

PROYECTO PARA LA RECUPERACIÓN DEL ADULTO MAYOR COMO
MIEMBRO ACTIVO Y PRODUCTIVO EN EL MUNICIPIO DE SAN PABLO
NARIÑO



Universidad
del Cauca

José Ignacio Imbachí Bolaños

UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLITICAS Y SOCIALES
PROGRAMA DE CIENCIA POLITICA
POPAYAN 2011

PROYECTO PARA LA RECUPERACIÓN DEL ADULTO MAYOR COMO
MIEMBRO ACTIVO Y PRODUCTIVO EN EL MUNICIPIO DE SAN PABLO
NARIÑO



Universidad
del Cauca

Trabajo de grado para optar al título de Politólogo

José Ignacio Imbachí Bolaños

Director:
Jaime Fajardo Oliveros

Coordinadora local:
Lola del Carmen Calvache

UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLITICAS Y SOCIALES
PROGRAMA DE CIENCIA POLITICA
POPAYAN 2011

Nota de aceptación

Presidente del Jurado

Jurado

Fecha de sustentación:

AGRADECIMIENTOS

Como autor del presente trabajo quisiera expresar antes que nada mis más sinceros agradecimientos:

A mi familia, amigos y personas cercanas que con su compañía y apoyo colaboraron en la obtención de este documento como finalización a mi formación profesional y realización personal.

A los miembros de la comunidad universitaria que hicieron parte del trabajo aportando información, conocimientos y apreciaciones que permitieron llevarlo a feliz término.

Al profesor Jaime Fajardo Oliveros por haber aceptado la dirección del presente proyecto y por su asesoría permanente.

A la señora Lola del Carmen Calvache y demás miembros de la Alcaldía Municipal de San Pablo Nariño que apoyaron y acompañaron el desarrollo del proyecto.

A la enfermera Vilma Adelfa Lopez por su acompañamiento y amistad y a los demás miembros de la E.S.E que acompañaron y aportaron la realización del proyecto.

A los profesores del Departamento de Ciencia Política quienes me brindaron sus asesorías en cuanto los diferentes aspectos metodológicos utilizados en su ejecución, además de su conocimiento en las aulas de clase y su amistad fuera de ellas.

A mi profesor y amigo Rosario Mangiamela por ayudarme a extender las fronteras de mis conocimientos.

A María Camila por existir.

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCION	9
JUSTIFICACION	11
CAPITULO I:	
Marco teórico- práctico	13
Marco Legal	17
Contextualización	23
CAPITULO II:	
Sistematización del logro del objetivo 1	26
Sistematización del logro del objetivo 2	32
CAPITULO III:	
Sistematización del logro del objetivo 3	35
Sistematización del logro del objetivo 4	37
CONCLUSIONES	41
BIBLIOGRAFIA	44
ANEXOS	46

LISTA DE GRÁFICAS

	Pág.
• Defunciones por grupos de edad en el municipio de San Pablo.	24

LISTA DE MAPAS

	Pág.
• Mapa Urbanístico de San Pablo- Plano Rural	36
• Mapa Urbanístico San Pablo –Plano Urbano	62

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
ANEXO #1: Entrevistas	46
ANEXO #2: Fotografías de la entrega de remesas a los adultos mayores de bajos recursos.	52
ANEXO #3: Fotografías Comedor comunitario y granja comunitaria en el corregimiento de Briceño.	54
ANEXO #4: Trabajo de acondicionamiento físico y de salud mental con el grupo de la fundación HILOS DE PLATA.	56
ANEXO #5: Actividades lúdicas de actividad física y de salud mental con los demás miembros del comité en la vereda de La Chorrera	57
ANEXO #6: Realización del día del adulto mayor en el municipio de San Pablo.	58
ANEXO #7: Ficha geográfica del municipio de San Pablo (Cuadro 1)	59
ANEXO #8: Distribución de la población por grupo de edad y sexo (C 2)	61
ANEXO #9: Mapa Urbanístico San Pablo –Plano Urbano	62
ANEXO #10: Acta de conformación del comité del adulto mayor.	63

INTRODUCCION

Son mucho los factores que influyen de manera directa o indirecta en el proceso de envejecimiento de la población, todos ellos relacionados con la vivienda, la alimentación, la seguridad social, la estabilidad económica, la educación y el trabajo, que de manera individual o complementaria afectan su desarrollo. De igual manera existen aspectos socioeconómicos y personales que influyen, tales como: el lugar que ocupa la persona mayor en la familia, el grado de independencia del anciano, la comodidad de su vivienda, la importancia que recibe dentro de su comunidad, etcétera. Elementos que ayudan a ubicar su situación en los momentos actuales de la sociedad sobre la cual recae hoy la responsabilidad de preocuparse por el bienestar de las personas mayores. Bajo este contexto se hace necesaria la formulación de políticas y proyectos encaminados a propiciar, además de los aportes económicos, un entorno físico, social y cultural que conlleve a que la capacidad funcional de los ancianos dentro de la sociedad prevalezca y proporcionarles al mismo tiempo una condición activa y productiva dentro la población y no sean relegados ni discriminados por su condición.

El presente proyecto tuvo como finalidad proponer mecanismos que aportasen a los trabajos que se adelantan sobre adulto mayor y la recuperación de ellos en la comunidad del municipio de San Pablo Nariño, tomando como base la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez 2007-2019, enmarcada dentro de cuatro ejes fundamentales: 1. Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, 2. Protección Social Integral, 3. Envejecimiento activo, 4. Formación de Recurso Humano e Investigación. Proyecto con el cual se buscó, principalmente, recuperar dentro de la comunidad el lugar que les corresponde a los adultos mayores, quienes en los últimos tiempos han sido relegados a simples beneficiarios de ayudas económicas o esporádicas actividades. De tal manera que este proyecto quiso suscitar efectos positivos dentro de la población adulta del municipio promoviendo sus capacidades, alentando su labor y recuperando su productividad.

La formulación de este proyecto fue promovido por la actual administración municipal en cabeza del Alcalde Felipe Andrés Muñoz, en conjunto con la secretaría de programas sociales que encabeza la Señora Lola del Carmen Calvache y demás instituciones que lo apoyan.

Basado en la matriz estratégica de Plan de Desarrollo Municipal 2008- 2011 “Adelante San Pablo” dentro del cual sobresale de manera preponderante la importancia de la participación comunitaria en el éxito o fracaso del mismo. El proyecto de recuperación del adulto mayor como miembro activo y productivo de la comunidad, destacó por, justamente, direccionar sus propósitos a la participación de los adultos mayores en las situaciones de la comunidad y

recuperar, aunque sea de algún modo, el lugar que estos tuvieron en ella en el pasado.

Teniendo en cuenta que la administración municipal trabaja mensualmente con los adultos mayores del municipio en charlas y sensibilización por y para la comunidad, la gestión que buscó adelantar este proyecto fue la de presentar estrategias y unificar esfuerzos para proyectar de esta manera trabajos en pos del cumplimiento de los parámetros que a nivel nacional se adelantan con la ley de envejecimiento y vejez de 2007 a 2019 en el cual la recuperación del adulto mayor como miembro activo de la comunidad ha sido prioridad.

JUSTIFICACION

El proyecto sobre recuperación del adulto mayor como miembro activo y productivo para el municipio de San Pablo Nariño, se realizó como Práctica Social, opción de grado para estudiantes de último semestre del Programa de Ciencia Política, mediante un convenio entre la Alcaldía Municipal de San Pablo Nariño y la Universidad del Cauca en el año en curso. Este proyecto se desarrolló en conjunto con los miembros de la administración municipal encargados del tema y miembros de otras instituciones del municipio como el Hospital San Carlos E.S.E.

Últimamente el municipio de San Pablo viene afrontando cambios importantes en su composición en general, tanto a nivel físico en donde la modernización de sus estructuras y locales comerciales, la creación de nuevos lugares de habitación en los diferentes barrios y la significativa inversión en nuevas obras ha sido una constante, como a nivel social en donde las nuevas tecnologías y el acceso cada vez mas fácil y generalizado a los diferentes medios globales de comunicación, como también a los numerosos centros de educación superior, ha hecho de los habitantes personas más críticas y mejor preparadas en tanto la forma en que se afronta y se aprovecha la vida. Además cabe resaltar que en los últimos tiempos San Pablo ha recogido un número significativo y en constante crecimiento de personas foráneas que por las oportunidades que presenta el municipio han llegado y se han quedado.

Algunos de estos cambios se han hecho evidentes especialmente en la población de Personas mayores, quienes en los últimos años han presentado un incremento demográfico generando una de las principales preocupaciones por parte de la Administración Municipal en tanto se debe cumplir con las demandas que implica este incremento poblacional. Por ello se hace necesaria la formulación de nuevos proyectos que abarquen este tipo de problemáticas y que apoyen de manera sustancial al mejoramiento de las mismas. De ahí la importancia que tiene el proyecto de recuperación del adulto mayor en el municipio de San Pablo como miembro activo y productivo de la comunidad.

Para la Ciencia Política el desarrollo de este proyecto es relevante pues al tratarse de una ciencia social, el trabajo con la comunidad es prioritario. Además, la Ciencia Política con su característica de estudiar las diferentes organizaciones sociales y las instituciones políticas dispone de los elementos necesarios para hacer de este tipo de proyectos uno de su ejes de aplicación más puntuales, pues precisa en este caso particular de utilizar tanto las bases teóricas como metodológicas vistas a través de la carrera en los diferentes momentos, así pues, la investigación, la recolección y análisis de datos agregados, el trabajo con la comunidad, la relación constante con la administración municipal, la necesidad de

proponer nuevas y novedosas estrategias en el manejo de políticas de orden público y la posibilidad de promover nuevos proyectos, hacen que la ciencia política encuentre un campo de acción importante y hace de este proyecto una oportunidad propicia para que así sea.

CAPITULO I

1. MARCO TEÓRICO- PRÁCTICO:

En Colombia, el Plan Nacional de Desarrollo 2006-2010, Ley 1151 de julio de 2007, asigna al Ministerio de la Protección Social, la dirección de los programas de acción a favor de las personas Mayores, como parte de la población vulnerable, objeto de preocupación no solo del Gobierno sino de la sociedad en general. La Política Pública Nacional está en marcada en cuatro aspectos conceptuales tales como: El envejecimiento biológico y su relación con el envejecimiento demográfico, los derechos humanos, el envejecimiento activo y la protección social integral donde establece un marco general con carácter de permanencia, que da sustento y un fundamento a las acciones que programen y realicen al interior de las instituciones del Estado, de manera que se articulen con las entidades territoriales, a favor de sectores específicos como las Personas Mayores.

Con esta política pública se pretende que las Personas Mayores alcancen una vejez digna, saludable e integrada, dentro del marco de la promoción, prevención y restitución de los derechos humanos, mediante estrategias y objetivos que articulen a todos los estamentos del gobierno, las entidades territoriales y la sociedad civil en general, bajo los principios de Universalidad, equidad, dignidad, solidaridad intergeneracional, justicia social distributiva, participación social, y enfoque diferencial.

Es necesario para la formulación de la política pública identificar los conceptos más apropiados, que nos permita abordar de una forma clara y precisa el tema de Personas Mayores. De esta manera se da cuenta de diferentes definiciones concebidas frente a lo que se considera Adulto Mayor.

En Colombia el término Adulto Mayor hace referencia aquellas personas que alcanzan una edad de 60 años, que ha dedicado su vida a trabajar y al cabo de un tiempo debe jubilarse. También está el significado sociocultural, que se inicia mucho antes de los 40 años debido a las circunstancias sociopolíticas del país, y el concepto más común pero excluyente es que sean considerados como una persona anciana, enferma, limitada, que ya no siente, no piensa, no sueña, no desea y solo espera la muerte.

Los adultos mayores son aquellas personas que se encuentran en una etapa de marcados cambios. Se considera que el adulto mayor se identifica con el término vejez y en la sociedad se le ha dado a la expresión una connotación negativa, ya que se asocia con problemas de inactividad, deterioro, dependencia, inutilidad, etc. Sin embargo, este ciclo vital debe comprenderse como una etapa más de la vida, donde se procure condiciones y garantías para el libre desarrollo de estas

personas y sobre todo para el cumplimiento efectivo de sus derechos, dentro de una política de inclusión¹.

