuestos, pues, por estructuras objetivas que se relacionan en doble sentido (se interceptan y entrecruzan) con los habitus o las estructuras incorporadas de los agentes. Los campos son la concreción de una trama de relaciones “entre las posiciones sociales (concepto relacional), las disposiciones (o los habitus) y las tomas de posición, las «elecciones» que los agentes sociales llevan a cabo en los ámbitos más diferentes de la práctica” “(1997 citado en el documento maestro de la licenciatura en recreación y turismo 2012, pp.32).

De esta manera podemos decir que la recreación como campo social significa entenderla como “un espacio social de relaciones, valores, tensiones, objetivos, capital simbólico y cultural que le da identidad; un conocimiento que circula, un marco jurídico que lo rige y principalmente unos

actores que se ponen en juego con sus intereses y necesidades con el propósito común de crear condiciones para garantizar el ejercicio del derecho a la recreación.” (PNR 2013-2019 pp.14).

Es decir que de base se reconoce a la recreación como parte de un campo, pero que es un campo complejo transdisciplinario, multidimensional y diverso, que es autónomo pero interdependiente e interrelacionado con otros campos. Es un campo que es capaz de concentrarse en prácticas sociales en la realidad y la cultura, que involucra la vastedad de agentes, grupos, instituciones, bienes, discursos, saberes y prácticas que la expresan: el uso de la palabra tanto como lo que le da su sentido.

En este orden de ideas los licenciados en recreación de la Universidad Pedagógica son:

“agentes sociales que interactúan o han de interactuar en este campo de forma intencionada, con una determinación, un proyecto, un modo de proceder producto del estudio cuidadoso, del pensamiento crítico y propositivo, de la reflexión y acción sistemáticas sobre el mismo campo. Intención atravesada por el carácter pedagógico que constituye su distinción en el campo en tanto que saber particular. Una interacción, pues, que interroga la relación enseñanza-aprendizaje, la construcción o producción del sujeto, los procesos de socialización y/o enculturación que la sociedad colombiana (en su realidad histórica) y la sociedad mundial (con sus problemáticas actuales) generan en el campo social recreativo.”.(Documento maestro de la licenciatura en recreación y turismo 2012, pp.34).

Es así como el licenciado en recreación está en la capacidad de interpretar de manera diferente las realidades sociales por medio de la pedagogía y la recreación, lo que le facilita el interactuar con los sujetos que están en una comunidad, siendo la recreación lo que posibilita la creación de formas de relación no tradicionales.

Ahora bien el concepto de recreación en la Universidad Pedagógica Nacional se entiende por:

“una mediación creativa con intencionalidad pedagógica que tiene como propósito aportar a la construcción del tejido sociocultural potenciando la imaginación y los lenguajes lúdicos que interpelan los discursos hegemónicos frente al trabajo, el tiempo libre y el ocio, para agenciar otros mundos posibles alternativos, alterativos e incluyentes. La recreación se ubica, así, desde una perspectiva crítica y propositiva que hace posible otros modos de ser, de imaginar y de construir-se, esto es, de ser-con-otros; modos capaces de alterar las dinámicas que producen y se benefician de las desigualdades. Esta alteración requiere de espacios capaces de imaginar y provocar dinámicas no jerárquicas (alternativas) de estar juntos (mundos incluyentes). Con estos elementos se delinea el modo de interrogar y de abordar los fenómenos recreativos, esto es, el querer decir del programa.”.(Documento maestro de la Licenciatura en Recreación y Turismo 2012, pp.34).

Así mismo, se podría decir que la recreación se convierte en mediadora para la creación de escenarios, donde las personas mayores puedan ejercer su derecho a la recreación en un marco de respeto a la dignidad humana. Escenarios donde las personas mayores tengan la posibilidad de

tener experiencias de ocio que se configuren como experiencias que fortalezcan su capacidad para relacionarse con el mundo desde el disfrute de la vida cotidiana y que impacte tanto su propia construcción como sujetos en relación con los otros y con los elementos del entorno natural y cultural Estrategia Nacional de recreación con y para las personas mayores (2013-2019).

Junto a esto cabe mencionar como se concibe la recreación en el programa Nuevo Comienzo: otro motivo para vivir, partiendo de que el programa nace del primer plan Nacional de Recreación en el año 1990, la recreación en el programa se concibe como una medicación en la creación de espacios que le permitan a las personas mayores vivir experiencias de ocio de manera procesual permanente y con impacto sobre sus vidas.

Es decir pretende “re significar el concepto de actividad, re-significar el lugar que el sujeto juega en el espacio recreativo, trabajar sobre la subjetividades construidas a través del disfrute, del el ocio, de la recreación, y que transitan en ese espacio, porque cuando se habla de vivencia de eso es que se está hablando, es una experiencia procesada, es una experiencia con conciencia, es una experiencia que le significa al sujeto”. (Osorio, E. Comunicación personal, 13 junio 2014).

4.1.1. Calidad de vida en la persona mayor

La calidad de vida está asociado con el bienestar del sujeto, por la satisfacción, la vida que lleva, que está enmarcada por su propia experiencia en la salud, grado de interacción social y ambiental, y en general a múltiples factores.

Ahora bien, según la Organización Mundial de la Salud OMS (2005) la define como “la percepción de cada individuo de su posición en la vida, en el contexto de la cultura y sistema de valores del cual vive y en relación a las metas y expectativas, estándares y preocupaciones que tiene”. Es decir que la calidad de vida está intrínsecamente relacionada en cada sujeto de acuerdo a las condiciones y el contexto en el cual se desarrolla.

La calidad de vida en las personas mayores consta de varias determinantes y está llena de cambios, como lo plantea Velandia (1994) es “la resultante de la interacción entre las diferentes características de la existencia Humana (vivienda, vestido, alimentación, educación y libertades humanas); cada una de las cuales contribuye de diferente manera para permitir un óptimo estado de bienestar, teniendo en cuenta el proceso evolutivo del envejecimiento, las adaptaciones del individuo a su medio biológico y psicosocial cambiante, el cual se da en forma individual y diferente; adaptación que influye en su salud física, fallas en la memoria y el temor, el abandono, la muerte, la dependencia o la invalidez”.

Sin embargo Reig (1994) establece ocho áreas para determinar la calidad de vida en las personas mayores.



Gráfica 1.: Áreas para determinar la calidad de vida de las personas mayores

Fuente: Reig (1994)

De esta manera podemos decir que las anteriores áreas hacen referencia a:

- **Área Intelectual:** Se refiere a lo que diferencia al hombre de los demás seres vivos, los seres humanos tenemos la capacidad de pensar, de generar conceptos y juicios y darlos a conocer por medio del lenguaje.
- **Área Física :**Se refiere al estado de salud, de acuerdo con la OMS que determina cuatro factores vitales :
 1. Alimentación
 2. Ejercicio

3. Descanso

4. Evitación del estrés

- **Área Familiar:** Ser participe dentro del núcleo familiar, tradicionalmente se considera a la familia como un grupo que está constituido por el padre, la madre, los hijos, así mismo tener un rol dentro de la misma. Es decir el ser apoyado y tenido en cuenta, siendo respetado en su condición de persona como ser humano.
- **Área Laboral :**En esta etapa del ciclo vital, esta área se puede ser limitada por los mismos estereotipos que se tienen asociados al envejecimiento la vejez
- **Área Social :** La calidad de vida en las personas mayores se da según Krzeimen (2001) Citado por Vera ,M) se da en la “medida en que él logre reconocimiento a partir de relaciones sociales significativas; esta etapa de su vida será vivida como prolongación y continuación de un proceso vital; de lo contrario, se vivirá como una fase de declinación funcional y aislamiento social del adulto mayor”

Así mismo como lo plantea Moreno (2004) percibe como fundamental la calidad de vida para las personas mayores el hecho de incluirlos y hacerlos partícipes de la integración social, de actividades o espacios que generen en los sujetos placer y desarrollo tanto social como intelectualmente”.

- **Área Emocional:** Esta puede ser entendida como un estado de ánimo donde los valores y actitudes hacia la persona mayor lo hacen sentirse una persona valorada, valiosa, traducido en un trato cálido, impregnado de respeto, de afecto y de amor.
- **Área Espiritual:** Particularmente en esta etapa del ciclo vital esta área es la búsqueda incesante de las personas mayores para buscarse a sí mismo, una búsqueda de sentido de vida y razón de ser.
- **Área Económica:** La Persona Mayor necesita continuar con su libertad de acción comunicación, disponer económicamente de una pequeña cantidad de dinero para satisfacer sus 'gustos'. La libertad, tanto de acción comunicación u opinión, también es un derecho universal de la persona, y que la persona mayor no puede perderla.

De acuerdo a lo mencionado anteriormente, la recreación cumple y desarrolla un papel importante en este grupo poblacional, en términos de beneficios, y satisfacción de necesidades fundamentales aportando un enriquecimiento individual y colectivo. Contribuyendo al mantenimiento y mejoramiento de la calidad de vida, que permite un envejecimiento saludable y digno de las Personas Mayores.

4.1.2. Recreación y ocio como necesidad Fundamental

*"El ocio no es sólo un componente de la
Calidad de vida, sino la esencia de ella"*

(John Neulinger)

La calidad de vida en las personas mayores dependerá de la capacidad para satisfacer adecuadamente sus necesidades fundamentales.

De acuerdo a Max Neff (1998) quien plantea unas necesidades fundamentales, pero cabe mencionar las diferencias entre las necesidades y los satisfactores de esas necesidades. Según el planteamiento “desarrollo a escala humana” indica que tendremos necesidades según categorías existenciales y según categorías axiológicas. Esto nos permite por una parte reconocer las necesidades de Ser, Tener, Hacer y Estar; y, por otra parte, las necesidades de Subsistencia, Protección, Afecto, Entendimiento, Participación, Ocio, Creación, Identidad y Libertad. Por ejemplo, la alimentación y el abrigo no deben considerarse como necesidades, sino como satisfactores de la necesidad fundamental de Subsistencia. Del mismo modo, la educación (formal o informal), el estudio, la investigación serán satisfactores de la necesidad de entendimiento. De igual forma, la imaginación, la despreocupación, los juegos, los espectáculos, las fiestas, la calma, la receptividad, la curiosidad, el humor, la tranquilidad, el divertirse, el soñar despiertos, serán todos distintos satisfactores de la necesidad fundamental de Ocio.

De esta manera y según la propuesta de desarrollo humano que plantea Neff los motivos (satisfacciones) del comportamiento, adquieren relevancia al facilitar o entorpecer la satisfacción de las necesidades; de los primeros es el caso de los satisfactores sinérgicos. Estos son aquellos que por la forma en que satisfacen una necesidad determinada, estimulan y contribuyen a la satisfacción simultánea de otras necesidades. Max Neff (1998).

Desde este punto de vista y como lo menciona González E. (1999), la recreación es un satisfactor sinérgico, porque satisface necesidades de ocio y potencia, la satisfacción de necesidades de creación y libertad.

Adicional a esto y en la actualidad muchos, de esos satisfactores se atribuyen de acuerdo a los beneficios que tiene la recreación, debido a que en algunas de las actividades mediadas por el ocio contribuyen a la satisfacción de unas u otras. De esta manera el ocio responde a una necesidad humana, de tener momentos libres de obligaciones en los cuales se configuran experiencias autónomas y propias del ejercicio del goce, el descanso y la diversión.

Así mismo como lo indica la asociación internacional de Tiempo Libre (*WLRA*) el ocio es “un área específica de la experiencia humana que cuenta con sus propios beneficios. El ocio es una fuente importante para el desarrollo personal, social, económico y un aspecto clave de la calidad de vida”

La profundización del concepto incluye aspectos vinculados con el ocio como derecho irrenunciable, como recurso de desarrollo económico y aspectos de la calidad de vida, como fomento de la salud y bienestar y fundamentalmente como necesidad de aprendizaje.

Cuenca (2004) profundiza modelos y propuestas para la pedagogía del ocio y señala: “la educación del ocio tiene que ver con el desarrollo de conocimientos desinteresados y acciones gratificantes, con la revalorización de lo cotidiano y lo extraordinario, con la vivencia creativa de tiempo, libertad, participación, solidaridad y comunicación. Es un proceso que se extiende a lo largo de toda la vida, porque la vivencia de ocio es algo que debe evolucionar con nosotros mismos, con nuestras necesidades, capacidades y experiencias”.Cuenca (2004)

4.1.3 Beneficios de la recreación y el ocio en las personas mayores

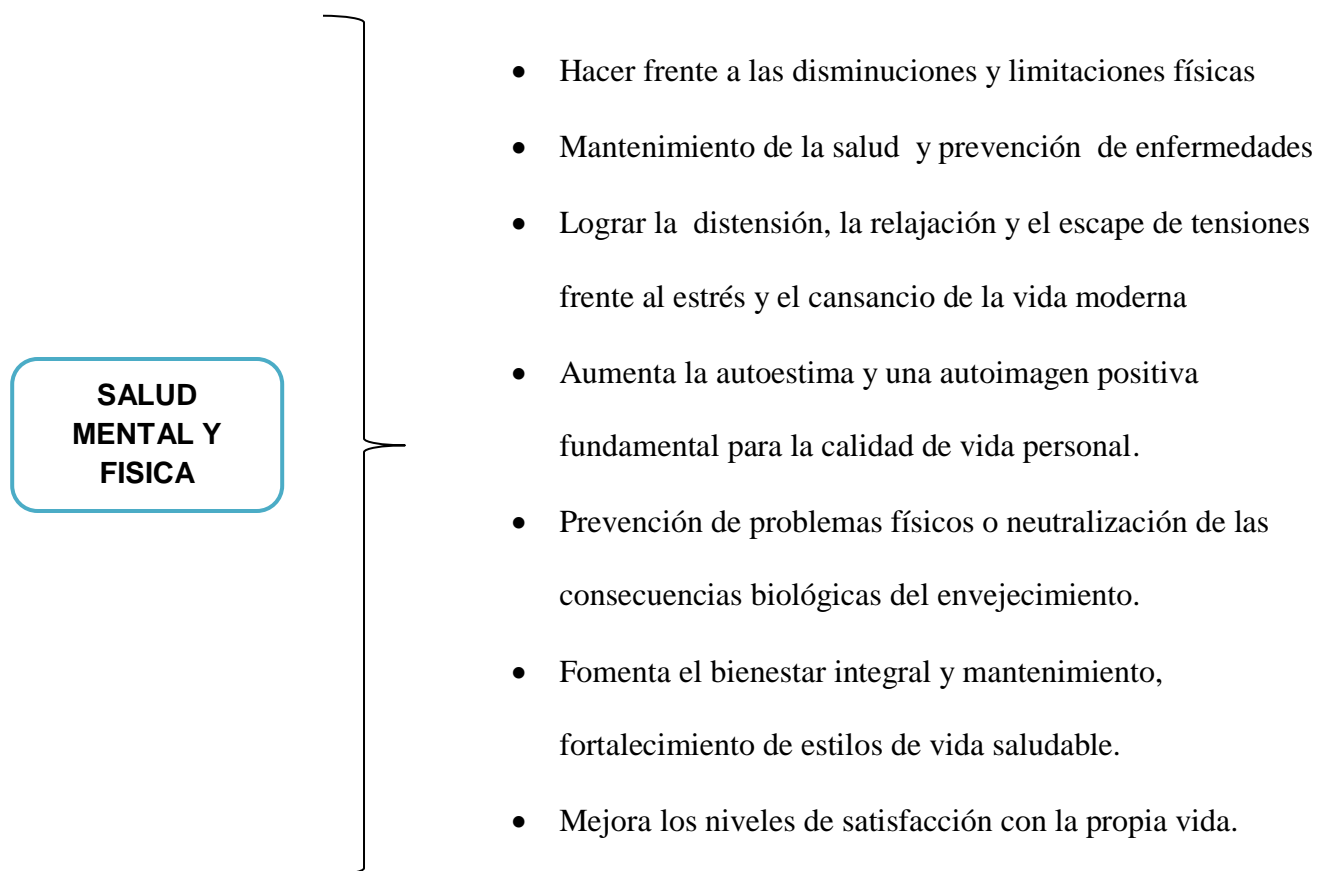
La recreación y el ocio en las personas mayores como lo mencionamos anterior mente hace parte de una necesidad fundamental que al ser suplida contribuyen al mejoramiento de la calidad de vida, así la recreación es inherente al cotidiano vivir y está presente en la trayectoria de vida de todo ser humano, que parte de un interés motivacional interno que conlleva a buscar el disfrute y el placer de la vida promoviendo un desarrollo coherente, equilibrado y armónico en todas las dimensiones del ser.

De esta manera la recreación para las personas mayores tiene un potencial muy grande, en la medida en esta etapa del ciclo vital usualmente las personas mayores se encuentran jubiladas, o se dedican a labores del hogar, a cuidar a los nietos, y se enfrentan a pérdidas sociales como el empleo, los amigos, la pérdida del conyugue, la perdida de roles, y la disminución del estatus pueden ser factores de estrés para muchos de ellos.

Por consiguiente la recreación se constituye en un espacio de encuentro con los amigos, de protagonismo en la comunidad, lo cual mantiene la autoestima y ayuda a que el adulto mayor se sienta importante y se mantenga con un buen estado de salud.

Ahora bien, según Murillo (2003) menciona, el hecho de que las personas mayores puedan ser partícipes de todo un abanico de propuestas recreativas acordes con su realidad individual y grupal, posibilita mejorar su calidad de vida y ampliar sus oportunidades para crecer como persona, el participar de diversas experiencias que promuevan la recreación, los liberan de la rutina, inactividad y sedentarismo, de tensiones como el estrés, la ansiedad, el aburrimiento y en algunos de los casos inclusive de la depresión.

Así mismo como lo menciona Lynch y Veal (1996) (citados en Osorio, E. (2002) los beneficios que ofrecen la recreación y el ocio para las personas mayores son:



SOCIAL

- Aumenta la autoestima y una autoimagen positiva fundamental para la calidad de vida personal
- Fomenta la participación social y habilidades de aprendizaje, mediante la enseñanza de los mecanismos de participación y características del tejido social.
- Favorecer el bienestar y la satisfacción personal.
- Fomentar la comunicación, la amistad y las relaciones interpersonales.
- Empoderar a las personas de la tercera edad para defender sus derechos y aportar a la dinámica social
- Reduce la desesperanza y el aislamiento

CULTURAL

- Fomenta la creatividad a través de actividades intergeneracionales.
- Desarrolla la capacidad lúdica, la espontaneidad y la apertura hacia nuevas formas artísticas y artesanales.
- Transmisión de sus saberes y experiencias, contribuyendo a su propia formación personal, y aporte a nuevas generaciones.
- Sostener la capacidad productiva
- Recuperar saberes y tradiciones que potencien en el adulto mayor su percepción de autoestima.

De acuerdo a lo anterior podemos decir que las actividades de ocio y recreación pueden producir satisfacción cuando complacen la necesidad específica de un individuo cuando son fuente de disfrute, donde la actividad y el significado de la misma juegan un papel importante.

Así como menciona Osorio (2002) “El disfrute derivado de la experiencia recreativa, a menudo conduce hacia la motivación personal y promueve una vida activa en las personas mayores, además hay una ganancia percibida de capacidad y manejo de situaciones, lo cual tiene influencia sobre la autoestima y las posibilidades de ejecución en la vida cotidiana. Además de la percepción de satisfacción y autoestima dada por la capacidad de manejo de situaciones retadoras, las experiencias de ocio pueden ofrecer oportunidades para interactuar con otros de una forma productiva y lograr los beneficios de la socialización”. Osorio (2002, pp.29).

De todo lo anterior se hace una apuesta de las muchas que pueden existir sobre los beneficios de la recreación y el ocio, de esta manera se parte del reconocimiento de la recreación, no sólo como una actividad, sino como una vivencia que permite involucrar emocional y psicológicamente a las personas y a los grupos, es decir, la recreación se convierte en un espacio lúdico donde las Personas Mayores tienen la posibilidad de intercambiar experiencias con otros, ser ellos mismos, protagonizar sus propias vivencias, establecer redes de amigos.

