



**Un espacio de conocimiento e
información sobre el Adulto mayor**

Número 6

Año 3, Marzo 2010

Visite nuestra revista digital >>

**El Programa Integral para la Persona Adulta Mayor:
25 años en la Universidad de Costa Rica**

MSc. Marisol Rapso Brenes.
Licda. Karen Masís Fernández*
Licda. María José Víquez Barrantes**

RESUMEN

El Programa Integral para la Persona Adulta Mayor (PIAM), cumple 25 años de ofrecer espacios de formación en la educación pública universitaria a las personas mayores de 50 años en nuestro país. Ha procurado responder a las necesidades de este grupo mediante la inclusión y la participación social en los diversos espacios que proporciona la Universidad de Costa Rica, bajo los principios de la educación permanente, concebida ésta como un proceso que dura toda la vida donde las personas adquieren y acumulan conocimientos y habilidades en su vida cotidiana.

Entre sus objetivos están el de promover la participación intergeneracional de la población adulta mayor en espacios educativos propios de la Universidad de Costa Rica. Convertirse en un vínculo entre la Universidad y la sociedad costarricense mediante las acciones de divulgación, extensión docente, trabajo comunal universitario, voluntariado y grupos culturales. Así como desarrollar procesos de investigación concernientes a la temática del envejecimiento y la vejez, junto con instancias intrauniversitarias y extra universitaria. Además de fortalecer el desarrollo de alianzas estratégicas con actores sociales del entorno nacional e internacional, para incidir en el mejoramiento de la calidad de vida de la población adulta mayor.

A continuación se podrá ver algunas de las características de nuestros estudiantes, la oferta de cursos que se les brinda, los proyectos de acción social e investigación en que se involucra este Programa y los vínculos que a través de los años se han establecido en diferentes espacios.

La Universidad de Costa Rica es una institución de educación superior pública que cuenta con más de 70 años de articular las complejas áreas de docencia, investigación y acción social, en un marco de

diversidad y la pluralidad. Es la Universidad más grande del país, y “es la única universidad costarricense con todas las áreas del saber, con gran variedad en todos los niveles de la enseñanza superior y con avanzado desarrollo en todos los ámbitos de la actividad sustantiva universitaria” (Universidad de Costa Rica, 2010).

En este marco institucional, y sin dejar de lado el contexto internacional de creación de las llamadas “Universidades de la Tercera Edad” (UTE) desde mediados de los años 70s, es que el Dr. Alfonso Trejos Willis presenta un proyecto para incluir a las personas mayores de 50 años de edad en los cursos regulares de la Universidad; en 1986 el proyecto fue aprobado por el Consejo Universitario mediante la resolución VD- 3139-86, y ese mismo año la Universidad de Costa Rica abre sus puertas a las personas adultas y adultas mayores en los cursos regulares, para posteriormente implementar cursos específicos para esta población.

Desde hace 25 años el Programa Integral para la Persona Adulta Mayor (PIAM), ha procurado responder a las necesidades de este grupo mediante la inclusión y la participación social en los diversos espacios que proporciona la Universidad de Costa Rica, bajo los principios de la educación permanente, concebida ésta como un proceso que dura toda la vida donde las personas adquieren y acumulan conocimientos y habilidades en su vida cotidiana.

Adscrito como un programa institucional de la Vicerrectoría de Acción Social, instancia encargada de facilitar la relación entre la Universidad y la sociedad, el PIAM aporta nuevas oportunidades para que las personas puedan seguir aprendiendo, alternando las actividades cotidianas con el retorno al sistema educativo formal, y para que continúen compartiendo con las generaciones más jóvenes sus experiencias y conocimientos, favoreciendo así el intercambio intergeneracional.

Objetivos y áreas estratégicas del PIAM:

El PIAM se plantea como objetivos de su accionar los siguientes:

1. Promover la participación intergeneracional de la población adulta mayor en espacios educativos

propios de la Universidad de Costa Rica.