Hablar de Adulto Mayor implica referirse al concepto de envejecimiento, que para el Gobierno Nacional basado en la ley 1251 de 2008 es: el conjunto de transformaciones y o cambios que aparecen en el individuo a lo largo de la vida, es la consecuencia de la acción del tiempo sobre los seres vivos. Los cambios son bioquímicos, fisiológicos, morfológicos, sociales, psicológicos y funcionales. Este concepto es interpretado de dos maneras: Envejecimiento individual y Envejecimiento Demográfico. El primero está determinado por las condiciones sociales, económicas, ambientales, nutricionales y culturales en las que viven los seres humanos; el segundo se refiere al rápido envejecimiento de la población acompañado de cambios estructurales fundamentales, tales como las modificaciones en la composición familiar, en los patrones de trabajo, en la migración de los jóvenes a la ciudad, en la profundización de los procesos de urbanización y en el mayor ingreso de las personas al mercado laboral².

Otras definiciones consideran que el envejecimiento es universal, implica una serie de cambios y un conjunto de transformaciones: psicológicos, fisiológicos, socioculturales, bioquímicos, morfológicos y funcionales que aparecen a lo largo de la vida del individuo. Este proceso está directamente relacionado con la forma como la persona satisface sus necesidades a través de todo su ciclo vital. Estos cambios no solo suceden dentro de cada individuo sino también en las personas que están a su alrededor. Esta situación se agrava con las dificultades que encuentra al tratar de llevar su vida como la llevaba anteriormente y que al no lograrlo los hace sentirse inútiles³.

Los avances tecnológicos y científicos, han ido aumentando la expectativa de vida de la población, generando una mayor esperanza de vida al nacer, la disminución progresiva de las tasas de mortalidad y la modificación de la estructura de edad de la población, dejando como consecuencia una revolución demográfica, que se traduce en un aumento del promedio de edad de la población, hecho para el cual el Gobierno Nacional no está preparado para asumir. Situación diferente ocurre en los países industrializados cuyo crecimiento poblacional de adultos mayores se desarrolla en forma gradual, y están en mayor

¹ el envejecimiento y su atención en Colombia: un balance y perspectivas. Consultado el 10 de Febrero de 2011. En: <http://www.redadultosmayores.com.ar/buscador/files/COLOM009.pdf>

² CASTANEDO, Cristina. GARCIA Hernández Misericordia, NORIEGA, María José, QUINTANILLA Martínez Manuel. Consideraciones Generales sobre el envejecimiento, Consultado el 10 de Febrero de 2011 En: <http://www.arrakis.es/seegg/pdf/libro/cap.1.pdf>

³ el envejecimiento y su atención en Colombia: un balance y perspectivas. Consultado el 10 de Febrero de 2011. En: <http://www.redadultosmayores.com.ar/buscador/files/COLOM009.pdf>

capacidad de adaptarse y de ajustar los planes de acción ya proyectados para esta situación.

El estándar internacional estableció que la clasificación de Adulto Mayor es de 60 años en adelante, bajo este estándar en Colombia se consideran personas mayores a mujeres y hombres que tienen 60 años o más (o mayores de 50 años si son poblaciones de riesgo, por ejemplo indigentes, indígenas o discapacitados). Esta edad puede parecer joven en países donde la población goza de un adecuado nivel de vida y por lo tanto de salud, sin embargo en los países en desarrollo una persona de 60 años puede ser vieja y reflejar condiciones de vida que han limitado un envejecimiento saludable. Este límite de edad es reconocido y usado por Naciones Unidas para referirse a las edades avanzadas⁴. La vejez se ha relacionado con la dependencia, la enfermedad y la falta de productividad, sin embargo en los países desarrollados se puede observar que las personas mayores mantienen su autonomía y continúan laborando después de los 60 años; en general en los países en desarrollo presentan mayor desprotección, por ejemplo salen del mercado laboral aún antes de la edad de jubilación.

Organizaciones Internacionales como las Naciones Unidas (ONU), mediante la Asamblea General de las Naciones Unidas sobre el Envejecimiento, realizada en Viena 1982, aprobó el “Plan de Acción Internacional sobre Envejecimiento”. El plan procuraba que envejecer fuera un proceso donde se subrayara la interdependencia y asegurara la participación de las personas mayores en la sociedad, con el mejor y mayor alcance posible, considerando al anciano como ser humano y por tanto, merecedor de dignidad y respeto.

El envejecimiento es un fenómeno multigeneracional que plantea retos fundamentales a los sistemas de protección social integral y a las políticas de empleo en los países. El término activo se refiere, a la capacidad para estar físicamente activo y a una participación continua en asuntos sociales, económicos, culturales y ciudadanos. Las personas mayores que se jubilan del trabajo y las que están enfermas o viven en condición de discapacidad pueden, y deben, seguir contribuyendo activamente con su entorno familiar, social y cultural.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud “El envejecimiento activo es el proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez” El envejecimiento activo se aplica tanto a los individuos como a los grupos de población. Permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo de vida y participar en la sociedad de acuerdo con sus necesidades,

⁴ Política Nacional de Envejecimiento y Vejez 2007-2019; Antecedentes.

deseos y capacidades, mientras que les proporciona protección, seguridad y cuidados adecuados cuando necesitan asistencia⁵.

El Sistema de la Protección Social se constituye como el conjunto de políticas públicas orientadas a disminuir la vulnerabilidad y a mejorar la calidad de vida de los colombianos, especialmente de los más desprotegidos (Artículo 1, Ley 789 de 2002). Se enfoca en el riesgo social como la prevención, mitigación y superación, especialmente en situaciones de crisis, y de acuerdo a la vulnerabilidad específica de cada grupo humano.

La Protección Social enfatiza su trabajo en las causas de la pobreza, proporcionando a esta población, mayores posibilidades de asumir riesgos y ganar en rentabilidad más que en inversión. El enfoque del Manejo Social del Riesgo (MSR) identifica e interviene amenazas, riesgos y vulnerabilidades, mediante estrategias de prevención, mitigación y superación de eventos negativos. Permite que la intervención pública se concentre en abrir oportunidades para que los actores privados (hogares, comunidades, instituciones de mercado, entre otros) aumenten su capacidad. El MSR tiene ventajas importantes: mejora el bienestar individual y social, contribuye al desarrollo y crecimiento económico de la sociedad⁶.

Es pertinente tener en cuenta los derechos de las Personas Mayores ya que estos representan una responsabilidad que debe ser compartida entre diferentes actores sociales, incluyendo al Estado. En general los derechos humanos son: universales, imprescriptibles, innatos e irrenunciables. La función de los mandatos constitucionales en torno a los derechos humanos exige a los organismos del Estado ser garantes de derechos, como de la sociedad civil y la familia, que lleve a un aseguramiento de las condiciones materiales y normativas que garanticen el pleno ejercicio de los mismos para las Personas Mayores.

La Constitución Política Colombiana, los instrumentos internacionales de derechos humanos y la jurisprudencia constitucional, se constituyen en el marco legal de los derechos humanos en nuestro país. Sólo a partir de 1990 se habla de los derechos humanos de las personas mayores, expresado en los países a través de desarrollos normativos: “Las personas mayores se constituyen en sujetos especiales de derechos”.

⁵ Organización Mundial de la Salud (OMS). Envejecimiento Activo: marco político. Consultado el 10 de Febrero de 2011 En: <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/oms-envejecimiento-01.pdf>

⁶ HOLZMANN, Robert; JORGENSEN, Steen. Manejo Social del Riesgo: Un nuevo marco conceptual para la protección y más allá, 2002. Consultado el 11 de Febrero de 2011 En: <http://info.worldbank.org/etools/docs/library/79020/Fall%202001/elearning/fall2001/readings/pdppapers/manejo.pdf>

Siendo Colombia un Estado Social de Derecho debe proteger especialmente a la población vulnerable como los adultos mayores, que al llegar a este ciclo de vida presentan situación de discapacidad, pobreza y marginación, por eso pueden quedar afectados por grados diferentes de dependencia. Esto implica una restricción mayor para realizar sus actividades. En muchas ocasiones el adulto mayor queda afectado, el envejecimiento produce limitaciones y se torna vulnerable, la solución nunca puede ser la exclusión sino la rehabilitación y la integración. Estos fenómenos demandan soluciones, promoviendo en primer lugar la eliminación de barreras y el respeto a los derechos fundamentales.

2. MARCO LEGAL

La llamada revolución demográfica ha promovido el interés por conocer este fenómeno y aportar a la solución de los problemas ocasionados por el mismo, provocando de esta manera la necesidad de tener una normatividad de orden internacional, nacional y local dirigida netamente hacia la población de la tercera edad y su bienestar integro. Que va constituir el marco legal para la formulación de este proyecto dirigido hacia las Personas Mayores en el municipio de San Pablo.

Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento (Viena, 1982)

Realizado por la Asamblea de la ONU, en 1982, donde se definen los Principios de las Naciones Unidas a favor de las personas de edad, aprobados por la Asamblea General mediante resolución 46 de 1991. Estos Principios son: la independencia, la participación, los cuidados, la autorrealización y la dignidad, en ellos se encuentran varias orientaciones sobre educación⁷.

Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento.

Realizada en Madrid en el año 2002 mediante la resolución 1ª: Declaración Política y Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento 2002. Plan de acción internacional sobre el envejecimiento Se destaca el Artículo 10 que establece: *“El potencial de las personas de edad es una sólida base para el desarrollo futuro. Permite a la sociedad recurrir cada vez más a las competencias, la experiencia y la sabiduría que las personas de edad aportan, no solo para asumir la iniciativa de su propia mejora, sino también para participar activamente en la de toda la sociedad. En el punto 35 señala: “La educación es una base, indispensable para una vida activa y plena... Una sociedad basada en el conocimiento requiere la adopción de políticas para garantizar el acceso a la educación y la capacitación durante todo el curso de la vida. La educación y la*

⁷ Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas (ONU). Resolución 46 de 1991. Consultado el 11 de Febrero de 2011. En: <http://www.un.org/spanish/envejecimiento/ares54262.pdf>

capacitación permanentes son indispensables para conseguir la productividad de los trabajadores y de las naciones⁸.

Conferencia Mundial sobre Educación para todos 1990

Realizada en Jomtien, Tailandia en el año de 1990. Declaración Mundial sobre Educación para todos. Donde se estipuló la satisfacción de las Necesidades Básicas de Aprendizaje y educación para todos. La Declaración Mundial sobre Educación para todos ha sido incluida en normas legales colombianas como la Ley General de Educación (ley 115 de 1994) y el Marco de Acción de Dakar ha sido incluido en las normas expedidas para el cumplimiento en lo concerniente a la educación.

Foro Mundial sobre la Educación. Dakar, 2002

Foro realizado en Senegal en el año 2002. Marco legal de acción de Dakar. Acceso a la educación para todos los adultos. Uso de nuevas tecnologías para facilitar el acceso a la educación.

La Constitución Política de Colombia, 1991

El marco constitucional para la construcción de política pública en educación de adultos mayores lo conforman los artículos 13, 46, 48, 67 y 70. Derecho a la educación, igualdad; protección a la tercera edad, seguridad social, erradicación del analfabetismo, acceso a la cultura.

Ley 100 de 1993

Define como uno de los marcos de la Política Social los Servicios Sociales Complementarios. El Artículo 261, establece que los municipios o distritos deben elaborar un plan municipal de Servicios Sociales Complementarios para la Tercera Edad como parte integral del desarrollo. El Artículo 262, señala que estos servicios serán en materia de educación, cultura recreación y turismo.

Ley 115 de 1994. Ley General de Educación

Donde se establece la educación como un proceso permanente. Artículo 1º. Objetivo de la Ley. La educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una comprensión integral de la persona humana, de su dignidad de sus derechos y sus deberes.

⁸ Naciones Unidas. Informe de la Segunda Asamblea Mundial sobre Envejecimiento. Madrid, 2002. Consultado el 11 de Febrero de 2011. En: <http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/1625/1/Plan%20Internacional%20de%20Madrid%20sobre%20Envejecimiento%2C%202002.pdf>

Ley 319 de 1996

Por la cual fue ratificado el Protocolo adicional a la Convención Americana sobre Derechos Humanos en la materia de derechos económicos, NO discriminación en el acceso a los derechos. En el Artículo 3, se obliga la no discriminación, se comprometen a garantizar el ejercicio de los derechos que en él se enuncian, sin discriminación alguna.

Ley 720 de 2001

Promueve, reconoce y facilita la Acción Voluntaria, como expresión de la participación ciudadana, el ejercicio de la Solidaridad, la corresponsabilidad social, reglamentar la acción de los voluntarios en las entidades públicas o privadas y regular sus relaciones”.