4.2 Postulados Concepto de la experiencia

Según el Plan Nacional en Recreación (2013-2019, p.13) plantea que la vivencia es “tanto una experiencia social como existencial, en la cual están en interacción el sujeto (con su historia, sus significados, imaginarios y subjetividades), los cuales se ponen en escena a partir de la interacción con otros, pero que parten de una vivencia que compromete al sujeto individualmente y en su condición de sujeto social, creando y provocando dinámicas en las cuales construye sus prácticas”. PNR (2013-2019, p.13)

De esta manera podríamos decir que la experiencia está determinada por la cultura y la sociedad, y afirmar que la experiencia “influye en el curso del desarrollo del sujeto, la experiencia determina de qué modo influye sobre el desarrollo del sujeto uno u otro aspecto de la realidad” Vygotsky, L.S. (1996, p.68 citados por el PNR, 2013-2019).

Junto a esto se plantean dos tipos de experiencias según Dewey (citado en Cuenca.2004, p.41).

Por un lado esta;

- *La experiencia Común*: que hace referencia a desarrollar una acción consiente de la vida por ejemplo ver televisión, reconocer a alguien ,desear hacer algo, escuchar música caminar etc ,de esta manera cada día está lleno de experiencias.
- Por otro lado esta *Experiencia fuera de la cotidianidad*, se dan de un modo intenso, son experiencias que siguen un curso procesual, de manera que tiene un cumplimiento que permite conservarlas como recuerdo perdurable, se caracteriza por la conciencia de elección y voluntariedad.

De esta manera, la experiencia a la cual hacemos referencia en la investigación es a la que se da fuera de la cotidianidad, la que le permite a las personas mayores tener experiencias que le signifiquen y le permitan relacionarse con el mundo desde el disfrute, que impacten tanto su propia construcción como sujetos y en relación con los otros, con los elementos del entorno natural y cultural.

Por consiguiente nos fundamentamos en la propuesta hecha por el psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi a lo que él denomina la *experiencia óptima*, propuesta que estudia la incidencia de las experiencias satisfactorias, situaciones altamente positivas, experiencias autotélicas, que generan placer haciendo alguna actividad, que se convierten en el motor interno o razón para la realización de esas mismas actividades que generan la experiencia del “*flujo*”, término utilizado por muchas de las personas entrevistadas en sus estudios al describir lo que sienten al hacer algo que merece la pena hacer, de esta manera el término tiene una relación entre una *motivación intrínseca* (actividad placentera para el individuo) y *bienestar psicológico subjetivo* (punto de vista del sujeto en su propia construcción basada en la relación que tiene con su entorno).

Según Csikszentmihalyi (1998, p.38) las experiencias óptimas se alcanzan y se constituyen cuando “todos los contenidos de la conciencia se encuentran en armonía entre sí y con las metas que define el *self* de la persona”. (El término *self* hace referencia a la construcción que una persona tiene de mí mismo), de esta manera son las condiciones subjetivas que permiten acceder al placer, la felicidad, la satisfacción y el disfrute.

De esta manera cuando se hace referencia a los contenidos de la *conciencia* se estipula que está compuesta por tres subsistemas funcionales los cuales son:

- *Atención:* es el medio mediante el cual la información aparece en la conciencia, es decir la que posibilita que los hechos se produzcan en la conciencia.
- *Conciencia:* Son todos los procesos que tienen lugar en la mente después de prestar atención , se incluyen pasos como reconocer el estímulo, categorizarlo en términos de información previa y disponer de él bien conservándolo en la memoria u olvidándolo. Algunos de los procesos más importantes de la conciencia son el pensamiento o cognición, sentimiento o emoción (esta última define la actitud que adopta la conciencia en relación a la información que se está procesando “me gusta” “No me gusta”)
- *Memoria:* Almacena información que ha atravesado la conciencia y que puede ser recordada.

Estos tres subsistemas “permiten a la mente actuar como intermediaria entre las instrucciones genéticas y las culturales por una parte y la conducta por otra transformando los procesos fisiológicos en experiencias subjetivas la conciencia posibilita la adquisición del control sobre las fuerzas instintivas anónimas” Csikszentmihalyi (1998, p.35).La conciencia es lo que se da a nivel del interior del sujeto en lo personal.

En consecuencia para que una experiencia pueda ser óptima, una persona debe percibir que quiere y debe hacer algo (percepción de desafío) que es capaz de hacer (que tiene habilidades

para ello). Es decir se requiere un equilibrio entre los desafíos percibidos en una situación determinada y las habilidades que la persona aporta a la misma para que se dé la experiencia.

Así mismo el desafío incluye oportunidad de acción ante la cual los humanos sean capaces de responder, de esta manera se podría decir que si:

- Altos desafíos y moderadas habilidades dan lugar a experiencias de activación.
- Altos desafíos y bajas habilidades dan lugar a experiencias de ansiedad.
- Moderados desafíos y bajas habilidades dan lugar a experiencias de preocupación.
- Bajos desafíos y bajas habilidades dan lugar a experiencias de apatía.
- Bajos desafíos y altas habilidades dan lugar a experiencias de aburrimiento.
- *Altos desafíos y altas habilidades dan lugar a experiencias de flujo.*

De esta manera las situaciones caracterizadas por los más altos retos y desafíos, en condiciones en las que la persona crea tener en un alto grado las habilidades necesarias para enfrentarse a tales situaciones, son las que dan lugar a la experiencia óptima, es decir, al flujo. Pero para mantenerse en el tiempo esta experiencia de flujo, es necesario que a medida que se repita la actividad, vaya incrementándose simultáneamente el nivel de desafío y el de las propias habilidades de la persona, ya que en caso contrario se perdería la experiencia óptima.

Csikszentmihalyi determina las características más habituales que definen la situación del flujo:

- Equilibrio entre desafíos y habilidades
- Metas claras
- Feedback inmediato (retroalimentación)

- Satisfacción, para quien las vivencia
- Alto nivel de motivación
- Olvido o distorsión del tiempo: se da debido a la profunda concentración de la actividad que se está ejecutando, la persona en el flujo no solo olvida sus problemas, incluso pierde temporalmente el conocimiento del *self*, que en la cotidianidad interrumpe la conciencia.

Por consiguiente podríamos decir que el programa Nuevo comienzo: Otro motivo para vivir piensa en la persona mayor como sujeto, es decir en sus habilidades, talentos y capacidades para que sea puestas en escena y puedan superar el “desafío” en este caso diríamos que el programa intenta construir ambientes y escenarios que permitan generar altos niveles de desafíos y por parte de las personas mayores que cuentan con altas habilidades que generar y dan lugar a experiencias de flujo.

Otra perspectiva y articulada a la anterior es la ola de la experiencia, que define la estructura básica de cualquier experiencia y está estructurada en tres etapas:

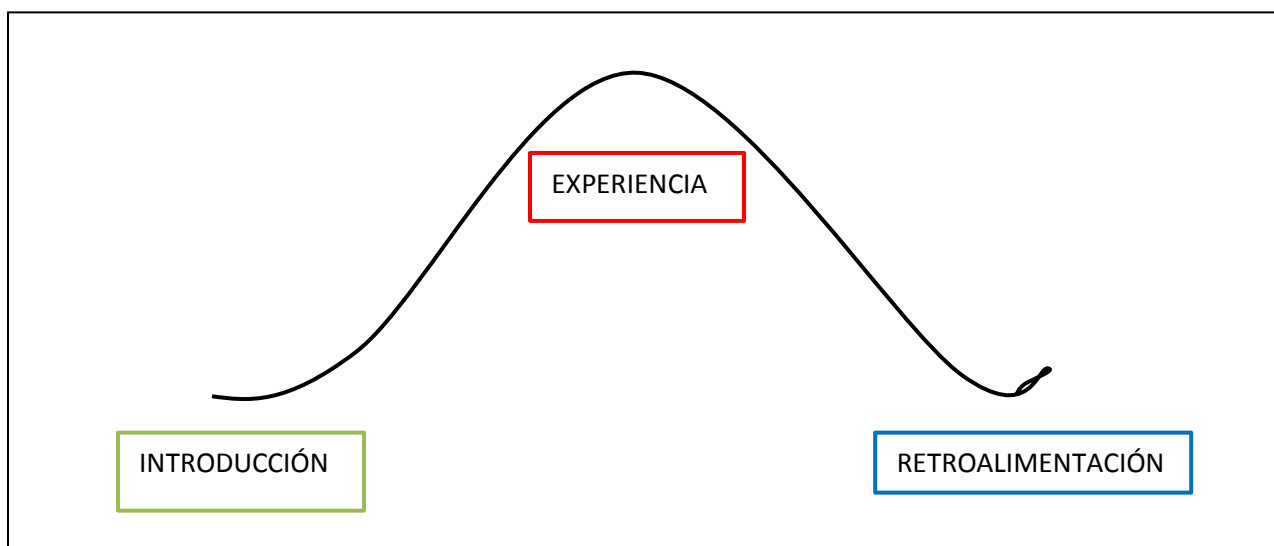


Gráfico No. 2. Ola de la Experiencia

Fuente: Shoel & Cols (1998 citado por Builes, J. 1997)

1. **Introducción** Es la etapa donde se configura la experiencia existe una anticipación, es decir donde se da la toda la información necesaria a los sujetos para que tengan claro cuáles son los objetivos, la seguridad y la historia que se puede contar de manera metafórica. En esta etapa se crea en las personas un grado alto de expectativa de cómo puede ser esa experiencia.
2. **La Experiencia:** Esta etapa es el Clímax de la experiencia es decir la actividad como tal, donde puede evaluar si se ha cumplido la expectativa.
3. **Retroalimentación** –Feedback: En esta etapa es donde los partícipes de esta experiencia re-evalúan la experiencia que se hizo y que se aprendió de esta.

4.3 Referentes que soportan la construcción de un programa nacional “Nuevo Comienzo en el marco de la política pública de recreación”

El programa Nuevo Comienzo: Otro Motivo para vivir nace con la formulación del primer Plan Nacional de Recreación para Colombia 1990-2002 “*Recreación con un propósito*” que fue liderado por la Presidencia de la República en ese entonces por el presidente Misael Pastrana Borrero y la primera dama de la república Nora Puyana de Pastrana, el Vicepresidente de la república Gustavo Bell y su esposa María Mercedes de la Espriella, Coldeportes como órgano rector del Deporte, la Recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre a nivel Nacional y la Fundación Colombiana del Tiempo libre “Funlibre” como un socio estratégico, ha sido pilar dentro del trabajo en materia de Recreación para Colombia y la Red de Solidaridad. Se dio una serie de análisis de documentos, de elaboración de un programa y de pensar de que debía existir para Colombia un documento de línea de Política que diera la posibilidad de desarrollo de la recreación para todo el país”. Cedeño, V. (Comunicación personal 21 abril 2014). Estas instituciones apoyaron incondicionalmente no solo la creación del plan Nacional sino también al programa.

El propósito con este plan fue el inicio del posicionamiento de la Recreación dentro del componente de las Políticas Públicas, “el propósito era que formuláramos Plan cierto, como una apuesta Nacional pero que empezáramos simultáneamente con algunos programas, y digamos que el programa bandera fue Nuevo Comienzo encuentros culturales y recreativos para la

persona mayor Nuevo Comienzo: otro motivo para vivir” (Osorio, E. Comunicación personal 13 junio 2014).

Así, el programa es pensado en la Persona Mayor y en las necesidades de crear un programa que desde la recreación, les permitiera ser reconocidos y visibilizados por la sociedad donde pudieran mostrar toda la tradición y riqueza que a lo largo de la vida han construido, conocido, aprendido y querido.

Así que el programa es pensado para que las personas mayores sean protagonistas de su propia experiencia, es decir por ellos para ellos y con ellos,

Al mismo tiempo el trabajo con la persona mayor requería trabajar articuladamente con el concierto de las Políticas Públicas Económico, Cultural, no solo una armonización sino un trabajo cercano también con las políticas públicas de Envejecimiento y Vejez que es de allí de donde viene justamente el nombre del programa.

Ahora bien, “el diseño técnico de un programa no solo se involucran conocimientos y saberes, sino también posiciones políticas y éticas, sentimientos y emociones que a veces nos refieren a los viejos de nuestras propias familias o a nuestras propia proyección como viejos en una sociedad, en una familia .

Por eso se considera importante dar cuenta de las intencionalidades y sentido dado a las decisiones técnicas” Osorio, E. (Comunicación personal 13 junio 2014). De esta manera el

programa cuenta con unas áreas de efectividad, que fueron propuestas y establecidas en Plan Nacional de Recreación 1990-2002, pero ¿cuál es el sentido?

En primera medida; era necesario aumentar el conocimiento para comprender y mejorar lo que se hacía en recreación, no solo referido a la recreación misma sino también sobre las personas mayores, sobre sus condiciones, preferencias, prácticas entre otras. De esta manera se habla de la primera área de efectividad del programa *Investigación*.

En Segunda medida el área de *formación* el conocimiento sobre el programa. Sus procesos y sus dinámicas las investigaciones realizadas, han sido una fuente permanente para formar a las personas que intervienen en el programa. (Historia Nuevo Comienzo: Otro motivo para vivir).

Tercera área *Gestión* “donde nos juntamos diferentes organizaciones para posibilitar el programa la Presidencia de la Republica ,Vicepresidencia de la Republica, la primera dama y la esposa del señor Vicepresidente, Coldeportes como ente rector y la parte privada la ONG Funlibre. El plan se lanza en el palacio de Nariño eso es histórico para Colombia, eso es el partir antes y el después para la recreación en nuestro país; antes cuando no teníamos el plan y el después del plan Nacional de recreación” Cedeño,V. (Comunicación personal 21 abril 2014). La pretensión es que se logaran recursos económicos y no económicos para el programa, el propósito fue unir voluntades políticas, acciones y recursos para ofrecer servicios y programas integrales a las personas mayores en los territorios, donde habitan, donde tienen la vivencia de su vida cotidiana. Adicional a esto como lo menciona Osorio (2014) “En gestión me parece que ha tenido unos avances muy importantes porque el programa por la gestión de los coordinadores

porque muchos han dado al esfuerzo de realmente construirle un espacio en la Política Pública de su departamento por supuesto los planes de desarrollo departamentales, que Nuevo Comienzo aparezca con un presupuesto específico” (Osorio, E. Comunicación personal 13 junio 2014).

Cuarta área *Vivencias* “Las experiencias de las personas mayores con el programa realmente logra “tocarlo”, logran como ellos mismos lo han expresado sentir que tales experiencias les plantean un “Nuevo Comienzo” (Cedeño, V. Comunicación personal 21 abril 2014). De esto se trata la vivencia, no solamente de realizar una actividad, si no de lo que moviliza afectiva, cognitiva y socialmente el encuentro con los y las otras, el reconocer ser como un ser humano digno e importante.

Por consiguiente estas áreas entonces fueron y son el punto de partida del programa. Aun así, es pertinente mencionar algo que le da una importancia al programa, y es el hacer partícipes a las “primeras damas” de los departamentos término que ha cambiado en virtud de una nueva perspectiva y que ahora se denominan Gestoras Sociales, de esta manera eran los despachos de ellas quienes lideraban el programa en sus inicios, pero que “infortunadamente y por falta de la posición-oficina no existentes sin recursos, solo se moviliza con la buena voluntad de una persona llega al cargo por la posición de otros...a través de los años, las primeras damas, en su mayoría, no perdieron en todos los casos el protagonismo, pero si se avanzó en el hecho que el sector asumiera de manera más comprometida su papel en los departamentos y municipios.”.(Osorio, E. Comunicación personal 13 junio 2014).

Por último, el programa Nuevo Comienzo; otro motivo para vivir se convirtió en la piedra que constituye y dio inicio a la estrategia Nacional de Recreación y Envejecimiento y Vejez con y para las personas mayores, dio importantes insumos para el diseño de la estrategia, en términos muy concretos y según como está planteado en el (Plan Nacional de Recreación 2013-2019) los propósitos con la estrategia son:

- a. “posicionar la recreación como una necesidad y derecho de las personas mayores
- b. Contribuir a la creación de espacios sociales que mediados por la recreación aporten a la creación de oportunidades para que las personas mayores en Colombia gocen de una vida satisfactoria.
- c. Contribuir a generar cambios en los significados que la sociedad tiene acerca de la vejez y el envejecimiento y que los colocan en condiciones de invisibilidad y subalternidad.
- d. Implementar acciones que desde la recreación con y para personas mayores favorezca el desarrollo de la Política Pública de Envejecimiento y Vejez, y la normatividad Nacional.
- e. Articular las metas sociales, educativas, de salud y de intervención de la estrategia a la Política Nacional para el Envejecimiento y la vejez del país y en correspondencia con el compromiso internacional de la región.”PNR (2013-2019,pp.72)

En relación a lo anterior, podríamos decir que el programa promueve la consolidación de una puesta específica a nivel de municipio, siendo un ejercicio que se desencadena del plan nacional de recreación 2013 – 2019, y es la estrategia nacional de recreación para persona mayor, como

una apuesta por desarrollar un trabajo de articulación interinstitucional por la dignificación de la persona mayor a través de espacios de recreación en sus ámbitos de vida cotidiana.

Una apuesta del programa nuevo comienzo sus inicios ha sido, el hacer en lo político, lo que puede permitir instaurar procesos sostenibles es en los municipios,

4.4 Aproximaciones al concepto de Persona Mayor - Envejecimiento y Vejez

4.4.1. UNA MIRADA A LA PERSONA MAYOR

El aumento demográfico en este grupo poblacional a nivel mundial y específicamente en nuestra nación, según lo afirma Rodríguez (1998). La pirámide población será invertida, donde los grandes números no corresponderán a las edades menores, como lo era en el pasado y parte del presente, sí que será a las más avanzadas es decir a la población de Persona Mayor.

Pasaremos de este modelo:



Grafica 3. Pirámide poblacional Rodríguez (1998)

Fuente: "Creatividad en la tercera edad"

A este:



Grafica 4. Pirámide poblacional Invertida Rodríguez (1998)

Fuente: "Creatividad en la tercera edad"

Esta modificación en la pirámide poblacional a nivel mundial tiene unos factores determinantes, aparte del aumento demográfico en la población, también se deben a otros factores como lo son la reducción de la tasa de natalidad, aún con las políticas que buscan el incremento del número de hijos en los países de baja fecundidad, debido a que está no llega a los dos hijos por mujer, y en consecuencia está por debajo del nivel necesario para la sustitución de la población a largo plazo, según la Organización de las Naciones Unidas (ONU,2007).

Otro de los factores es el aumento en la esperanza de vida pues a nivel mundial la esperanza de vida paso de 47 años entre 1950 y 1955, a 65 años entre 2000 y 2005. Esto permite visualizar que para el 2050, la cantidad de personas mayores en el mundo posiblemente superara la cantidad de jóvenes, más adelante se profundizara en este tema.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, podemos tener una concepción de la situación demográfica de la población mayor de 60 años que hace parte de Colombia. Para iniciar haremos un abordaje a los conceptos y definiciones que se tienen de la persona mayor y los términos que están relacionados con la misma, como lo son la vejez y el envejecimiento.

4.4.1.1 ¿Quién es la Persona Mayor?

Este es un término que se utiliza para referirse al grupo poblacional que hace parte de un grupo de personas que se encuentran en un rango de edad de más de 60 años. El término que anteriormente se usaba también como “*Adulto Mayor*” y que actualmente le llamamos como “*Persona Mayor*” se creó con fin de reemplazar términos peyorativos como lo eran “anciano,

abuelo, viejo y tercera edad” ya que en la mayoría de los casos y en nuestra sociedad se asocian a una imagen negativa, discriminatoria y sesgada de la vejez .

Sin embargo y como lo define la Estrategia Nacional de Recreación de Envejecimiento y Vejez con y para Personas Mayores (2013-2019) p.6) “Se utiliza el término “*Personas Mayores*” por que dignifica el reconocimiento como ser humano y visualiza la vejez como parte fundamental del curso de la vida, redimensiona la perspectiva de derechos, significando situaciones y/o condiciones (genero, diversidad sexual entre otras).