2. Propiciar el vínculo entre la Universidad y la sociedad costarricense mediante las acciones de divulgación, extensión docente, trabajo comunal universitario, voluntariado y grupos culturales.
3. Desarrollar procesos de investigación concernientes a la temática del envejecimiento y la vejez, junto con instancias intrauniversitarias y extra universitarias.
4. Fortalecer el desarrollo de alianzas estratégicas con actores sociales del entorno nacional e internacional, para incidir en el mejoramiento de la calidad de vida de la población adulta mayor.

Estos objetivos se articulan en cuatro áreas estratégicas que concretan las acciones del PIAM; dichas áreas son: investigación, acción social vinculación y educación.

Desde el área de investigación se promueven y desarrollan procesos investigativos en la temática de vejez y envejecimiento, en aras de generar conocimientos que posibiliten la formulación e implementación de políticas públicas, la creación y/o fortalecimiento de programas sociales y la construcción de mejores condiciones de vida para la población adulta mayor costarricense. El área de acción social procura dar respuesta a necesidades identificadas en la población adulta mayor en organizaciones y en instituciones de su entorno relevante por medio de acciones de Divulgación, Extensión Docente, Trabajo Comunal Universitario, voluntariado y la creación de grupos culturales.

Con la vinculación o divulgación se pretende dar a conocer, tanto dentro como fuera de la Universidad, las acciones emprendidas por el Programa, a fin de promover el desarrollo de alianzas estratégicas con actores sociales del entorno y de fortalecer la capacidad de respuesta de la Universidad a las necesidades educativas y recreativas de la población adulta y adulta mayor. Finalmente, el área de educación facilita el acceso a personas mayores de 50 años y jubiladas a cursos regulares, específicos y otras formas de aprendizaje.

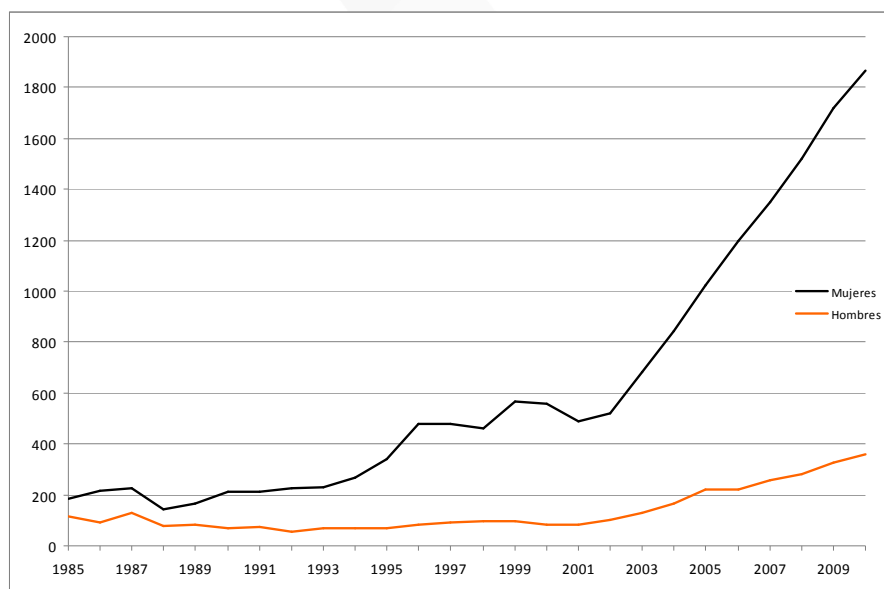
Más adelante, se profundizará en los proyectos específicos que se desarrollan en cada área estratégica.

