

Gerenciamiento de las instituciones públicas en los estilos de vida saludable del adulto mayor del distrito de Tumbes

Management of public institutions in healthy lifestyles of elderly people in Tumbes district

Julia Mariños*

Resumen

La presente investigación cualitativa con enfoque etnográfico se realizó en la ciudad de Tumbes con el objetivo principal de develar el gerenciamiento de las instituciones públicas en los estilos de vida saludable del adulto mayor del distrito de Tumbes que tiene una población de 12 823 adultos mayores obteniéndose la muestra por saturación de discursos o bola de nieve en diez adultos mayores de diferentes agrupaciones; la información fue recolectada a través de la entrevista etnográfica y la observación participante presentándose los resultados en cuatro grandes categorías: Evidenciando la participación de las instituciones, Sintiendo la necesidad de ayuda, Evidenciando sus sentimientos y Vivenciando su participación en grupo. Llegando a las siguientes conclusiones: En el distrito de tumbes según las vivencias de los informantes el gerenciamiento de las instituciones públicas es parcial a pesar que existe el programa de inclusión social, reconociendo al sector salud y la universidad. El adulto mayor a pesar del apoyo restringido que recibe de parte de las Instituciones Públicas se muestra agradecido; Se percibe la presencia de una cultura organizacional propia del adulto mayor caracterizada básicamente por sus valores, sus costumbres y sus fines, Los Estilos de Vida Saludable Alimentación, ejercicio físico y de memoria, Control médico, no son adecuados para el Adulto Mayor por lo que surge la necesidad urgente que las instituciones públicas toman conciencia de su rol y asuman su compromiso con la sociedad especialmente con este grupo etario a través del plan de mejora propuesto.

Palabras clave: adulto mayor; instituciones públicas; estilos de vida saludable.

Abstract

This qualitative research with ethnographic approach was made in the city of Tumbes with the main objective to reveal the management of public institutions in the healthy lifestyles of elderly Tumbes district which has a population of 12,823 seniors yield sample saturation of speeches or snowball in ten adults over different groups; The information was collected through ethnographic interview and participant observation with results in four broad categories: Demonstrating the involvement of institutions, feeling the need for help, showing their feelings and experiencing their participation in the group. Reached the following conclusions: In the Tumbes District as the experiences of informant's knowledge of public institutions is partial although there is social inclusion program, recognizing the health sector and the university. The elderly despite the limited support they receive is grateful. the presence of its own organizational culture of the elderly basically characterized by its values, customs and perceived purposes. The general perception is an urgent need for public institutions to become aware of their role and assume their commitment to society especially in this age group.

Keywords: elderly; public institutions; healthy lifestyles.

Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de Tumbes.

* Autor correspondiente: coti1025@hotmail.com (J. Mariños).

Introducción

Durante la última década, el desarrollo vertiginoso de la tecnología ha incrementado la esperanza de vida en las personas, según la calidad de vida que llevan y como consecuencia de ello la población de personas que llegan a edades avanzadas se ha incrementado en el mundo, el Perú no es ajeno a ello, por lo que afronta un serio desafío, social y económico, que pueda proporcionar una calidad de vida humana y digna. Tumbes no escapa a esta realidad, hoy en día cuenta con una población de 17650 adultos mayores y como provincia 12823. Como vemos la realidad es semejante tanto regional, nacional y mundial. Ante esta realidad no se han tomado las medidas necesarias para lograrlo, surgiendo el planteamiento de la siguiente pregunta ¿cómo es el Gerenciamiento de las instituciones Públicas en los estilos de vida saludable del adulto mayor del distrito de Tumbes? y para dar respuesta, se plantearon los objetivos específicos: identificar los estilos de vida saludables, en el adulto mayor organizado con el gerenciamiento de las instituciones gubernamentales o

públicas, y proponer un plan de mejora para favorecer al adulto mayor a través del gerenciamiento de las instituciones gubernamentales o públicas.