Ley 1251 de 2008

Por la cual se dictan normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores. Artículo 4, define como uno de los principios la Formación Permanente, aprovechando oportunidades que desarrollan plenamente su potencial, mediante el acceso a los recursos educativos de productividad, culturales y recreativos de la sociedad. Artículo 7, Objetivos. 1. Mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. 2. Construir y desarrollar instrumentos culturales que valoren el aporte de los adultos mayores. 8. Promover una cultura de respeto al adulto mayor en todos sus ámbitos. Artículo 17. Áreas de Intervención 2. Educación, cultura y educación. · Programas de gerontología en pregrado y posgrado. · Núcleos temáticos sobre el envejecimiento y vejez en la educación formal y en la educación no formal. · Formación en derechos humanos, educación para participación ciudadana. · Educación intercultural en temas ambientales y sostenibilidad, desarrollo económico y social. · Acciones educativas y participativas que permitan crear conciencia de la dignidad humana y formar actitudes positivas y respetuosas. · Integrar de manera efectiva el saber adquirido por los adultos mayores, optimizándolo en la sociedad. · Acceso a la educación formal y no formal. · Acceso a las actividades culturales · Acceso a las actividades deportivas · Espacios posibles de encuentro, comunicación y convivencia.

Documento CONPES 2793 de 1995, sobre envejecimiento y vejez

En este documento se plantean los lineamientos de política referentes a la atención, al envejecimiento y a la vejez de la población colombiana, especialmente a las necesidades de las personas mayores. A pesar de haber logrado un gran avance, su contenido no logró articular a los diferentes actores sociales en un plan de acción que pusiera en práctica los lineamientos propuestos y adecuara normativa e institucionalmente al país, por lo cual perdió su validez.

Ley 1151 de 2007

Por la cual se expide el Plan Nacional de Desarrollo 2006-2010, donde en su artículo 1, letra c, tiene como objetivo desarrollar una política de promoción de reducción de la pobreza y promoción del empleo y la equidad que conduzca a soluciones eficaces contra la pobreza y la vulnerabilidad, teniendo como prioridad las regiones y poblaciones más rezagadas y vulnerables, como son las personas en situación de desplazamiento, las personas con algún tipo de discapacidad, los desplazados, madres gestantes, madres cabeza de hogar, primera infancia, personas mayores y habitantes de la calle.

Ley 1171 de 2007

Por medio de la cual se establecen beneficios para las personas adultas mayores, en su Artículo 1. El objeto de la ley presente es conceder a las personas mayores de 62 años beneficios para garantizar sus derechos a la educación, a la recreación, a la salud y propiciar un mejoramiento en sus condiciones generales de vida. Y en su Artículo 2. Nombra a quienes podrán acceder a los beneficios consagrados en esta ley los colombianos o extranjeros residentes en Colombia que hayan cumplido 62 años de edad. Para acreditar su condición de persona mayor de 62 años bastará con la presentación de la cédula de ciudadanía o el documento legal que acredite tal condición para los extranjeros.

Ley 715 de 2001

Por la cual se dictan normas orgánicas en materia de recursos y competencias de conformidad con los artículos 151, 288, 356 y 357, (Acto Legislativo 01 de 2001) de la Constitución Política y se dictan otras disposiciones para organizar la prestación de los servicios de educación y salud, entre otros.

Ley 1276 de 2009

Tiene como objeto la protección a las Personas Mayores de los niveles 1 y 2 de Sisben a través de los centros de vida, como instituciones que contribuyen a brindarles una atención integral a sus necesidades y mejorar su calidad de vida.

Acuerdo numero 08 de 2008

Por el cual se adopta el Plan de Desarrollo del Municipio de Popayán "Bienestar para Todos" 2008 - 2011. Este acuerdo hace referencia en su artículo 8, numeral 2, a la Dimensión Social: Educación, Salud, Cultura, Deporte, Infancia, adolescencia y juventud, Atención a población vulnerable y en artículo 10, numeral

2 donde se busca Implementar la política pública de adulto mayor en el Municipio.

Decreto número 3039 de 2007, metas nacionales en enfermedades no transmisibles y discapacidades

Donde se especifica en el numeral 2, aumentar por encima de 42.6% la prevalencia de actividad física mínima en adultos entre 18-64 años.

Resolución número 425 del 11 de febrero de 2008, Ministerio de la Protección Social.

Por la cual se define la metodología para la elaboración, ejecución, seguimiento, evaluación y control del Plan de Salud Territorial y las acciones que integran el Plan de Salud Pública de intervenciones colectivas a cargo de las entidades territoriales.

Hace referencia en el título II plan de salud territorial, capítulo I, Artículo 6. Ejes programáticos numerales 2 letra t: se refiere al tamizaje visual en adultos mayores de 50 años no afiliados al Sistema General de Seguridad Social en Salud y canalización a los servicios de atención para el control de la ceguera.

En consecuencia a lo expuesto anteriormente la metodología empleada en la formulación y aplicación del proyecto sobre la recuperación del adulto mayor como miembro activo y productivo para el municipio de San Pablo Nariño se hizo de manera secuencial y concienzuda, donde se intentó no pasar por alto ningún elemento preponderante y se desarrolló en los siguientes momentos:

1. Revisión Bibliográfica

Este primer momento consistió en la búsqueda y revisión de material bibliográfico concerniente con el tema (documentos, leyes, acuerdos, decretos, resoluciones, planes de desarrollo municipal y nacional, etc.). Esto con fin de articular la información necesaria para construir un estado del arte que permitió el manejo conceptual sobre el tema de personas mayores.

2. Identificación de Actores

En este segundo momento de la metodología fue necesario identificar los actores involucrados con la problemática de las personas mayores, tales como instituciones públicas y privadas, beneficiarios y beneficiados de los programas sociales referentes al tema, personas del común que se interesan y/o se afectan con el tema.

3. Identificación del problema

En el tercer momento se buscó identificar qué tipo de relaciones se mantenía entre los actores involucrados en el tema y de qué manera se afectaron o beneficiaron entre sí, para de esta manera definir el problema central que afecta a las personas mayores.

Este momento se dividió en dos partes:

- Acciones participativas: hacer que el desarrollo de formulación de la política de personas mayores fuera creado como un proceso participativo y de concertación de distintas instituciones y actores sociales, tanto gubernamentales como no gubernamentales, dentro de los cuales las personas mayores ocupasen un lugar preponderante. Con esta metodología se quiso lograr que los sectores que intervinieran participasen en todos los momentos del proceso, donde se sintieran reconocidos y se representasen sus necesidades, para garantizar la sostenibilidad de la política. Para esto se busco establecer espacios de discusión donde se implementaron talleres y mesas de trabajo con representantes de los distintos grupos de personas mayores existentes en el municipio y con los miembros del comité de adulto mayor del municipio⁹.
- Planeación prospectiva: permitió hacer un análisis de las condiciones, variables y actores influyentes anticipando las situaciones y condiciones futuras que permita desarrollar un ejercicio de planificación más acorde con las circunstancias cambiantes. Tratando de hacer de la elaboración de la política un proceso de construcción de futuro. Para esto fue necesario utilizar el método de análisis estructurales.

Una vez definida esta metodología se buscó articular con base en la Política Pública Nacional de envejecimiento y vejez los cuatro ejes temáticos que se manejan en ella (Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, Protección Social Integral, Envejecimiento activo, Formación de Recurso Humano e Investigación.) las líneas necesarias de acción y estrategia que sirvieran como base para la implementación y la finalidad exitosa del proyecto.

⁹ Implementado en el municipio gracias a la gestión conjunta del autor de este proyecto, miembros del Hospital San Carlos E.S.E y de la Alcaldía municipal.

3. CONTEXTUALIZACION:

En Colombia el término Adulto Mayor hace referencia a aquellas personas que alcanzan una edad de 60 años, que ha dedicado su vida a trabajar y al cabo de un tiempo debe jubilarse. También está el significado sociocultural, que se inicia poco después de los 40 años debido a las circunstancias sociopolíticas del país, y el concepto más común pero excluyente es que sean considerados como una persona anciana, enferma, limitada, que ya no siente, no piensa, no sueña, no desea y solo espera la muerte.

Los adultos mayores son aquellas personas que se encuentran en una etapa de marcados cambios. Se considera que el adulto mayor se identifica con el término vejez y en la sociedad se le ha dado a la expresión una connotación negativa, ya que se asocia con problemas de inactividad, deterioro, dependencia, inutilidad, etc. Sin embargo, este ciclo vital debe comprenderse como una etapa más de la vida, donde se procure condiciones y garantías para el libre desarrollo de estas personas y sobre todo para el cumplimiento efectivo de sus derechos, dentro de una política de inclusión¹⁰.

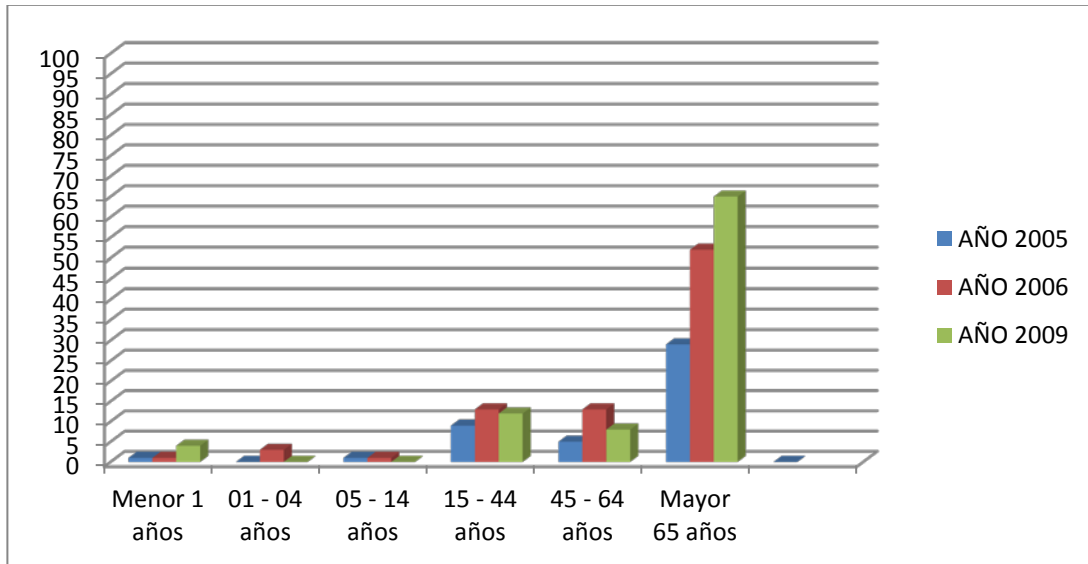
El municipio de San Pablo Nariño cuenta con una población total de 14.927 habitantes según el último censo nacional de los cuales 4.091 se encuentran por encima de los 45 años y 1.953 por sobre los 60 años. Es decir, el 27% de la población del municipio se encuentra en situación de cuidado y el 13% es considerado formalmente adulto mayor.

Además, como se demuestra en la gráfica 1 el índice de mortalidad en personas mayores a los 65 años en el municipio ha aumentado considerablemente desde el año 2005 hasta el 2009. Razón por la cual destaca la importancia de una pronta estrategia direccionada a mejorar la situación de esta parte de la comunidad.

Pues si bien las políticas municipales han aportado ampliamente al mejoramiento en las situaciones de la población más joven. Su interés en la persona mayor no ha sido tan impetuoso como debiera si se tiene en cuenta que los índices de mortalidad del municipio en las personas mayores de 65 años se han incrementado en casi el 30 % desde 2005 hasta el 2009.

¹⁰ el envejecimiento y su atención en Colombia: un balance y perspectivas. Consultado el 10 de Febrero de 2011. En: <http://www.redadultosmayores.com.ar/buscador/files/COLOM009.pdf>

Gráfica 1
DEFUNCIONES POR GRUPOS DE EDAD EN SAN PABLO NARIÑO



Fuente: INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE SALUD DE NARIÑO

Más aún si se tiene en cuenta que la administración municipal actual no ha dispuesto recursos propios en trabajos y/o proyectos dirigidos a atender la población de adultos mayores de manera más amplia y constante. Las ayudas que reciben los adultos mayores del municipio llegan directamente de entidades y programas nacionales, no locales, como los que ofrece, en sus diferentes formas el programa de acción social de la presidencia de la república.

Actualmente en el municipio de San Pablo los programas del gobierno nacional como el de paquete alimentario cubre a 612 adultos mayores en situación de vulnerabilidad del municipio tanto a nivel urbano como rural, 406 adultos mayores reciben el subsidio de dinero dispuesto por el ministerio de protección social y finalmente 39 adultos mayores del corregimiento de Briceño reciben los beneficios del comedor comunitario, lo que nos deja un total de 1.057 adultos mayores en situación de vulnerabilidad atendidos con dineros del Estado, mas no por encomienda propia del municipio¹¹.

A este respecto, en el municipio de San Pablo existe solamente un grupo de adultos mayores conformado como tal, el de la FUNDACION HILOS DE PLATA que reúne a 28 adultas mayores que, en cabeza de la señora Aura Edilma Rosada de Cerón trabajan con *recursos propios* en su acondicionamiento físico y su salud (física, mental, psicológica).