Población meta: personas adultas y adultas mayores

El PIAM cuenta actualmente con alrededor de 2.000 estudiantes matriculados en las dos opciones de cursos para las personas mayores: los cursos regulares y los específicos. Específicamente, en el I semestre del 2010 se contabilizaron 2.358 y en el II semestre 2.226 personas. Este número de estudiantes mayores es relevante, ya que representa cerca de un 8% de los aproximadamente 28 mil estudiantes regulares matriculados en esta Sede universitaria durante el 2010

Si se consideran las cifras de matrícula desde 1986 hasta la actualidad, puede observarse un crecimiento significativo en la cantidad de personas que ingresan cada año al PIAM. En el gráfico 1 se puede ver claramente este crecimiento desagregado por sexo.

Gráfico #1. Estudiantes matriculados, desde 1986 hasta 2010, según sexo



Fuente: Estadísticas PIAM, 2010.

Como se observa en el gráfico, las mujeres son mayoría en el PIAM, representan casi el 85% de la

población matriculada, hay que rescatar que a pesar de la poca presencia de hombres, en el transcurso de estos 25 años su participación también ha tenido una tendencia al alza a partir del año 2005 posiblemente esto se debe a la oferta de cursos propios que el Programa ha estado ofreciendo y también se debe al crecimiento general de la población mayor en nuestro país.

Una de las características particulares que tiene el PIAM, es que su población meta incluye personas adultas y adultas mayores, teniendo como único requisito para formar parte del Programa ser mayor de 50 años o menor pero acogido a la jubilación, ya que la mayoría de los cursos se imparten en horas de la mañana las cuales son más convenientes para las personas que no trabajan o que ya no están trabajando. En este sentido, hay un 58% de la población mayor de 60 años y sólo un 42% menor.

Cuadro #1. Estudiantes matriculados durante el II Ciclo Lectivo del año 2010, según grupos de edad y sexo

Grupos de edad	Sexo		Total
	Mujeres	Hombres	
Menor de 50 años	25	2	27
De 50 a 54 años	381	25	406
De 55 a 59 años	441	59	500
De 60 a 64 años	439	97	536
De 65 a 69 años	337	91	428
De 70 a 74 años	141	49	190
De 75 años y más	104	35	139
	1868	358	2226

Fuente: Estadísticas PIAM, 2010

Es importante mencionar también que la población que asiste a los cursos tiene características socioeducativas particulares: un 50% cuenta con alguna formación universitaria o parauniversitaria, 32% con estudios de secundaria, 16% con estudios de primaria (completos o incompletos). Hay un 2% de la población que no reporta su escolaridad.

Cuadro #2. Estudiantes matriculados durante el II Ciclo Lectivo del año 2010, según escolaridad y sexo

Escolaridad	Sexo		Total
	Mujeres	Hombres	
Universitaria Completa	598	155	753
Universitaria Incompleta	206	52	258
Parauniversitaria	103	11	114
Secundaria Completa	369	55	424
Secundaria Incompleta	265	37	302
Primaria Completa	231	33	264
Primaria Incompleta	79	13	92
SIN DATO	17	2	19
			2226

Fuente: Estadísticas PIAM, 2010.

A pesar de que la población que asiste al PIAM es heterogénea con características, intereses y necesidades individuales, a nivel general se podría señalar un perfil de las personas que asisten al PIAM, en donde en su mayoría son mujeres, mayores de 60 años, con un nivel de escolaridad alto y residentes del gran área metropolitana. Estas características son importantes de recalcar ya que en ellas se ven reflejadas las necesidades educativas que tiene la población que participa en el PIAM y por ende, las particularidades que presenta el Programa.

En este sentido, el PIAM toma en cuenta estas características para brindar una variedad de cursos que responden a las necesidades educativas y de aprendizaje específicas de esta población. Esta oferta de cursos se enmarca en una filosofía de educación permanente la cual se entiende de la siguiente manera, "Educación permanente quiere decir, no sólo poseer los conocimientos y las técnicas que nos permitan desempeñarnos eficientemente en el mundo en que vivimos, sino fundamentalmente, estar capacitados para aprender, reaprender y desaprender permanentemente". (Escote, 1992:7). Es así

como el PIAM tiene como convicción el hecho que la población adulta y adulta mayor no deja de aprender, al contrario, como Programa universitario ha tratado de buscar un nuevo marco en el que las personas puedan seguir aprendiendo en un espacio educativo informal dentro de una institución de educación superior, a partir de una oferta educativa acorde a las características de la población.