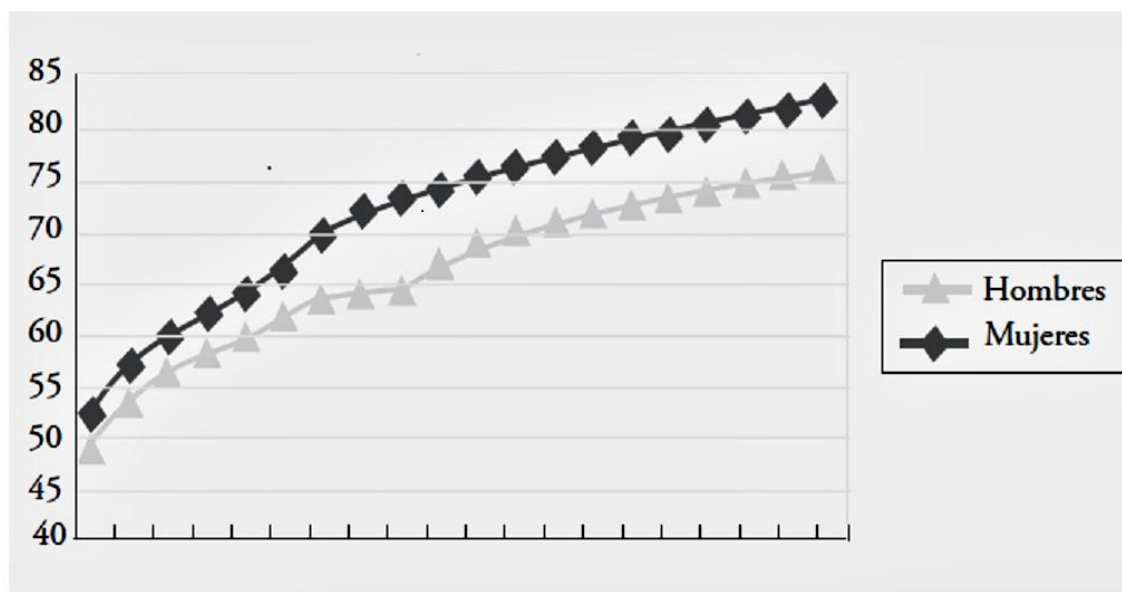
De esta manera la persona mayor es aquella persona que es capaz de pensar por sí misma, que puede tomar decisiones sobre su propia vida, que tiene las capacidades de aportar su experiencia y sabiduría a la sociedad, y que cumple un papel importante dentro del contexto familiar y social. Pero culturalmente estamos habituados a percibir a la persona mayor con imaginarios y estereotipos relacionados con términos de incapacidad, enfermedad, fragilidad, soledad, exclusión y carga económica.

Ahora bien miremos desde que edad es considerada una persona Mayor.

Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), las personas de 60 a 74 años son consideradas de edad avanzada; de 75 a 90 viejas o ancianas y a las que sobre pasan los 90 se les denominan grandes viejos o grandes longevos.

Pero para la Organización panamericana de la salud (OPS) los considera a partir de los 60 años. Para las Naciones Unidas se considera a una persona mayor a toda aquella que tenga 65 años esto para los países desarrollados y de 60 años para los países en desarrollo. Según lo anterior se podría decir que en Colombia es considerada a una persona mayor a partir de los 60 años.

Teniendo como base esta información podríamos hablar de la esperanza de vida que existe en nuestra nación y el incremento significativo que ha tenido durante los últimos siglos según (Martínez 1998) pues actualmente el 7% de la población es mayor de 60 años y su incremento es acelerado en la siguiente grafica se observan los cambio de expectativa de vida desde 1950 hasta el año 2000 se calcula hasta el año 2050.



Fuente: Martínez (1998).

Gráfica 5. Expectativa de vida en Colombia 1950-2050.

Fuente: Martínez (1998).

Así pues esto nos indica que el aumento paso de un estimado de 67 años en el periodo de 1985-1990 a 75 años en el periodo de 2010 al 2015 este triunfo demográfico y el rápido crecimiento de la población representa un desafío para las políticas, los recursos, para el desarrollo, la calidad de vida y el cumplimiento de los derechos pero sobre todo de la inclusión social. Todo lo anterior nos debe hacer conscientes de que las personas mayores no son un pequeño grupo marginal de la sociedad, que no que son y deben ser parte significativa de la misma.

Ahora bien definiremos los conceptos de envejecimiento y vejez conceptos que están directamente relacionados con las personas mayores.

4.4.2. Envejecimiento y Vejez

*“Cuando me dicen que soy demasiado viejo para hacer una cosa,
Procuro hacerla enseguida”*

Pablo Picasso

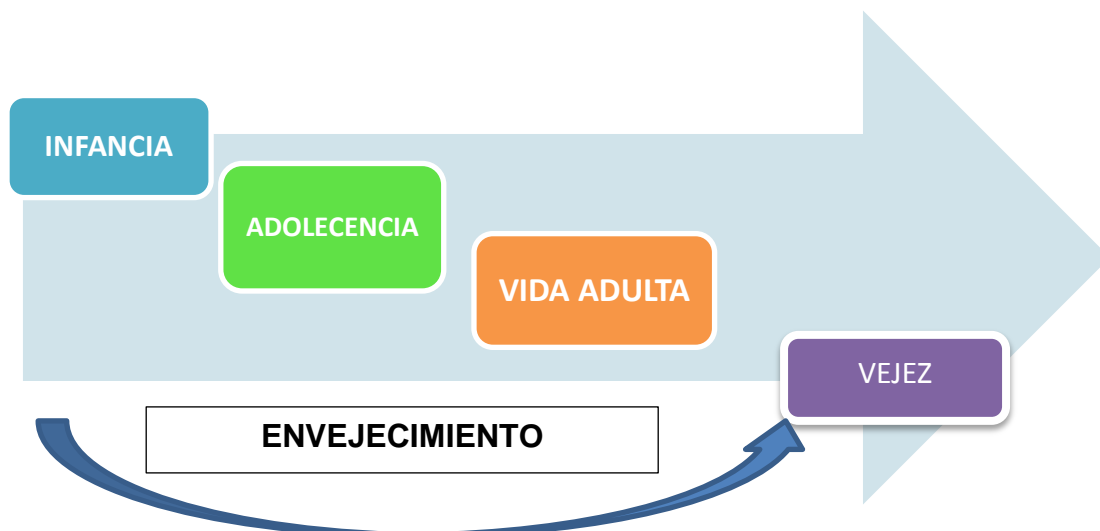
Para comprender el envejecimiento como un proceso en el cual se encuentra inmersa la vejez es necesario comprender en que consiste el ciclo de vida y desarrollo humano esto con el fin de lograr tener una mirada integral.

4.4.2.1. Ciclo Vital

Según la Secretaria de salud (2007) lo define como “concepto que explica el tránsito de la vida como un continuo y que propone que el crecimiento y el desarrollo social es producto de la sucesión de experiencias en los órdenes biológico, psicológico y social” de acuerdo a este concepto podríamos afirmar que dicho proceso que es natural de los seres, y que en los humanos inicia a partir de la concepción hasta la vejez por esta razón las condiciones de una etapa de la vida condicionan la siguiente.

Grafica .6. CLICO VITAL

Fuente; Elaboración Propia



Por consiguiente se podría afirmar que la vejez es parte de un periodo del ciclo vital y es el resultado del proceso y desarrollo del ser humano a lo largo de su vida. Es en esta etapa donde está enmarcada toda la recopilación de experiencias y saberes dejando claro que en la vejez se pueden tener nuevas experiencias, vivencias y por supuesto la adquisición de nuevos saberes.

Ahora bien el envejecimiento ubicado en este contexto se podría concebir como el proceso que dura y que está presente a lo largo de toda la vida de los seres humanos, es decir que desde el primer momento en que nacemos allí ya estamos empezando a envejecer.

4.4.2.2 Desarrollo Humano

El desarrollo humano es un proceso de descubrimiento, de crecimiento de conquista por la libertad, es el trabajo que todas las personas realizan consigo mismas para despertar la capacidad que tiene desde su nacimiento de ser feliz de quererse a sí mismo, de lograr cosas para su beneficio y para el de los demás.

Al respecto **Amartya Sen (2002) p.19**), define el desarrollo como libertad “Es un proceso de expansión de las libertades reales de que disfrutan los individuos” Es decir que el desarrollo no debe medirse con otro indicador que no sea el de las libertades de los individuos. Sin embargo plantea unas necesidades puntuales que son:

- ✓ **TENER:** Que son todas aquellas condiciones materiales para la supervivencia, como: nutrición, aire, agua, protección contra el clima y enfermedades.

- ✓ **AMAR:** Las de relación con otras personas como: identidad arraigo, contacto apegos familiares, relaciones y amistad.

- ✓ **SER:** Integración a la sociedad y armonía con la naturaleza.

Ahora bien Sen resalta las libertades como medio y lo distingue entre 5 tipos de libertad:

- Las libertades Políticas o todas aquellas capacidades de los ciudadanos para influir en el manejo de su sociedad, como los derechos de expresión, voto, reunión o crítica.

- Los servicios Económicos; o los derechos de una persona a disfrutar de sus recursos económicos y prosperar. Tiene importancia los aspectos relacionados con la distribución de la riqueza, así como la interacción con el mercado financiero.

- Las oportunidades Sociales; o todos aquellos servicios (públicos) que ofrece una sociedad para la mejora personal de los individuos que la conforman, como la educación. Para Sen, estas tienen además de la importancia añadida de interactuar fuertemente con algunas otras libertades, ya que por ejemplo, el analfabetismo, además de la falta de conocimientos, implica el no poder participar, entre otras cosas de los servicios económicos, o el no poder hacer valer los derechos políticos de la persona.

- Las garantías de transparencia, que influyen en el grado de confianza que mostraran los individuos en sus tratos mutuos y con la sociedad que los engloba. Hace referencia que todo a la divulgación y aprovechamiento libre de la información y a la corrupción económica de las empresas e instituciones.
- La seguridad protectora para ayudar a los más desfavorecidos por cualquier causa a sobrevivir y prosperar en la sociedad.

Por consiguiente todas estas libertades se complementan entre sí como medios para conseguir el desarrollo.

A su vez, **Max Neff (1998) p.25** parte de dos premisas fundamentales para el desarrollo a escala humana. La primera de ellas “el desarrollo se refiere a las personas y no a los objetos” es decir esta tiene una significación profunda, por cuanto los enfoque dominantes sobre el desarrollo hacen énfasis en la producción y todo lo que tiene una relación con el consumo de objetos materiales. Adicional a esto afirma que “el mejor proceso de desarrollo será aquel que permita elevar más la calidad de vida de las personas...la calidad de vida dependerá de las posibilidades que tengas las personas de satisfacer adecuadamente sus necesidades humanas fundamentales”. De esta manera el desarrollo se debe entender como un proceso de transformación que persigue le mejoramiento de las condiciones de vida para lograr mejor calidad de vida y alcanzar obtener dignidad de la persona humana en la sociedad, pero para que se pueda dar esto debe haber participación de la población.

Ahora bien a que nos referimos cuando hablamos de una “necesidad” para el desarrollo a escala humana erróneamente se ha asimilado el termino *Necesidad* con *Carencia*, es decir que cuando se asume solo la necesidad como carencia la necesidad se asume con mayor fuerza como la “falta de algo” pero cuando las necesidades comprometen, motivan y movilizan a las personas son potencialidades para dar un ejemplo : necesidad de libertad potencial de autonomía .

Como segunda premisa del desarrollo a escala humana **Neff (1998)pp.23**) hace referencia a que *“las necesidades humanas son pocas, delimitantes y constantes en todo tiempo y cultura”* así pues las necesidades humanas pueden dividirse conforme a múltiples criterios, de esta manera las necesidades humanas hace parte de dos categorías a) categoría existenciales b) categorías axiológicas.

Estas categorías permiten operar con una clasificación que incluye por una parte las Necesidades de Subsistencia que hace parte a la categoría Axiológicas; a continuación las relaciono por medio de este gráfico.



Grafica 6 .Necesidades Fundamentales

Fuente: Creación propia Basado en Max Neff (1998)

De acuerdo a la gráfica podríamos relacionar que se conciben un conjunto de necesidades, de múltiples elementos o dimensiones y que todas ellas apuntan hacia un centro que es el ser humano.

Sin embargo, como lo menciona Neff las necesidades humanas fundamentales son las mismas en todas las culturas y en todos los periodos históricos.

Ahora bien la otra categoría es la Existencial y son las Necesidades de *Ser, Tener, Hacer y Estar* que hacen parte de lo que el desarrollo a escala humana llama “satisfactores” que son de carácter individual y colectivo, que son conducentes a la actualización de necesidades.

Un satisfactor puede contribuir simultáneamente a la satisfacción de diversas necesidades y una necesidad puede requerir de diversos satisfactores para ser satisfecha pero estas relaciones pueden variar según el momento, el lugar y las circunstancias.

Por consiguiente podríamos decir que el desarrollo humano significa entonces concebir a la persona desde lo individual (personal) lo colectivo (la persona en su entorno) y lo social (la sociedad en la persona) influenciada por la política, la economía, el entorno social, la tecnología, la naturaleza y la educación. Esto le permitirá al individuo la satisfacción de sus necesidades la auto dependencia y participación y el desarrollo de sus capacidades y potencialidades.

Con base a esto se puede inferir que el desarrollo humano es un proceso que implica el mejoramiento continuo en todos los aspectos del ser humano, que contribuyen al incremento en la calidad de vida y en la satisfacción de las necesidades para la potencialización de sus capacidades.

De igual manera existen unos criterios para valorar el desarrollo humano.

EDAD CRONOLÓGICA	EDAD BIOLÓGICA	EDAD PSICOLÓGICA	EDAD SOCIAL	EDAD FUNCIONAL
Es la que va desde el nacimiento hasta la edad actual de la persona.	Tiene en cuenta los cambios físicos y biológicos que se van produciendo en las estructuras celulares, de tejidos, órganos y sistemas.	Se define en función de los cambios cognitivos, afectivos y de personalidad a lo largo del ciclo vital. El crecimiento psicológico no cesa en durante el desarrollo humano o en el proceso de envejecimiento (capacidad de aprendizaje, rendimiento intelectual, creatividad, modificaciones afectivas-valorativas del	Suele medirse por la capacidad de contribuir al trabajo, la protección del grupo o grupos a que pertenecen y la utilidad social. Estimación que varía según las sociedades, sus leyes, valoraciones, prejuicios y estereotipos, oscilando entre los extremos del continuo "viejo-sabio", "viejo-inútil"...	Se define a través del nivel de competencia conductual de las personas

		presente, pasado y futuro, así como de crecimiento personal)		
--	--	--------------------------------------------------------------	--	--

TABLA No.2.:” Criterios para determinar el desarrollo humano”

Fuente: Tomado del documento técnico Estrategia Nacional de recreación de envejecimiento y vejez con y para las personas mayores (2013-2019).

Así el desarrollo humano esta articulado al ciclo vital ya que cada etapa determina la siguiente y está presente durante todo el proceso del ciclo vital , además de ser un proceso de cambio continuo, es una sucesión de etapas con características biológicas, psicológicas, sociales en permanente relación con el entorno (o escenarios de actuación familiar, escolar, comunitario, laboral o institucional) específicas desde la concepción hasta la muerte, esta sucesión explica como las experiencias de una etapa influyen sobre los cambios de las siguientes interconectadas a la realidad, social, cultural económica, política y al momento histórico en el que se desarrolla la persona, dicho momento histórico es parte de la construcción cultural que configura la generación a la que pertenecen las personas de acuerdo a la etapa de ciclo en la que se encuentra bien sea infancia, juventud, adultez o vejez. Documento técnico Estrategia Nacional de recreación de envejecimiento y vejez con y para las personas mayores (2013-2019).

4.4.2.3. Envejecimiento

El envejecimiento hace parte de un proceso natural que está presente en todo el ciclo vital que es irreversible y que experimentan todos los seres humanos. Inicia al momento de nacer y termina con la muerte. Esto nos lleva a replantear el antiguo concepto de entender que las personas inician su proceso de envejecimiento a partir de una edad específica o avanzada por ejemplo (a los 60 70 años), pero que es importante precisar que no es un proceso uniforme es decir que no todos los órganos envejecen al mismo tiempo y de la misma manera; que es diferente de un individuo al otro y que se caracteriza por diferentes cambios a niveles físicos, Biológicos, Psicológicos, en el entorno físico y cambios sociales. Mirar gráfico.



Gráfico No.8: Cambios que implican el envejecimiento

Fuente: Fernández-Ballesteros, Roció.

Estos cambios pueden generar y tener efectos negativos sobre la calidad de vida de las personas mayores, como lo son, en su autoestima (el valor y concepto que se tiene de sí mismo), su autoeficacia (la creencia de una persona para realizar o llevar a cabo con éxito la conducta necesaria para conseguir unos resultados concretos). El resultado negativo de estos cambios se debe a la comparación entre la apariencia actual con la de la juventud.

Sin embargo según Fernández –Ballesteros (2009) menciona que los biólogos han establecido que un 25% de las formas de envejecer se deben a aspectos genéticos y que al mismo tiempo, un 75% depende de lo que el individuo haga, es decir de su conducta, y de sus formas de actuar, pensar y sentir.

De esta manera debemos ser conscientes y reconocer que debemos preparar el envejecimiento durante todo el ciclo vital y no caer en el error común de pensar que nos preparamos solo cuando lleguemos allí , es pensarse a sí mismo “yo desde ya estoy envejeciendo”.

4.4.2.4 Vejez

“es el resultado de todo lo que se ha vivido “

Platón

Se debe entender la vejez como una fase más de nuestro ciclo vital, con sus características propias unas más agradables y otras menos, que se irán presentando de forma progresiva. La vejez representa el ciclo final del proceso de envejecimiento, por ello las condiciones en esta etapa dependen del desempeño, logros y frustraciones, de los periodos precedentes.

Ahora bien la concepción de vejez en diferentes culturas puede concebirse de manera diferentes, por ejemplo en la cultura oriental las Personas Mayores cumplen un papel impórtate dentro de la sociedad debido a que son vistas como poseedoras de conocimiento, por ejemplo en el antiguo testamento “las personas mayores cumplen con el papel de modelos y guías de enseñanza”, algo muy similar ocurre en las comunidades indígenas donde las personas de edad avanzada son consideradas como los poseedores de la sabiduría, ya que este tiene la capacidad de curar, posee habilidades predictivas y adicional es el transmisor de todos los conocimientos.

Por el contrario según lo afirma Ballesteros (2002) existen personas muy jóvenes que llamamos “viejas”, así como existen personas mayores que presentan actitudes “no viejas” o, para decirlo en otras palabras, con apariencia “juvenil”. Ballesteros (2002)

De esta manera y teniendo en cuenta que las personas envejecen de maneras notablemente distintas podríamos decir que existe tres tipos de vejez:

1. Vejez normal: es aquella que cursa con todos los estándares correspondientes a un determinado contexto. Es decir que presente la “media” de los parámetros correspondientes al funcionamiento biológico, psicológico y social.
2. La vejez patológica: Es aquella que cursa con enfermedad, si algo está claro en las ciencias del envejecimiento es que vejez no es igual a enfermedad.
3. La vejez satisfactoria, con éxito o activa se puede definir como aquella que cursa con baja probabilidad de enfermar y de discapacidad asociada, un alto funcionamiento cognitivo, un alto funcionamiento físico y funcional y un alto compromiso con la vida y con la sociedad. Ballesteros (2002).pp.27.)

4.4.2.5 MITOS Y REALIDADES SOBRE EL ENVEJECIMIENTO Y VEJEZ

La sociedad en la que estamos concibe el envejecimiento y vejez con estereotipos e imaginarios negativos que enmarcan a la persona mayor en términos de exclusión que disminuyen sus capacidades reales y sus derechos.