¹¹ 1.057 de 1.953 adultos mayores de 60 años existentes en el municipio, sin tener en cuenta los 4.091 que se encuentran por encima de los 45 años.

Conformada formalmente desde el 2003 la fundación ha trabajado desde el comienzo y hasta ahora sin apoyos diferentes al de su propio trabajo, en este sentido y como ya se ha mencionado, la administración local no aporta con recursos a esta organización y mucho menos con estrategias o programas a la comunidad adulta mayor en general del municipio.

Con los programas dispuestos por la E.S.E Hospital San Carlos referentes a temas de salud en prevención y cuidado principalmente, la atención al grupo de los adultos mayores de la comunidad sanpableña ha mejorado. Gracias a programas como el de estilos de vida saludables y de las enfermedades crónicas no transmisibles (diabetes, hipertensión), que afectan principalmente a las personas de la tercera edad, se está siguiendo y dando tratamiento a más de 580 adultos mayores de San Pablo.

De igual manera la acción dispuesta por la Universidad del Cauca en su proyecto RECUPERACION DEL ADULTO MAYOR COMO MIEMBRO ACTIVO Y PRODUCTIVO EN EL MUNICIPIO DE SAN PABLO NARIÑO, permite gracias al apoyo de los demás miembros del comité del adulto mayor del municipio que se fragüen estrategias y se vislumbre posibles soluciones al problema de desatención que sufre la población adulta mayor del municipio de San Pablo por parte de los entes administrativos locales, con lo que se aspira disminuir la mortalidad y aumentar la calidad de vida de esta población en estado vulnerable.

Asimismo se ha organizado actividades que vinculan a la comunidad mayor donde se les reconoce su valor y se les ocupa en labores que les permiten sentirse útiles y activos. De tal forma que se atiende no solo a su necesidad de cuidado físico sino también a su necesidad de reconocimiento por parte de la comunidad.

CAPITULO II

4. SISTEMATIZACIÓN DE LOS LOGROS EN EL OBJETIVO 1) ESTUDIAR LA POLÍTICA NACIONAL DE ENVEJECIMIENTO Y VEJEZ 2007- 2019 DE COLOMBIA PARA ANALIZAR SU POSIBLE APLICACIÓN EN EL MUNICIPIO DE SAN PABLO NARIÑO.

La política Nacional de envejecimiento y vejez en Colombia nace con la participación de varias asociaciones de adultos mayores, instituciones prestadoras de servicios sociales y de salud para personas mayores, entidades territoriales de orden municipal, distrital y departamental, ministerio de protección social, Departamento nacional de planeación y el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar.

Los resultados de las mesas de trabajo y las recomendaciones de las diferentes Asambleas mundiales sobre envejecimiento y la organización iberoamericana de seguridad social, permitieron sacar adelante esta política que busca atender integralmente las necesidades de los adultos mayores y el proceso de envejecimiento.

A este respecto, la política nacional de envejecimiento y vejez cuenta con 4 ejes que se enmarcan en cuatro aspectos conceptuales de gran trascendencia en los compromisos del Estado colombiano:

- ❖ Eje 1. Protección de los derechos humanos de las personas mayores: El estado colombiano ha adquirido el compromiso de formular políticas públicas orientadas al efectivo ejercicio de los derechos humanos de las personas mayores.
- ❖ Eje 2. Protección social integral: Se contemplan los siguientes aspectos: seguridad en el ingreso y atención prioritaria en entidades comerciales, bancarias y demás, seguridad social en salud, promoción y asistencia social, seguridad alimentaria y nutricional y vivienda digna y saludable.
- ❖ Eje 3. Envejecimiento activo: Se contempla la creación de espacios y entornos saludables, creación de una cultura de envejecimiento, promoción de hábitos y estilos de vida saludables,
- ❖ Eje 4. Formación de recurso humano e investigación: Para realizar estudios sobre envejecimiento y vejez y saber de qué forma se puede brindar una mejor asistencia al adulto mayor y formación del recurso humano en universidades, escuelas de auxiliares, técnicos capacitados, etcétera.

De igual manera en la política nacional de envejecimiento y vejez se contemplan los derechos que conserva el adulto mayor que tienen como fundamento los principios de dignidad, independencia, autorrealización, participación y cuidados promulgados por las Naciones Unidas para las personas adultas mayores y basados también en las Leyes 1251 de noviembre de 2008, Ley 1171 de diciembre de 2007 – ART.13 de la constitución política de Colombia.

En referencia a la tarea del cuidador, sus responsabilidades, compromisos, deberes y derechos y de la forma en que se debe asumir el cuidado de la persona adulta mayor a cargo, la política nacional de envejecimiento y vejez determina la importancia de una capacitación integral y un manejo adecuado de los intereses y parvedades del cuidador o de la persona a cargo. De esta forma se expresan cosas tan simples pero sumamente importantes como las horas de sueño del cuidador, su cuidado personal, un espacio para su descanso, la colaboración de familiares o demás personas allegadas al adulto mayor a cargo, su asistencia psicológica en caso de necesitarla, etcétera. Todo con el fin de que el cuidador haga su trabajo con agrado y no bajo presiones o circunstancias desfavorables para las dos partes.

En seguida y de manera coherente la política nacional de envejecimiento y vejez desglosa una serie de deberes y derechos que tanto el cuidador como el adulto mayor debe tener en cuenta para lograr conjuntamente un óptimo progreso, tales como los cuidados del adulto mayor entre los que destacan:

❖ La higiene personal.

- Baño asistido o baño de esponja según sea la situación del adulto mayor
- Los cuidados de la cavidad bucal.
- Cuidado de la piel (principalmente en personas postradas)
- Cuidado de las piernas y pies

❖ Cuidado de la visión y audición.

- Consultar anualmente al especialista.
- No utilizar lentes automedicados, de amigos o familiares pues puede ocasionar más daños que beneficios.
- Mantener los anteojos limpios y protegidos.
- Guardar los lentes en un mismo lugar para que no hayan olvidos ni extravíos.
- Evitar caminar por lugares oscuros, iluminar muy bien cuartos, escaleras y baños, revisar que no hayan cables eléctricos

sueltos, juguetes pequeños y alfombras en el suelo para evitar caídas.

- Pedir ayuda o asistencia para cruzar las calles o encender estufas y demás electrodomésticos potencialmente peligrosos.
- Si padece sordera, considerar la posibilidad de instrumentos amplificadores si el médico lo indica.

❖ Prevención de accidentes caseros.

- No encerar demasiado los pisos, ni deben estar mojados o resbalosos.
- Iluminar bien pasillos y escaleras.
- Recoger juguetes o cualquier otro obstáculo en la casa.
- Los apagadores de luz deben ser fáciles de encontrar.
- Guardar las medicinas en un lugar seguro.
- En caso de alteraciones inflamatorias de las articulaciones evitar aquellas posiciones que produzcan posible deformidades.
- En cuanto a bastones y muletas, es necesario considerar la mejor opción en artefactos para la necesidad de cada persona mayor.
- Considerar la opción bajo supervisión médica de aparatos como caminadores y sillas de ruedas para los casos en que sean necesarios.
- Aceptar las limitaciones y no sobre exigirse.

❖ Actividad física.

Estar activo es una de las cosas más importantes que se puede hacer para mantener la salud física y mental, así como la calidad de vida a medida que se envejece.

Bajo esta razón la política de envejecimiento y vejez promueve la actividad física en la edad adulta mayor como una de las más importantes medidas para mantenerse bien física y mentalmente, pues está comprobado que la inactividad física, entre otras razones, hace que el cuerpo envejezca más rápido, tanto así que se considera tan dañina para su salud como fumar periódicamente.

A este respecto no es necesario que se enfatice en la idea de que mantener una buena condición física nos garantiza una mejor y mayor capacidad de sobrellevar

el envejecimiento y la vejez de una manera menos trascendental, pues salta a la vista entenderlo de ese modo.

En lo que sí se debe hacer énfasis es en los modos, las estrategias y los hábitos que nos ayudarán a que así sea y, de ser necesario, por lo menos, nos ayudarán a convivir con esta etapa de la vida de una mejor manera.

Es en esto donde la política de envejecimiento y de vejez hace uno de sus mayores énfasis pues resalta, en primera instancia la capacidad que todavía en una edad avanzada poseemos y en cómo valerla ventajosamente para sobrellevar la vejez y el proceso entero de envejecimiento de una manera satisfactoria y provechosa.

A continuación se pormenoriza los beneficios de una actividad física regular y la mejor manera de realizarlo en la edad adulta mayor.

Beneficios:

- Una vida independiente.
- Mejor salud física y mental.
- Mejor calidad de vida.
- Menos dolores y molestias al moverse.
- Mejor postura y equilibrio.
- Mejor autoestima.
- Mantenimiento del peso.
- Músculos y huesos más fuertes.
- Relajación y menos estrés.
- Reduce el riesgo de enfermedades cardíacas, caídas y heridas, obesidad, hipertensión arterial, diabetes, osteoporosis. Ataques cardíacos, depresión, cáncer de colon, muerte prematura.

Como, cuáles y en qué medida debe realizarse:

Como mínimo se debe realizar 30 minutos, mínimo tres días a la semana, si la edad es muy avanzada se debe realizar 20 minutos.

Se debe tener en cuenta que la actividad física debe hacerse de manera segura y bajo supervisión constante, además debe escogerse muy bien el tipo de ejercicio a realizarse, dependiendo de las edades y capacidades de cada uno de los adultos mayores. Entre las mejores y más completas se encuentran el caminar, nadar,

bailar, pasear en bicicleta, además se debe evitar los movimientos bruscos y se debe buscar una sensación relajada, evitar el dolor, respirar con naturalidad y no contener la respiración.

De igual manera dentro de la política de envejecimiento y vejez se consideran los casos especiales como adultos postrados o en situaciones de especial convalecencia, para de igual modo desarrollar especiales actividades. Pero es sumamente importante que en ningún caso se debe dejar de lado este tipo de actividades.

❖ Alimentación:

Una buena alimentación se basa en el principio de comer todo pero con moderación.

La comida es una de las mejores cosas que tiene la vida, es parte importante cuando se celebra con familiares y amigos, nutre y da la energía necesaria para estar activo cada día. Por ello, se presenta una guía alimenticia basada en los siguientes principios:

- Disfrutar una amplia variedad de alimentos.
- Enfatizar en el consumo de cereales y productos a base de granos, vegetales y frutas.
- Elegir productos lácteos bajos en grasa, carnes magras y alimentos preparados con poca o nada de grasa, en preferencia pollo y pescado.
- Alcanzar y mantener un peso saludable.
- Limitar el consumo de sal, azúcar, alcohol y cafeína.

Finalmente es de vital importancia el ingerir alimentos higiénicos y bien cocidos, evitar comer en cualquier lugar y no ingerir alimentos que hayan sido guardados o recalentados.

❖ Conservar la salud física:

En este punto de la política nacional de envejecimiento y vejez se deja constancia de las principales enfermedades y los problemas de salud más frecuentes que las personas adultas mayores deben afrontar. Problemas tales

como: la hipertensión arterial, la diabetes, menopausia, la osteoporosis, los problemas de la próstata, los diferentes tipos de cáncer, la bronquitis, problemas intestinales, la incontinencia, los trastornos del equilibrio y los mareos, etcétera, que se hacen presentes y que irremediablemente deben afrontarse.

De igual manera se resalta la importancia que tienen, por esto mismo, hábitos tan simples como la buena alimentación, los chequeos médicos constantes y la no automedicación a problemas o dolencias físicas que pudiéramos definir como irrelevantes, pues a en edades avanzadas cualquier tipo de patología puede resultar grave.

❖ Conservar la salud mental:

Casi todas las personas adultas mayores son emocionalmente saludables, aunque en el plano psicológico se pueden presentar ciertos cambios en la memoria, el aprendizaje, la atención, la orientación y la agilidad mental. No obstante, la educación, la cultura y las experiencias adquiridas durante la vida constituyen una buena base para reentrenar o reaprender las habilidades que van disminuyendo.

Igualmente, los hábitos y costumbres con los que se vivió en joven afectan el proceso de envejecimiento y la etapa de la vejez, como el alcoholismo, cigarrillo, trasnochos constantes y demás.

Es probable que por la misma complejidad y los constantes cambios que se incluyen dentro del proceso de envejecimiento la persona adulta mayor sufra de condiciones propias de la edad adulta como la depresión, la demencia senil, entre otras patologías de similares características.