Oferta educativa: cursos regulares y específicos

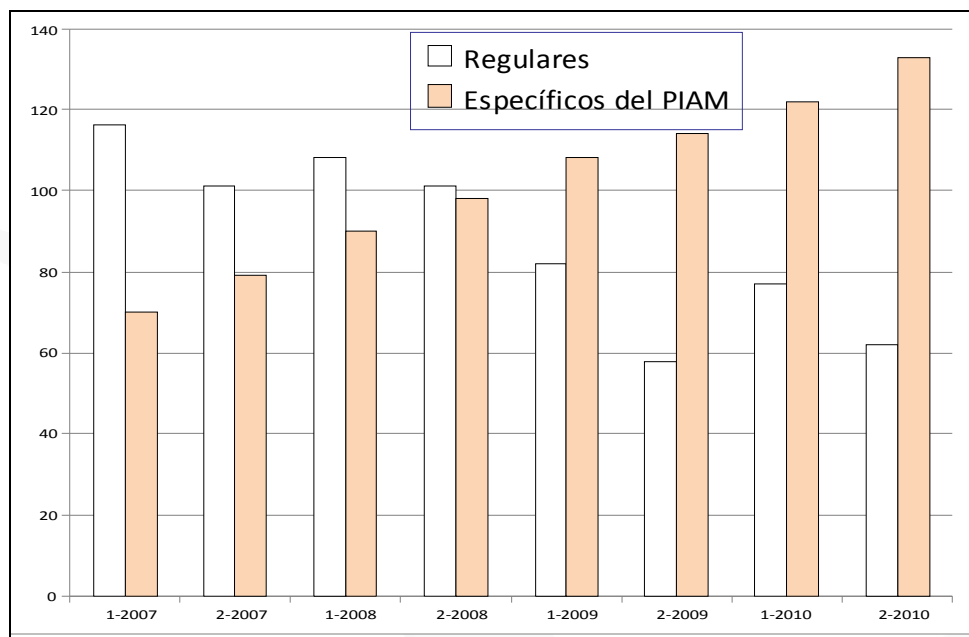
Como se mencionó anteriormente, el PIAM ofrece cursos bajo dos modalidades: cursos regulares y cursos específicos. Todos tienen una duración semestral y las clases dan inicio en marzo y en agosto de cada año, cuando empiezan los cursos regulares de la Universidad de Costa Rica

Los cursos regulares son aquellos que ofrecen las Unidades Académicas de la Universidad, en los cuales las personas comparten con los estudiantes empadronados en las diferentes carreras de la Universidad.

Esta es la modalidad con la que inicia el PIAM en el año 1986, se mantiene en la actualidad y se conjuga con la modalidad de cursos específicos. Hay cursos de las carreras de historia, geografía, arquitectura, filosofía, lenguas modernas, tecnología de alimentos, entre otras. Las personas mayores pueden matricular aquellos cursos que aparecen en la Guía de Horarios del PIAM con cupos disponibles, así como las inclusiones que el estudiante gestione a los cursos que no aparecen en dicha Guía, pero que sí forman parte de en los cursos regulares de la Universidad.

Es importante señalar que el objetivo del PIAM con la oferta de cursos regulares, no es profesionalizar ni certificar el conocimiento, sino más bien aportar a la capacitación y actualización de conocimientos, al desarrollo de nuevas habilidades y destrezas, así como al intercambio generacional que se puede dar en las aulas universitarias.

