



[Capacitación](#)

[Documentos de la RLG](#)

Año 2 #1 Enero-Abril / 2006
[Experiencias del Programa](#)

[Noticias](#)

[Materiales Editados](#)

[Localízanos en:](#)

Editorial

En el año 1992 las Naciones Unidas definieron los principios más importantes a favor de las personas mayores. Estos se clasificaron en cinco temas principales: INDEPENDENCIA, PARTICIPACIÓN, CUIDADOS, AUTORREALIZACIÓN Y DIGNIDAD.

Cada uno de los mismos implica una amplia reflexión sobre las acciones que se deben promover, para el cumplimiento de los mismos.

En su reciente Encíclica “Deus Caritas Est”, nuestro Santo Padre Benedicto XVI, señala: “Quien es capaz de ayudar reconoce que precisamente de este modo, también él es ayudado. El poder ayudar no es mérito suyo ni motivo de orgullo. Esto es gracia. Cuanto más se esfuerza uno por los demás, mejor comprenderá y hará suya la palabra de Cristo”. “Somos unos pobres siervos” (Lc. 17,10).

Todos los que, de una forma u otra, ayudamos a comprender y promover a las personas mayores desde varias perspectivas, debemos constantemente tener presente que el Amor y el Servicio deben ser las bases para accionar el cumplimiento de cualquier objetivo en el terreno de la ancianidad.

En esta ocasión nuestro boletín les ofrece como tema principal de capacitación “EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO”, su significado e implicaciones. Definido por la Organización Mundial de la Salud como “el proceso de optimización de oportunidades para luchar por la salud, por la participación, y por la seguridad, de alcanzar calidad de vida cuando el ser humano envejece”, su análisis desde una óptica integral nos pondrá al día con miras a la acción.

Con la publicación de las bases para el nuevo concurso de la Red Latinoamericana de Gerontología, estamos promoviendo la participación en el mismo de las personas que en nuestras Diócesis realizan un trabajo organizado a favor de los ancianos. Recordemos que en el pasado concurso, la Cáritas Diocesana de Holguín obtuvo un honorable séptimo lugar entre los numerosos trabajos que se presentaron de toda Latinoamérica.

Con la Esperanza de Pentecostés les ofrecemos este nuevo número.

Equipo de Redacción.

Envejecimiento Activo.

Dra. Ofelia Bravo (64), Ing. Andrés Díaz Arenas (68)



Envejecer es un proceso consubstancial a la materia, mas envejecer activamente, una propiedad exclusiva de la persona humana. Sin lugar a dudas, al igual que la juventud y la adultez, es posible vivir una vejez placentera y plena de motivaciones. La clave está en cómo se desafía.

Pensar, crear, enseñar, soñar, disfrutar y darse a los demás, desconocen edad límite. Para quien ha trabajado durante largos años, la decisión de jubilarse es - por cierto, un anuncio a voces - aceptar haber envejecido. Momento éste de cambio nada fácil de asumir, pero superable si existe disposición y voluntad para gozar a plenitud ese maravilloso don que es la vida. Se puede envejecer “vegetando”, es decir, con tristeza, desperdiciando energía, conocimiento y placer o, contrariamente, de forma activa, alegre, realista y compartiendo los dones que Dios regala. A este ritmo

decidimos envejecer.

La experiencia nos ha demostrado que tras la jubilación hay tiempo para enriquecer insospechadamente el conocimiento y emprender nuevos proyectos, algunos semejantes a los realizados en nuestra vida laboral y otros totalmente distintos. Envejeciendo activamente al día le faltan horas, pues múltiples son las tareas que lo ocupan. Trabajar como animador en un grupo de iguales, es decir con adultos mayores, resulta atractivo, fructífero y muy divertido. ¡Envejecer activamente es una aventura fascinante! ([subir](#))

Capacitación

Breve acercamiento hacia un Envejecimiento Activo.

Dra. María Magdalena Rodríguez Fernández

“Hasta la muerte llegaremos vivos”... dice un viejo refrán popular catalán.

Muchas personas gustan de interpretarlo con viva expresión de la existencia de un prejuicio, que pretende obviar la tan temida muerte y todo con lo que con ella se relaciona, empleando para ello la jocosidad. Otros consideramos que se trata de una expresión que se presta a muchas lecturas, en la que también podría interpretarse como la valoración de esta etapa de la vida como una más del ciclo vital con los mismos derechos, aspiraciones y disfrute que el resto.

El concepto de vejez es un constructo cultural en el que participan una serie amplia de elementos como las formas de parentesco, la economía, la salud, la capacidad de auto-mantenimiento, así como determinados modelos de conducta, etc. Se ha reconocido que en este fenómeno no incide sólo la familia, sino que son múltiples los factores que lo ponderan.