De ahí la importancia de implementar medidas propias y a tiempo para evitar y, de ser el caso, contrarrestar las molestias generadas en los adultos mayores que padecen dichos padecimientos.

Después de puntualizar lo referente a la ley nacional de envejecimiento y vejez cabe enfatizar en que un municipio como San Pablo Nariño con sus instituciones y según su organización administrativa no debiera presentar mayores inconvenientes al momento de planificar, adaptar y ejecutar, por lo menos en su mayor parte los lineamientos y condiciones que la ley nacional de envejecimiento y vejez promulga para la atención y el cuidado de la persona adulta mayor. Principalmente porque para ello no se requiere de rimbombantes inversiones ni de planeaciones demasiado extensas, todo lo contrario, lo que requiere

primordialmente es un estudio correcto y una estrategia acorde a la situación actual del municipio en cuestión de población adulta mayor.

5. SISTEMATIZACIÓN DE LOS LOGROS EN EL OJETIVO 2) HACER UN ESTUDIO SOBRE LAS CAPACIDADES LABORALES Y PRODUCTIVAS DE LOS ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO PARA CONCERTAR, SEGÚN ESTO, EL PROCEDER EN LAS ACTIVIDADES.

San Pablo es eminentemente rural por lo que su desarrollo está enmarcado y determinado por las actividades del sector agropecuario. En San Pablo existe un predominio absoluto del minifundio, que se agudiza día a día gracias al excesivo fraccionamiento de la tierra. Según las estadísticas del municipio los predios existentes se distribuyen en los siguientes porcentajes: menos de una ha. 37.17%, 1-3has. 38.10%, 3-5 has. 14.37%, 5-10has. 8.36%, 10-20 has. 1.85%.

➤ Producción Agrícola

En el campo agrícola predominan los cultivos de:

MAÍZ. Cultivo por excelencia para la alimentación diaria de manera especial para los habitantes del campo. Existen en el municipio 750 has. Cultivadas (39.25%).

CAFÉ. Intercalado con plátano, es el segundo en extensión de áreas cultivadas, ya que posee 712 has. (37.26%).

PLÁTANO. Es un producto de autoconsumo principalmente y se encuentra cultivado en 258 has (13.5%).

FIQUE. Producto utilizado principalmente para comercialización. Posee 56 has (2.93%) del área cultivada en el Municipio.

FRÍJOL. Posee 40 has. del área cultivada en el municipio, lo que representa el 2.09%. Cultivo utilizado en su mayoría para el autoconsumo.

YUCA. Cultivo de autoconsumo pero potencial, posee 48 has. (2.51%).

MORA. Es un cultivo de autoconsumo y comercialización, tiene puesto importante en el sector agrícola de San Pablo, se encuentran 13 has. (0.68%).

OTROS productos de menor importancia ocupan 34 has. (1.78%) y estos son: caña panelera 12 has. (0.63%), achira 0.58% (11 has.), papa 0.21% (4 has.), tomate de mesa 0.21% (4 has.) y ulluco 0.16% (3has.). Los productos agrícolas se comercializan más con las ciudades de Cali, Popayán y Pasto que con la cabecera municipal por cuanto los precios son más competitivos en las ciudades capitales.

➤ Producción Pecuaria.

En el Municipio de San Pablo la producción pecuaria la constituye el ganado vacuno, las razas que más se explotan son criolla y cebú. Teniendo en cuenta la extensión del mismo se puede afirmar que la explotación de este renglón se encuentra muy atrasada. Tampoco es muy significativa la explotación de cerdos y equinos; tal vez más difundida que estas dos familias, es la crianza de especies menores, sobre todo de gallinas y cuyes, y en menor proporción peces. Aunque en ninguno de los casos la tecnología utilizada es la adecuada.

Toda esta especie pecuaria y piscícola se encuentra distribuida en los 4 corregimientos. Para la producción piscícola existen aproximadamente 55 estanques que cubren un área promedio de 4.000 metros cuadrados.

➤ Producción artesanal.

La principal actividad se basa en la elaboración de morrales de cabuya a pequeña escala, labor realizada por la mujer campesina y cuya producción es adquirida por intermediarios que revenden en Pasto, Popayán o Cali. La contratación de fuerza laboral extra-familiar no existe, la remuneración es mínima y la producción se realiza totalmente con herramientas tradicionales.

➤ El comercio.

El comercio que se ejerce a través de pequeñas unidades económicas ubicadas en los cuatro corregimientos (zonas pobladas) que abastecen a la población de los productos de primera necesidad y a su vez son canales de intermediación de la producción agrícola y pecuaria entre San Pablo y otros centros de consumo. La actividad del comercio, aunque no es una gran generadora de empleo, por lo menos ocupa una o dos personas fuera de la mano de obra familiar.

Últimamente el turismo se ha constituido en una actividad que adquiere relevancia. Se trata de incentivar este sector a través de las atracciones turísticas que posee San Pablo como: el Santuario de la Virgen de la Playa, la hidroeléctrica del río Mayo, la piscina semi-olímpica del Colegio Nacional Antonio Nariño, la Plaza de Bolívar, la estatua de Cristo Rey, etc.

➤ Empleo e Ingresos

La caracterización del empleo y de ingresos de las familias sampableñas está mediatizada por condiciones propias de su economía agrícola minifundista. En estas condiciones no se puede hablar de los índices de empleo formal para determinar el nivel de ingresos de las familias, no hay una relación empleado – empleado mediada por salarios, sino una relación de ocupación de la mano de obra familiar la cual satisface sus necesidades básicas a partir de ingresos provenientes de ventas de productos agropecuarios de su unidad económica. Las necesidades básicas insatisfechas (NBI) de la población determinan que el bienestar de la población debe iniciarse por garantizar oportunidades de trabajo y de producción para la familia campesina. Al no atender las necesidades básicas

locales, sobre todo en lo relacionado con el trabajo y el ingreso, la estabilidad social se deteriora, hay desplazamiento de los cultivos lícitos hacia los ilícitos. Es necesario un Plan de Desarrollo Integral que dinamice la economía sanpableña.

Como lo anterior infiere, la población sanpableña es una población mayormente agrícola y por ello sus habitantes, en gran número dependen de este oficio.

Por eso mismo se tuvo en cuenta que de los 1953 adultos mayores del municipio el xx%, es decir 809 viven en el sector rural y los restante 1144, el xx%, vive en el casco urbano, y se llego a la conclusión que las capacidades y las facilidades para realizar determinadas actividades son variantes y particulares para cada caso (especificando los sectores por veredas y tipos cultivo). Por ello antes de aplicar cualquier tipo de estrategia se hizo necesario visitar cada una de las diferentes veredas y convocar, aprovechando la entrega del paquete alimentario para el adulto mayor de acción social, a los habitantes mayores de 60 y/o que se consideraran adultos mayores del sector y quisieran formar parte de las actividades, para entrevistarlos y considerar conjuntamente después de explicar la intensión del proyecto, los modos a proceder, las actividades a realizar y finalmente el tiempo y modo para realizarlo.

Así mismo se realizó con los adultos mayores habitantes en el casco urbano del municipio reuniones de similar naturaleza y se acordó conjuntamente como se procedería. Fue de mucha consideración el hecho que los habitantes del sector urbano, a diferencia de los de sectores rurales poseen capacidades distintas y vivieron a lo largo de sus vidas bajo condiciones y rutinas diarias muy distintas.

CAPITULO III

6. SISTEMATIZACIÓN DE LOS LOGROS EN EL OBJETIVO 3) CONCERTAR CONJUNTAMENTE CON LA ADMINISTRACIÓN MUNICIPAL LOS RESULTADOS QUE ARROJE EL ESTUDIO DE LA POLÍTICA NACIONAL DE ENVEJECIMIENTO Y VEJEZ 2007- 2019 Y DE LAS CAPACIDADES LABORALES Y PRODUCTIVAS DE LOS ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO.

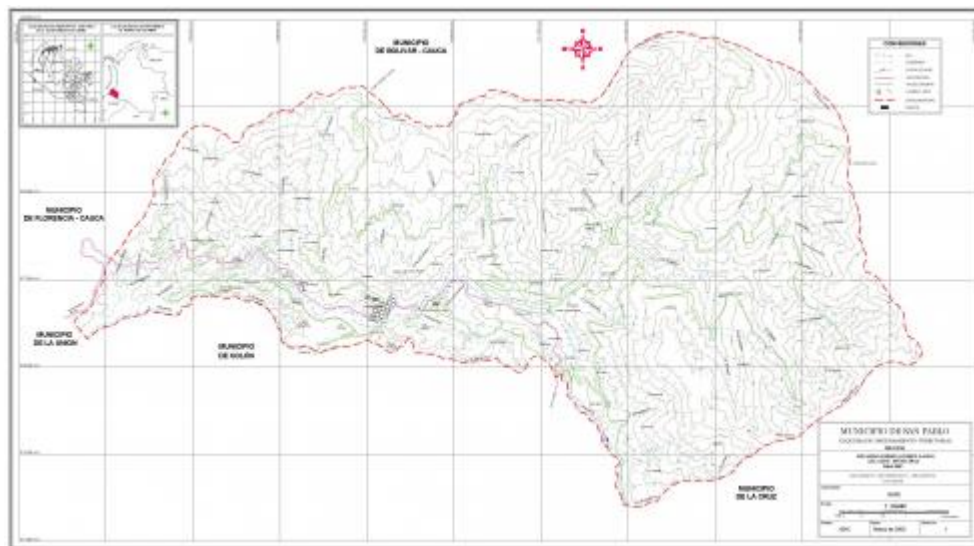
“La Alcaldía Municipal de San Pablo es una entidad pública de la Rama Ejecutiva del Orden Municipal, que en cumplimiento de las funciones legales y constitucionales propicia el bienestar de la comunidad, mediante la gestión de recursos, la planeación, la ejecución de sus planes, programas y proyectos en forma concertada con la comunidad”.

Según el párrafo extraído de la documentación oficial de la Alcaldía municipal como *su Misión*, sobresale el compromiso que adquiere la administración municipal de buscar el bienestar de la comunidad mediante diferentes estrategias, entre ellas la ejecución de proyectos, por lo que la concertación del proyecto RECUPERACION DEL ADULTO MAYOR COMO MIEMBRO ACTIVO Y PRODUCTIVO DE LA COMUNIDAD DE SAN PABLO NARIÑO no presentó mayores inconvenientes, todo lo contrario, contó con la aprobación total de sus órganos administrativos.

Así mismo se determino entre las partes, después de exponerse los lineamientos de la política nacional de envejecimiento y vejez y de analizar los resultados de las entrevistas y demás sondeos que se realizaron en el municipio, tanto a nivel urbano como rural, que según las capacidades y los estilos de vida de los adultos mayores de cada lugar, primeramente se dividiría el municipio en sectores según las veredas que entre ellas estuvieran más cercanas, según la división rural del municipio de la siguiente manera:

- Sector 1: Cabecera municipal, veredas de las Juntas, La Cañada, La Vega Quito, El Bohío. Los Llanos Chiquitos, Los Llanos, Playa Alta, Bateros y Las Laderas
- Sector 2: Veredas del Alto, El Diamante, La Chorrera, Cantarrano, El Lindero, Lagunitas.
- Sector 3: Veredas de Derrumbes, El Chilcal Alto y Bajo, Yunguilla, y Lucitania.
- Sector 4: Veredas de Los Robles, Praditos, Francia.
- Sector 5: Veredas de Bellavista, El Mesón y Aguadas.
- Sector 6: Corregimiento de Briceño, veredas de Araditas, Tablón, Ramal bajo y alto.
- Sector 7: Veredas de Campo bello y la Cuchilla.

MAPA 1: Mapa Urbanístico de San Pablo- Plano Rural



A continuación se procedió a establecer las estrategias para cada uno de los grupos a trabajar, en donde se tuvo en cuenta además de lo ya mencionado, cosas como los recursos destinados al trabajo, la distancia de cada uno de los sectores y el número de personas adultas mayores por cada sector, etcétera.

Se destaca que para complemento en la aplicación del proyecto, se acordó con la E.S.E Hospital San Carlos del municipio para trabajar en conjunto, aprovechando el programa de prevención de las enfermedades crónicas no trasmisibles que maneja el hospital y que se aplica principalmente a personas adultas mayores con dichos problemas propios de la etapa de vejez.

Dentro de la planificación se logro establecer el comité del adulto mayor¹² el cual se instauró con personal profesional en distintos campos de la salud como médicos, enfermeros, psicólogos, odontólogos y profesionales miembros de la alcaldía municipal encargados de los temas sociales, además de mi persona para trabajar coordinadamente según lo dispusiera el plan de acción establecido.

¹² Véase anexo 8.