Gráfico #2. Número de cursos regulares y específicos del PIAM desde el I ciclo lectivo 2007 hasta el II ciclo lectivo del 2010



Fuente: Estadísticas PIAM, 2010.

Los cursos específicos, por otro lado, están dirigidos únicamente a personas mayores de 50 años. Son los llamados "cursos del PIAM", y están distribuidos en seis módulos: movimiento humano, inglés, computación, gerontología, artesanías y manualidades, y grupos culturales.

A continuación una breve descripción de los módulos:

Movimiento humano:

En este módulo se encuentran aquellos cursos dirigidos a la promoción del envejecimiento y la vejez activa mediante el desarrollo de actividades físicas, tales como: caminata recreativa, hatha-yoga, tai-chi, baile popular, aeróbicos, actividades físico-recreativas, entre otros.



Foto: Personas adultas y adultas mayores del PIAM en clase de aeróbicos.



Foto: Estudiantes del PIAM en clase de actividades acuáticas

Inglés:

El módulo consta de doce niveles. Promueve la comunicación oral, integrando actividades de lectura, escucha y escritura. Los niveles son: nivel introductorio, básico (niveles I-IV), intermedio-bajo (niveles V-VIII), intermedio-avanzado (niveles IX-XII), e inglés conversacional. En el segundo semestre del 2010 se graduó la primera generación de estudiantes que cursaron el programa completo de inglés.



Foto: Estudiantes del PIAM en clases del módulo de inglés

Computación:

Pretende que las y los estudiantes mayores disfruten de las posibilidades que los medios de comunicación tecnológica ponen a su disposición. El módulo contempla los cursos de Principios de computación I, II y III e Internet I y II. Para el segundo semestre del 2010 se ofrecieron 200 cupos para las personas interesadas en estos cursos.



Foto: Estudiantes del PIAM en la clase de principios de computación

Gerontología:

Este módulo ofrece cursos para fortalecer a las personas en su proceso de envejecimiento, para facilitar la comprensión de los cambios experimentados y de las oportunidades de crecimiento personal que se abren en la etapa de la vejez. Incluye cursos como: higiene mental, espiritualidad, sexualidad y mucho más, inteligencia emocional, entre otros.

Fotos: Estudiantes del PIAM de diferentes cursos del módulo de gerontología



Artesanías y manualidades:

Facilita a los y las estudiantes conocimientos básicos y avanzados sobre diferentes técnicas para la elaboración de artesanías y manualidades, con el fin de estimular y desarrollar su creatividad e imaginación a través del arte. Se brindan cursos como: pintura y decoración en cerámica, bisutería, pintura en vidrio, pintura al óleo, bordado, grabado en vidrio, elaboración de tarjetas, entre otros.



Fotos: Estudiantes del PIAM en las clases de pintura, decoración en cerámica y bisutería

Grupos culturales:

Los grupos culturales surgen ante la necesidad de espacios de participación y promoción artístico-culturales para las personas adultas mayores universitarias, así como del interés de proyectar el talento existente a otros ámbitos. El grupo de teatro, el coro, el grupo de bailes folclóricos, el club de cine y el grupo de cuentacuentos, son los grupos culturales del PIAM.



Foto: Grupo de baile folclórico "Al son de la vida"

Más allá de los cursos: proyectos y alianzas estratégicas

Proyectos de investigación y acción social

El PIAM participa en diferentes iniciativas de investigación vinculadas con los temas de envejecimiento y vejez, tanto a nivel nacional como internacional.

En Costa Rica, uno de los principales procesos de investigación lo constituye el Informe Estado de Situación de la Persona Adulta Mayor (ESPAM). Este Informe es un esfuerzo de la Universidad de Costa Rica con apoyo del Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM), que pretende informar a la sociedad costarricense sobre la situación de las personas adultas mayores en el país, los retos a enfrentar y las necesidades de cumplimiento de los derechos de esta población. Este informe articula el trabajo de investigación con la divulgación y sensibilización en las comunidades.