Esta percepción limita además al desarrollo humano de las personas mayores y distorsiona su autoconcepción, como lo afirma Horton, Baker y Deakin (2007 citados por Aristizabal V.) los adultos mayores están subjetivamente relacionados con los estereotipos negativos, teniendo en cuenta sus habilidades físicas y cognoscitivas. El poder y la prevalencia de los estereotipos culturales relacionados con la edad resultan; en primer lugar, por la forma como son tratados por la sociedad en segundo lugar, los estereotipos culturales afectan la forma como las personas mayores se perciben a sí mismos.

De esta manera los estereotipos influyen en las decisiones para comprometerse en la actividad cognoscitiva y física así como en la habilidad para recuperarse de la enfermedad y mantener la calidad de vida.

Ahora bien las creencias más comunes hacia esta etapa son las que las asocian con enfermedad, con deterioro de las habilidades físicas y cognoscitivas y con falta de intereses vitales, dejando a un lado sus capacidades y experiencias de vida.

Estas son algunos mitos y realidades sobre la vejez citado por Aristizabal, Vallejo. (2014)

- **Mito:** “Las enfermedad es consustancial con la vejez, las personas mayores ya han cumplido con su misión en la vida” Se pierde la autonomía no se pueden tomar decisiones.

- **Realidad:** La enfermedad se presenta durante todo el curso de la vida ejemplo: los niños también se enferman.

- **Mito:** “Los ancianos viven demasiado y esto es un riesgo para la economía global ¡tenemos que hacer algo ya!” *Lagarde Christine directora del fondo Monetario Internacional.*

- **Realidad:** El envejecimiento de la población y la mayor esperanza de vida son un logro de la humanidad. . La esperanza de vida en Colombia en siglo pasado era de 50 años ahora está cercana a los 80 claro que es un logro.
 El estereotipo es pensar” que los demás son los viejos... ¡yo no!”. Debemos reconocer y ser conscientes de que nosotros también estamos envejeciendo debo asumir que ya estoy en la fila.

- **Mito:** “Las personas mayores se vuelven como niños y dependientes ”

- **Realidad:** “Las personas mayores no son niños con canas y arrugas” No se puede desconocer la historia de vida. La enfermedad es la que produce la dependencia no la vejez.

- **Mito:** “En la vejez es característica la pérdida de memoria”

- **Realidad:** la pérdida de la memoria se inicia en tercera y cuarta (30 y 40 años).La memoria es entrenable.

Tabla No.3 Algunos mitos y realidades sobre la vejez

Fuente: tomado de Aristizabal vallejo (2014)

Tabla 1. Algunos mitos y realidades sobre la vejez*
(Asociación Americana de Psicología APA, 1998, citado por Losada-Baltar, 2004)



Mito: Las personas mayores ...	Realidad
Son todas muy parecidas.	Son un grupo de población muy diverso (muchas diferencias inter-individuales)
Están socialmente aisladas.	La mayoría de las personas mayores mantienen un contacto cercano con familiares.
Están enfermas, son frágiles y dependen de otras personas.	La mayoría de los mayores viven de forma independiente.
La mayoría tienen algún grado de deterioro cognitivo.	En general, si hay algún declive en habilidades intelectuales, no es suficientemente severo como para causar problemas en el día a día.
Están deprimidas	Las personas mayores que viven en la comunidad tienen menores porcentajes de depresión diagnosticable que otros grupos de edad.
Se vuelven difíciles de tratar y son, con el paso de los años, más rígidas.	La personalidad se mantiene relativamente consistente a lo largo del ciclo vital.
Raramente se enfrentan a los declives inevitables asociados con el envejecimiento.	La mayoría de las personas mayores se ajustan con éxito a los desafíos vitales.

Dra. Nidia Aristizabal-Vallejo, agosto 2014

Sin embargo la Organización Mundial para la Salud (OMS) (2012, pp.13-15) Plantea algunos estereotipos a combatir a continuación los relaciono

- Las personas Mayores están “caducas”: No se les ha dado la oportunidad de actualizarse y que están incluidas socialmente.

- Las personas Mayores no sirven para nada: los, ¡Cuánto puede valer el amor y cuidado de un abuelo! Sus labores diarias valen, por ejemplo el cuidar a sus nietos etc, es cuestión de ser asertivos y de confrontar a las personas.
- Antes o después las personas mayores acaban seniles : “Nunca ha existido la clasificación de “demencia senil” es un facilismo de los médicos, deben decir que tipo de demencia es (alzhéimer, párkinson...).Que pasaría en el 2040 cuando la gran mayoría en el mundo tendrá 80 años si todos tenemos “demencia” esto es algo absurdo y lo que debemos es empezar a cambiar ese concepto

4.4.2.6 Envejecimiento Activo

Si se quiere hacer del envejecimiento una experiencia positiva y agradable debe estar acompañada de oportunidades continuas de salud, participación y seguridad. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el envejecimiento activo se define como “el proceso por el que se optimizan las oportunidades del bienestar físico, social y mental durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y calidad de vida en la vejez”.

De esta manera se pretende que además de tener una vejez activa físicamente, es importante pertenecer activo social y mentalmente participando en actividades, recreativas, con carácter voluntario o remunerado, cultural y social, participación en la comunidad y con la familia.

Así pues procura mejorar la calidad de vida de las personas mayores a medida que envejecen, favoreciendo sus oportunidades de desarrollo para una vida saludable, participativa y segura. El envejecimiento activo implica entender esta etapa de la vida como un ciclo más de crecimiento personal añadiendo “vida a los años y no solamente años a la vida”.

La Organización Mundial de la salud (OMS) plantea 3 pilares para el envejecimiento activo (ver grafica).



Grafico No.9 Pilares para el envejecimiento Activo

Fuente: OMS, Envejecimiento activo: un marco político (2002)

De acuerdo al grafico anterior en primer lugar está la *participación* que hace referencia a:

- Proporcionar oportunidades de educación y aprendizaje durante el ciclo vital.
- Reconocer y permitir la participación activa de las personas en las actividades de desarrollo económico, el trabajo formal e informal actividades de voluntariado a medida que envejecen, de acuerdo con sus necesidades, preferencias y capacidades individuales.
- Alentar a las personas a participar plenamente en la vida de la comunidad familiar a medida que envejecen.

- Reducir las desigualdades en la participación de las mujeres mayores.

En segundo lugar *Salud* que hace referencia a:

- Prevenir y reducir la carga del exceso de discapacidades, enfermedades crónicas y mortalidad prematura
- Reducir los factores de riesgo relacionados con las causas de enfermedades importantes y aumentar factores que protegen la salud.
- Desarrollar una continuidad de servicios sociales y de salud asequibles, accesible y de gran calidad.
- Proporcionar formación y educación a los cuidadores.

Y en tercer lugar a la *Seguridad* que se refiere a:

- Asegurar la protección y la dignidad de las personas mayores abordando los derechos y las necesidades de seguridad social, financiera y física de las personas a medida que envejecen.
- Luchar contra todas las formas de abuso contra las personas mayores físico, sexual, psicológico, económico y de desprecio.
- Reducir las desigualdades en los derechos de seguridad y en las necesidades de las mujeres mayores.

Ahora bien el integrar el envejecimiento activo al desarrollo humano individual social, apoya la apropiación y generación de políticas, planes y programas que promuevan en auto cuidado y el

cuidado como una experiencia positiva para la calidad de vida para la persona en cualquier momento del curso de vida, favoreciendo un proyecto de vida en el momento que llegue la vejez sea más saludable y más activo.

5. MARCO LEGAL

5.1. Normatividad Internacional

Naciones Unidas

- **1948 Declaración Universal de los derechos humanos:** Establece algunos derechos fundamentales entre los que se encuentran la igualdad y la prohibición de la discriminación por cualquier condición, el derecho a la seguridad social y a condiciones de vida adecuadas.
- **1966 Pacto de derechos económicos sociales y culturales :** En el se considera que los “Estados parte en el Pacto deben prestar atención especial a la promoción y protección de los derechos económicos, sociales y culturales de las personas de edad”
- **Derecho al trabajo (Artículos 6,7 y 8):** entraña que los Estados Parte deben adoptar medidas que eviten la discriminación por cuestión de edad en el empleo y la profesión, garantizar condiciones seguras de trabajo hasta la jubilación, dar empleo a trabajadores de edad avanzada en circunstancias que permitan hacer mejor uso de su experiencia y conocimientos, y poner en marcha programas de jubilación reparatorios.
- **Derecho a la seguridad social (artículo 9):** implica que los Estados Parte deben establecer regímenes generales para un seguro de vejez obligatorio, establecer una edad de jubilación flexible, proporcionar subsidios de vejez no contributivos y otras ayudas a todas las personas que, alcanzada la edad establecida en la legislación nacional, no hayan finalizado el período de calificación contributivo y no tengan derecho a una pensión de

vejez u otro tipo de prestación de seguridad social o ayuda y carezcan de ingresos de otra fuente.

- **Derechos protección a la familia (artículo 10):** establece que los gobiernos y las ONG tienen el deber de crear servicios sociales en apoyo de la familia cuando existan personas de edad en el hogar, y aplicar medidas especiales destinadas a las familias de bajos ingresos que deseen mantener en el hogar a las personas de edad avanzada.
- **Derecho a un nivel de vida adecuado (artículo 11):** implica que las personas mayores deberían lograr satisfacer necesidades básicas de alimentación, ingresos, cuidados, autosuficiencia, y otras, y establece el desarrollo de políticas que favorezcan la vida en sus hogares por medio del mejoramiento y adaptación de sus viviendas.
- **Derecho a la salud física y mental (artículo 12):** supone efectuar intervenciones sanitarias dirigidas a mantener la salud en la vejez con una perspectiva del ciclo de vida.
- **Derecho a la educación y cultura (artículo 13):** debe ser abordado desde dos ángulos diferentes y a la vez complementarios: i) el derecho de la persona de edad a disfrutar de programas educativos, y ii) poner sus conocimientos y experiencias a disposición de las generaciones más jóvenes (ibíd.).
- **Resolución 46/91 sobre Principios de las Naciones Unidas en favor de las Personas de Edad (1991):** Se enuncian cinco principios que tienen relación estrecha con los derechos consagrados en los instrumentos internacionales:
Independencia, participación, cuidados, autorrealización y dignidad.
- **la Declaración Americana de los Derechos y Deberes del hombre Art. 15:** “Toda persona tiene derecho a descanso, a honesta recreación y a la oportunidad de emplear útilmente el tiempo libre, en beneficio de su mejoramiento espiritual, cultural y físico.”

- *Derechos humanos, proclamados por algunas asociaciones internacionales, el 10. de junio de 1970, en la ciudad de Ginebra, se establece que el hombre tiene derecho a conocer y participar en todo tipo de recreación durante su tiempo libre y lo materializa en el artículo 4, así:* “ Todo hombre tiene el derecho de conocer y participar en todo tipo de recreación durante su tiempo libre, tales como: deportes, juegos, vida al aire libre, viajes, teatro, baile, arte visual, música, ciencia y manualidades, sin distinción de edad, sexo o nivel de educación.”

OEA

- **Convención Americana sobre Derechos Humanos (1969) “Artículo 4”:** Contiene algunas disposiciones particulares sobre el derecho a la vida, como la no imposición de la pena de muerte para los mayores de 70 años.
“Artículo 23”: sobre derechos políticos, en relación a la posibilidad de reglamentar el ejercicio de cargos públicos a partir de determinada edad.
- **Protocolo Adicional en materia de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (Protocolo de San Salvador, 1999):** Es el único instrumento vinculante que estipula derechos básicos para las personas mayores.
- **El (Artículo 9):** indica que: “Toda persona tiene el derecho a la seguridad social que la proteja contra las consecuencias de la vejez”.

- **(Artículo 17):** señala que: “Toda persona tiene derecho a la protección especial durante la ancianidad. En tal cometido, los Estados partes se comprometen a adoptar de manera progresiva las medidas necesarias a fin de llevar este derecho a la práctica”.

5.2 Normatividad Nacional:

Aunque no se encontró una ley específica que regule particularmente los derechos de las personas mayores dentro de la normativa colombiana, se hallaron algunos instrumentos jurídicos que consagran beneficios. Entre las leyes de protección promulgadas antes de 1991, se encuentran:

- **Ley 29 de 1975:** facultó al gobierno para establecer la protección a la ancianidad, creó el Fondo Nacional de la Ancianidad Desprotegida, y se le facultó para promulgar medidas a favor de los mayores de 60 años que carecieran de recursos.
- **Ley 12 de 1986:** relativa a la cesión de impuestos a favor de la construcción, mantenimiento y dotación de servicios de salud y ancianatos.
- **Ley 48 de 1986:** por la cual se autorizaba a las asambleas departamentales y comisariales y al Consejo Distrital de Bogotá, a la emisión de una estampilla como recurso para contribuir a la construcción, dotación y funcionamiento de los centros de bienestar del adulto mayor en cada una de las respectivas entidades territoriales (Colombia, Alcaldía Mayor de Bogotá, 2003).

- **La Constitución Política (1991)**

- **Artículo 46:** “El Estado, la sociedad y la familia concurrirán para la protección y la asistencia de las personas de la tercera edad y promoverán su integración a la vida activa y comunitaria. El Estado les garantizará los servicios de la seguridad social integral y el subsidio alimentario en caso de indigencia”.

- **Artículo 52:**“El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano.

El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social.

Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.

El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.”

- **Artículo 13 Igualdad y trato digno:** Le ha de corresponder un trato digno igual a las demás personas.
- **Artículo 16 Desarrollo de la personalidad:** Debe permitir su realización personal de acuerdo con sus condiciones

En el marco de los derechos fundamentales consagrados en la Carta, se ha interpretado cada uno de ellos para el caso especial de las personas de la tercera edad (Lafont, 1997):

- **Derecho a la vida (Artículo 11):** Toma significación la facultad de conservación y disfrute del restante período de vida, la cual debe tener mayor prioridad en su ejercicio y mayor seguridad y defensa en su existencia.
- **Derecho a la libertad (artículos 24, 26, 28, 38):** Aunque es necesaria la ayuda y apoyo de otras personas, esto no elimina su autonomía e independencia personal. Si bien la libertad para escoger su residencia y la de poder circular libremente se altera, ello no significa una dominación.
- **Derecho a la igualdad (Artículo 13):** Gozan de la igualdad general ante la ley consagrada para todas las personas. Pero gozan de una igualdad relativa, por cuanto si bien la igualdad es la regla general, la ley puede consagrarle distinciones especiales tal y como ocurre con los menores de edad.
- **Derecho al trabajo (artículos 25 y 53):** En la tercera edad este derecho se hace más necesario para la dignidad de la persona, porque además de permitir la continuación de su desarrollo, lo hace útil a su familia y a la sociedad. Sin embargo, es un derecho que se adecua a sus condiciones personales, porque exonera al mayor de 45 años de la imposición de trabajos forzosos. No obstante, el derecho a un trabajo para una persona de la tercera edad se hace mucho más difícil.
- Derecho a la actividad útil:

- **“ART. 6º:** Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el plan nacional de recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las cajas de compensación familiar. Igualmente, con el apoyo de Coldeportes impulsarán”
- **Decreto de Ley 1228 del 1995:** Por el cual se revisa la legislación deportiva vigente y la estructura de los organismos del sector asociado con objeto de adecuarlas al contenido de la Ley 181 de 1995.

TITULO III “Organismos asesores del deporte y la recreación “**Art.32:** Organismos asesores. En cumplimiento de los objetivos rectores a que se refiere el artículo 3 y demás normas concordantes de la Ley 181 de 1995, créanse como organismos asesores de Coldeportes, los siguientes:

*Comisión Técnica Nacional.

*Comisión Nacional de Dopaje y Medicina Deportiva.

*Comisión Nacional de Juzgamiento.

*Comité Nacional de Recreación.

- **Ley 271 de 1996:** Por medio de la cual se instituye el Día Nacional de las Personas de la Tercera Edad y del Pensionado.

- **Ley 700 del 2001:** A través de la cual se estipulan medidas tendientes a mejorar las condiciones de vida de los pensionados.
- **Ley 789 de 2002:** Se establece la creación del sistema de Protección Social.
- **Ley 882 de 2004 :** o la ley de “ojos morados” donde establece el aumento en las penas por maltratar a las personas mayores
- **Ley 1091 2006:** Por medio del cual se reconoce al Colombiano de Oro .Cap III Art. 6 y 7.
- **Ley 1171 de 2007:** Por medio de la cual se establecen unos beneficios a las personas adultas mayores. Cap 1 art 3-Cap II Art.6 y 7-Cap III Art.8
- **Ley 1151 de 2007:** Establece que el ministerio de Salud es el responsable de la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez.
- **Ley 1450 de 2011 :** Por la cual se expide Plan Nacional de Desarrollo 2010-2014,contempla dentro de sus políticas integrales de desarrollo y Protección Social, el Deporte y la Recreación .
- **Decreto No. 2132 de 1992:** Por el cual se reestructuran y fusionan entidades y dependencias de la administración nacional. Mediante este decreto se crea el Fondo de Cofinanciación para la Inversión Social (FIS), que tiene como objeto exclusivo cofinanciar la ejecución en forma descentralizada de programas y proyectos presentados

por las entidades territoriales, incluidos los que contemplen subsidios a la demanda, en materia de salud, educación, cultura, recreación, deportes y atención de grupos vulnerables de la población.

- **Decreto No. 731 de 1995:** Por el cual se crea la Comisión Tripartita de Concertación para el Desarrollo de Programas para la Tercera Edad, se determina su composición y se le asignan funciones. Este Artículo creó la Comisión Tripartita de Concertación para el Desarrollo de Programas para la Tercera Edad, cuyo objetivo principal es el desarrollo de políticas y programas encaminados a proteger y atender a las personas que por razón de su edad, merecen el auxilio de la sociedad y su integración a la comunidad en general. Dentro de las funciones principales de la Comisión está la de proponer acciones sobre el reconocimiento positivo de la vejez, y la preparación del pensionado para el envejecimiento; recomendar la adopción de planes y programas para el desarrollo de un sistema de servicios sociales que atiendan las necesidades de salud, vivienda, soledad, ocio, cultura y recreación; y recomendar la adopción de planes y programas para la reinserción de las personas de la tercera edad a actividades productivas en cooperativas, microempresas, empresas asociativas.
- Plan Nacional de Recreación 1999-2002: "Recreación con un propósito" primer Plan Nacional de recreación para Colombia.
- Plan Nacional de recreación 2004-2009
- Plan Nacional de Recreación 2013-2019

6. MARCO CONTEXTUAL

6.1. Bogotá “Recuento del desarrollo del programa Nuevo Comienzo

En Bogotá”

El programa Nuevo Comienzo: otro motivo para vivir llega a al Distrito Capital a partir del año 2000, teniendo en cuenta que en el primer año en el que se realizó el programa (1999) la invitación no llegó, ya que se hizo a nivel departamental es decir llegó solo a Cundinamarca razón por la cual fue la primera versión en la que el distrito capital no participó en el programa.

Posterior a este primer año de realización, se toma la decisión de invitar a Bogotá como delegación independiente al departamento, logrando así una participación activa comprometida y seria con el programa.

En el distrito capital el proceso es desarrollado por el Instituto de Recreación y Deporte I.D.R.D, en el área de recreación con el programa Recreación para personas mayores como lo menciona Wiswell, A. ((2014 Conversación personal Abril 2014)). ”Entonces iniciamos la participación en el proceso, que desde el primer momento nos enamoró, nos encantó porque se sintonizaba y se armonizaba con la propuesta metodológica que veníamos trabajando en Bogotá en “Identificación y promoción de Liderazgo de la persona mayor”. Nosotros metodológicamente en el programa de adulto mayor desde que nació en el año 1996 ,desde que creamos ya específicamente el proyecto “recreación para la persona mayor” en el I.D.R.D nace con el

criterio de identificación de liderazgos y promoción para el reconocimiento de las habilidades y saberes de las personas mayores, ósea ese es el piso sobre el cual nace la propuesta recreativa del IDR; y veníamos trabajando metodológicamente y a nivel de estructura lo que organizamos que ahorita se ha venido potencializando lo que llamamos “escuela de líderes”. Iniciamos nosotros precisamente con esos procesos de identificación de liderazgos y formación de esos líderes¿ para qué? , para que fueran los mismo adultos mayores los que fueran a sus comunidades a orientar sus procesos que fueran transmisores, y hacia el 2000 teníamos identificados aproximadamente más de 400 grupos de adulto mayor organizados y estructurados trabajando en las diferentes localidades de Bogotá. (A.Wiswell .Conversación personal Abril 2014).