7. SISTEMATIZACIÓN DE LOS LOGROS EN EL OBJETIVO 4) COORDINAR JUNTO A LA ADMINISTRACIÓN MUNICIPAL LA APLICACIÓN DE LAS POLÍTICAS RELACIONADAS AL ADULTO MAYOR Y ESTABLECER LAS ACTIVIDADES QUE PERMITAN SU APLICACIÓN EFICAZ EN EL MUNICIPIO.

En Colombia según la ley de envejecimiento y vejez 2007-2019 se dispone de cuatro ejes esenciales para el manejo de la comunidad adulta mayor: 1. Protección de los derechos humanos de las personas mayores, 2. Protección Social integral, 3. Envejecimiento activo, 4. Formación de recurso humano e investigación. Según esto, y haciendo caso a lo acordado en la planificación de las actividades resueltas por los diferentes actores partícipes en la ejecución del proyecto RECUPERACION DEL ADULTO MAYOR COMO MUEMBRO ACTIVO Y PRODUCTIVO DEL MUNICIPIO DE SAN PABLO NARIÑO, se determinó una planificación escalonada en las siguientes actividades, siguiendo juiciosamente los cuatro puntos esenciales que componen la política nacional de envejecimiento y vejez y que por ende son también los ejes centrales del mencionado proyecto.

En primer lugar y aprovechando la oportunidad brindada por el programa de familias en acción de “paquete alimentario”, se acompañó en la entrega de las remesas en los diferentes sectores rurales del municipio para de esa forma conocer de primera mano a los adultos mayores beneficiarios del programa, sus lugares de habitación, sus aparentes estilos de vida y costumbres.

Enseguida se analizó la información recaudada en todos los sectores del municipio, incluyendo la cabecera municipal y después de concertarlo, se optó por programar reuniones específicas en cada uno de los sectores, primeramente solo con los beneficiarios del programa y posteriormente con los demás adultos mayores del sector.

Entre las actividades programadas para cada uno de los sectores rurales se inició con una pequeña reunión, que buscaba inicialmente motivar llevando a parte del comité del adulto mayor del municipio, integrado netamente para este fin, para brindarles charlas sobre cuidado personal, aseo, cuidados físicos y síntomas de alarma en la cuestión salud, actividades de acondicionamiento físico y de gimnasia pasiva, por citar solo algunos ejemplos de lo realizado en dichas reuniones¹³.

Cabe resaltar, según la experiencia que las actividades realizadas calaron muy bien entre los adultos mayores de cada sector a donde se pudo hacer; pues como ellos mismos nos lo hicieron sentir, se necesitaba este tipo de programas, sobre todo teniendo en cuenta que este sector, el de los adultos mayores, es el que menor atención recibe por parte de los órganos administrativos del municipio, razón por la cual se redoblaron los esfuerzos para sacar adelante el proyecto de la mejor manera.

¹³ Véase anexo 5.

Posteriormente y sin dejar de lado la entrega mensual de las remesas se realizó en el corregimiento de Briceño la huerta comunitaria¹⁴, con la participación de los adultos mayores pertenecientes al grupo del comedor comunitario del corregimiento, dando uso práctico de un terreno baldío en la parte posterior de la vieja escuela donde funciona ahora el comedor dispuesto por acción social.

Esta obra estuvo orientada a que los adultos mayores del corregimiento dispusieran de un terreno para que realicen, si así lo quisiesen, la labor de agricultores que su gran mayoría, realizaron cuando jóvenes. Asimismo aprovechar a futuro las ventajas de la cosecha, pues lo sembrado en la huerta es para uso exclusivo de los beneficiarios del comedor.

Dentro de las actividades incluidas con el grupo de adultos de mayores del corregimiento de Briceño se dictaron charlas referentes a la alimentación balanceada, sobre todo para las horas de la tarde y los fines de semana, pues el almuerzo lo reciben en el comedor comunitario de lunes a viernes según un programa de comida balanceada y saludable apropiado de la edad adulta mayor dispuesta por el programa de comedores comunitarios de acción social, por lo que se hace necesario que cuando no se encuentren dentro del comedor sepan alimentarse de manera saludable con lo dispuesto por cada uno según su situación económica y capacidad laboral, es decir que sepan aprovechar y distribuir los muchos o pocos alimentos que pudiesen ser capaces de conseguir, pues vale resaltar que en su gran mayoría los adultos mayores beneficiarios del programa superan los 65 años y/o viven en situación de vulnerabilidad.

Igualmente se les proporciona actividad física diaria con el trabajo de mantenimiento de la huerta comunitaria, que consta de tareas de esfuerzo físico mínimo pero de aprovechamiento y acondicionamiento muy valioso para la conservación de su salud, no solo en lo referente al bienestar físico sino también en la cuestión de la salud mental pues disponen de esta manera de relaciones sociales más frecuentes y de espacios de sano esparcimiento y compañía, ya que en muchos de los casos los adultos mayores viven solos por realidades como la viudez o en muchos casos por el abandono de sus hijos o demás familiares.

Así pues la ejecución del proyecto para la RECUPERACION DEL ADULTO MAYOR COMO MIEMBRO ACTIVO Y PRODUCTIVO DEL MUNICIPIO DE SAN PABLO NARIÑO en obediencia a los cuatro ejes principales de la ley nacional de envejecimiento y vejez fue acogido de la mejor manera por los adultos mayores del municipio incluido el sector rural, de igual manera la satisfacción por parte de los miembros del comité del adulto mayor y demás colaboradores con la aplicación de las políticas de envejecimiento y vejez referidas en el proyecto.

¹⁴ Véase anexo 3.

Simultáneamente se trabajo con los adultos mayores de la cabecera municipal que, en su gran mayoría integran el programa de prevención en las enfermedades crónicas no trasmisibles coordinado por la enfermera Vilma Adelfa López desde la E.S.E. Hospital San Carlos, con quienes se desarrollaron igualmente charlas de prevención y cuidado en todos los ámbitos dispuestos por la ley de envejecimiento y vejez para el cuidado del adulto mayor¹⁵ además de citas frecuentes para acondicionamiento físico y gimnasia pasiva.

Para destacar en la cabecera municipal el hecho de que ya existe un grupo de adultas mayores organizadas en la fundación “hilos de plata”, quienes gracias a su misma organización, nos permitieron trabajar de manera más constante y complementaria las actividades dispuestas y con quienes se estableció una relación de mucha cordialidad y mutuo afecto.

Complementariamente y cumpliendo con uno más de los requerimientos contemplados dentro de los 4 ejes de la política nacional de envejecimiento y vejez, el punto **4) la capacitación de recurso humano**, hubo la posibilidad de viajar al municipio vecino de La Cruz Nariño, en donde junto a otros miembros del comité de adulto mayor se nos capacito por parte del personal del Instituto Departamental de Salud de Nariño en lo referente a la organización de las actividades y al manejo de las personas adultas mayores a nuestro cargo, como también en las últimas políticas de salud y el POS en los regímenes subsidiado y contributivo, situación que nos confirió las capacidades de difundir la capacitación a los diferentes líderes comunitarios de las veredas a las que lastimosamente por situación de difícil acceso no nos fue posible asistir las veces que hubiéramos querido y en donde nos toco trabajar solo cuando nos trasladamos a entregar las remesas otorgados a los beneficiarios del programa de paquete alimentario de acción social.

Finalmente y destacado como el logro más sobresaliente en los casi 7 meses de trabajo se encuentra el compromiso por parte de la administración municipal de continuar con los procesos iniciados y con las actividades que por motivo de tiempo u otros inconvenientes logísticos no se pudieron cumplir en su totalidad, de igual forma de mantener el comité del adulto mayor para mejor y mayor cubrimiento de las necesidades de la comunidad adulta mayor del municipio.

No obstante y pese a que la realización del proyecto desde un comienzo, fue por demás complicado sobre todo por la coyuntura en la que se realizó o bien por desatención y falta de interés de algunos de los entes administrativos en lo referente al tema, se saco adelante en su gran mayoría las actividades proyectadas y se cumplió con, por lo menos el 80 % de lo programado inicialmente en el proyecto.

¹⁵ Remítase a las páginas 22 hasta 27.

Motivo que llena de satisfacción, pues la razón principal que estimulo la creación del proyecto para LA RECUPERACION DEL ADULTO MAYOR COMO MIEMBRO ACTIVO Y PRODUCTIVO DEL MUNICIPIO DE SAN PABLO NARIÑO fue siempre la de ayudar a la comunidad más vulnerable del municipio, la población de adultos mayores y, por lo menos en un primer momento, se pudo cumplir.

CONCLUSIONES

En el lapso transcurrido entre la realización del proyecto y su ejecución final cabe decir que han sido muchas las cosas positivas que se encontraron, muchas las personas que aportaron y quisieron vincularse y muchos los logros que se consiguieron. Igualmente se tuvo que afrontar serios inconvenientes (de diferentes naturalezas: políticas, administrativas, sociales, económicas) que ocasionaron atrasos en el cumplimiento del cronograma previsto en el anteproyecto presentado inicialmente pero que afortunadamente para bien del proyecto en su gran mayoría dispusieron de variadas alternativas y posteriores soluciones. A continuación entonces, se enumerará a manera de conclusión cada resultado que positiva o negativamente arrojó la ejecución final del proyecto para la RECUPERACION DEL ADULTO MAYOR COMO MIEMBRO ACTIVO Y PRODUCTIVO EN EL MUNICIPIO DE SAN PABLO NARIÑO.

- El principal logro sin duda alguna ha sido la conformación formal del “comité del adulto mayor”, que reúne a profesionales en diferentes áreas (odontólogos, enfermeras, licenciadas, psicólogos, etcétera) y a diferentes instituciones del municipio (Alcaldía municipal, Hospital San Carlos E.S.E, etcétera) en un fin común, el de atender y vigilar el bienestar de los adultos mayores del municipio¹⁶.
- Se acompañó y ayudó en la entrega de los beneficios que otorga el gobierno nacional (Remesas, pagos, comedores comunitarios) que permitió un positivo acercamiento con los adultos mayores del municipio y un conocimiento más acertado y directo de su situación¹⁷.
- La Realización de la huerta comunitaria en el corregimiento de Briceño donde funciona el comedor comunitario permitió que por el tiempo y la naturaleza del trabajo conjunto se forjara una relación de mutuo respeto y cariño, además de los innumerables beneficios que para los adultos mayores beneficiarios del programa brinda la actividad física y el contacto humano constante.
- Se elaboró, acompañó y participó en el plan de acondicionamiento físico y de salud mental del adulto mayor con el grupo de la fundación HILOS DE PLATA en el casco urbano del municipio de San Pablo¹⁸ y en conjunto al comité del adulto mayor las actividades lúdicas, de acondicionamiento físico

¹⁶ Véase anexo 8.

¹⁷ Véase anexo 2.

¹⁸ Véase Anexo #4.

y charlas sobre salud (mental, física y psicológica) y bienestar del adulto mayor en diferentes sectores del municipio (sectores urbano y rural)¹⁹.

- Se programaron actividades para la celebración del día del adulto mayor, que se realizaron en conjunto con los representantes de la E.S.E. Hospital San Carlos y miembros del comité del adulto mayor en el casco urbano del municipio, con la participación de todos los adultos mayores que pudieron asistir²⁰.
- Aunque la suspensión del Alcalde Felipe Andrés Muñoz Delgado y el nombramiento de un Alcalde encargado a 5 meses de terminar la administración representó el principal inconveniente en tanto al acompañamiento y apoyo por parte de la Alcaldía municipal en el desarrollo del proyecto, a fin de cuentas se consiguieron en su gran mayoría los logros dispuestos en el anteproyecto.
- La llamada “ley de garantías” fue uno de los mayores inconvenientes con los que se tuvo que lidiar, pues el aporte de los recursos económicos de parte de la Alcaldía en consecuencia del cumplimiento de esta ley fue muy poca, motivo por el cual en muchas ocasiones se debió trabajar con recursos propios.
- El tema de la comunicación, coordinación y reunión de las personas adultas mayores en las diferentes veredas del municipio para el cumplimiento de las actividades dispuestas en el plan de acción del comité representó el inconveniente más asiduo con el que se tuvo que lidiar durante la ejecución del proyecto, aunque no fue impedimento para que se realizaran.
- El desplazamiento hacia las diferentes veredas del municipio en pos de las actividades dispuestas en el cronograma del comité fue igualmente complejo, en ocasiones por la lejanía de las veredas y en otras por el mal estado de las vías de acceso, situación que obligó en variadas ocasiones a aplazar o inclusive a cancelar reuniones o encuentros con los adultos mayores de algunos lugares del sector rural del municipio.
- Finalmente la falta de colaboración de las instituciones y la comunidad en general en lo referente al adulto mayor y sus actividades no permitieron que se aceleraran u optimizarán las acciones que se dispusieron en el proyecto. Por citar solo un ejemplo en lo referente a las actividades de acondicionamiento físico, como lo dejan saber en sus entrevistas las

¹⁹ Véase Anexo #5.