Es innegable que la vejez es consecuencia de un proceso biológico ineludible que nos afecta a todos y que no comienza en ningún momento específico sino que se va sucediendo a lo largo de toda la vida. Es una construcción socio-cultural, en el sentido de que las imágenes que construye una sociedad sobre la vejez van a influir en la forma en que esta se vivencie y se desarrolle por parte de sus integrantes. De ahí la importancia que se le confiere en la Gerontología al estudio de las imágenes de la vejez que se proponen en la sociedad y sobre las cuales existen hoy día, estudios muy interesantes.

Por todos es conocido que con el vertiginoso proceso de envejecimiento poblacional y el incremento de mayores necesidades socio-sanitarias que de este se derivan, durante muchos años la sociedad se empeñó especialmente en crecer desde el punto de vista asistencial, dándole al fenómeno una connotación a nuestro juicio un tanto simplista, puesto que se trata de pensar más que todo, en los altos costos que conllevaría el incremento de este sector de la población, que deviene en una creciente incidencia y prevalencia de enfermedades crónicas, situación para nada discutible.

Por otra parte, las representaciones sociales de la vejez que prevalecen facilitan la interpretación de esta época de la vida en relación íntima con la enfermedad, si bien se conoce en el terreno teórico que no son términos equivalentes. Esta podría ser una de las causas por las cuales en las campañas publicitarias y de salud, se promueve a las personas mayores a participar primordialmente en programas de entrenamiento físico y mental con el objeto de reducir las discapacidades que sobrevendrán en algún momento.

Consideramos que esta es una visión incompleta ya que va más allá de conservar condiciones óptimas de salud, implica la búsqueda de una vida plena a través de la conservación de una adecuada autovaloración, con una dimensión no sólo física sino que involucra los elementos psico-sociales, económicos y políticos de la vida de todo ser humano. En otras palabras, se trata de envejecer sin dejar de participar socialmente siendo lo más productivos posibles, con el fin de preservar no sólo nuestras capacidades funcionales sino también la integración social tan necesaria para un ser humano, con el propósito de dejar de ser una carga para el sector de la población que ha devenido en ser considerado como una carga socioeconómica

No es menos cierto que en los últimos tiempos en casi todos los países se han desarrollado una serie de instituciones diseñadas para los mayores, pero adolecen de la dificultad de haber sido concebidas de acuerdo a los gustos e intereses de grupos más jóvenes por lo que con frecuencia no resultan lo suficientemente atractivas para los ancianos. En otras ocasiones, aparecen instituciones creadas para los mayores por la sociedad, pero que muchos relacionan con posibles dobles intenciones, como podría ser garantizar votos electorales o el consumo de bienes materiales por este sector ya

numeroso de la población en lo cual están involucradas también las empresas públicas y privadas. Otra de las dificultades fundamentales en la actualidad es la escasez de oportunidades de empleo y capacitación para los mayores, lo que incide en el deterioro de la autoestima y a su vez agudiza los problemas económicos que suelen sobrevenir a partir de una jubilación forzada por la ley.

A pesar de todo, el estilo de envejecimiento no sólo depende de políticas y programas diseñados para apoyar a los mayores por los gobiernos e instituciones. Son ellos los protagonistas del proceso y es preciso que así lo entiendan.

Si consideramos que el envejecimiento es un proceso individual que no se da de manera uniforme en las diferentes personas, existe una gama de posibilidades en cuanto a potencial funcional que distinguen a las personas entre sí; es decir, si bien algunas alcanzan esta edad con numerosas discapacidades otras por su parte conservan sus funciones por más largo tiempo y en muchos casos son marginadas a la hora de querer participar activamente en los asuntos sociales como corresponde a su estado, aludiéndose a que ya debe descansar, a que debe cuidarse para no enfermar y otras expresiones, que sin ser del todo malintencionadas, limitan la participación a personas todavía capaces, incluso más que otras más jóvenes.

No es posible olvidar que desde el punto de vista antropológico, nuestras sociedades occidentales derivan el concepto de vejez del proceso de producción, determinado por las tendencias de consumo y especialmente por los ritmos vitales impuestos por la industrialización; todo ello organizado a partir de la edad psico-biológica del individuo y no de su sentir o estado de salud en este momento de su vida en que la persona se ve obligada legalmente a jubilarse, sean cuales fueran sus intereses, necesidades y aspiraciones previas. Se trata de un proceso de devaluación social, propia de las sociedades industrializadas que progresa a medida que avanza la edad natural, y en el momento de la jubilación adquiere un valor negativo.