De acuerdo a esto, cuando llega la apuesta de Nuevo Comienzo para la participación de la segunda versión, el recibimiento que tuvo el programa fue muy bueno, ya que casaba perfectamente con la metodología que se venía trabajando en el Instituto, el proceso que se hizo fue muy arduo en la identificación de personas mayores que cumplieran con los parámetros establecidos por Coldeportes.

Para las primeras versiones el programa contaba con la posibilidad de llevar dieciocho personas mayores y dos acompañantes (coordinadores, gestores de los diferentes Institutos), así que por delegación eran veinte las personas que participaban en el encuentro Nacional.

De esta manera el proceso que se hace a nivel distrital cuenta con la participación de profesionales (gestores de Persona Mayor), que son las personas que lideran el desarrollo del programa en las diferentes localidades de la capital, así mismo y basándose en las diferentes actividades recreativas que tiene el I.D.R.D dirigidas a esta población, el trabajo consiste en

hacer una divulgación del programa en los diferentes grupos, alcaldías y entidades como La secretaria de Integración Social existentes en cada una de las localidades que trabaja con y para la Persona Mayor, adicional a esto se hace una identificación y reconocimiento de la acción lúdica, artesanal, artística, y de expresión corporal en aquellas personas que cumplan los lineamientos del programa.

Es así, entonces como se inicia el proceso con la fase Municipal en este caso llamada fase local, se hace una convocatoria en un lugar y hora específico para dar a conocer las personas que cumplen con los parámetros que exige el programa, allí se puede vivenciar un encuentro con el reconocimiento de las diferentes muestras, se cuenta con una integración, y participación de las diferentes personas mayores de la localidad haciendo el filtro de aquellas muestras que representaran a la localidad en la fase distrital. De acuerdo al manual técnico del programa define los encuentros municipales como “la excusa para materializar acciones y recursos para las personas mayores, así mismo, reflexionar sobre el rol que cumplen éstas en el municipio para fortalecer procesos de apropiación cultural con miras a fomentar el bienestar de las personas mayores.”.

Pero cabe mencionar cuales son los criterios para la selección de dichas muestras como lo menciona Osorio (2002):

- a) Que sean representativas de la región y la tradición de la misma o se hayan Instaurado en la cultura popular.
- b) Preferiblemente que los materiales utilizados para la preparación y presentación de las muestras sean reciclables o de muy bajo costo: En este aspecto se espera que las personas hagan uso de su creatividad.

- c) La preparación y presentación de las muestras se debe basar en un alto nivel de participación de todos los miembros del grupo.
- d) Que tengas un contenido, composición y técnicas propias del participante
- e) Que sean representativos del municipio

Se sugiere facilitar ambientes no competitivos y de respeto por el otro, saber ganar y saber perder, demostrar interés en la participación motivando en los otros la interrelación, sociabilidad, trabajo en equipo, uso creativo de materiales y estrategias de juego, tolerancia y comunicación.

De esta manera se pasa a una fase Departamental -distrital, en la que a lo largo de las diferentes versiones del programa han participado diecinueve localidades y en algunas versiones ha participado Sumapaz, en esta fase se convocan a todas las localidades en un mismo lugar y a una misma hora, en la mayoría de las versiones se ha hecho en las instalaciones del I.D.RD. Contando con la participación de jurados externos a la entidad, para realizar el filtro de aquellas personas que representaran al distrito capital en el encuentro nacional, dicho proceso en algunas versiones se ha hecho por medio de festivales, juegos y encuentros de participación de esta población. En estas dos fases del programa se logra una recuperación de prácticas recreativas, culturales, artísticas y lúdicas de las personas mayores.

Es decir que los encuentros Departamentales en este caso distritales se define como “un intercambio de saberes, culturas, cosmogonías, donde los representantes de cada vereda, inspección, barrio y municipio, mostraran su diversidad desde la música, lo artesanal, el juego y el juguete, así mismo es un espacio que permitirá generar redes para fortalecer la estrategia de recreación.”(Manuel técnico Nuevo Comienzo: Otro motivo para vivir.2009)

Por consiguiente las personas seleccionadas en esta fase son nombradas como lo dice Wiswell, A. “como **embajadores** y ellos al llegar tenían la tarea de multiplicar en los grupos y a la comunidad la experiencia obtenida en el encuentro Nacional... Entonces siempre se ha trabajado en ese sentido de motivar el reconocimiento de sus habilidades, pero también el tener conciencia de que era el representante de un grupo que él no iba por ser tal persona, sino que iba en representación de todos los adultos mayores de Bogotá”. (Wiswell, A. Conversación personal 22 Abril 2014).

Es así como, se intentó formar la red de junglares, en las que se pretendía hacer un reconocimiento y visibilización social a nivel de la comunidad, de fortalecer esa malla del tejido social donde ellos lograran ese empoderamiento y movilización del programa y de los diferentes procesos que se hacen a nivel distrital, donde replicaban y transmitían a otros su experiencia, esa red está en construcción porque aún no se ha logrado consolidar.

Sin embargo ya con las personas establecidas se hace un fortalecimiento en esas habilidades, destrezas y talentos con las que cuentan cada uno de los participantes, por ejemplo (alguien que sepa bailar, pero si le da pena expresarse en público). Ese tipo de cosas las van mejorando con la ayuda de los gestores de persona mayor con los que cuenta el instituto.

Ahora bien, a lo largo de las diferentes versiones se han tenido debilidades en el proceso, esto es reconocido por las personas que han Coordinado el proceso en este caso, durante las primeras versiones la persona que estaba a cargo era la Licenciada María del Amparo Wiswell Arévalo y posterior a ella la licenciada Gladys Higuera, se reconoce que existen debilidades de tipo:

- ✓ Administrativo específicamente por la parte en contratación oportuna de los gestores y recreadores, quienes son los que movilizan el proceso en cada una de las localidades.

- ✓ Presupuestal. El instituto no cuenta con un los recursos específicos para el programa.
- ✓ Informativo por parte de los gestores y recreadores, ya que muchos no tienen claro la intencionalidad del programa y los que la tienen no hay una continuidad en el proceso.
- ✓ Específicamente para la versión del 2013 la Coordinadora del programa no estuvo al frente del proceso, razón por la cual se tuvo que delegar las funciones a uno de los gestores, sin embargo se logró hacer el proceso pero no tuvo la misma acogida y rigor como en las versiones pasadas y eso se visibilizó en el encuentro nacional.
- ✓ Continuidad y posibilidad de hacer partícipes a los gestores en el encuentro Nacional, ya que a nivel local y distrital ellos son los que están al frente de todo el proceso, conocen a las personas y tienen el reconocimiento de la delegación, pero que sucede llega el momento de ir al encuentro Nacional y las personas que van a cargo de la delegación son personas que desconocen totalmente todo el proceso y en muchas ocasiones se desconoce la intencionalidad del programa. Esto no ha pasado siempre, pero sí en la versión 2013.
- ✓ Se reconoce que Bogotá es “la ciudad de todos y la ciudad de nadie” es una Cosmopolita donde se encuentran personas de todas las regiones del país, que nacieron en otros departamentos pero que toda su vida han vivido allí, así que con el pasar del tiempo se ha perdido un poco el lograr reconocer e identificar los auténticos

cachacos para que represente a la capital sin embargo en la delegación van algunas personas del interior, pero no es su totalidad.

Ahora bien se resaltan las fortalezas:

- ✓ A lo largo de las diferentes versiones Bogotá se ha destacado por ser una delegación seria, unida y comprometida con el programa.
- ✓ Ese empoderamiento que se logra en el líder o en el Adulto Mayor que se ha seleccionado para representar a Bogotá en el Encuentro Nacional “Wiswell hay ya existe un reconocimiento de base que los empodera los fortalece y los hace sentir importante entonces como que eso valida su experiencia de vida y para ellos se convierte en un premio y es algo bastante gratificante.”(Wiswell , A. Conversación personal 22Abril 2014).
- ✓ A nivel técnico los ejecutores gestores y recreadores se trabaja en ese fortalecimiento y capacitación en el reconocimiento de las capacidades y habilidades de la Persona Mayor, en la transformación de la visión de este grupo poblacional para lograr cambiar esos imaginarios de “pobrecitos, son como niños,” si no al contrario de que son seres humanos que tienen unas potencialidades y unas capacidades psicológicamente y funcionalmente.
- ✓ Como lo dice “Wiswell grandes fortalezas es el potenciar esa habilidad sanadora en el tejido social del adulto mayor, porque es que se potencia... claro cuando yo me siento reconocido y valorado entonces yo quiero hacer, yo quiero ayudar, yo quiero aportar; entonces empieza a labrar esa brecha, por qué es muy complicado romper esa brecha

cultural intergeneracional, pero pienso que esa es una de las grandes fortalezas del programa de Nuevo Comienzo”. (Wiswell. A Conversación personal 22 Abril 2014).

- ✓ Existe un espacio o encuentro para poder transmitir esa experiencia a los diferentes grupos de persona mayor en las diferentes localidades.

- ✓ El grupo de personas mayores que representa a la capital se ha destacado por participar activamente, por la calidad de las muestras que se llevan al nacional, en la versión del 2013 se ganaron el maestro de juego por tener la Junglar mas carismática, así que esto le dio la posibilidad de poder participar en otra versión del programa a la señora Blanca Ligia franco.

Retomado todo lo anterior, el proceso que se llevó a cabo durante la versión 2013 conto con la selección de las doce personas mayores que hacen parte de localidades como : Puente Aranda (Una Persona), Ciudad Bolívar (dos personas), Mártires (una persona), Engativá (dos persona), Fontibón(dos) , Usme (dos persona), Barrios Unidos (una persona) Kennedy (una persona).Así mismo y para tener en cuenta que cinco de las doce personas Mayores que fueron eran Hombres y siete Mujeres .

6.2 San Andrés “Recuento del desarrollo del programa Nuevo Comienzo a nivel Nacional”

En el programa, el Encuentro Nacional se convierte en la razón por la cual la gente se moviliza, es el horizonte de llegada de todo el proceso que se hace durante todo un año de trabajo, pero que llega al Nacional y se devuelve, funciona como el espiral que retorna a su punto de partida pero que con el pasar del tiempo va creciendo y se va fortaleciendo.

De esta manera, una vez seleccionados los participantes en los encuentros departamentales, estos son inscritos ante el comité Operativo Nacional, es en el Encuentro Nacional donde se congregan las personas mayores provenientes de los 32 departamentos y el distrito capital, quienes vienen con sus muestras y expresiones culturales a compartir, interactuar y mostrar al país los resultados de los procesos locales.

Así mismo los ambientes “son espacios que reúnen unas condiciones específicas para cumplir con unos objetivos particulares. Se concretan unos espacio, unos elementos y unas actividades que en su conjunto pretenden movilizar vivencias de los participantes” Osorio (2009). Para el programa Nuevo Comienzo es fundamental que los ambientes favorezcan el que las personas mayores pongan en escena sus saberes, experiencias, emociones, sus recuerdos en interacción con las diferentes culturas que conforman nuestra nación.

Por consiguiente el programa tiene estructurado los ambientes lúdicos pedagógicos, en la siguiente grafica se nombran.



Grafico No.10: Ambientes Lúdico pedagógicos del programa Nuevo Comienzo: Otro Motivo para Vivir

Fuente: Diseño Técnico del programa (2013)

De esta manera los ambientes lúdico pedagógicos se llaman así como lo menciona Osorio (2013) “Lo lúdico tiene que ver con que el programa tenía que y tiene que cautivar el disfrute como propósito esencial , estructural y sustancial del programa...Lo pedagógico, vamos más desde las intencionalidades de la transformación, es decir sobre lo que sucede en esos espacios digamos que es el acontecimiento como dice *Lazzarato* donde se da la singularidad pero también se da la construcción colectiva y que como tal tiene un espacio de transformación.. Esa intencionalidad ético político tiene que ver con que ese espacio que suceder algo distinto que no le pasa cotidianamente a esta persona... Hay esta lo pedagógico y en ese espacio se ha formado a mucha gente” (Osorio. E, conversación personan.2013).

De acuerdo a la *gráfica No.10*. Los ambientes pedagógicos son:

1. ***Colombia Expone***: Se genera un ambiente para el intercambio cultural a través de la socialización de técnicas y materiales usados para la elaboración para diferentes elementos, tanto decorativos como utilitarios.

De esta manera la exposición de las muestras artesanales y plásticas preparadas por las personas mayores, promueven el intercambio continuo de saberes. Incluyendo el desarrollo de *talleres artesanales*, donde las personas mayores enseñaran a sus compañeros procesos artesanales de las regiones contextualizándolos en su historia y antecedentes culturales.

2. ***Colombia Juega***: Espacio para el intercambio de tradiciones lúdicas y recreativas preparadas por las personas mayores. La dinamización permanente de juegos de comunidades afrocolombianas, indígenas, mestizas, blancas etc.; los que se involucran con la presentación de todas las muestras y el intercambio de tales tradiciones con niños, niñas y jóvenes.

Incluye la exposición de juguetes y talleres de construcción de juegos donde las personas mayores tengan la oportunidad de mostrar a sus compañeros, niños y jóvenes las técnicas a través de la cuales elaboran los juguetes.

3. ***Colombia Saludable*** : Espacio de encuentro encaminado a fortalecer el cuerpo mediante actividades de gimnasia dirigida, orientada fundamentalmente a generar proceso de adaptación de las características ambientales dadas a nivel del mar y a su vez propiciar momentos que fortalezcan la solidaridad de los participantes desde la cooperación, la convivencia, el respeto, el amor y el sentido de pertenencia del programa.

4. ***Colombia Expresa:*** Espacio donde la libertad, el ocio, la identidad, la participación, son los principales satisfactores que se destacan, como una respuesta a lo que significa la calidad de vida de las personas mayores, cómo son desde el ser, tener, y querer hacer rutinas diarias existenciales que le dan ese toque tan particular a la tradición Colombiana. Se exponen muestras de expresión corporal, expresión musical y literaria.
5. ***Colombia Turística :*** Espacio para la contemplación de nuestras riquezas naturales, patrimoniales y culturales ,donde la arquitectura y el clima permitirán que las personas mayores disfruten del paisaje ,despejen la mente y atesoren gratos recuerdos .
6. ***Colombia Unida:*** Recoge todos los ambientes en uno solo momento y espacio, los procesos artesanales, los juegos y juguetes, generan en conjunto un espacio de convivencia que cierra simbólicamente el encuentro a este espacio también se le llama la noche del *cambalache o fandango*” (Osorio, E. Diseño técnico del programa Nuevo Comienzo, 2009, pp.31).

Retomando lo anterior, es necesario afirmar que los ambientes lúdico pedagógicos son movilizados por las muestras que las personas mayores llevan tanto en los encuentros municipales y departamentales como en el encuentro Nacional, es decir ellos son quienes llenan de contenido los ambientes, convirtiéndose fundamentalmente en los principales actores de dichos espacios, lo que se pretende es que haya una interacción por parte de las personas mayores con el ambiente y con todos los lenguajes que se puedan dar allí.

Ahora bien el papel que cumple el *Junglar* en el programa cumple con varios papeles:

- Dinamizador de procesos en los encuentros municipales, departamentales y nacional: sus funciones podrían ser entre otras;
 1. Orientación a los participantes sobre los objetivos del programa y relato de su experiencia
 2. Dinamizador de actividades dentro de los diferentes ambientes
 3. Trabajo con grupos de participantes sobre las opciones y formas de replicar el programa localmente.
- Organizador y facilitador de procesos en los municipios: Aunque los reportes que se tienen en este sentido son aislados, se ha conocido experiencias donde el jugador de manera autónoma ha generado procesos de organización con adultos mayores del municipio.
- Agente multiplicador del programa en lo local; dado que el Juglar conoce la dinámica del programa se convierte en un excelente apoyo técnico y operativo, por una parte, para la organización del programa cada año y para su replicación durante el año en las comunidades.” (Documento técnico Nuevo Comienzo: otro motivo para vivir.2009)

Así mismo, cuando el Juglar está en el encuentro nacional se disponen ciertos espacios de convivencia y retroalimentación para que los 33 jungalres que representan a cada una de sus delegaciones, preparen entre todos diferentes actividades donde puedan a mostrar a los demás ese liderazgo, carisma y alegría. Esto lo hacen por medio de charlas y danzas entre otras actividades ,al mismo tiempo se elige al *Maestro del juego*, que es aquel Juglar que se destacó por su participación, compañerismo, liderazgo,carisma y personalidad, lo nombran entre todos los jungalres en compañía del cuerpo técnico y operativo de Coldeportes y Funlibre.

Ahora bien, a lo largo de sus diferentes versiones y que ya este año cumplen 15 años de existencia, en el programa han participado los treinta dos departamentos y se ha logrado impactar casi el 60% de los municipios de Colombia, a lo que le apunta el programa es que todos los municipios puedan tener un Nuevo Comienzo, que puedan participar y disfrutar de las bondades del programa, la meta es lograr impactar los 1096 municipios de nuestra nación.

El encuentro nacional que se llevó a cabo en el año 2013 se realizó en San Andrés Islas y contó con la participación de más quinientas personas mayores de todo el país y de la delegación internacional México. La delegación de Bogotá conto con la participación de doce personas mayores más dos coordinadores del Instituto Distrital de Recreación y deporte (I.D.R.D).

De manera que el proceso que realizo la delegación de Bogotá para esta versión conto con la participación de diecinueve de las veinte localidades del distrito capital. Las personas mayores participantes pertenecen a los diferentes grupos establecidos en las localidades del distrito y otros hacen parte de centros de protección y hogares geriátricos, adicional a esto e contaban con una edad promedio de 65 años a 85 años.

Las muestras que se presentaron en el encuentro Nacional están inscritas a los ambientes de la siguiente manera:

Tabla No.4 Participantes inscritos ambiente lúdico pedagógico Colombia Expresa**Fuente: Elaboración propia**

COLOMBIA EXPRESA :EXPRESION MUSICAL				
PARTICIPANTES				
No	Nombre	Edad	Muestra	LOCALIDAD
1	EZEQUIEL KNIGHT GUTIERREZ	65	(Canto y Música) Interpreta Canciones Inéditas y toca guitarra.	Fontibón
2	LUIS JAIME OLAYA BUSTAMANTE	78	Canto	Fontibón
3	ANA FERMINA MORA	78	Canto	Barrios Unidos

EXPRESIÓN CORPORAL				
PARTICIPANTES				
No	Nombre	Edad	Muestra	LOCALIDAD
1	JUAN JOSE MAZ HERNANDEZ	73	Enseña danzas en la localidad, tiene a capacidad de enseñar a bailar, o realizar danza solo. Baile (salsa)	Puente Aranda

2	VIRGINIA DUARTE DE BONILLA	72	Enseña danzas en la localidad, tiene a capacidad de enseñar a bailar, o realizar danza sola.	Usme
---	----------------------------	----	----------------------------------------------------------------------------------------------	------

COLOMBIA EXPONE :PROCESOS ARTESANALES				
PARTICIPANTES				
No	Nombre	Edad	Muestra	LOCALIDAD
1	PLACIDO MIGUEL ORTIZ CAÑON	72	Manualidades Trabajo en madera, filigrana, collares.	Engativá
2	ALBA LILIA CASTRO	85	Manualidades costura, elaboración de muñecos, cuadros, poesía.	Engativá
3	MARIA LUCILA CHACON DE CASTRO	69	Artes plásticas, porcelanicrom	Mártires
4	SEGUNDO ARSENIO RIASCOS ESTACIO	62	Manualidades en madera.	Ciudad Bolívar
5	ERICINDA NEIVA DIAZ	81	Todo tipo de elaboraciones con tejidos en variedad de materiales.	Bosa

Tabla No5. Participantes y muestras inscritas ambiente lúdico pedagógico ColombiaExpone

Fuente: Elaboración propia

COLOMBIA JUEGA				
PARTICIPANTES				
No	Nombre	Edad	Muestra	LOCALIDAD
1	ANA CECILIA VELEZ ZAPATA	85	Taller construcción de juguetes. “trompos mágicos”	Ciudad Bolívar

Tabla No. 6. Participantes y muestras inscritas ambiente lúdico pedagógico Colombia Juega

Fuente: Elaboración propia

En la delegación de Bogotá el Junglar fue la señora Blanca ligia de franco quien presento una muestra en Colombia expresa con una representación de la loca margarita. Es importante mencionar que fue nombrada la maestra del juego de esta versión del programa, lo que le significo la posibilidad de volver al encuentro Nacional en su próxima versión año 2014.