Por otro lado, mediante la participación en proyectos de trabajo comunal universitario, de extensión cultural y de extensión docente, el PIAM se acerca e incide en las necesidades de la población adulta mayor y de las organizaciones, instituciones y personas vinculadas al trabajo con dicha población. Un ejemplo de las actividades realizadas en este sentido, fue el 3er Congreso Iberoamericano de Universidades para Todas las Edades, realizado en agosto del 2009, dirigido a instituciones educativas, organizaciones, docentes y profesionales que trabajan con y para población adulta mayor, así como para los propios estudiantes de los programas educativos existentes.



Foto: Adultas mayores en una actividad comunitaria

Este fue el primer congreso realizado en Centroamérica, un importante punto de encuentro, reflexión y discusión entre las organizaciones y programas desarrollados en los diferentes países Iberoamericanos.

Asimismo, y como parte de los proyectos de extensión cultural, el PIAM cuenta con un grupo de baile y rescate del folclor costarricense llamado "Al son de la vida", que realiza presentaciones artísticas en diferentes lugares del país representando a la Universidad, y además facilita talleres informativos sobre las diversas manifestaciones del folclor nacional.

Proyectos interuniversitarios y de capacitación

El PIAM forma parte de la Sub-comisión Interuniversitaria para la Persona Adulta Mayor, constituida por las cuatro universidades estatales en el seno del Consejo Nacional de Rectores (CONARE). El objetivo de la Sub-comisión es desarrollar e integrar iniciativas de investigación, docencia y acción social en las cuatro universidades, para facilitar la comprensión del proceso del envejecimiento e incidir efectivamente en un cambio en el estilo de vida de las personas adultas mayores.

Una de las actividades de mayor proyección de la sub-comisión es la capacitación mediante talleres regionales en temas como: envejecimiento exitoso, derechos y deberes de las personas adultas mayores, y abuso y malos tratos. Estos talleres regionales se desarrollan durante todo el año en lugares como: Nicoya, Limón, Golfito, Talamanca, San Carlos, y Liberia, entre otros; y están dirigidos tanto a mayores como a personas interesadas en el tema, promoviendo la interacción entre generaciones y entre instituciones de las comunidades.

En el contexto actual de envejecimiento de la población en Costa Rica, el PIAM se ha propuesto aportar a la información y sensibilización de profesionales del área de salud, la educación y la seguridad pública del país, con procesos de capacitación en sus comunidades y centros de trabajo. Durante el 2009 y 2010 se realizaron talleres con el personal de seguridad y tránsito de la Universidad de Costa Rica, y con personal de salud y educación de varios cantones del país, y con estudiantes de carreras universitarias como arquitectura, bibliotecología, sociología y trabajo social. Asimismo, el PIAM brinda talleres gratuitos a la comunidad nacional en general, sobre temas como envejecimiento activo, sexualidad, autocuidado, género, fibromialgia, inteligencias múltiples, entre otros. Con estas iniciativas se han consolidado espacios para el intercambio de experiencias, de conocimientos y de sentires en

torno a la vejez, a los requerimientos de las personas mayores y a las acciones necesarias para construir relaciones más solidarias y respetuosas con ellos y ellas.



Foto: Participantes del taller de capacitación en la provincia de Limón

Vinculación nacional e internacional

El PIAM participa en diversas redes a nivel nacional e internacional. A nivel nacional participa con la Red de Montes de Oca, una red de instituciones del cantón que trabajan por el bienestar de la población adulta mayor de Montes de Oca. En el ámbito universitario desarrolla proyectos en coordinación con el Centro Centroamericano de Población, la Maestría en Gerontología, el Instituto de Investigación en Educación y el Instituto de Investigaciones Sociales, entre otras. A nivel internacional, participa en diversas redes y asociaciones: la Red UTE, la Red FIMTE, y la Asociación AIUTA, además ha establecido convenios con la Pontificia Universidad Católica de Chile y con la Universidad Estatal a Distancia de España.