No obstante, ya se vislumbran avances en una percepción del envejecimiento y la vejez por parte de los gobiernos y las instituciones internacionales que aúnan sus esfuerzos en proporcionar alternativas para dar mayor calidad a una vida más larga. Entre ellas se citan las Asambleas Mundiales del Envejecimiento, en las cuales se han debatido temas de interés gerontológico primordiales, todos dirigidos a facilitar el envejecimiento activo. Por otra parte, existen también una serie de organizaciones como es el Banco Internacional de Desarrollo que están empeñados en prestar mayor atención a ciertas variables que contribuyen a proporcionar una mayor calidad de vida a las personas mayores, proponiendo un modelo de envejecimiento exitoso, digno, saludable y productivo, que se desglosa en líneas concretas de acción como las siguientes :

- Proponer una nueva cultura de la ancianidad y una nueva forma de contacto social intergeneracional.
- Fortalecer las redes y organizaciones de adultos mayores, su participación e inserción en la sociedad.
- Formular e implantar políticas y programas públicos y privados que apoyen un buen envejecer.
- Fortalecer la seguridad económica de los mayores más vulnerables, sobre todo su acceso a empleos, acciones de apoyo y créditos para emprender iniciativas propias.
- Promover y facilitar espacios públicos y viviendas acogedoras, seguras y accesibles.
- Ayudar a los adultos mayores a conservar su autonomía física y mental.
- Promover un envejecimiento en el hogar.
- Facilitar la participación de los mayores en la toma de decisiones y la vida política

De cualquier manera, promover un envejecimiento activo no se basa sólo en crear políticas y planes de acción que lo propicien por los gobiernos e instituciones que trabajan para los mayores; se requiere de un cambio de actitudes sociales en cuanto a las imágenes que se proponen de la vejez como parte de la vida y en especial se precisa de una modificación a nivel individual del concepto y la autovaloración de la persona, para lo cual es imprescindible la conocida preparación para un buen envejecer.

Con el decursar del tiempo la persona debe ser capaz de valorar sus capacidades funcionales, rompiendo los paradigmas tradicionales, en los que se tiende a hacer las cosas de la misma forma en que siempre se hicieron. En otras palabras, es necesario ser flexibles, aceptar las diferencias, sin que esto signifique resignarse; sino comprender que en todas las edades vamos siendo diferentes y que nunca antes de la vejez esto constituye un motivo de preocupación para las personas.

Una vez que se acepta esta edad como una etapa más del ciclo vital, es que estamos en condiciones de llevar a cabo un proceso de selección y optimización de los recursos personales, a través del cual se puede conseguir una vida digna y

satisfactoria mediante la minimización de las deficiencias y la maximización de las potencialidades. En fin, es un método en el que identificamos nuestras capacidades y competencias, las contrastamos con las aspiraciones e intereses y sobre esa base optimizamos las que puedan ayudarnos a trazar un proyecto de vida satisfactorio con autonomía, independencia, bienestar, participación y productividad. ([subir](#))

Documentos de la RLG

2ª EDICIÓN DEL CONCURSO DE EXPERIENCIAS GERONTOLÓGICAS “UNA SOCIEDAD PARA TODAS LAS EDADES”

Convocatoria
Año 2006

Fecha límite para la recepción de trabajos: lunes 31 de Julio de 2006.

Este Concurso se realiza con el aporte del Programa Regional del Adulto Mayor de Cáritas en América Latina y Caribe (PRAM) y tiene por finalidad estimular y difundir experiencias latinoamericanas orientadas a promover la calidad de vida de las personas adultas mayores y a destacar la vejez como condición positiva de la vida.

Para la presente convocatoria del Concurso se han definido los siguientes ejes temáticos:

1. Relaciones intergeneracionales.
2. Actividades y trabajo voluntario con y/o por parte de personas adultas mayores.
3. Experiencias que propicien la superación de malos tratos, abuso y violencia con respecto a las personas adultas mayores.
4. Imágenes y representaciones de la vejez.
5. Redes, participación, inclusión y apoyo social en relación con personas adultas mayores.
6. Trabajo de apoyo comunitario y familiar orientado a personas adultas mayores con discapacidad o con dificultades para realizar actividades de la vida diaria.
7. Espiritualidad y trascendencia en la vejez.
8. Tiempo libre y ocio en la vejez.

BASES DEL CONCURSO

1) ¿Quiénes pueden participar?

- Organizaciones de la sociedad civil sin fines de lucro de carácter formal o informal, las cuales deberán acreditar su existencia mediante carta o documento.
- Personas naturales, independientemente que trabajen en entidades gubernamentales, siempre y cuando se presenten como tales (personas naturales).

2) ¿Con qué tipo de experiencias se puede participar? Experiencias desarrolladas en América Latina y Caribe, las cuales:

- busquen promover la calidad de vida de las personas adultas mayores, especialmente de aquellas de más escasos recursos, o se orienten a destacar la vejez como condición positiva de la vida.
- se relacionen con uno o más de los ejes temáticos antes descritos.
- sean creativas.
- incluyan procedimientos o métodos posibles de replicar en otros países de la región.