En coherencia con este estudio se ha tomado como antecedentes los estudios realizados por Llerena (2005) y Fernández *et al.* (1998), con resultados positivos en la calidad y el disfrute de la vida. En Chiclayo Flores (2009) concluye la necesidad de ayuda de profesionales de la salud para un envejecimiento exitoso. A nivel local no se han realizado investigaciones respecto del objeto de estudio, lo que permitió comprender la importancia del estudio y reflejar el gerenciamiento de las instituciones públicas: gobierno regional, ministerio de salud, municipalidades, gobernaciones, universidades y otros en el fomento del estilos de vida saludable del grupo del adulto mayor de la provincia de Tumbes; por constituirse este grupo etario en uno de los más vulnerables, existiendo lineamientos para la atención integral de salud de las personas adultas.

Materiales y métodos

Población y Muestra

La población estuvo comprendida por 12282 adultos mayores del distrito de Tumbes y la muestra estuvo constituido por diez (10) adultos mayores pertenecientes a diferentes agrupaciones y fue por saturación, cuando los discursos se tornaron repetitivos.

Enfoque cualitativo-etnográfico

El presente estudio consistió en descripciones detalladas de las situaciones, eventos, interacciones y comportamientos que fueron observables en los adultos mayores, incorpora lo que los participantes dicen sus experiencias, actitudes, creencias, pensamientos y reflexiones tratando de destacar cada uno de los aspectos en su totalidad y dentro del contexto de quienes lo viven. El enfoque que se usa en la presente

investigación es el etnográfico considerado como uno de los más antiguos desde la época de Herodoto, pues en muchas historias narra, describe e interpreta las realidades observables desde el punto de vista conceptual de sus protagonistas.

Metodología

Los adultos mayores que fueron considerados en el periodo de julio 2014-noviembre 2015, son aquellos que pertenecen a las agrupaciones existentes en la provincia de Tumbes como el Centro de Desarrollo Integral de la familia (CEDIF), cesantes y jubilados del sector salud Adultos mayores del Hospital Saúl Garrido Rosillo (SAGARO), Asociación Regional de Cesantes y Jubilados de Educación Tumbes (ARCIJET) Beneficencia Pública. Para la recolección de datos se

solicitó la autorización respectiva en las diferentes agrupaciones de adultos mayores que se constituyeron en los grupos focales. Obtenida la autorización, se obtuvo la comunicación con los adultos mayores hombres y mujeres que asisten a la agrupación quienes autorizaron con firma mediante el consentimiento informado a participar en el estudio. El trabajo de campo, permitió la aproximación a la realidad haciendo uso de la entrevista, la observación y la elaboración del cuaderno de campo.

La obtención de los datos etnográficos se caracterizó por el involucramiento en el ambiente donde se pudo experimentar sus vivencias de los informantes escuchando, observando y participando de su mano para descubrir la manera adecuada de

tener acceso a los datos y aprender a solucionarlos de manera tal que respondan a sus cuestionamientos.

Procesamiento y Análisis de Datos

Una vez realizadas las entrevistas, se procedió a la transcripción de los contenidos que fueron transcritos y seleccionados manualmente. Luego se realizó la lectura y relectura de los datos para posteriormente descontextualizarlo separando las declaraciones en segmentos constituyendo los núcleos de significado, es decir la categorización lo que permitió la agrupación en subcategorías para luego formar las categorías de los elementos identificados y se les clasificó con la intención de comprender la situación en estudio preservando el significado del contexto.

Resultados

La lectura y relectura de los discursos de los adultos mayores que fueron entrevistados y el análisis realizado permitió la elaboración de las siguientes categorías y sub categorías culturales.

Evidenciando la participación de las instituciones

Reconociendo al sector salud

Así se demuestra en los siguientes discursos:

“Cuando me siento mal voy a la posta; allí el Dr. Me examina y me da mi medicina, gracias a Dios tenemos el SIS si no que fuera de nosotros” (Rosa).

“Voy a la posta me da la referencia y me atiende en el Hospital Regional con los especialistas, por el SIS” (Violeta).