Estas vinculaciones fortalecen las alianzas estratégicas con los diferentes actores sociales que trabajan con los temas de envejecimiento y vejez, para incidir en el mejoramiento de la calidad de vida de la población adulta mayor.

Para seguir trabajando: retos del PIAM

Según el Primer Informe de Estado de Situación de la Persona Adulta Mayor en Costa Rica (ESPAM), actualmente hay en el país 283.679 personas adultas mayores, es decir, aproximadamente un 6.5% de

la población tiene más de 65 años de edad. En términos generales, y según el mencionado Informe, este proceso de envejecimiento se debe a que la baja de la fecundidad modifica la importancia relativa de la población mayor de 65 años pues el número de personas jóvenes no aumenta con la misma rapidez. Asimismo, el descenso de la mortalidad aumenta la longevidad y el peso de las personas de más de 75 años (Fernández y Robles, 2008).

Este proceso de envejecimiento de la población, aunque corresponde a una situación mundial, en Costa Rica parece ser acelerado, ya que se estima que para el año 2025 la cantidad de adultos mayores sea el doble que la del año 2000; mientras que para el 2050 esta población será 6 veces mayor (Fernández y Robles, 2008). Esto representa retos muy grandes para la sociedad y las instituciones costarricenses pues hay que garantizarle a la población condiciones de vida dignas, respeto a sus derechos, oportunidades de educación, participación e incidencia, entornos amigables, entre otras condiciones.

Ante estos cambios el PIAM, como programa educativo, también se enfrenta a grandes retos; se debe aportar a la transformación de los imaginarios sociales sobre el envejecimiento y la vejez, mediante la información y sensibilización de la población en general, y la puesta en práctica de acciones interinstitucionales e interdisciplinarias que fortalezcan las interacciones respetuosas entre las personas, sin distinción de edad.

Otro reto importante del PIAM como pionero de la educación permanente en el país, es consolidar metodologías de enseñanza aprendizaje específicas para las personas adultas y adultas mayores que contemplen las características particulares de la población, sus necesidades y los diferentes cambios físicos, psicológicos, cognitivos y sociales implicados en el proceso de aprendizaje durante el proceso de vida.

Además, se deben consolidar las iniciativas regionales de educación y participación para las personas adultas y adultas mayores, pues aunque existen en la actualidad sobre todo bajo el patrocinio de las universidades estatales, es necesario diversificar la oferta educativa para que se responda al contexto, a las motivaciones, necesidades e intereses de las personas participantes en las comunidades.

Se debe fortalecer la investigación en el tema de vejez y envejecimiento, y aprovechar los recursos académicos disponibles en la Universidad de Costa Rica, para incidir en la definición de políticas, programas y acciones que promuevan mejores condiciones de educación y participación para las personas adultas mayores.

Bibliografía

ESCOTE, M. Educación Permanente. CIDET. Universidad Católica de Manizales, Caldas, Colombia. 1992.

FERNÁNDEZ, X. y ROBLES, A. I Informe Estado de Situación de la Persona Adulta Mayor en Costa Rica. San José, Costa Rica. 2008.

MSc. Marisol Rapso Brenes. Coordinadora del Programa Integral para la Persona Adulta Mayor. Licenciada en Trabajo Social, Máster en Gerontología. Docente e investigadora de la Universidad de Costa Rica.

***Licda. Karen Masís Fernández.** Asesora del Programa Integral para la Persona Adulta Mayor de las áreas de investigación y vinculación. Licenciada en Sociología y estudiante de la Maestría Académica en Gerontología. Docente e investigadora de la Universidad de Costa Rica.

****Licda. María José Víquez Barrantes.** Asesora del Programa Integral para la Persona Adulta Mayor de las áreas de educación y acción social. Licenciada en Trabajo Social y estudiante de la Maestría Académica en Gerontología.