Notas:

- ♦ En todos los casos, las experiencias deberán tener al menos de 1 año de desarrollo.
- ♦ Las experiencias pueden estar siendo financiadas con fondos oficiales o privados.
- ♦ Se aceptarán sólo trabajos basados en experiencias.
- ♦ Ensayos, revisiones bibliográficas y tesis de grado no serán considerados.
- ♦ Los trabajos deberán ser inéditos: no deberán haber sido publicados por ningún medio. Tampoco deberán haber sido premiados en otros concursos. Lo anterior debe ser posible de constatar por parte de la entidad convocante, y además se acreditará a través de una carta de fe firmada por el autor o autor principal, la cual deberá adjuntarse al trabajo enviado.

3) Categorías:

- Experiencias ejecutadas por Organizaciones
- Experiencias ejecutadas por Personas naturales.

- El Concurso escogerá entre las experiencias presentadas a la categoría de Organizaciones, dos (2) ganadores entre un máximo de diez (10) trabajos nominados.
- El Concurso escogerá entre las experiencias presentadas a la categoría de Personas naturales, una (1) ganadora entre un máximo de cinco (5) trabajos nominados.

4) **Fecha límite de recepción de trabajos:** Lunes 31 de Julio de 2006.

5) **Dirección de recepción de trabajos:** concurso2006@gerontologia.org

6) Tamaño, extensión, idioma y presentación.

- Los trabajos deberán presentarse en formato **Word**, letra Arial (o similar) No 10, con márgenes de 2,5 cms en todos los lados (superior, inferior, derecho e izquierdo).
- La extensión **máxima** será de **15** páginas tamaño carta (incluyendo gráficos y fotografías). El interlineado será a espacio y medio. Las páginas de los textos deberán estar enumeradas.
- Con el propósito de facilitar la lectura, los textos deberán estar **alineados a la izquierda**; es decir no podrán estar "justificados".
- En el **encabezado** deberá incluirse: (1) el título del trabajo (máximo 15 palabras), (2) seudónimo del autor o autor principal, (3) el eje temático del Concurso respecto del cual desea que sea considerado el trabajo, (4) la categoría a la que se postula (Organización o Persona natural) y, (5) el país.

Notas:

- En un archivo diferente, el autor, o el autor principal deberá enviar un breve **currículum vitae**, si se trata de personas naturales. En el caso de que la postulación se a la categoría de organizaciones, además del breve currículum vitae del autor principal o del coordinador del trabajo, deberá enviarse un breve **currículum de la organización** (sea ésta formal o informal).
- En todos los casos deberá consignarse el **seudónimo** con el cual el autor, o el autor principal presenta el trabajo.

7) **Premios.** Se otorgará un total de tres premios; dos en la categoría de Organizaciones y uno en la de Personas naturales.

§ Trabajos presentados a la categoría Organizaciones:
Primer premio: 2000 USD
Segundo premio: 1000 USD

§ Trabajo presentado a la categoría Personas naturales:
Premio: 1000 USD

Notas:

- Los premios se harán efectivos dentro de los 30 días posteriores a la publicación de los resultados del Concurso.
- En el caso de Organizaciones el premio se entregará a quien designe la propia organización y aparezca como tal en el currículum de la misma, adjunto al trabajo.
- En el caso de Personas naturales, el premio se entregará al autor, o al autor principal.

§ Los trabajos premiados y nominados serán publicados en el portal de la Red Latinoamericana de Gerontología (www.gerontologia.org)

§ La Red Latinoamericana de Gerontología (RLG) podrá ulteriormente publicar una memoria impresa del Concurso

“Una Sociedad para todas las Edades”, la cual incluya los trabajos premiados y una selección de los trabajos nominados.

§ La premiación del Concurso se anunciará en el portal Internet de la Red Latinoamericana de Gerontología (RLG) el día 1 de Octubre de 2006, Día Internacional del Adulto Mayor.

§ La Red Latinoamericana de Gerontología (RLG) entregará un certificado simple de reconocimiento a cada trabajo nominado por el jurado.

8) Jurado: Los trabajos serán evaluados por un jurado internacional de la región, integrado por tres (3) especialistas en el tema de envejecimiento y la vejez. Su dictamen será inapelable. En el caso que el Jurado considere que los ensayos presentados no reúnen la calidad suficiente, podrá declarar desierto el Concurso tanto en su totalidad como en alguno/s de los premios en particular.

Ximena Romero – Coordinadora Red Latinoamericana de Gerontología (RLG)
1 de Abril de 2006

Para consultas escribir a:
Ximena Romero – ximenaromero@gerontologia.org

Ciencia y estereotipos vejez.

*Ricardo Lacub, Psicólogo especialista en mediana edad y vejez
(Artículo publicado en la RLG)*

TRIBUNA <http://www.clarin.com/diario/2006/04/05/opinion/o-02901.htm>
(Buenos Aires, CLARÍN, MIE 05.04.2006).