“Tengo seguro por mi esposo, pero prefiero el Hospital Regional porque allí vienen los especialistas” (Dalia).

“En la posta el Dr. Nos cita para los controles, también nos manda a terapia” (Ortencia).

Reconociendo a la universidad

Así se demuestra en los siguientes discursos:

“Los jóvenes de la universidad nos distraen, conversan como unos amigos, nos dan charlas” (Margarita).

“Uy los chicos de la universidad como mi familia, nos dan charlas, juegos, paseos, compartir, las reuniones, muy bonito” (Rosa).

“La universidad nos apoya es muy bonito los chicos son muy amables, nos tienen paciencia, nos dan charlas, juegos, paseos los extrañamos en las vacaciones” (Trinitaria).

Reconociendo a otras instituciones

En los siguientes discursos los adultos mayores manifiestan:

“La municipalidad con el vaso de leche, comedor popular eso es una ayuda para nosotros” (Trinitaria).

“El CEDIF, nos da’ de comer, nos da buen trato, bueno nos saca de apuros” (Tulipan).

“La beneficencia y la iglesia también dan alimentos, ropa para los adultos como nosotros” (Chavelita).

Sintiendo la necesidad de ayuda

El adulto mayor no consigue satisfacer sus necesidades y demandas reales a pesar de las políticas a su favor; así se demuestra en las siguientes subcategorías:

Expresando falta de apoyo

Así lo demuestran en los discursos:

“Como dirigente quisiera que me apoyen para construir un local para reunirnos porque nosotros nos reunimos en el parque, así como nosotros también hay otros grupos” (Trinitaria).

“No recibimos ayuda de nadie pedimos a la región, al alcalde de Tumbes no tienen más bien el alcalde de Pampa Grande si nos apoyan a veces” (Azucena).

“Quisiéramos que nos ayuden con lo que fuera su voluntad, cualquier cosa es bueno, mis hijos son pobres” (Lucarda).

Expresando sentirse solos

Los adultos mayores expresan:

“Necesitamos ayuda psicológica porque hoy en día las situaciones del día a día nos enferman” (Rosa).

“A veces nos sentimos solas en casa y esperamos el día para reunirnos” (Chavelita).

“En mi casa estoy solita, mi hija trabaja, a veces lloro por encontrarme así...” (Dalia).

Evidenciando sus sentimientos

Los sentimientos son estados afectivos como resultado de la relación, vivencias y experiencias de una forma de actuar en un contexto social y cultural. La siguiente sub categoría surge:

Sintiendo alegría

Los siguientes discursos lo demuestran:

“Siento alegría porque hay buen trato, nos prestan atención las personas encargadas” (Ortencia).

“Me siento muy alegre y contenta porque aquí compartimos con los compañeros alegrías y tristezas somos como una familia” (Rosa).

“Me siento muy alegre y agradecida esto nos ayuda mucho aquí hay alegría, tranquilidad, paz es muy bonito compartir” (violeta).

Sintiendo felicidad

La felicidad es una expresión emocional positiva, grata para el ser humano porque permite la adaptación social.

“Feliz por entrar aquí en mi segundo hogar” (Rosa).

“Feliz con mis compañeros, aquí nos desestresamos, nos relajamos porque hasta las noticias nos enferman y aquí estoy feliz” (Violeta).

Vivenciando su participación en grupo

Las personas tienen necesidad de interrelacionarse con los demás formando grupos, con características semejantes y que persiguen un fin buscando así los adultos mayores ser revalorados. Esta categoría surge de las siguientes sub categorías:

Expresando cambios en su vida

Lo demuestran en los discursos:

“En este grupo estoy 14 años, estamos todos juntos en las buenas y en las malas, me cambio la vida, aunque no puedo bailar, pero el resto baila celebrando los cumpleaños con el regalo que tuvimos la música nos distraemos” (Trinitaria).

“No tenemos local pero el grupo nos reunimos en el parque todos los miércoles esperamos ese día y el jueves en la universidad, le digo a mis hijos me voy a la universidad y dejo todo” (Rosa).