²⁰ Véase Anexo #

señoras Sabina Bolaños y Aura Edilma Rosada de Cerón²¹ y que eventualmente tendríamos la oportunidad de comprobar, las instituciones educativas no permiten sin que haya una compensación económica de por medio que los ancianos miembros de la “fundación HILOS DE PLATA” realicen sus reuniones y actividades programadas tres veces por semana en horas de la noche, lo que significó trasladarse hasta a 3 lugares diferentes en menos de 3 semanas para lograr trabajar de algún modo mínimamente cómodo. Situación que posteriormente terminaría por aburrir a varios miembros del grupo que difícilmente volvieron a trabajar con nosotros.

²¹ Véase Anexo #1.

BIBLIOGRAFIA

- El envejecimiento y su atención en Colombia: un balance y perspectivas. En: <http://www.redadultosmayores.com.ar/buscador/files/COLOM009.pdf>
- CASTANEDO, Cristina. GARCIA Hernández Misericordia, NORIEGA, María José, QUINTANILLA Martínez Manuel. Consideraciones Generales sobre el envejecimiento, En: <http://www.arrakis.es/seegg/pdf/libro/cap.1.pdf>
- Política Nacional de Envejecimiento y Vejez 2007-2019.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). Envejecimiento Activo: marco político. En: <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/oms-envejecimiento-01.pdf>
- HOLZMANN, Robert; JORGENSEN, Steen. Manejo Social del Riesgo: Un nuevo marco conceptual para la protección y más allá, 2002. En: <http://info.worldbank.org/etools/docs/library/79020/Fall%202001/elearning/fall2001/readings/pdfpapers/manejo.pdf>
- Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas (ONU). Resolución 46 de 1991. En: <http://www.un.org/spanish/envejecimiento/ares54262.pdf>
- Naciones Unidas. Informe de la Segunda Asamblea Mundial sobre Envejecimiento. Madrid, 2002. Consultado. En: <http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/1625/1/Plan%20Internacional%20de%20Madrid%20sobre%20Envejecimiento%202002.pdf>
- Constitución política de Colombia 1991.
- Plan de desarrollo municipal de San Pablo Nariño 2008- 2011 “San Pablo para todos”
- GARCIA BOLAÑOS, Gerardo Andrés. Procesos políticos y elección popular de alcaldes en el municipio de San Pablo. Universidad de Nariño, Pasto Nariño.
- RAMIRES ZUÑIGA, Jesús Andrés. Situación actual de las personas adultas mayores en Colombia, legislación y programas de atención al adulto mayor. Universidad Sur colombiana, Neiva Huila.
- IMBACHI BOLAÑOS, Fernando Mauricio. CHAVES, Jesús Andrés. Propuesta de los términos y políticas para la publicación de contenidos en

internet del portal web universitario www.unicauca.edu.co. Universidad del Cauca. Popayán Cauca.

- TAMAYO SAPUY, Julieth Tatiana. ALEGRIA GARZÓN, Vanessa. Diagnóstico y caracterización del desplazamiento forzado en el cauca 2004-2007. Universidad del Cauca. Popayán Cauca.
- Indicadores de salud pública en Nariño, Boletines 2005, 2006, 2007, 2008, 2009. En: <http://www.idsn.gov.co>
- Guía de orientación cuidador para el cuidado del adulto mayor y el cuidado del cuidador. Instituto Departamental de salud de Nariño. Gobernación de Nariño. Editorial EDINAR.

ANEXOS

Anexo #1: Entrevistas

ENTREVISTA 1:

AURA EDILMA ROSADA DE CERON
SECRETARIA Y COORDINADORA DE ACTIVIDADES DE LA FUNDACION
HILOS DE PLATA DEL MUNICIPIO DE SAN PABLO NARIÑO.

1. QUE ES Y COMO TRABAJA LA FUNDACION HILOS DE PLATA EN EL MUNICIPIO DE SAN PABLO?

R// Bueno la fundación “Hilos de plata” es un grupo de adultas mayores, personas más o menos de 45 años en adelante y pues nos hemos asociado, nos hemos agrupado con la finalidad de mejorar la calidad de vida en cuanto al aspecto físico y de bienestar digamos social, sicológico. Resulta que estas señoras en un tiempo se veían un poco desligadas, digamos como relegadas. Entonces a raíz de un ejemplo de otro grupo tomamos esas ideas y formamos el grupito.

2. CUANDO FUE CREADA LA FUNDACION HILOS DE PLATA Y BAJO QUE CONTEXTO?

R// Bueno, la fundación fue creada el 12 de Agosto de 2003. Pues prácticamente en un comienzo trabajamos sin ninguna orientación, después nos documentamos más o menos, ahí estaba como presidente el doctor Yoncker²² quien fue empleado de PROINSALUD y contamos con la participación de él, el averiguo tantas cosas para el grupo y conseguimos muy buenas cosas. De ahí en adelante siguió funcionando con personas que están un tiempo y luego se van.

3. CON CUANTOS MIEMBROS COMENZO A FUNCIONAR Y CON CUANTOS CUENTA ACTUALMENTE LA FUNDACION HILOS DE PLATA EN EL MUNICIPIO DE SAN PABLO?

R// Inicialmente en el 2003 comenzamos con 7 personas solamente, luego llego a tener 70 personas. Hoy fijas hay unas 28 personas más o menos.

4. DE DONDE OBTIENEN RECURSOS LA FUNDACION PARA FUNCIONAR Y EN QUE SE INVIERTEN?

R// Ahí hay un dilema, un problema porque nos ha tocado trabajar con esfuerzo de las mismas señoras. Hemos hecho algunas pequeñas actividades, rifas, basares para poder conseguir algún recurso. Estos recursos los hemos utilizado, algunos en uniformes, otros hemos utilizado en paseos pues a las señoras les encanta la recreación, salimos, nos

²² Reconocido y recordado Médico que prestó sus servicios al municipio entre los años 2001 y 2004.

vamos a algún paseíto, ya hemos ido a algunos lugares y pues prácticamente los recursos los obtenemos con el trabajo de nosotras mismas. Son muy pocos los recursos que hemos recibido por parte de alguien ajeno a la fundación.

5. RECIBEN APOYO POR PARTE DEL ESTADO O DE ENTIDADES GUBERNAMENTALES?

R// Prácticamente no. A veces vamos a la Alcaldía pues aquí es el único que hay. A ver si nos podría brindar el apoyo y pues en esta administración hemos recibido el apoyo de la primera dama. Ella nos ha facilitado algunos implementos, algunas cosas que hemos necesitado. Pero prácticamente en recursos todavía no hemos recibido mucho, pues nos facilitaron un uniforme sí, pero de resto no ha habido una inversión considerable. EN ANTERIORES ADMINISTRACIONES LES HAN APORTADO? En anteriores administraciones no nos han ayudado. La única ayuda que recibimos fue una grabadora pero fue de alguien que vino ajeno a la Alcaldía, nadie oficialmente vinculado a la Alcaldía nos ha ayudado.

6. RECIBEN APOYO DE LA COMUNIDAD O DE OTRO TIPO DE ENTIDADES NO GUBERNAMENTALES?

Pues ahoritica otras entidades prácticamente no, ahoritica estamos recibiendo la ayuda de parte del Hospital, peor pues con la formación física. No conozco muy bien el proyecto del Hospital, con la enfermera Vilma²³. Pues nos e que tanto abarcara el proyecto de ellos, nosotros simplemente nos acogemos al proyecto de ellos porque precisamente el proyecto que presentamos a la Alcaldía con tastas cosas, actividades y trabajo con las señoras que no era solamente lo físico, sino que también era que ellas se empleen en hacer algo artesanal, pero desafortunadamente no hemos tenido todavía el apoyo.

7. EN SAN PABLO, A LO LARGO DE ALGUNAS VEREDAS, EXISTEN TAMBIEN GRUPOS ORGANIZADOS DE ADULTOS MAYORES. MANTIENEN ALGUN TIPO DE RELACION O CONTACTO?.... DE QUE TIPO?

R// Hasta ahora no, hemos querido implementar eso pero es un poco difícil por el tiempo y los recursos.

8. LA FUNDACION HILOS DE PLATA AYUDA A ADULTOS MAYORES EN SITUACION DE VULNERABILIDAD QUE NO FORME PARTE DE ESTA?.... DE QUE FORMA?

R// En alguna ocasión tratamos de mas que todo recurrir a algo material, por ejemplo reunir mercaditos, remesitas e ir a hacer visitas a amistades de ellas mismas, las señoras de la fundación y pues no, con recursos propios, cada una lleva sus materiales. Netamente las ayudas que se brindan son aportes propios.

²³ Enfermera del Hospital San Carlos E.S.E coordinadora de estilos de vida saludable y enfermedades crónicas de interés en salud pública.

9. CUALES SON LOS REQUISITOS QUE DEBE CUMPLIR UNA PERSONA PARA INTEGRAR EL GRUPO DE LA FUNDACION HILOS DE PLATA?

R// Las puertas están abiertas para todas las personas, hombres, mujeres que se sientan ya adultos mayores que como dijimos anteriormente de 45 años en adelante. Desafortunadamente los hombres no nos han querido acompañar, no les gusta. Tuvimos dos adultos mayores iniciando pero como que se aburrieron de verse solos deshicieron la idea de seguir asistiendo.

10. SEGÚN USTED, QUE CREE QUE ES LO MEJOR QUE HACE LA FUNDACION POR LA COMUNIDAD SAN PABLEÑA?

R// En este momento la fundación el propósito que tiene es mejorar el estilo de vida del adulto mayor. Hay personas que están sufriendo de diferentes enfermedades que son degenerativas, entonces nos hemos propuesto hacerle una cantidad de ejercicios, gimnasia pasiva para tratar de mantener como yo les decía a ellas no es a formarnos como “Barbies”²⁴, no es mejorar el aspecto, sino simplemente mantener los movimientos del cuerpo, que no se vaya a deteriorar a causa de la quietud, de la pasividad. Inclusive tenemos el ejemplo de Doña Deifan²⁵, a ella la llevaban entre dos a los ejercicios y ahorita ella mejor dicho, ella baila, corre y eso hasta se enoja cuando no la metemos en las danzas, entonces eso le da satisfacción a uno de ver que si se está logrando algo con ellas.

11. A FUTURO, QUE ESPERA DE LA FUNDACION?

R// Nuestra finalidad es continuar hasta cuando sea posible, esperamos mucho de la entidades gubernamentales, de las administraciones, ojala y pues que así como en otras partes, en otras ciudades se tiene tanto apoyo y tanto respaldo al adulto mayor, acá también que al menos se les ponga un poco mas de cuidado porque según se piensa que porque ya no producen, son personas que ya no merecen salir. Eso es un ideal que tenemos y el otro ideal es en el aspecto de tener un lugar fijo, no andar como nómadas de un lugar a otro, que en un día nos dan permiso en un lado, otro día en otro. Entonces eso es lo que queremos conseguir, a alguien o de parte de alguna entidad que nos quiera favorecer en ese sentido y tener un lugar fijo ya porque ellas mismas dicen – Profe ya nos cansamos, para donde es que nos toca- entonces ya es tiempo de eso.

²⁴ Famosa muñeca Americana reconocida por su belleza.

²⁵ Vecina del municipio de San Pablo, a quien el trabajo de acondicionamiento físico ha ayudado con un grave problema motor.

ENTREVISTA 2:

SABINA BOLAÑOS

INTEGRANTE ANTIGUO FUNDACION HILOS DE PLATA

1. DESDE CUANDO PERTENECE AL GRUPO DE LA FUNDACION HILOS DE PLATA?

R// Desde que inicio. Somos fundadas en el año 2003 pero antes nos integramos desde el 2002.

2. QUE TIPO DE ACTIVIDADES REALIZA CON LOS DEMAS MIEMBROS DE LA FUNDACION?

R// Nos llevamos muy bien, nos recreamos, tenemos mas amistades con todas y pasamos un rato muy bien y la asistencia también cuando por ejemplo estén enfermas pues no asisten.

3. SEGÚN USTED, CUAL CREE QUE ES EL MAYOR BENEFICIO QUE LA FUNDACION LES OFRECE A USTEDES LOS ADULTOS MAYORES?

R// El beneficio es la salud, la alegría, el estar allá en esos momentos porque uno sale de los quehaceres de la casa, que siempre son estresantes y yo pues le doy gracias a Dios y a la Virgen y a la profesora Aura Edilma²⁶ y al doctor Yoncker que fue también uno de los lideres y empezó fue cuando la profesora Aura Edilma vino una familiar suya de Pasto y trajo una profesora de eso y nos hicieron la invitación y así; a mí me avisó una amiga y yo fui. Y pues bien porque es una parte de vida de uno porque ese momento lo sentimos, se pasa volando y rico para bien porque uno en la casa siempre los quehaceres, los problemas siempre se estresa.

