

funlibe



Centro de Documentación Virtual en Recreación, Tiempo Libre y Ocio

Servicio de la Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación

Fundación Latinoamericana de Tiempo Libre y Recreación - FUNLIBRE Costa Rica



Documento:

**LA RECREACION COMO ESTRATEGIA DE
DESARROLLO PARA LOS ADULTOS MAYORES.**

Autor:

GERMAN ALBERTO OSPINA

FUNLIBRE Eje Cafetero

Origen:

**II Simposio Nacional de Vivencias y Gestión en Recreación.
Vicepresidencia de la República / Coldeportes / FUNLIBRE
22 al 24 de Noviembre de 2001. Cali, Colombia.**



[< Ir a Centro de Documentación](#)

[> Uso apropiado del Documento](#)

[> Ponencias del Simposio](#)

Ponencia

INTRODUCCION

Nuestra ponencia es una forma breve de mostrar los beneficios que la recreación le puede brindar al hombre, más aun si es una población vulnerable como lo es la de los adultos mayores.

Por tal motivo se pretende referenciar una experiencia de 13 años con este grupo poblacional donde han sido muchos los resultados positivos que se han adquirido al acceder a los diferentes servicios que la fundación les presta.

Para poder estructurar el programa se parte de algunos referentes como el contexto social y cultural, las políticas gubernamentales y los beneficios que ellos pueden alcanzar a nivel psicológico, social y físico, tratando de manejar una integridad en los procesos a través de la recreación como instrumento de desarrollo.

De esta forma se enfatiza en promoción y prevención de la salud a través de diferentes medios de la recreación.

ANTECEDENTES

▪ **Tendencias demográficas:**

Según la OMS la población vieja se ha ido incrementando poco a poco puesto que la expectativa de vida a aumentado debido a las oportunidades que existen actualmente por los avances tecnológicos y científicos.

En la actualidad en los países europeos más avanzados existe mucha más población vieja comparada con los porcentajes de niños y adultos. Colombia ha experimentado un considerable aumento en la esperanza de vida, de 44 años para los nacidos en 1937 – 1939 pasará a 70 años para los nacidos en el 2000. Los mayores de 60 años representan el 5% del total de la población y se prevé que aumenten al 68% en el 2003.

▪ **Morbilidad y mortalidad:**

Los viejos son muy susceptibles a enfermar y morir, es una población de alto riesgo que requiere niveles de asistencia hospitalaria y atención muy especiales, para de esta forma evitar discapacidades, minusvalías o la muerte.

(Gómez – Curcio, Evaluación de la salud en los ancianos).

▪ **Manejo del tiempo:**

Este grupo de población en su mayoría dispone de más tiempo libre que el resto de la gente. Factores como la jubilación, la edad o la capacidad funcional que hace que la persona deje de laborar y tenga que estar más tiempo en su hogar puesto que puede limitar a la persona para realizar labores fuertes. En ocasiones puede llevar a la persona al encierro y como consecuencia esta terminar aislada de la sociedad.

Por tal razón actualmente están surgiendo diferentes alternativas de entretenimiento y educación no formal con los adultos mayores para brindarle muy buenas posibilidades de desarrollo y ocupación de su tiempo en actividades placenteras.

A través de estos programas está comprobados los beneficios que la

recreación y la animación sociocultural le brindan a estas personas.

BENEFICIOS DEL PROGRAMA EN LOS ADULTOS MAYORES

- Sacar a las personas adultos mayores del aislamiento que al jubilarse les a causado a algunos.
- Devolverles al placer de moverse para preservar, todo el tiempo posible, su independencia física como social.
- Integrarlas en una actividad de grupo a fin de que se encuentre de nuevo al contacto con los demás, la intensidad de expresar, comunicarse y participar.
- Brindarles la posibilidad de visitar diversidad de sitios para estar en más contacto con otras regiones y conocer más formas de vida.
- Ofrece mayor autonomía y hábitos de conducta saludables en todas las actividades cotidianas.



- ✓ Los documentos pueden ser bajados o impresos (una sola copia) para uso personal.
- ✓ Usted esta en libertad de editarlos y usarlos en sus proyectos, dando el crédito al autor del documento.
- ✓ Está prohibido, moral y legalmente, vender el documento o hacer una reproducción del mismo con ánimo de lucro.
- ✓ No esta autorizado copiar, extraer, resumir o distribuir el documento fuera de su propia organización y/o de manera que compita o substituya la base de documentos de FUNLIBRE o de las Redes de las que la Fundación es el Nodo Central.