“Las reuniones nos despejan nos hacen sentir bien” (Dalia).

Expresando beneficios para su salud

Se aprecia en los siguientes discursos:

“Los ejercicios nos hacen sentir bien y las distracciones también” (Chavelita).

“Las distracciones con las manualidades nos despeja nos hace sentir bien de salud” (Cucarda).

“Las terapias, la relajación, caminatas, nos hace sentir bien de salud” (Tulipán).

Expresando agradecimiento

La satisfacción de las necesidades retribuye agradecimiento como respuesta a la labor realizada por las instituciones por darles un espacio para que sean escuchados expresando sus ideas y conocimiento. Así lo dicen los discursos:

“Me siento muy agradecido por el apoyo que nos dan si no que fuera de nosotros” (Tulipán).

“Muy agradecida por la atención necesaria que nos dan, aquí encontramos todo amor, alimentación” (Ortencia).

“Agradecida por que nos reencontramos con las amigas, amigos, compañeros de

trabajo que fuimos” (Chavelita).

Discusión

Las políticas de salud actuales consideran instituciones sociales que se ocupan de proporcionar calidad de vida a las personas de la tercera edad, mediante el establecimiento de mecanismos de orden social y cooperacional, que procesan, normalizan, organizan acciones y comportamientos de apoyo a la población en estudio. Con respecto a la **evidencia de participación de las instituciones**, de los discursos expresados en el lenguaje de los informantes a través de la entrevista y la observación participante, se puede decir que tienen experiencias satisfactorias que enriquecen su vida en relación a la satisfacción personal, pero no todas las personas tienen la oportunidad de vivir esa experiencia porque existen muchas dificultades para ser beneficiados. En la actualidad las políticas sociales incluyen al adulto mayor comprometiendo a todos los sectores pero no todos asumen esta responsabilidad social como se puede apreciar en las siguientes subcategorías: Reconociendo al sector salud, en donde los adultos mayores en sus experiencias vividas reconocen al sector salud como el organismo que brinda ayuda en los tres niveles de atención; en la consulta externa, asistencial y recuperativa, así como lo demuestran sus discursos, donde podemos apreciar que el sector salud dentro de sus políticas considera los servicios públicos para los adultos mayores a través de un servicio coordinado como derecho fundamental a este grupo etareo. Reconociendo a la universidad, según los discursos de los adultos mayores reconocen la universidad como institución que brinda apoyo a través de las diferentes actividades académicas al servicio de la comunidad difundiendo conocimientos generados por la investigación tanto de docentes como estudiantes tendientes a la solución de problemas de la población con el fin de contribuir en su desarrollo y bienestar social. Reconociendo a otras

instituciones, los adultos mayores también reconocen a otras instituciones, como apreciamos en los discursos, a las que brindan apoyo de acuerdo a las necesidades de cada persona especialmente por su condición de pobreza que según las encuestas a nivel nacional vienen constituyendo un gran problema social a pesar que existen los programas de asistencia solidaria como es Pensión 65. Dentro de los lineamientos para la atención integral de las personas adultas mayores considera las alianzas intersectoriales para la protección y promoción de la salud.

El adulto mayor en la sociedad no consigue satisfacer sus necesidades y demandas reales a pesar de las políticas a su favor.

Aspecto develado en la categoría **sintiendo la necesidad de ayuda**. A través de la subcategoría: Expresando falta de apoyo, los discursos nos demuestran la urgente necesidad de ayuda, así mismo se aprecia que algunos sectores aún son postergados por parte de los encargados de atender las necesidades de este grupo poblacional lo que conlleva a la marginación social. Según los datos estadísticos de la DIRESA la población adulta mayor es inactiva la mayoría se desempeña en el que hacer doméstico, jubilados o discapacitados por alguna enfermedad condiciones que los desfavorecen. De las expresiones de soledad surgió la subcategoría; Expresando sentirse solos: La soledad es un problema frecuente en el adulto mayor causando deterioro funcional, mala calidad de vida que afecta al entorno familiar siendo necesario vencer este flagelo: Expresiones como “Necesitamos ayuda psicológica porque hoy en día las situaciones del día a día nos enferman” (Rosa). “A veces nos sentimos solas en casa y esperamos el día para reunirnos” (Chavelita). “Me siento sola en mi casa, no tengo con quien distraerme, conversar, ni cómo alimentarme” (Margarita). Los adultos mayores mediante la entrevista y la observación