La ciencia está destruyendo prejuicios sobre los mayores. El mercado considera "viejas e inadaptables" a personas que tendrían el mejor rendimiento si no padecieran precisamente discriminación.

La revista The Economist de febrero pone en su tapa un título curioso: "Cómo manejar una fuerza de trabajo envejecida". Destaca así un tema preocupante en los países centrales: la jubilación de los baby boomers (la generación nacida después de la Segunda Guerra y que es más numerosa que cualquiera que la haya precedido).

¿Cuál es el motivo de tal preocupación? Se calcula que en los próximos 25 años quedará un vacío importante en la fuerza laboral calificada, al punto que en Japón se retirarán casi 10 millones de personas y la Unión Europea perderá casi un cuarto de sus trabajadores.

Esta pérdida de recursos humanos es considerada como una carencia de habilidades difícilmente reemplazable y ha llevado a Suiza y Suecia, por ejemplo, a ofrecer a las personas posponer su jubilación o a que trabajen medio tiempo.

Esta pérdida de recursos clave a nivel laboral parece contradecir una serie de criterios acerca de la incapacidad laboral de las personas de mayor edad, tema que deberíamos encarar con más seriedad en nuestro país.

Recientemente se publicaron en Clarín una serie de cartas de lectores donde se hacía alusión a la dificultad que tenían para hallar trabajo las personas que el mercado laboral consideraba "viejas". Por esta razón quisiera presentar una serie de datos, surgidos de investigaciones internacionales, que permiten contrastar los prejuicios con los conocimientos científicos.

Nada parece indicar claramente qué significa haber envejecido en cada rol laboral. Indudablemente, no significa lo mismo ser futbolista o bailarín de ballet que investigador o docente universitario a la hora de pensar la noción de edad y sus implicancias en el desarrollo de cada tarea. Sin embargo, para el común de los trabajadores la edad pareciera tener menos relevancia que lo que habitualmente se supone.

Los ejemplos de discriminación por edad en los marcos de trabajo se presentan tanto en los chistes o burlas hacia la presunta incapacidad de los mayores, como en las actitudes cotidianas que revelan que se piensa más a la persona en vistas a su jubilación que a su desarrollo laboral, lo que genera, en la práctica, que no se los reentrene ni se les enseñen nuevas tareas.

Los estereotipos negativos acerca de las personas mayores influyen en el retiro temprano de sus trabajos a pesar de estar en buen estado físico y mental y, para quienes continúan trabajando, ejercen una influencia negativa en las expectativas de desempeño laboral.

Aun cuando existe evidencia de ciertos declives en el funcionamiento físico y cognitivo, no se ha podido demostrar que esto incida en el desempeño laboral. Evidencia que, sin embargo, no ha conseguido demoler este prejuicio tanto en los empleadores como en los mismos trabajadores.

Los cambios cognitivos a nivel de la memoria o del lenguaje suelen ser sobredimensionados. Hay muy poca diferencia en las funciones intelectuales a lo largo de la adultez, excepto en temas de velocidad y tiempo de reacción. Sin embargo, ninguno de estos cambios parece tener una influencia tan gravitatoria como las producidas por los significados prejuiciosos que se le otorga al comportamiento de las personas de mayor edad dentro de los ámbitos laborales.

Una investigación realizada por Erber y Rothberg halló que cuando una persona mayor tenía un problema de memoria, éste era concebido como una falta de capacidad, mientras que cuando se producía en una persona más joven, era tomado como una falta de esfuerzo.

Con respecto a los cambios físicos, se suele considerar que las personas de edad enferman más y por ello tienen mayores niveles de ausentismo. Llamativamente, las investigaciones más serias realizadas desde los años 70 hasta la fecha dicen que no hay evidencia que así sea y que los promedios son semejantes a los de otras edades. También se menciona que las personas mayores suelen ser más puntuales, más estables y conscientes de sus obligaciones.

Otra investigación señala que mientras que los mayores tardan más tiempo en recuperarse de un accidente, las personas más jóvenes se lastiman más seguido.

Otro de los prejuicios existentes es el relativo a los cambios con la edad. Se supone así a los de mayor edad inadaptables, incapaces de aprender o cerrados. Se ha demostrado en diversas investigaciones que la inadaptabilidad es fruto de las bajas expectativas que tienen los empleadores con respecto a los trabajadores más viejos, razón por la cual no les brindan programas de entrenamiento.

Los trabajadores de más de 55 años tienen menos posibilidades de recibir capacitación para mejorar sus destrezas que los de otras edades. Esta falta de oportunidades los priva de oportunidades de éxito y de sentir que dominan su campo, lo cual provoca una desvinculación progresiva de sus trabajos que legitima, desde un lado y el otro, los estereotipos culturales con respecto a las personas de edad.