7. MARCO METODOLÓGICO

7.1 TIPO DE ESTUDIO

La realización de un estudio de caso, se caracteriza por un intento de aproximarse al análisis de una situación social particular, a través de la comprensión y descripción de eventos. Entender el estudio de caso desde los estudios cualitativos, como lo menciona Bonilla (1997) implica conceptualizar sobre la realidad con base en los conocimientos, las actitudes y los valores que guían el comportamiento y experiencias de las personas que comparten un contexto temporo-espacial. A través de éste método se busca captar el conocimiento, significado e interpretaciones que comparten los individuos-sujetos reales sobre la realidad social y sobre sus experiencias, este método confía en las expresiones subjetivas, escritas y verbales de los significados dados por los propios sujetos.

De esta manera, la investigación se desarrolla en un primer momento, con una revisión de los antecedentes del programa Nuevo Comienzo en el distrito capital, verificando así se había hecho algún proceso investigativo relacionado con la experiencia obtenida de las personas han participado en el programa ,en un segundo momento se hace la aplicación de instrumentos desde la experiencia a los diferentes actores involucrados en la investigación (personas mayores, miembros que participaron en la creación del programa, y coordinadores del programa a nivel distrital), en un tercer momento se hace un ejercicio de análisis, priorización clasificación y categorización de la información recolectada.

7.2 FUENTES DE INFORMACIÓN

Para la clasificación y definición de las fuentes de la información se tomaron fuentes de información:

INFORMACIÓN PRIMARIA	INFORMACIÓN SECUNDARIA	INFORMACIÓN MARGINAL
<p>-Entrevistas a profundidad aplicados actores involucrados en el proceso del programa Nuevo Comienzo. (Personas mayores asistentes al encuentro Nacional, coordinadores del programa Nuevo comienzo a nivel Nacional, directivos que hicieron parte de la creación del programa, y coordinadores que</p>	<p>- Revisión documental de los documentos existentes en funlibre y en Coldeportes en el tema de Nuevo Comienzo</p> <p>-Revisión de los informes locales del proceso de Nuevo Comienzo en Bogotá:</p>	<p>- Informes de la fase distrital.</p> <p>-Informe Final del Encuentro Nacional</p> <p>-Información de las anteriores delegaciones del distrito capital participantes en el programa.</p> <p>-Participación durante las fases locales y distritales.</p> <p>-Se expresó que existía un materia recopilado</p>

<p>llevan el proceso en el l IDRD).</p>		<p>por parte de las personas mayores (escritos) que elaboraban durante su permanencia en el encuentro Nacional, de alguna de una de las delegaciones participantes en versiones anteriores del programa.</p>
---------------------------------------------	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

7.3 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Para efectos de esta investigación, la recolección de la información se hizo mediante la aplicación de entrevistas a profundidad a tres personas mayores participantes del programa Nuevo Comienzo: otro motivo para vivir que se realizó en el archipiélago de San Adres, pertenecientes a la delegación de Bogotá. Las entrevistas se realizaron en tres momentos:

1. Antes de asistir al encuentro nacional
2. Durante el encuentro Nacional

3. Posterior al encuentro nacional

En cada uno de los momentos se realizó un análisis de la información suministrada por los actores.

Así mismo se hizo la revisión documental de los diferentes documentos existentes en Funlibre y Coldeportes, relacionados con el programa tales como, informes, documentales, memorias, escritos publicados y no publicados.

Adicional a esto se hizo una priorización y categorización con la información final recopilada de las entrevistas.

Para finalizar se contó con el consentimiento informado, registro fílmico y fotográfico.

7.3.1 CUESTIONARIO - ENTREVISTA

La entrevista a profundidad es un instrumento que está diseñado para aplicarlo en cada uno de los momentos mencionados anteriormente, consta de treinta y un preguntas orientadoras, aclarando que es una entrevista semiestructurada en donde las preguntas son abiertas y tienen un orden.

Para el diseño e implementación de la entrevista como instrumento de la recolección de información se tuvo en cuenta:

1. Los tres momentos de la experiencia

2. Preguntas orientadoras en una primera parte, que apuntan a obtener información de cómo las personas mayores se vinculan al programa, a identificar cuál es su percepción de vida, e indagar acerca de las expectativas que tenían del programa antes de asistir al encuentro nacional.

3. Preguntas orientadoras en una segunda parte, que apuntan a identificar cuáles fueron las sensaciones, aprendizajes y momentos más significativos durante el encuentro Nacional.
4. Preguntas orientadoras en una última parte, que apuntaron a recapitular la experiencia de las persona mayores después de haber sido participes de todo el proceso que propone el programa, logrando identificar en ellos aprendizajes, beneficios, sensaciones, sentimientos e imaginarios acerca de la recreación.

8. DESCRIPCIÓN DEL CASO

8.1 Crónica “Experiencia Obtenida En “Nuevo Comienzo: Otro Motivo Para Vivir San Andrés Islas Septiembre 2013”

Gracias a la política Pública en recreación y a la formulación del primer Plan Nacional de recreación que se lanzó en el año 1990, en lo que se podría considerar para Colombia el antes y después de la recreación, es decir antes del plan y después del plan emerge el programa Nuevo Comienzo: Otro motivo para vivir, es diseñado para que las Personas Mayores fueran protagonistas de su propia experiencia, fue pensado por ellos para ellos y con ellos, Lo que se pretendía era tener una forma distinta de ver la recreación, particularmente la recreación en la persona mayor y a la persona mayor en sí misma.

Ahora bien, el programa lo largo de sus diferentes versiones han participado todos los treinta dos departamentos y ha logrado impactar casi el 60% de los municipios de Colombia en donde una de sus mayores expectativas es lograr impactar los 1096 municipios que se vean beneficiados por el programa.

El encuentro nacional que se llevó a cabo en el año 2013 se realizó en San Andrés Islas y conto con la participación de más quinientas personas mayores de todo el país y del país invitado

México. La delegación de Bogotá conto con la participación de doce personas mayores más dos coordinadores del Instituto Distrital de Recreación y deporte (I.D.R.D).

De manera que el proceso que realizo la delegación de Bogotá para esta versión conto con la participación de diecinueve de las veinte localidades del distrito capital. Inicialmente se realizó una fase local en la que se hizo divulgación del programa con los líderes y gestores de los diferentes grupos de persona mayor de cada localidad. Algunas de las personas inscritas son beneficiarias de los programas que tienen las alcaldías menores de cada localidad. Posterior a el proceso de inscripción se realizó la selección de los representantes de cada localidad para pasar a la segunda fase distrital en la que se seleccionó a doce personas mayores que se acercaran a lograr tener una representación de la ciudad Bogotá en cada una de sus muestras y fueron estas personas las que finalmente logaron asistir al encuentro Nacional de Nuevo Comienzo: otro motivo para vivir”.

Las doce personas mayores seleccionadas hacen parte de localidades como : Puente Aranda (Una Persona), Ciudad Bolívar (dos personas), Mártires (una persona), Engativá (dos persona), Fontibón(dos) ,Usme (dos persona), Barrios Unidos (una persona) Kennedy (una persona).Así mismo y para tener en cuenta que cinco de las doce personas Mayores que fueron eran Hombres y siete Mujeres .

Teniendo como base este proceso y según las indagaciones hechas no se ha contado hasta la fecha con una investigación o realización de un producto, memoria tangible de esta experiencia, específicamente de la delegación de Bogotá por lo que es pertinente la realización de esta investigación.

Sin embargo lo que se intentó pero no se culminó realizar fue la realización de representaciones gráficas y de relatos por medio de dibujos y cuentos escritos de la experiencia obtenida por parte de algunas personas mayores que asistieron en diferentes versiones del programa ,pero que no se socializaban con los demás así que esas historias quedaban solo para aquellas personas que la escribían, se logró indagar a las personas que estaban encargadas en versiones anteriores de la delegación como lo fue la Licenciada Amparo W. quien le daba la indicación a las personas mayores de que durante su permanencia en el Encuentro Nacional escribieran lo que más les gusto, lo que aprendieron como una especie de diario pero lastimosamente y por algunos inconvenientes no se logró continuar con ese proceso ese material no fue posible encontrarlo .

Adicional a esto, algo que se pretendió hacer pero que también se quedó corto en términos de proceso y construcción, fue la creación de la red de junglares de la capital que también la licenciada Amparo W. lidero en la que se pretendía tener una transmisión de esa experiencia a las personas mayores de los diferentes grupos de persona mayor que existen en el distrito y a los cuales pertenecían los junglares para que ellos también tuvieran un reconocimiento y esa visibilización social a nivel de su comunidad; pero lastimosamente tampoco se pudo estructurar y realizar por temas internos del I.D.R.D, así que no existe algo diferente al informe final que deben enviar los coordinadores a Coldeportes, pero que la misma Licenciada reconoce que “sería todo un reto poder hacerlo ya que es considerado como una pérdida grandísima de experiencias y del material que se lograría socializar con la sociedad y que ayuda daría a apropiarse más del programa y de visibilizar lo que la recreación puede llegar a generar en términos de beneficio e impacto en esta población” (Wiswell .A. Conversación personal 22 Abril del 2014)..

Ahora bien, los tres actores seleccionados para esta investigación hicieron parte de todo el proceso que plantea el programa, por un lado es:

La señora **Blanca Ligia de Franco** con 83 años de edad, nació en Anolaima, Cundinamarca hija segunda de siete hermanos, pertenecía a una familia de bajos recursos, dice que su niñez a pesar de que no le dieron muchos gustos y a que su papá les prohibía jugar, cuando los encontraba jugando los castigos eran fuertes. Sin embargo, ella y sus hermanos se las ingeniaban para tener esos pequeños tiempos para divertirse, expresa que lo que más le ha gustado hacer desde pequeña es actuar, “ cogíamos la ropa de mi mamá y nos disfrazábamos, nos pintábamos con achote la cara y con carbón las cejas bueno eso la gozábamos, nos gustaba representar personajes o roles nos inventábamos comedias de familia cantar, recitar y bailar yo me subía al lavadero y empezaba a recitar y mi hermana dice que yo las hacía llorar, pero cuando llegaba mi papá nos tocaba pagar escondedero” (Franco.B. Conversación privada 16 septiembre 2013).

Es así como a los 13 años de edad, una tía por parte materna la lleva a vivir a Bogotá, donde empezó a trabajar y estudiar, a los 20 años de edad conoce al que sería su esposo y se cansan a escondidas, recuerda que uno de los momentos más felices de su vida fue cuando nacieron sus hijos, en total son nueve pero actualmente solo viven ocho, desafortunadamente queda viuda a los 48 años de edad. A los 51 años dice ella “Empecé asistir al grupo hace ya 33 años eso fue muy significativo, porque eso era una integración muy linda porque que las danzas que las coplas que el compartir con las demás, me daba mucha alegría y felicidad hacíamos socio gramas que eran representación y dramatización de los problemas de la casa, hacíamos muchas cosas de recreación y eso fue muy significativo, aún lo es.” (Franco. Conversación privada 16 septiembre 2013).

De esta manera, es como llega al grupo de persona mayor ubicado en la localidad de Kennedy ,y es allí donde se vincula al programa, por medio de la divulgación y convocatoria que se realizó por parte de la alcaldía local y la Secretaria de Integración Social, pero cabe resaltar que ella ya había participado en la versión anterior (2012),lo que le dio la oportunidad de asistir de nuevo al programa, ya que durante esa versión, fue elegida como *Junglar* de la próxima delegación asistente al encuentro nacional .

Es de esta manera como logra su participación nuevamente en el programa durante el año (2013). La muestra presentada fue una representación de un personaje típico de Bogotá como lo es “la loca margarita”. Así como ella lo mencionaba que desde muy pequeña le ha gustado actuar e interpretar personajes, pero que en su infancia su padre les prohibía jugar a ella a sus hermanas, así que debía hacerlo a escondidas. Su sueño siempre ha sido el poder actuar delante de muchas personas para dar a conocer su talento, así que el programa Nuevo Comienzo es el medio para hacer realidad ese sueño.

Cuando se entera que va a ser partícipe del encuentro nacional su impresión fue “me sentí a morir de la emoción y brinque de la felicidad, me siento muy agradecida fue una cosa increíble, me arrodille y le di gracias a Dios.”

Al preguntarle por las expectativas que tenía del programa, menciono que lo que más la motivaba era el poder conocer a otras personas mayores de diferentes departamentos, salir de su rutina y aprender cosas nuevas para su vida .

Así que cuando emprende su camino rumbo al encuentro Nacional, ya empieza a generar en ella sensaciones y sentimientos únicos, menciona que el hecho de poder montarse en un avión y ver las nubes tan cerquita son imágenes que perduraran por el resto de su vida, al llegar a San

Andrés y sentirse tan bien recibida por parte de los funcionarios del hotel y por todos los organizadores del programa fue algo que le significó, manifestó que el trato que les dan es único, que los hacen sentirse importantes, valorados y amados al mencionar “me ha impactado mucho como nos hacen sentir, la atención, nos saludan a todo momento y con cada detallito y eso lo hace sentir a uno que mejor que hasta en nuestra casa” .

Otros de los momentos que le significó fue el hecho de poder conocer y compartir con personas mayores de diferentes departamentos, pero sobre todo el intercambio cultural con la población indígena, al conocer las muestras recreativas que ellos traían.

Sin lugar a dudas es importante resaltar dos frases que ella usó cuando se le preguntó en primera medida ¿qué experiencia le había dejado nuevo comienzo? al responder “Después del nacimiento de mis hijos, esta experiencia se convirtió en el segundo momento más feliz de mi vida es muy especial todo lo que nos hacen sentir”.

En segunda medida cuando se le preguntó ¿Qué aprendizaje le deja la experiencia? Al responder “Que si valgo, porque yo me sentía como una cucaracha, y si genera cosas nuevas en la vida de uno, me ha hecho valorizarme ahora siento que tengo valor, que si puedo hacer muchas cosas y que puedo dar más, que he logrado hacer cosas con las que soñaba que es actuar, estar con otros, bailar, y compartir ideas”

Aun así, con todo lo sentido, vivido y expresado hasta este momento, hubo un momento mágico durante el encuentro Nacional, algo que le significó aún más su experiencia, fue el hecho de ser reconocida por todos los junglares de los departamentos y del país invitado México como la *maestra del juego*, lo que le significó tener la oportunidad de ser participe en la próxima versión del programa, esta elección se realizó frente a todos los participantes del encuentro. La persona

encargada para hacer la entrega del sombrero, fue la Gobernadora de San Andrés, logrando un protagonismo, reconocimiento y participación que como ella misma lo dice “No podre borrar de mi memoria todo lo que Nuevo Comienzo me ha permitido vivir, es una experiencia mágica”

Por otro lado el señor **Juan José Maz**, con 73 años de edad nació en Albán Cundinamarca, hijo octavo de diez hermanos, menciona que la “niñez fue un poco desordenada, yo quería jugar con mis hermanos, pero mi hermano mayor nunca jugo conmigo porque siempre andaba muy bien vestido y todas esas cuestiones y todo era para él, así que a mí me hacían a un lado, mis papás nunca me prestaban atención, así que yo me salía a la calle a jugar a los 4 años probé el cigarrillo. A los 12 años me fui de la casa para Ibagué, sin un peso en el bolsillo y sin conocer a nadie, así que empecé a refugiarme en cosas que no debía, por eso digo que mi vida fue bastante complicada, mi padre siempre quiso dirigirse a mí, a base del maltrato físico verbal y psicológico, entonces eso me marco a mí mucho...mucho. Aunque lo que más me gustaba era bailar, de todo tipo de música yo les enseñaba a otros y me felicitaban, durante la juventud eso me ayudo a tener liderazgo.” (Maz.J. Conversación privada 8 septiembre 2013)

Siendo muy joven se casó y tuvo tres hijos, pero por cosas de la vida no le fue bien, se separó y desde ese momento dice él “me gano el alcohol y la droga “a los 37 años de edad expresa, yo ya estaba viviendo en la calle, dormía debajo de los puentes a causa de su adicción. Sin Embargo en el año 79 un amigo lo encuentra en la calle en una condición deplorable, logra convencerlo y llevarlo a alcohólicos y anónimos, “hace ya 35 años pertenezco a la comunidad de alcohólicos y anónimos ; desde esa época y ese día no he vuelto a consumir una gota de alcohol ni de droga de

ninguna especie. Entonces eso para mí fue bastante bueno, recuperé la amistad importante sobre todo la parte familiar,” (Maz.J. Conversación privada 8 septiembre 2013).

Es desde ese entonces, que su vida dio un giro radical, al poco tiempo conoce a su compañera sentimental de la cual hay un hijo, actualmente convive con ella, indica que de unos 9 años para acá “intente trabajar pero me dijeron: “no la edad no nos sirve” es difícil,” así que él es la persona que está al frente del hogar ... Actualmente cuento con un apoyo de la alcaldía me dan un bono mensual, yo con eso hago un mercado “(Maz.J. Conversación privada 8 septiembre 2013).

Es así como logra vincularse al grupo de persona mayor que lidera maneja la secretaria de interacción social en la localidad de Puente Aranda, es de esta manera como se vincula al programa siendo uno de los tres participantes que representaría la localidad.

En el encuentro local se presentó con una muestra perteneciente al ambiente lúdico pedagógico Colombia Expresa, su talento y habilidad está asociado al baile, específicamente a la salsa, se presentó solo , como lo menciona él “ Cuando me presente al encuentro local, todas las mujeres de los diferentes grupos me decían que ¡como así que va a bailar, pero solo! , no lo podían creer, pero cuando me vieron en escena eso fue un momento soñado para mí, yo nunca he tenido la oportunidad de presentarme ante varias personas, pero no me dio pena y todos me aplaudieron, me felicitaron y decían que cuando les enseñaba, que lo hacía muy bien ” (Maz.J. Conversación privada, septiembre 8- 2013).

Es así, como después de su presentación se entera por medio de las líderes del grupo que fue elegido para representar a la localidad en el encuentro distrital, esto fue lo que expreso al saber que había sido seleccionado “Bueno, realmente me sentí muy feliz de poder representar a mis

compañeros de la localidad, me sentí entusiasmado por lo que podía venir y de poder participar en este programa”. (Maz.J. Conversación privada, septiembre 8- 2013).

Cuando llego la hora de la fase distrital, indica que fue todo un proceso de preparación, que se vio retado a hacerlo mejor que la primera vez, así que empezó a prepararse, fortaleciendo sus talentos y habilidades, “ entonces mientras yo barro voy bailando y bailo frente al espejo, entonces lo hice me prepare lo mejor posible y me fui con mi hijo y él también se metió en el cuento, dijo que él era mi manager y cuando me presente me preguntaron que quien era el “yo les dije el es mi manager” y me dijeron “como así él fue el que te enseñó a bailar” y yo les dije no “yo soy quien le estoy enseñando a bailar él es mi hijo” entonces me gusto esa parte porque él me tiene a mí en un buen concepto (llora), porque yo a la edad que tengo intento hacer lo que me toque hacer claro esta si lo puedo hacer ,entonces el me dio mucho ánimo” .