participante, con sus testimonios permiten comprender que en esta etapa se sienten indefensos y no pueden afrontar las necesidades de dependencia y relación con otros debido a las diferentes circunstancias que atraviesa, lo que conlleva a la disminución de autoestima que muchas veces puede llegar a la desvaloración personal.

La categoría: evidenciando sus sentimientos

Los sentimientos son estados afectivos como resultado de la relación, vivencias y experiencias de una forma de actuar en un contexto social y cultural, que se expresan en las subcategorías. Sintiendo alegría: La alegría es una reacción emocional producto de una motivación o estímulo que hace que surja en un determinado momento. Los siguientes discursos lo demuestran: “Siento alegría porque hay buen trato, nos prestan atención las personas encargadas” (Ortensia). “Me siento muy alegre y contenta porque aquí compartimos con los compañeros alegrías y tristezas somos como una familia” (Rosa). “Me siento muy alegre y agradecida esto nos ayuda mucho aquí hay alegría, tranquilidad, paz es muy bonito compartir” (violeta). Esta conducta emocional como podemos apreciar facilita la adaptación de este grupo de personas al entorno social en el marco de la integridad considerando al adulto mayor habilitado para su autocuidado.

Sintiendo felicidad: La felicidad es una expresión emocional positiva, grata para el ser humano porque permite la adaptación social: “Feliz por entrar aquí en mi segundo hogar” (Rosa). “Feliz con mis compañeros, aquí nos desestresamos, nos relajamos porque hasta las noticias nos enferman y aquí estoy feliz” (Violeta). “Tranquila y feliz con mis amigos con quienes conversar” (Margarita).

La Categoría: **Vivenciando su participación en grupo:** Las personas tienen necesidad de interrelacionarse con los demás formando grupos, con características semejantes y que persiguen un fin buscando así los adultos mayores ser revalorados. Reflejado en la subcategoría:

Expresando cambios en su vida: La ayuda social es un programa que permite la eficiente coordinación con otros sectores permitiendo dar el servicio a las personas como es el caso de los adultos mayores, así lo demuestran en los discursos: “En este grupo estoy 14 años, estamos todos juntos en las buenas y en las malas, me cambio la vida, aunque no puedo bailar, pero el resto baila celebrando los cumpleaños con el regalo que tuvimos, la música nos distrae” (Trinitaria). “No tenemos local pero el grupo nos reunimos en el parque todos los miércoles esperamos ese día y el jueves en la universidad, le digo a mis hijos me voy a la universidad y dejo todo” (Rosa). “Las reuniones nos despejan nos hacen sentir bien” (Dalia). Las expresiones de los adultos mayores reflejan la importancia que tiene la responsabilidad social de las instituciones gubernamentales que contribuyen a mejorar sus estilos de vida.

Expresando beneficios para su salud: La salud está ligada a la actividad social caracterizada por la participación dentro de la comunidad y los estilos de vida saludable que contribuye a la conservación de la salud como se aprecia en los siguientes discursos: “Los ejercicios nos hacen sentir bien y las distracciones también” (Chavelita). “Las distracciones con las manualidades nos despeja nos hace sentir bien de salud” (Cucarda). “Las terapias, la relajación, caminatas, nos hace sentir bien de salud” (Tulipán). Como podemos apreciar la conservación de la salud depende de los estilos de vida saludable que permite brindar las condiciones preparando al adulto a enfrentar los cambios propios de su edad, garantizando el bienestar del anciano.