Es válido rescatar que, desde hace más de una década, una serie de empresas multinacionales de primer nivel comenzó a experimentar el reentrenamiento a personas mayores con gran éxito.

Resulta más que necesario reflexionar sobre la situación de los trabajadores de más edad, ya que nos plantea una preocupante realidad actual y un desafío al futuro. ([subir](#))

Experiencias del Programa

Crónica de un viaje a Regla.

Dra. Ofelia Bravo

La fresca y clara mañana de marzo presagiaba un día ideal para el paseo. Poco a poco iban llegando los sesenta miembros del grupo de adultos mayores de la parroquia Nuestra Señora del Rosario que nos habíamos dado cita en el parque del Padre Reginaldo, para desde allí, en dos ómnibus, dirigirnos a Regla. El Padre Sayulis Núñez, nuestro joven párroco, había coordinado un programa que ocuparía la mañana y parte del mediodía. En esta ocasión nos acompañaba la Hermana Carmen Comella, r.s.c.j., promotora del proyecto de atención al adulto mayor en esa iglesia del Vedado. Con puntualidad y regocijo de párvulos emprendimos la *aventura*.



En el Museo Municipal nos esperaban nuestro anfitrión y el señor Pedro Cosme Baños, Historiador del municipio. La acogida en la amplia casona del siglo XIX fue sumamente grata; los jóvenes trabajadores de la institución cultural acomodaron con diligencia y esmero a todos, viéndose, inclusive, en la necesidad de ceder sus asientos ante lo numeroso del grupo. El Historiador nos obsequió una magistral conferencia sobre la Regla colonial y contemporánea y dado el interés de los visitantes por el Santuario allí enclavado, extendió su amena disertación a los orígenes de la devoción a la Virgen de Regla en España, su arribo a Cuba y el sentido de pertenencia que de ella expresan los reglanos. Tras la interesante

plática del señor Baños, recorrimos las salas de exposición y el fondo documental allí conservado. Antes de partir, el grupo quiso retratarse con el Historiador en uno de los bellos patios.

Continuando el andar por Regla, nos dirigimos, siempre conducidos por nuestro querido párroco, a la casa-taller del grabador A. Canet, distante unos cien metros del Museo. Algunos aprovecharon el íterin para merendar. Amablemente esta prestigiosa personalidad del mundo de la plástica nos abrió ahora las puertas de su casa. Tras cordiales palabras de bienvenida y una breve explicación acerca del valor histórico de la vivienda, Canet nos mostró en detalle su rica obra artística y dio a conocer el interesantísimo proyecto social que está llevando a cabo. Sin dejarse vencer por el peso de los años y los sinsabores de la vida, este reconocido artista, lleno de esperanza en las riquezas de la persona, se ha dado por enterito a la dura tarea de acoger en su casa-taller a jóvenes en desventaja familiar y social para enseñarles la técnica del grabado y despertar en ellos el interés por el arte y su disfrute. Además, como si esto fuera poco, les motiva con libros y videos de arte que recibe de manos amigas. Con sano orgullo Canet nos dio a conocer los cambios logrados en los jóvenes allí atendidos al sentirse aceptados y respetados. En la actualidad son, precisamente, las autoridades policiales y las propias familias quienes le piden apoyo para rescatar "la dulce esperanza de la patria". Y, como si fuera poca tanta amabilidad, el artista obsequió a cada participante un grabado suyo. Este prestigioso artesano cautivó a todos por la especial forma de darse a los demás.

¡Tan interesantes resultaron las visitas, que sin darnos cuenta se había ido la mañana! Caminando siempre nos dirigimos al Santuario, situado a orillas de la bahía habanera.

Al mediodía, plenos de gratitud por el regalo de los años y lo lindo de cada día, llegamos al viejo y bellissimo templo, recién restaurado para celebrar los 50 años de coronación de la Virgen de Regla. Entonces, en el lugar motivo del paseo, dimos gracias al Señor y a su Santísima Madre por aquel delicioso compartir. Transcurrido ese momento de espiritualidad, el Padre Núñez nos narró la historia de la devoción a la Virgen de Regla y del Santuario. Palabras que dieron paso al diálogo fraterno y a la aclaración - por parte del sacerdote - de algunos mitos y leyendas que rodean esta advocación de María. Se refirió también el P. Sayulis a la hermosa devoción que sienten muchos hermanos hacia ella, a pesar de no haber recibido aún el mensaje cristiano y el compromiso que tenemos los católicos de atenderles con amor y respeto.