4. QUE DIFERENCIA EN SU PERSONA HA NOTADO DESDE QUE FORMA PARTE DE LA FUNDACION HILOS DE PLATA?

R// Mucha, en ese tiempo mi esposo me abandonó y yo quede sola porque mis hijos estaban estudiando y entonces fue una puerta que se me abrió hacia la vida y a seguir adelante porque si no estaba muy oprimida.

5. SIENTEN QUE RECIBEN EL APOYO DE LA COMUNIDAD?

R// No, hubo un tiempo en que la profesora (Aura Edilma) salió de una cirugía y tenia dieta y entonces estuvimos un tiempo solas y pues estuvimos solas y por la presencia de ella muchas se retiraron porque decían que sin ella no iban sino que algunas pocas seguimos entre nosotros y después ya cuando ella se mejoro pues ya fue. Pero pues ella hace un gran esfuerzo porque ella tiene su trabajo y tiene su hogar y entonces ella nos dedica su tiempo a nosotros sin ningún interés de nada, ella nos quiere mucho y también la apreciamos mucho, ella también es muy activa también nos da una parte de vida al igual que el doctor Yoncker que para que pero nos ayudo mucho.

²⁶ Secretaria y coordinadora de actividades de la fundación HILOS DE PLATA

6. SIENTEN QUE RECIBEN EL APOYO DE LA ALCALDIA MUNICIPAL O DE OTROS ORGANOS DEL ESTADO?

R// De la Alcaldía la vez que paso recibimos fue un uniforme y la grabadora y 2 balones y de ahora pues un uniforme no más. Pero nosotros lo que queremos es que haya un sitio donde estemos permanentes porque estamos como desplazados, estuvimos en el Colegio, ya de ahí no nos dieron mas permiso, pasamos aquí a la Anexa también, pasamos a la Normal²⁷ y gracias a Dios el profesor “Chepe”²⁸ muy buena gente nos dejo un buen tiempo y como ya salió volvimos y nos dijeron que teníamos que pagar 200 al mes; entonces ahí nos dio permiso la directora de “El Hogar”²⁹ y al final a pesar de todo desde el 10 de Agosto nos dijeron que no entonces nos toco arriba pues la Alcaldía nos apoyo en eso y ahora estamos ahí. De pronto pues queremos que la Alcaldía nos asigne un lugar propio en donde estemos permanentes. HA SIDO IGUAL EN LAS DIFERENTES ADMINISTRACIONES QUE HAN PASADO POR LA ALCALDIA? R// Ahora, hace poco tiempo se presento uno, otro y así nos sentimos muy elogiadas porque nos están teniendo en cuenta, así que por esa parte sí.

7. CUAL CREE USTED ES LA MEJOR MANERA DE APOYAR A LA FUNDACION HILOS DE PLATA?

R// Que nos valoren las actividades que uno hace, por ejemplo en las danzas hay de todo, hay mucha critica, hay unos que nos felicita y que nos valoren porque a veces dicen – no, esas mayores que van a hacer- y pues hay habladurías y todo eso pues el gusto no es de las personas que lo vean sino de uno que se siente como más joven y uno nunca en la vida ha hecho estas presentaciones ni en la escuela, yo en la escuela cuando estaba donde las monjas hacia era como sainetes. Y así, no solo para nosotros sino para la demás gente. Yo miro que hay muchas personas, por ejemplo en la Navidad, los niños, eso que uno aprende, se viste y todo eso uno se dedica a eso y la gente como que no lo valora y tienen cierta razón de decir – No, vea a ellos-, por ejemplo cuando hubo la despedida del Padre José Levy³⁰ se hicieron muchas cosas buenas, los maestros, todos, entonces yo le dije a, ese tiempo estaba don Luis Lasso³¹, y le dije: vea para que no traiga a las personas de afuera, aquí hay mucha gente que es activa para hacer reír a la gente, pues a mi parecer.

²⁷ “El colegio”, “La Anexa” y “La Normal”, son instituciones educativas del municipio.

²⁸ José Leonardo Pabón ex rector de la Institución Educativa Normal Superior Sagrado Corazón de Jesús “La Normal”.

²⁹ Institución a cargo del ICBF, para el cuidado y enseñanza de los niños.

³⁰ Querido ex párroco de la población.

³¹ Alcalde municipal de San Pablo en el periodo 2002- 2005.

8. SIENDO UNA DE LA MIEMBROS MAS ANTIGUAS DE LA FUNDACION, COMO SIENTE EL GRUPO ACTUAL Y EN GENERAL TODO EL TRABAJO DE LA FUNDACION EN COMPARACION CON LOS PRIMEROS MOMENTOS DE SU ESTABLECIMIENTO?

R// Pues en los primeros momentos haba mucha gente y hacíamos actividades, hacíamos bazar y hacíamos paseos y ahora hace mucho tiempo que no hemos hecho paseos y pues todas trabajábamos y de nuestro propio esfuerzo eran los viajes y siempre pues entre nosotras nos uníamos a trabajar y salíamos adelante. Antes era más fácil trabajar por la cantidad de personas que había, porque pues por ejemplo le dicen: usted traiga tal cosa y usted traiga la otra y pues así se trae más.

9. QUE ESPERA DE LA FUNDACION A FUTURO?

R// Que de la fundación pues que sigan el ejemplo de nosotros. Invitamos a las demás personas que se unan a nosotros que eso es parte de la vida, no dejar de que el “qué dirán” y el bien es para uno y para la familia.

ANEXO #2: Fotografías de la entrega de remesas a los adultos mayores de bajos recursos.



MERCANCIA, APOSADA EN LA BODEGA DEL MUNICIPIO

VEREDA EL CHILCAL



VEREDA LA CHORRERA





CARGANDO LA REMESA EN EL CARRO PARA LLEVARLA A LOS ADULTOS MAYORES DE LAS VEREDAS

CORREGIMIENTO DE BRICEÑO



VEREDA DE FRANCIA



CASCO URBANO



ANEXO #3: Fotografías Comedor comunitario y granja comunitaria en el corregimiento de Briceño.





ANEXO #4: Trabajo de acondicionamiento físico y de salud mental con el grupo de la fundación HILOS DE PLATA.



PRESENTACION DEL GRUPO CON UNA DANZA EN LAS FIESTAS PATRONALES DE LA VIRGEN DE LA PLAYA DEL MUNICIPIO DE SAN PABLO



ANEXO #5: Actividades lúdicas de actividad física y de salud mental con los demás miembros del comité de adulto mayor en la vereda de La Chorrera.



ANEXO #6: Realización del día del adulto mayor en el municipio de San Pablo.



ANEXO #7: Ficha geográfica del municipio de San Pablo (Cuadro 1)

Localización geográfica:	1°40' latitud Norte	
	76°57' Oeste de Greenwich.	
Altura:	1.750 m.s.n.m.	
Temperatura Media:	18°C	
Precipitación anual:	1.000 a 2.000 m.m.	
Límites Municipales:	Norte	Municipio de Bolívar (Cauca)
	Sur	Municipios de Colón y La Cruz.
	Oriente	Municipio de la Cruz
	Occidente	Municipio de Florencia (Cauca) y Municipio de la Unión.
Pisos térmicos:	Medio	3.099 has.
	Frio	7.231 has.
Pedios:	Rurales	8.793
	Urbanos	1.537
	TOTAL PREDIOS	10.330

Cuadro 1 (continuación) Ficha geográfica del municipio de San Pablo

Orografía:	Cerro de la Campana o Pujaguando, Cerro del Baile y Pulpito, montaña de Potrerros, Páramo de Achupallas, Cuchilla de Bateros.
Distancia a Pasto:	121 Kilómetros.
Producción Agrícola	Maíz, café, plátano, frijol, yuca, arveja, tomate de mesa, caña panelera, achira, arveja, papa, ulluco.
Producción Pecuaria	Bovinos de leche y carne, porcinos, cuyes y aves.
Entidades Oficiales	ICBF, CEDENAR, Federación de Cafeteros, Instituto Deptal de Salud, Juzgado, Registraduría Estado Civil, Notaría.
Entidades de Prevención	Policía Nacional, Cuerpo de bomberos.
Entidades Culturales	Banda Municipal, Biblioteca, Casa de la Cultura.
CORREGIMIENTOS	VEREDAS
San Pablo (Especial)	Achupallas, Bateros, Bohío, Brisa, Cañada, Playa Baja, Vega Quito, Llano Chiquito, Las Laderas.
Briceño	Aguadas, Altamira, Araditas, Betania, Bellavista, Briceño, Dantas, El Mesón, Escubillal, El Tablón, Robles, Florida.
La Chorrera	Alto Llano, Campo Bello, Cantarrano, Diamante, El Alto, La Cuchilla, La Chorrera, La Elvira, Lindero, Los Llanos, Nueva Florida, Playa Alta.
El Chilcal	Ramal Alto, Ramal Bajo, Chilcal Alto, Chilcal Bajo, Derrumbes, Las Juntas, Palmas, Lucitania, Praditos, Yunguilla, Lagunitas, Francia, El Agrado, El Diviso.

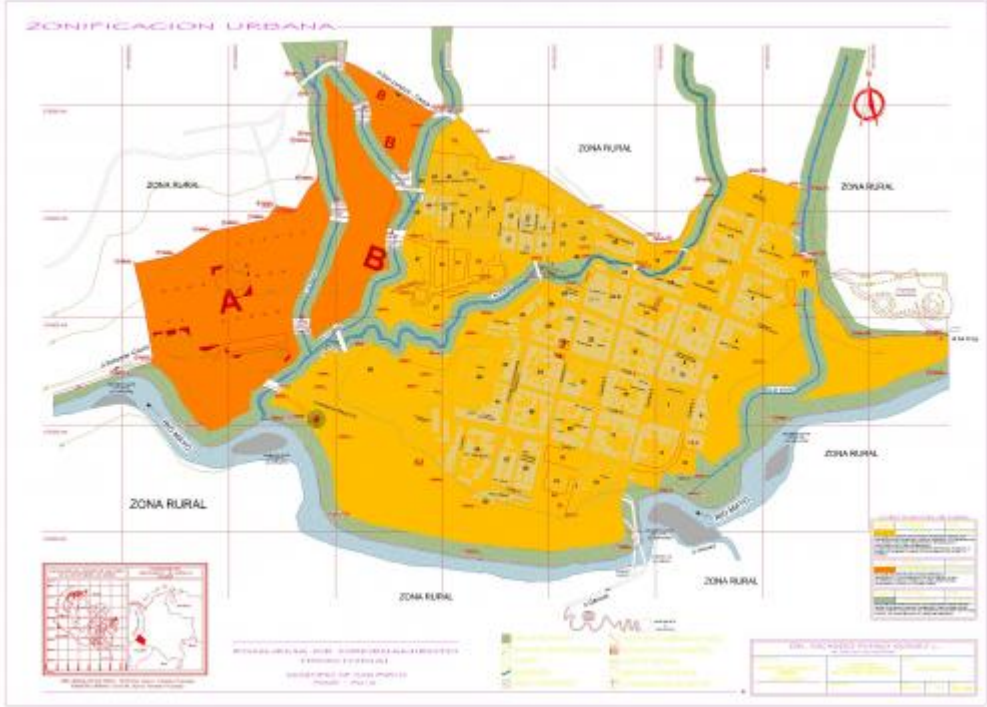
Fuente: Plan de Desarrollo Municipal de San Pablo

ANEXO #8: Distribución de la población por grupo de edad y sexo (Cuadro 2)

Grupo de edad	TOTAL	HOMBRE	MUJER
0 a 4	1.290	628	662
5 a 9	1.364	681	683
10 a 14	1.487	722	765
15 a 19	1.442	741	701
20 a 24	1.253	614	639
25 a 29	1.183	620	563
30 a 34	989	478	511
35 a 39	964	456	508
40 a 44	863	457	406
45 a 49	778	362	416
50 a 54	690	323	367
55 a 59	671	336	335
60 a 64	522	255	267
65 a 69	487	227	260
70 a 74	371	161	210
75 a 79	284	147	137
80 a 84	153	84	69
85 y más	136	63	73
Total	14.927	7.355	7.572

Fuente: DANE 2005

ANEXO #9: Mapa Urbanístico San Pablo –Plano Urbano



ANEXO #10: Acta de conformación del comité del adulto mayor.