Expresando agradecimiento: La satisfacción de las necesidades retribuye agradecimiento como respuesta a la labor realizada por las instituciones por darles un espacio para que sean escuchados expresando sus ideas y conocimiento: “Me siento muy agradecido por el apoyo que nos dan si no que fuera de nosotros” (Tulipán). “Muy agradecida por la atención

necesaria que nos dan, aquí encontramos todo amor, alimentación”.

Los discursos demuestran la satisfacción de los adultos mayores a las instituciones que prestan servicios como recompensa de lo recibido muestran sus sentimientos de agradecimiento por hacerles sentir productivos con el deseo de aun alcanzar logros, metas en el grupo que pertenecen. Como podemos apreciar la vida es un proceso único donde el ser humano camina en forma inevitable hacia la ancianidad etapa de sabiduría, serenidad, sencillez con una gran cantidad de experiencias acumuladas alcanzando la plenitud y ello dependiendo de los estilos de vida que el adulto ha llevado en sus etapas anteriores. Existen mitos sobre el envejecimiento, como el anciano es “desvalido” “dependiente” muchas veces esto es falso ya que la ancianidad se vive de diferentes formas influenciada por la forma de vida independientemente de una enfermedad crónica.

Los estilos de vida saludable retardan el envejecimiento y la identidad, juega un papel importante en la interacción del adulto con el mundo que le rodea mucho

más si tiene la oportunidad de desarrollar sus intereses personales manteniendo su status dentro de la sociedad sintiéndose, útil experimentando sensaciones agradables teniendo satisfacciones personales que benefician a su persona y a su medio que le rodea.

Como vemos el adulto mayor experimenta cambios y adaptaciones y lo realiza en tres dimensiones como persona como integrante de un grupo familiar y como persona receptora sin embargo la sociedad valora tan solo al hombre activo, al que aporta y genera riqueza pero existen adultos que aún tienen posibilidades y aportan grandes conocimientos y realizan tareas productivas ante las situaciones de la vida que afrontan día de allí que los seres humanos en las diferentes etapas de la vida necesitan estímulos positivos para desarrollar las capacidades que posean en el medio que los rodean, se constituyen en elementos indispensables para lograr sus metas y los adultos mayores son el grupo de personas con derechos, leyes y normas que necesitan mejorar su calidad de vida hasta el fin de su existencia terrenal.

Conclusiones

En el distrito de Tumbes según las vivencias de los informantes el gerenciamiento de las instituciones públicas es parcial a pesar que existe el programa de inclusión social, reconociendo al sector Salud y la Universidad Nacional de Tumbes que realiza acciones de proyección social con el grupo en estudio.

El adulto mayor a pesar del apoyo restringido que recibe de parte de las Instituciones Públicas se muestra agradecido. Se percibe la presencia de una cultura organizacional propia del adulto

mayor caracterizada básicamente por sus valores, sus costumbres y sus expectativas de un envejecimiento con dignidad.

Los Estilos de Vida Saludable mencionados, tales como: Alimentación, Ejercicio físico y mental, control médico, no son adecuados para el Adulto Mayor por lo que surge la necesidad urgente que las instituciones públicas tomen conciencia de su rol y asuman su compromiso con la sociedad especialmente con este grupo etario a través del plan de mejora propuesto.

Referencias bibliográficas

Fernández, N. Clúa, M.; Báez, R.; Ramírez, M.; Prieto, V. 1998. Estilos de vida, bienestar subjetivo y salud de los ancianos. Revista

cubana de Medicina General e integral 16(1): 6-12.

Llerena, S. 2005. Incidencia de un programa de ejercicio físico. Bogotá.

Flores, S. 2009. Promoción de estilos saludable para un envejecimiento exitoso - Chiclayo.
Padilla, D. 2005. Sociedad y adulto mayor, Condiciones actuales de desarrollo. Disponible en:

<https://participo.blogcindario.com/2005/10/00065-sociedad-y-adulto-mayor-condiciones-actuales-de-desarrollo-d-padilla-z.html>