La participación que tuvo en el encuentro distrital le dio la posibilidad de poder no solo representar a su grupo si no a Bogotá en el encuentro nacional, el cataloga la experiencia obtenida hasta esta fase del proceso del programa como, algo increíble, que le dio la oportunidad de sentir que si vale como ser humano, que en este ciclo de la vida en el que esta, puede seguir haciendo cosas, que siente importante y reconocido por la sociedad.

Es así como la experiencia hasta esta parte del proceso, género en él satisfacción, goce y algo a lo que él cataloga como lo más significativo hasta esta fase y fue hecho de sentirse reconocido y valorado por los demás y por el mismo, ya que en esta parte de la experiencia contribuyo a cambiar la percepción que tenia de él mismo.

Pero el éxtasis de su experiencia estaba por llegar, él no imaginaba todo lo que estaba por venir, así que ya sabiendo que tenía el privilegio de poder participar en el encuentro nacional, se

indago por las expectativas que tenía del encuentro nacional respondió “es una nueva oportunidad que yo tengo en la vida, porque nos dijeron que teníamos la oportunidad de compartir con los demás departamentos eso me parece fantástico y yo dije esa es la oportunidad de hacerme conocer y de dejar una muy buena imagen de mis compañeros eso no se ve si no una vez en la vida y esas experiencias hay que aprovecharlas al máximo ya que se aprende muchísimo.” (Maz.J. Conversación privada 16 septiembre 2013).

Ya estando en el encuentro nacional, se aplicó nuevamente el instrumento en esta parte del proceso, lo que se logró identificar expresado por el mismo que la experiencia en su conjunto fue significativa así como lo menciona “el ser partícipe de un programa como Nuevo Comienzo, la experiencia fue muy significativa, nunca me imaginé que podía relacionarme con personas adultas mayores de otros departamentos de otras regiones, con caracteres diferentes a la región que pertenezco eso me lleno de mucha alegría. El aprendizaje con el que me voy es que definitivamente la vejez hay que saberla llevar no tiene sentido el que yo me valla a matar por cosas que no valen la pena y no van a logra un significado para mí, porque definitivamente lo hecho, hecho ya está, pero esta experiencia me llevo a pensar que aun puedo prepararme para vivir una vida más adulta y vivirla bien, ¡qué experiencia!”. (Maz.J. Conversación privada 30 septiembre 2013).

Junto a esto y al preguntarle qué fue lo que más lo motivo, menciona que por medio del ambiente lúdico pedagógico logro sentir y hacer cosas que nunca había sentido, el hecho de coger el micrófono, empoderarse y ser protagonista, el poder animar a las personas mayores que estaba allí “me sentí propio, me sentí con ese derecho ,me sentí dueño del programa, porque vi la necesidad de motivar a la gente y dije “bueno yo pueda que lo logre hacer “ y motive a la gente y creo que me dio resultado hacerlo y me sentí maravilloso hacerlo porque perdí sensaciones del

temor y el miedo de temblar de presentarse ante el público y dominarlo que eso es muy difícil pero vi que se puede, ósea yo termine diciendo de que tarde y pueda que no pero uno consigue liderazgo y liderazgo para cosas grandes, adicional a esto en la presentación me di cuenta que el baile puede llevar a las personas a otros lugares ósea como que se transforman, logran sacar todo lo que llevan por dentro y eso fue sensacional, me sentí único.”(Maz.J. Conversación privada 8 septiembre 2013) .Cabe la pena resaltar que algo que le significo mucho fue el hecho de poderse subir a un avión y conocer el mar, fueron sensaciones únicas, que harán parte de sus recuerdos más significativos.

El último actor es el señor *Ezequiel Knight* con 62 años, nació en Jamaica, su padre es jamaiquino y su madre Colombiana, desde muy pequeño vivió en el departamento de Valle, sus padres se separaron así que él se fue a vivir con una tía que vivía en Cali. Desde muy pequeño le llamaba la atención tocar guitarra y cantar, fue así como en el barrio donde vivía, desde pequeño es amigo de Wilson Manyoma, estudio música en bellas artes, desde los 13 años empezó a trabajar y a estudiar, es bajista profesional y fue así como logro ser integrante de reconocías orquestas como los latín brothers, fruko y sus tesos entre otras y allí conoció al reconocido cantante el “Joe”.

La vida de fama, plata y vicios lo llevo a tocar fondo dicho por él, fue así como todo lo que tenía en término de bienes materiales lo perdió por la drogadicción y llego a vivir en la calle del cartucho en Bogotá. Allí duro varios años de su vida hasta que una fundación lo recogió de la calle, le dio la oportunidad de rehabilitarse, perteneció a una orquesta que se llama son callejero, las personas que la integran son personas que han sido rehabilitadas del cartucho.

A los 54 años le da una trombosis que casi le quita la vida, fue por esta situación que lo acoge un hogar de personas mayores, donde vive actualmente. Es allí, como lo menciona él “Nuevo Comienzo llega a mi vida justo cuando más lo necesitaba”. La convocatoria llega al hogar por parte del gestor de persona mayor de la localidad de Fontibón del Instituto Distrital de recreación y deporte, quien extiende la invitación para que se vinculen al programa.

Es así como llega al programa, la muestra que presento fue una interpretación vocal y musical que le escribió a Dios, junto a él se presentó otro compañero del hogar a quien le ayudo con la interpretación de la guitarra.

En ese momento cuando participa en la fase local y queda como representante de su localidad, al preguntarle qué ¿fue lo que más lo motivo a participar en el programa? Respondió “Actualmente es una motivación, aunque yo viaje mucho conozco mucho, sino que lo que me da alegría es que a mi edad haya habido este proyecto y que yo haya tenido la oportunidad de ser...Como le digo... de ser una de las personas que gano ese privilegio de participar por el talento que Dios me ha dado,... eso me levanta el ego sí. Por qué nunca pensé, cuando yo me enferme y caí en estos centros yo nunca pensé que podría tener una oportunidad de esas.”

Ahora bien, durante el encuentro distrital, sus sensaciones se basan en la oportunidad que le dio el programa, al sentirse reconocido y capaz de hacer más cosas a pesar de su edad y del estado en el que estuvo, porque consideraba “yo ya me creía un viejo, acabado entonces, eso le levanta a uno el ánimo y eso me dio me dio placer y satisfacción al saber que había sido seleccionado.”

La aplicación del instrumento durante la fase nacional permitió identificar, a lo que él cataloga esta experiencia como la “última maravilla de su vida” ya que considera que a pesar de todas

oportunidades que tuvo a lo largo de su vida no las aprovecho de la manera correcta, pero que la vida, de la una nueva oportunidad al poder ser beneficiado del programa.

Al preguntarle qué ¿Qué enseñanza le dejó el programa ? respondió “Nuevo Comienzo me dio y enseñó que a pesar de nuestra edad podemos empezar hacer y crear cosas nuevas, de que el adulto mayor puede empezar como un niño y hacerse cada vez más joven y engrandecerse con lo que hace, porque son el resultado de un pasado que hicimos y lo hicimos cada uno con su fe y con su don de que Dios le haya dado, a mí me dio este don y Nuevo Comienzo me hizo comprender que no estoy viejo y que soy un joven más de corazón y de alma. Hoy puedo decir que me dio un motivo para continuar viviendo los años que me quedan.”

Es así como también resalta otro aspecto que le significo en la experiencia, fue el hecho de poder compartir y transmitir saberes, tradiciones y costumbres con las personas de otras delegaciones, el hecho de ver a las personas mayores reunidas en un solo lugar y compartiendo sus experiencias de vida.

Retomado los tres casos de estudio, podríamos decir que es así como la recreación se convierte en mediadora para la creación de escenarios, donde las personas mayores puedan ejercer su derecho a la recreación en un marco de respeto a la dignidad humana. Escenarios donde las personas mayores tengan la posibilidad de tener experiencias de ocio que se configuren como experiencias que fortalezcan su capacidad para relacionarse con el mundo desde el disfrute de la vida cotidiana y que impacte tanto su propia construcción como sujetos en relación con los otros y con los elementos del entorno natural y cultural .Estrategia Nacional de recreación con y para las personas mayores (2013-2019).

La recreación y el ocio en las personas mayores hace parte de una necesidad fundamental que al ser suplida contribuyen al mejoramiento de la calidad de vida, así pues la recreación es inherente al cotidiano vivir y está presente en la trayectoria de vida de todo ser humano, que parte de un interés motivacional interno que conlleva a buscar el disfrute y el placer de la vida promoviendo un desarrollo coherente, equilibrado y armónico en todas las dimensiones del ser.

De esta manera la recreación para las personas mayores tiene un potencial muy grande, en la medida en esta etapa del ciclo vital usualmente las personas mayores se encuentran jubiladas, o se dedican a labores del hogar, a cuidar a los nietos, y se enfrentan a pérdidas sociales como el empleo, los amigos, la pérdida del conyugue, la pérdida de roles, y la disminución del estatus pueden ser factores de estrés para muchos de ellos.

Por consiguiente la recreación se constituye en un espacio de encuentro con los amigos, de protagonismo en la comunidad, lo cual mantiene la autoestima y ayuda a que el adulto mayor se sienta importante y se mantenga con un buen estado de salud.

Las actividades de ocio y recreación pueden producir satisfacción cuando complacen la necesidad específica de un individuo o cuando son fuente de disfrute, donde la actividad y el significado de la misma juegan un papel importante.

El disfrute derivado de la experiencia recreativa, a menudo conduce hacia la motivación personal y promueve una vida activa en las personas mayores, además hay una ganancia percibida de capacidad y manejo de situaciones, lo cual tiene influencia sobre las posibilidades de ejecución en la vida cotidiana.

Ahora bien, según Murillo (2003) menciona que, el hecho de que las personas mayores puedan ser partícipes de todo un abanico de propuestas recreativas acordes con su realidad individual y

grupal, posibilita ,mejorar su calidad de vida y ampliar sus oportunidades para crecer como persona, el participar de diversas experiencias que promuevan la recreación, los liberan de la rutina, inactividad y sedentarismo, de tensiones como el estrés, la ansiedad, el aburrimiento y en algunos de los casos inclusive de la depresión.

Para concluir podríamos decir que la recreación contribuye a la creación de espacios y se convierte en el vehículo desarrollador al generar experiencias significativas, que permitan el disfrute, bienestar y mejoramiento de la calidad de vida de las personas mayores; logrando identificar como a partir de esa experiencia se puede lograr verificar los impactos de la misma.

9. ANÁLISIS DE RESULTADOS

El proceso de análisis de información, resultado de la aplicación de las entrevistas a profundidad y la revisión documental de insumos que soportan la descripción del caso estudiado permiten llevar a cabo una serie de resultados ante el problema de investigación planteado, a través de las siguientes unidades de análisis:

1. Experiencias de recreación de las personas mayores de la delegación de Bogotá:
 - 1.1 El programa Nuevo Comienzo: otro motivo para vivir permitió identificar las experiencias de recreación en las personas mayores de la delegación de Bogotá. Para exponer los tres momentos en los que se basó la experiencia de las tres personas mayores durante el proceso en el programa, tomamos como referencia la *Ola de la experiencia*, que da cuenta de cómo está estructurada la experiencia, la cual consta de tres fases las cuales son: la introducción (donde se configura la experiencia) en este estudio se aplicó durante las fases municipales y departamentales del programa, es decir antes de asistir al encuentro Nacional. La otra fase es la experiencia (es el clímax de la experiencia) se aplicaron los instrumentos durante el encuentro Nacional y la retroalimentación (En esta etapa es donde los partícipes de esta experiencia re-evalúan la experiencia que se hizo y que se aprendió de esta.) Se aplicó después de haber asistido al encuentro Nacional.

- **Primer sujeto : Blanca Ligia de Franco -edad :85 años**

a) **En el primer momento de la experiencia:** se identifica como la recreación por medio del programa permite generar espacios de vocación y discusión, es decir todo lo que le permite tener un encuentro con el otro, le significo tener nuevos amigos, eso le genero alegría.

Por otro lado menciona que el participar en las fases locales y distritales le permitieron dar a conocer sus habilidades y talentos para actuar, en su infancia su padre le prohibía jugar, así que debía hacerlo a escondidas uno de sus sueños es el poder estar frente a varias personas que la puedan conocer y reconocer por su talento. En esta fase del programa y de la experiencia se logró hacer realidad ese sueño generando en ella motivación para prepararse y hacer cada día las cosas mejor.

Así mismo, algo que le significo es que por medio de la recreación, tiene la posibilidad de salir de la cotidianidad, de hacer cosas diferentes, que le permiten el olvido de los problemas promoviendo así el disfrute y la alegría. El tener la posibilidad de ser parte de la delegación que representaría a Bogotá en el encuentro nacional manifestó que es la primera vez que tiene esa posibilidad de ser reconocida, al ser elegida. Tiene la expectativa de conocer el mar, de viajar en avión, aprender cosas nuevas para su vida y de poder conocer personas mayores de otros departamentos, ya que por su condición de vulnerabilidad no ha tenido ese tipo de oportunidades.

b) Segundo Momento:

En esta etapa de la experiencia considera que después del nacimiento de sus hijos, esta experiencia se convierte en el segundo momento más feliz de su vida.

Menciona que el programa se le trata mejor que en su casa, al referirse a un trato digno. (Trato y alimentación,).

Al llegar al programa expresa que no creía en sí misma, que no se consideraba capaz de hacer cosas y que nadie la valoraba por lo que es. Ahora al ser partícipe del programa siente como ha cambiado esa manera de pensar y como contribuyo a mejorar su autoestima y a reconocerse como una persona que todavía puede dar más y aportar a los demás.

Establece la importancia que por medio de programa las personas mayores tienen la posibilidad de adquirir y transmitir un enriquecimiento cultural y de saberes, de los demás departamentos.

De esta manera la experiencia en conjunto se convierte en significativa (el hecho de montar por primera vez en un avión, conocer el mar, el trato, alimentación, el entorno natural y ambiental, el intercambio cultural, al conocer y aprender las costumbres y tradiciones de otros departamentos pero menciona que de todas las culturas la que más le impacto fue la cultura indígena. Por otro lado, al ser reconocida como “maestra del juego” contribuyó a que creyera en ella misma y a reconocerse como un ser aportante dentro de la sociedad.

c) ***Tercer Momento.:***

En esta fase de la experiencia donde aplica el Feedback (retroalimentación), permitió que esas vivencias se reconfiguren y se re construyan, lo que genero poder responder a esas expectativas que se configuraron en el primer momento de la construcción de la experiencia.

Por un lado, la participación en el programa le permitió dar a conocer sus talentos y habilidades “actuar” y poder integrarse con otras personas mayores de otras culturas, como parte del cumplimiento de un sueño al ser reconocida por los demás, generando en ella nuevos motivos para continuar viviendo.

Por otro parte, al llegar a su lugar de origen fue recibida por su familia y grupo de persona mayor al cual pertenece, transmitió su experiencia, permitiendo que ellos la valoraran, la reconocieran como un ser que puede ser aportante por una parte tanto en su grupo familiar y en su grupo.

De otra manera en esta parte de la experiencia se le pregunto que para ella que era la recreación, a expresar que la asocia a la recreación terapéutica que le permite rejuvenecerse física y emocionalmente, que le contribuye a desarrollar sus habilidades y a reconocerse como persona mejorando su auto concepto.

- **Segundo Sujeto : Juan José Maz Hernández -edad :72 años**

a) **Primer Momento:** Se identifica que el hecho de poder ser partícipe de los encuentros locales y distritales lo llevo a motivarse para preparase más fortaleciendo su talento, le generaron expectativas por representar muy bien a sus compañeros y al distrito Capital.

Por otro lado se resalta la importancia de que su hijo lo pudiera acompañar durante estas dos fases del programa lo que le permitió, que su hijo lo valorara y le reconociera sus habilidades.

Al enterarse que había sido seleccionado para representar a la capital durante el encuentro nacional, expreso que nunca había tenido la oportunidad de ser reconocido por sus habilidades, que le genero mucha alegría y emoción, le permitió tener ese reconocimiento como persona, que es una experiencia significativa para su “Nueva Vida” que vale la pena todo el esfuerzo que ha hecho por esforzarse y hacer las cosas de la mejor manera dejando atrás su vieja vida.

Por otro lado La experiencia de ser partícipe del programa, lo lleno de expectativas, motivaciones nuevas y cambiando su perspectiva de vida. Considera al programa como una oportunidad para hacerse conocer y adquirir nuevos conocimientos generando un aporte importante en su experiencia de vida.

b) Segundo Momento :

En esta etapa de la experiencia se logra reconocer por un lado, como por medio de los diferentes ambientes y momentos que están mediados por la recreación, le ayudo a enriquecer sus relaciones interpersonales, y lograr aprendizajes de las diferentes culturas y tradiciones, generándole mucha alegría.

Por otro lado le genero un aprendizaje y es que la vejez no es una etapa del culmen de la vida, si no es una etapa en donde se debe pensar que es el momento de adquirir nuevas experiencias que mejoraran la calidad de vida en el futuro. Que hay que saberla vivir teniendo en cuenta que la motivación radica en el significado que se le dé la vida.

Así mismo en esta parte de la experiencia se logró identificar, como por medio de los ambientes lúdico pedagógicos por una parte, logro ser protagonista al empoderarse del momento, el hecho de poder coger el micrófono y animar a sus compañeros, algo que nunca había experimentado, dejando a un lado los temores, generando en él liderazgo y motivación. Por otro lado, por medio de su talento logro que otras personas mayores se conectaran y experimentaran cosas que en muchos de ellos nunca lo habían hecho, sacar todo lo que llevaban dentro, sin temores y movilizados por el baile del baile.

c) Tercer Momento :

El Feedback permitió reconocer las enseñanzas y los beneficios que le dejó la experiencia, de esta manera por un lado al establecer que el programa le permitió tener la oportunidad de desarrollar su capacidad de liderazgo.

Por otra parte la motivación para transmitir esa experiencia a los demás, al reconocer que la vejez es una etapa del desarrollo humano, que hay que vivirla con alegría, donde se adquieren nuevas experiencias que le permite tener motivos para continuar viviendo, que aún hay mucho para hacer y que las personas mayores pueden ser aportantes a la sociedad.

Por último, el imaginario que tiene de recreación, la relaciona con lo que le permite a la persona ser autónoma de sus decisiones, lo que genera diversión, alegría y compartir con los demás. Reconoce que la recreación es fundamental para las personas mayores, ya que les permite transformar sus miedos, frustraciones en el reconocimiento de sus capacidades y talentos.

- **Tercer Sujeto: Ezequiel Knight Gutiérrez -edad: 62 años**

a) Primer Momento: Se identifica que el ser partícipe de las fases locales y distritales le generó satisfacción y placer al poder dar a conocer a otros su talento.

Por otra parte el sueño que tenía en este momento de la experiencia, se convirtió en el ser partícipe del encuentro nacional, al mencionar que a pesar que durante su vida tuvo oportunidades al conocer varios lugares cuando era músico, pero que

esta experiencia es muy diferente ya que nunca se imaginó que su edad, pudiera ser “apto” para hacer cosas, pero que el programa le devolvió la motivación para creer en él.

Reconoce que la recreación es una necesidad para las personas mayores, que genera momentos de gozo, aprendizaje y de compartir con los demás contribuyendo para que ellos salgan del aislamiento y soledad en la que se encuentran.

b) Segundo Momento :

Durante esta parte del proceso asume la experiencia como “la última maravilla de su vida.” Al reconocer que las personas mayores aunque no crean que sean capaces de ser aportantes a la juventud, la experiencia le permitió cambiar ese concepto transformándolo en una motivación para considerar que ellos aun tienen las fuerzas para hacer muchas cosas, que pueden aconsejar a la juventud y transmitirles sus saberes.

Por medio de los ambientes lúdico pedagógicos y de su muestra logro tocar el corazón de otras personas mayores, al interpretar su canción observo como muchos de ellos estaban llorando, lo que le genero gozo

Se identifica que la experiencia es significativa por una parte, al observar como todas las persona mayores de los diferentes departamentos pudieron intercambiar tradiciones, costumbres, pero lo más importante el integrarse como un solo país.