El párroco de Regla, el Padre Mariano, puso a nuestra disposición un espacioso y fresco salón en la Casa Parroquial, donde disfrutamos variadas formas de animación. No faltaron *concursos*, juegos de agilidad mental y de memoria, rifas y chistes. Varios miembros del grupo dotados con un don digno de escenario y acompañados por el resto que sencillamente disfruta el canto, se dio cierre al compartir de ese día. A las dos y media estábamos acomodándonos en los ómnibus para regresar, no sin antes cada uno recibir una chambelona que le obsequiara el Padre Núñez. Cansados, pero felices por el día tan agradable que el Señor nos había regalado.



Gracias a todos aquellos que hicieron posible este ameno día y a ti, Jesús, por Tu bondad. ([subir](#))

Noticias

Continúan las visitas de acompañamiento del Equipo Nacional de Formación a las réplicas del curso de Animación Socio-Cultural:

Dra. Ofelia Bravo



Esta vez miembros del Equipo Nacional de Formación acompañaron a la réplica que se efectuó en la Arquidiócesis de la Habana, en la casa de las Hijas de la Caridad (Convento de la Inmaculada) donde se llevó a cabo un encuentro muy productivo e interesante. Se abordaron los temas previstos, iniciando con el de la espiritualidad para lo cual se empleó el video inspirado en el cuento “la ciudad de los pozos”, insistiendo en los elementos que deben ser eliminados de los pozos de nuestros mayores y especialmente, cuáles son las cualidades que deben

ser incluidas en los mismos. En un segundo tiempo, la carta Pastoral La Conversión sirvió de introducción para tratar el tema de la planificación en los grupos y el reconocimiento de los que constituyen los espinos que entorpecen el trabajo. En la sesión de la tarde se efectuó el análisis de la participación en los grupos, para lo cual se utilizó inversas técnicas y concluyó con música tradicional cubana. Sin duda fue un encuentro en el que se combinaron armónicamente la formación con la humildad y el amor que permite “mover montañas”, en un ambiente fraterno. ¡Felicidades!

Continúa el acompañamiento de los grupos de mayores en las diócesis.

MSc. Migdalia Dopico



A finales de abril, como está previsto para la capacitación y el acompañamiento del Programa de la Tercera Edad de Cáritas Cubana, se visitaron varios grupos de mayores en las diócesis de Santa Clara y Cienfuegos.

Entre los primeros estuvo el grupo de la comunidad de Santa Ana, que brinda servicios de comedor, ejercicios físicos y momentos de meditación y oración común; así como también la parroquia de Santo Domingo donde existe un grupo con más de 30 personas a los cuales se ofrece servicio de almuerzo acompañado de técnicas de animación y en la comunidad de Remedios, donde existe un grupo de taller de costura que confecciona prendas de vestir para los enfermos y para recaudar fondos destinados a los más necesitados, todo ello

combinado con ejercitación física y actividades culturales. En el grupo de la Catedral también se asistió a la realización de actividades físicas, de animación y culturales. En todos ellos pudimos apreciar la aplicación de las técnicas de animación aprendidas en el Curso de Animación Sociocultural y la mayor participación de los miembros en todas las acciones grupales emprendidas.

En la diócesis de Cienfuegos, asistimos al muy conocido taller de artesanía de la comunidad de Trinidad, que además ofrece servicio de desayuno y en el que las mujeres mayores se encuentran muy activas y disfrutan con la aplicación de las diversas técnicas participativas, apoyadas por los animadores. Situación muy similar fue la que se palpó en Ariza, donde existe un grupo de servicio de desayuno; y en Patrocinio, que cuenta con un grupo de cultura y recreación en el cual además de hacer ejercicios físicos, se cultivan las diversas formas de expresión de la cultura cubana como la poesía y otros. En todos los casos resalta la mayor participación y actividad de los miembros de los grupos.

Nos complace mucho que nuestros mayores estén disfrutando con las acciones de animación promovidas por el programa en los grupos a nivel de las comunidades. A todos ellos y a los voluntarios que hacen posible este hermoso trabajo vaya nuestro agradecimiento y rogamus porque el Señor les guíe a compartir sus experiencias con otros grupos.

Se celebrarán 10 años del Encuentro de Madruga.

Dra. María Magdalena Rodríguez



En el mes de Mayo se celebrarán los 10 años de efectuarse el encuentro de Madruga en el cual surgió la línea de la capacitación dentro del Programa de la Tercera Edad como parte activa del mismo y que cambió el enfoque hacia un trabajo más promocional con los mayores. Para nosotros adquiere una singular importancia porque en dicho encuentro contamos con

la presencia de numerosos representantes de las Caritas de Latinoamérica y se gestó la idea de crear la RLG que es hoy nuestro punto de unión e intercambio. Felicidades a todos.

Comenzó el Curso de Capacitación para Cuidadores de Ancianos.