Menciona que el trato recibido fue algo que le impacto, porque los hacían sentir importantes.

Por otro lado porque, le significo tener un Nuevo Comienzo para su vida, que ahora tiene muchos motivos para seguir viviendo.

c) Tercer Momento :

Considera como una necesidad el transmitir su experiencia a sus compañeros del hogar, para demostrarles que las personas mayores pueden empezar hacer cosas nuevas y engrandecerse con lo que hace. Así mismo como por medio del programa le permitió comprender que no está viejo y es un joven más de corazón y de alma.

Por último se identificó cual es el imaginario que tiene de la recreación al expresar que por medio de la recreación se puede salir del estrés que genera la cotidianidad, que contribuye a motivar, mejorar y aumentar la perspectiva de vida, es una alternativa de relajación y de olvidarse de los problemas.

Es de esta manera como se logró identificar las experiencias de recreación de las personas mayores, así mismo se logró:

2. Establecer los beneficios de la recreación en las personas mayores, por medio de la implementación del programa nacional nuevo comienzo otro motivo para vivir.

De acuerdo a la identificación de las experiencias de recreación en los tres sujetos estudiados en la investigación podemos afirmar que:

- Las personas mayores reconocieron que la recreación hace parte de una necesidad fundamental que tienen los seres humanos, que contribuye a mejorar su calidad de vida ampliando sus oportunidades para crecer como personas.
- La recreación es generadora de posibilidades que le permite a la persona mayor salir de lo cotidiano, de la inactividad y de tensiones como el estrés, la ansiedad, el aburrimiento y en algunos casos de la depresión. Esto consiste en construirle un espacio otro, donde casi todo es distinto a lo que enfrenta en su diario vivir, accediendo libremente a los espacios se dan durante los diferentes encuentros que tiene diseñado el programa.
- La recreación es fundamental en la construcción de la experiencia, puesto que por medio de los ambientes lúdico pedagógicos y los espacios de integración con otras culturas, permiten en las personas mayores la interacción e intercambio de saberes, costumbres y la adquisición de nuevos aprendizajes.
- La recreación como eje central en el programa contribuye a que las personas mayores transformen su autopercepción y aquellos estereotipos que tienen acerca de la vejez y el envejecimiento, proporcionándoles mejoramiento en su autoestima al sentirse reconocidos, al desarrollar sus capacidades y potencialidades que le permiten ser aportantes en la sociedad. Esto es fundamental para la calidad de vida personal.
- La recreación permite tener en las personas mayores espacios y/o procesos de participación, protagonismo y empoderamiento, desarrollando la capacidad de liderazgo de cada uno de los individuos.

- Las actividades de ocio y recreación produjeron satisfacción en las personas mayores al complacer con sus necesidades específicas siendo fuente para el disfrute y la autorrealización.
- Por medio de la experiencia se genera una transmisión de sus saberes y experiencias, contribuyendo a su propia formación personal, y aporte a nuevas generaciones.
- La recreación es el vehículo que le permite a las personas mayores transformar sus miedos y frustraciones en reconocimiento de sus capacidades, habilidades y talentos.
- El disfrute contiene la experiencia placentera, pero significa movimiento hacia delante; es ir más allá de ella, el disfrute implica reconocer que se ha crecido.
- La experiencia es tal que ocasionalmente ningún ser humano la ha vivido antes, de esta manera generaran sensaciones de vigorización, energía y plenitud que es más agradable de lo que las personas sienten en el curso normal de su vida, cuando sucede esto, la persona tenderá a replicar este estado de ánimo en preferencia a otros. De esta manera como lo menciona Csikszentmihalyi (1998) “cuando vamos más allá de las motivaciones basadas en placer, el poder y la participación, abrimos la conciencia a la experimentación de nuevas oportunidades de ser... esta es motivación autotélicas, porque su principal meta es la experiencia en si misma más que en cualquier recompensa o ventaja” .

10. CONCLUSIONES

- ✓ El programa Nuevo Comienzo: otro motivo para vivir, si permitió reconocer a la persona mayor como sujeto de vida, como base para el desarrollo humano desde la experiencia recreativa, favoreciendo los espacios para que las personas mayores muestren sus habilidades, talentos y aptitudes, permitiendo ser visibilizados y valorados como agentes participativos y activos en la sociedad, a través de sus muestras recreativas, artísticas y artesanales.
- ✓ Por otro lado, como el programa Nuevo comienzo: Otro Motivo para vivir permitió generar experiencias recreativas, que le dieron la posibilidad a las personas mayores tener experiencias que le signifiquen y le permitan relacionarse con el mundo desde el disfrute, que impacten tanto su propia construcción como sujetos y el reconocerse como un ser humano digno e importante en relación con los otros, con los elementos del entorno natural y cultural.
- ✓ El programa contribuyo y permitió transformar los estereotipos, imaginarios y mitos que la sociedad tiene acerca de la vejez y el envejecimiento, reconociéndolos como sujetos de vida, que tienen unas capacidades, habilidades y experiencias de vida que pueden aportar a las futuras generaciones.
- ✓ Por otro lado, la aplicación de los instrumentos permitió indagar los imaginarios de recreación en los tres actores de este estudio.

- ✓ El estudio de caso permitió hacer un análisis del proceso que ha desempeñado la delegación de Bogotá en el programa, logrando identificar las debilidades y fortalezas del proceso que está a cargo del I.D.R.D. Este diagnóstico específicamente el análisis que se hizo de la versión 2013, permitió hacer una retroalimentación con los Coordinadores y profesionales que movilizan el programa a nivel distrital. Logrando un mejoramiento y fortalecimiento en aquellas debilidades detectadas durante esta versión, generando una mejor preparación y participación durante las fases del programa.

- ✓ Se reconoce que el licenciado en recreación debe ser partícipe de este tipo de programas, por ser un garante formador, pedagogo que permite desarrollar y movilizar acciones en el territorio, ya que cuenta con la preparación conceptualmente, teórica-práctica, que le permite movilizar el tema en el sector. contribuyendo a desarrollar y garantizar el derecho a la recreación en las personas mayores. Es así como el licenciado en recreación está en la capacidad de interpretar de manera diferente las realidades sociales por medio de la pedagogía y la recreación, lo que le facilita el interactuar con los sujetos que están en una comunidad, siendo la recreación lo que posibilita la creación de formas de relación no tradicionales.

- ✓ Por otro lado como desde su quehacer profesional se convierte gestor de experiencias para la construcción de nuevas subjetividades, aportando a la creación de experiencias alterativas, alternativas e incluyentes en las personas mayores.

11. REFERENCIAS

BIBLIOGRAFIA

- Alcaldía Mayor de Bogotá, Secretaria de Integración Social. (2010) Política Publica Social para el Envejecimiento y la Vejez en el Distrito Capital. 2010-2025.
- Builes, J.(1997).Un abordaje a la Educación Experiencial
- Departamento administrativo de Bienestar Social del distrito. (1990-2000). Vejez estado del Arte, Colección Estados de Arte Bogotá
- Csikszentmihalyi, M .y Csikszentmihalyi, I. (1998). Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia, Bilbao, Descleé de Brouwer.
- Cuenca, M. (2004) .Pedagogía del Ocio: Modelos y propuestas. Universidad de Deusto, Bilbao
- Cuenca, M. (2005) .Ocio Solidario: la experiencia en grupos de jóvenes y jubilados. Universidad de Deusto, Bilbao.
- Estrategia nacional de recreación de envejecimiento y vejez con y para los y las personas mayores (2013-2019). Coldeportes.
- Fernández, B. (2002). Envejecer bien ¿qué es y cómo lograrlo? Ed. Pirámide Madrid, España.

- Arango, V. Ruiz I. “Diagnóstico De Los Adultos Mayores De Colombia”. Fundación Saldarriaga Concha
- González M. (2000). Cuando la Tercera Edad nos alcanza. *ED.* Trillas, México.
- Huenchuan, N. (2004). Marco legal y de políticas a favor de las personas mayores en América Latina. Serie Población y Desarrollo N° 51 (LC/L.2115P), Santiago de Chile, CEPAL/CELADE.
- Max, Neff. (1998). Desarrollo a escala Humana Barcelona: Ed. Icaria.
- Murillo, J. (2003) Talleres Recreativos para personas mayores. Bogotá. Editorial San Pablo. 1ra. Edición.
- Plan Nacional de Recreación (2013-2019). Coldeportes .Vol.1.No.1
- Osorio, E. (2002). Recreación y Adulto Mayor Ocio para una vida plena. Ed. Fundación Colombiana del Tiempo libre y la Recreación Bogotá, Colombia
- Osorio, E. (2009). Diseño técnico de programas en recreación. Coldeportes, Bogotá Colombia
- Reig, F. (2001) La calidad de vida y el estado de salud de los estudiantes universitarios. Alicante: Universidad de Alicante...
- Rojas, G (1990). Algunos aportes de la psicología a la gerontología: perspectivas de una línea de investigación.
- Rodríguez, M. (1998) Creatividad en la tercera edad .Ed. Panorama México.
- Sen, A. (2000). Desarrollo y libertad. Ed. Planeta , México
- Velandia A. Investigación en salud y calidad de vida. 1ra Ed. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia; 1994. p. 300.
- Documento Maestro Licenciatura Recreación y Turismo Universidad Pedagógica Nacional (2012)

CIBERGRAFIA

- Aristizabal, V. Arboleda, J. Castro, J.et al. (Psicogerontología: ¿Por qué nos debe interesar el envejecimiento global? Algunas reflexiones .Cuadernos Hispanoamericanos de psicología, Vol. 7 No.2,119-126 .Universidad del Bosque

Recuperado de:

http://www.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos_hispanoamericanos_psicologia/volumen7_numero2/articulo_4.pdf
- Organización Mundial para la Salud OMS .(2005) .Grupo Orgánico de Enfermedades No Transmisibles y Salud Mental

Departamento de Prevención de las Enfermedades No Transmisibles y Promoción de la Salud Envejecimiento y Ciclo Vital Envejecimiento Activo: un Marco Político

.Recuperado de:

<http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/oms-envejecimiento-01.pdf>
- Departamento Nacional de estadística DANE. (2005).Censo General Población Adulta Mayor. Recuperado de:

https://www.dane.gov.co/censo/files/presentaciones/poblacion_adulto_mayor.pdf
- Villareal, M.(2005).La legislación en favor de las personas Mayores en América Latina y el Caribe .Serie Población y desarrollo .Santiago de Chile

Recuperado de:

<http://www.cepal.org/publicaciones/xml/5/25975/lcl2468-p.pdf>

- Martínez, O. (2014). Análisis de la situación de Salud en Colombia.

Recuperado

de: <http://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/ASIS%2024022014.pdf>

- González, H. (1999). La Recreación: un medio de la autorrealización del ser humano. I Simposio de Investigación y Formación en Recreación. Pereira, Colombia.

Vicepresidencia de la República / Coldeportes / FUNLIBRE

Recuperado de: <http://www.redcreacion.org/documentos/simposio1if/EGonzalez.htm>

- Carreño, J. Rodríguez, G. (2011). Deber ser y competencias de un Licenciado en Recreación. Universidad Pedagógica Nacional .Revista Uni-pluri/versidad Vol.11 No .3, Facultad de Educación Universidad de Antioquia .Medellín, Col.

Recuperado el 20 febrero 2013, hora: 15:30

<http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/unip/article/viewFile/11842/10754>

- Encuentros Culturales y Recreativos de las personas mayores Nuevo Comienzo: Otro Motivo para Vivir (2013) Bogotá Colombia.

Recuperado el 15 Noviembre 2013.Colderpotes

<http://www.nuevocomienzo.gov.co/Manual%20Nuevo%20Comienzo%202013.pdf>

- Carta Internacional para la educación del Ocio.

Traducción Lazaro, F. (2013). World Leisure and Recreation Association. México

Recuperado de:

file:///C:/Users/ADMN/Downloads/41925-107018-1-PB.pdf

- Vera, Martha. (2007). Significado de la calidad de vida del adulto mayor para sí mismo y para su familia. universidad Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Recuperado de:

<http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v68n3/a12v68n3>

ANEXOS

ANEXO 1: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____ Estoy de acuerdo en participar en la investigación titulada “ESTUDIO DE CASO: NUEVO COMIENZO: OTRO MOTIVO PARA VIVIR UN PROGRAMA DE RECREACIÓN, QUE PROMUEVE EXPERIENCIAS SIGNIFICATIVAS PARA LAS PERSONAS MAYORES DE LA DELEGACIÓN BOGOTÁ 2013”

Se me ha explicado que:

- Es una investigación con fines académicos.
- Se utilizarán instrumentos de audio y video.

Mi participación es voluntaria por lo cual y para que así conste firmo mi consentimiento informado en donde me da claridad que las situaciones captadas por los instrumentos de investigación se utilizarán con discreción.

A los ____ días del mes _____ del año _____

Firma del Entrevistado _____

Firma del Entrevistador _____

ANEXO 2: FORMATO ENTREVISTA PERSONAS MAYORES

Universidad Pedagógica Nacional
Licenciatura en Recreación y Turismo
Entrevista a profundidad

Buenas tardes señor (a) queremos agradecerle el tiempo que nos ha brindado para realizar esta entrevista. Soy estudiante de la Universidad Pedagógica Nacional Pertenezco al programa Lic. En recreación actualmente estoy en el proceso de construcción de la tesis de grado. La información que usted me proporcione será de vital importancia para el mismo.

1. ¿Cuál es su nombre?
2. ¿De dónde es?
3. ¿Es usted Casado?
4. ¿tiene hijos, cuantos?
5. ¿Qué grado de estudios tiene?
6. ¿A qué se dedica?
7. ¿A qué grupo de Persona mayor Pertenece?
8. ¿Podría comentarme una anécdota de su niñez /juventud?
9. ¿Que le preocupa actualmente?
10. ¿Que lo motiva día a día?
11. ¿Cuenta con el apoyo de su familia?
12. ¿cuáles considera que son sus habilidades?
13. ¿Que le gustaba hacer en su tiempo libre?

Primer momento

14. ¿Cómo se enteró del programa de nuevo comienzo?
15. ¿Cómo fue el proceso de selección- que muestra presento?
16. ¿Por qué decidió participar en Comienzo?
18. ¿Cómo fue la experiencia y sensaciones que le dejó de selección al programa?
20. ¿Que lo motiva a ir nuevo Comienzo?

Segundo Momento

21. ¿Qué sensaciones le dejó Nuevo Comienzo?
22. ¿Cuál considera que fue la expectativa más significativa durante el Encuentro Nacional?
23. ¿Con qué Aprendizaje se va?
24. ¿Qué fue lo que más lo motivó?
25. ¿Cuál ha sido el día más feliz de su vida?

Tercer Momento

26. ¿Cómo fue el recibimiento al llegar a su casa-grupo de persona mayor?
27. ¿Qué le aportó Nuevo Comienzo?
28. ¿Qué aprendizaje le dejó el programa Nuevo Comienzo?
29. ¿La experiencia le generó algún cambio en su vida?
30. ¿Para usted qué es la recreación?
31. ¿Considera que este tipo de programas beneficia a las Personas Mayores?

**ANEXO 3: FORMATOS ENTREVISTAS FUNCIONARIOS Y
COORDINADORES ENTES (COLDERPOTES, FUNLIBRE - I.D.R.D)**

FUNCIONARIOS -COLDEPORTES

Nombre:

Profesión:

Cargo:

Tiempo en la Entidad:

1. ¿De dónde nace la idea de crear un programa como Nuevo Comienzo?
2. ¿Porque pensar en población de persona mayor?
3. Quienes y que entidades aportaron para el desarrollo del programa
4. Se pensó inicialmente como un programa o un evento
5. A través de quien y de quienes desarrollaron la idea a nivel nacional
6. ¿Qué significa "Nuevo Comienzo: Otro Motivo para vivir"?
7. ¿Cuáles fueron las principales necesidades de crear un programa dirigido a la Persona Mayor?
8. ¿Qué personas participaron en la creación del programa?
9. ¿Qué expectativas tenían?
10. ¿Qué propósitos se trazaron?
11. ¿Cómo fue la primera versión (año y lugar de realización, qué acogida tuvo por parte de la comunidad.?)
12. ¿Cómo se concibe la recreación en el programa?
13. ¿En que considera que beneficia este programa a la población de Persona Mayor?
14. ¿Qué le cambiaría al programa?

15. ¿Cuál es su percepción personal del programa?
16. ¿Qué experiencias le ha dejado el programa a lo largo de su historia?
17. ¿Qué enseñanzas le ha dejado nuevo comienzo?
18. ¿Qué cambios ha tenido el programa a lo largo de su historia?
19. ¿Qué aportes tiene este programa a la Sociedad Colombiana?
20. ¿Qué planes y expectativas tiene el programa en las próximas versiones?
21. Como cree que eso le aporta a un país, a un departamento, a un municipio
22. A usted que le ha aportado el desarrollo del programa nuevo comienzo otro motivo para vivir en lo Personal y Profesionalmente

FUNCIONARIOS -FUNLIBRE

Nombre:

Profesión:

Cargo:

Tiempo en la Entidad:

1. Para usted ¿Qué significa” Nuevo Comienzo: Otro Motivo para vivir”?
2. ¿Cuáles cree que son las principales necesidades de crear un programa dirigido a la Persona Mayor?
3. ¿Que considera que aporta funlibre a la realización de un programa como nuevo comienzo?
4. ¿Cómo fue la primera versión (año y lugar de realización, qué acogida tuvo por parte de la comunidad.?
5. ¿Cómo se concibe la recreación en el programa?
6. ¿En que considera que beneficia este programa a la población de Persona Mayor?
7. ¿Usted considera que este tipo de programas enaltece a la persona mayor?
8. ¿Qué le cambiaría al programa?
9. ¿Cuál es su percepción personal del programa?
10. ¿Qué experiencias le ha dejado el programa a lo largo de su historia?
11. ¿Qué enseñanzas le ha dejado nuevo comienzo?
12. ¿Qué cambios ha tenido el programa a lo largo de su historia?
13. ¿Qué aportes tiene este programa a la Sociedad Colombiana?

14. A usted que le ha aportado el desarrollo del programa nuevo comienzo otro motivo para vivir en lo Personal y Profesionalmente
15. Como cree que eso le aporta a un país, a un departamento, a un municipio
16. A usted que le ha aportado el desarrollo del programa nuevo comienzo otro motivo para vivir en lo Personal y Profesionalmente

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE I.D.R.D
COORDINADORAS DEL PROGRAMA PERSONA MAYOR

Nombre:

Profesión:

Cargo:

Tiempo en la Entidad:

1. ¿Cuál es su percepción de un programa como nuevo comienzo?
2. Para usted ¿Qué significa "Nuevo Comienzo: Otro Motivo para vivir"?
3. ¿Cuáles considera que son las principales necesidades de la persona mayor en Bogotá?
4. Como percibe a la persona mayor el IDR?
5. ¿Desde qué año Bogotá ha participado en Nuevo comienzo?
6. ¿Cómo ha sido la participación de la delegación de Bogotá a lo largo de las diferentes versiones?
7. ¿Qué dificultades han tenido durante el proceso y en la participación de Nuevo comienzo?
8. ¿Qué fortalezas han tenido durante el proceso y en la participación de Nuevo comienzo?
9. ¿Cuáles cree que han sido las experiencias más significativas que le ha dejado este programa a las personas mayores asistentes al encuentro?
10. ¿Usted considera que este tipo de programas enaltece a la persona mayor? ¿Por qué?

11. ¿Considera que este tipo de experiencias contribuye al mejoramiento de la calidad de vida de esta población?
12. ¿Que resalta del proceso que hace el I.D.R.D en este tipo de programas?
13. ¿Qué le cambiaría al programa?
14. ¿Cuál es su percepción personal del programa?
15. ¿Qué experiencias le ha dejado el programa a lo largo de su historia?
16. ¿Qué enseñanzas le ha dejado nuevo comienzo?
17. ¿En qué cree que aporta este tipo de programas a Bogotá?

ANEXO 4. VIDEO VER EN: <http://youtu.be/VYyh1iHi0k>