Dra. María Magdalena Rodríguez



El pasado día 12 de abril se dio inicio al Curso de Formación para Cuidadores de Ancianos Discapacitados, cumpliendo con la planificación del programa de la Tercera Edad en cuanto a capacitación diferenciada. El curso diseñado por miembros del Equipo Nacional de Formación es impartido por un equipo multidisciplinario constituido por Médicos, Psicólogos, Enfermeros y Comunicadores. La matrícula superó las

expectativas de todos lo involucrados en el mismo y están representadas muchas de las zonas más distantes de la diócesis. Predomina un gran entusiasmo en todos los comprometidos y agradecemos la participación de todas las personas que se presentaron. ¡ Esperamos que el Señor nos permita llevar a feliz término este curso y que sea productivo en mejorar la calidad de vida de las personas mayores más vulnerables y de sus familiares.!



Ordenado Diácono permanente un miembro del Equipo Nacional de Formación del Programa de Tercera Edad de Cáritas.

MSc. Migdalia Dopico



El pasado 20 de abril, en la Parroquia "San José" de la ciudad de Jatibonico, fue ordenado Diácono permanente de la Iglesia, por Mons. Mario E. Mestril, Obispo de la Diócesis de Ciego de Ávila, Andrés Ferrer, (Andresito) quien desde hace muchos años es integrante del grupo de metodólogos del Equipo Nacional de Formación del Programa de la Tercera Edad de Cáritas. Estuvieron presentes en la celebración litúrgica, representando al resto de sus hermanos de Cáritas Cubana, un grupo del referido equipo. Este acontecimiento nos llena de alegría a todos, ya que no sólo permitirá contar en lo adelante con un miembro permanente del clero en este importante colectivo de formación nacional de nuestra institución, sino que además redundará en el fortalecimiento y desarrollo de la espiritualidad en el mismo. Llegue a

él nuestra más sincera felicitación y elevemos al Señor nuestras oraciones para que le de la fuerza necesaria en el desempeño de tan hermosa labor.

GERICUBA 2006

Dr. Cormac Bustillo

En el Palacio de Convenciones de la Habana se efectuó GERICUBA 2006 con el lema "Por una vejez satisfactoria y activa" con la participación de numerosos delegados nacionales y extranjeros. Cursos pre congreso, conferencias magistrales, mesas redondas, temas libres, sala de posters y el V Encuentro Internacional de Adultos Mayores, así como una gran sesión dedicada a la problemática del Maltrato en los ancianos, propiciaron una excelente oportunidad para aumentar los conocimientos, intercambiar experiencias, promover una mejor imagen de la vejez así como estimular un adecuado enfrentamiento a la problemática del Envejecimiento Poblacional en el evento. ([subir](#))

Materiales Editados



Se contemplan situaciones médicas frecuentes en los adultos mayores y su manejo familiar desde una óptica que prioriza la Calidad de Vida.

Aborda elementos útiles para la coordinación del Programa a nivel diocesano y parroquial.



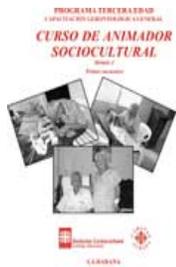
Se recogen temas relacionados con el papel del Voluntariado y su trabajo con los mayores.

Introduce en las técnicas de animación sociocultural y las diversas formas de intervención Gerontológica.*



Se aborda el envejecimiento poblacional e individual y las modificaciones que de ellos se derivan, tanto a nivel individual como familiar.*

Incluye la revisión del Encuentro y las generalidades acerca de la actividad grupal con particular énfasis en el liderazgo y la aplicación de las técnicas participativas.*



Revisa aspectos relacionados con la motivación en la animación sociocultural y diversas técnicas participativas para aplicar con los mayores.*

En este encuentro los temas abordados fueron: la motivación y el compromiso del animador, así como elementos de la comunicación y escucha, aplicados al trato con las personas mayores.*



* Si usted desea recibir estos materiales de forma electrónica (en formato pdf) puede solicitarlos a la dirección de correo electrónico Boletín del Adulto Mayor ([subir](#))

Localízanos en:

Calle: D #512, e/ 21 y 23. Vedado

Directora Cáritas Cubana: Lic. Maritza Sánchez

Coordinadora Programa Tercera Edad: MSc. Migdalia Dopico

Equipo de Redacción: Dr. Cormac Bustillo, Dra. María. Magdalena Rodríguez,

Dra. Ofelia Bravo, Lic. Lenier González

Diseño y confección del Boletín: Lic. Manuel Iglesias

El Consejo de Redacción de este boletín electrónico de Cáritas Cubana lo invita a que envíe sus opiniones y críticas sobre los temas tratados en nuestros números. Además, puede remitirnos sugerencias de temáticas que sean de su interés particular (relacionadas con la tercera edad) para que sean tratados por nuestros especialistas en próximas entregas. Esta publicación electrónica tiene en su espíritu la misma vocación de servicio que anima a la Cáritas Cubana. Esperamos contar con su colaboración. Muchas gracias.