

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA
CARRERA DE PSICOLOGÍA

*Tesis para optar por el grado académico de
licenciatura en Psicología*

**ESTUDIO CUALITATIVO SOBRE
MOTIVACIÓN Y PARTICIPACIÓN DE
ADULTOS MAYORES EN ACTIVIDADES
DEL CLUB MANANTIAL DE LA
COMUNIDAD DE CARRIZAL DE ALAJUELA
EN EL SEGUNDO SEMESTRE DE 2017**

SUSTENTANTE: FLOR CHAVARRÍA CAMPOS

TUTORA: MELANIA MENESES ALVARADO

Marzo, 2018

TABLA DE CONTENIDOS

TABLA DE CONTENIDOS	1
ÍNDICE DE TABLAS.....	3
ÍNDICE DE FIGURAS.....	4
DEDICATORIA.....	5
AGRADECIMIENTO	6
RESUMEN.....	7
SUMMARY	9
CAPÍTULO I PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	11
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	12
1.1.1 Antecedentes del problema.....	12
1.1.2 Problematización.....	24
1.1.3 Justificación	27
1.2 PREGUNTA DE LA INVESTIGACIÓN	30
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	30
1.3.1 Objetivo general.....	30
1.3.2 Objetivos específicos	30
1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES	31
1.4.1 Alcances	31
1.4.2 Limitaciones.....	31
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO.....	32
2.1 CONTEXTO HISTÓRICO.....	33
2.1.1 Antecedentes de la comunidad.....	33
2.1.2 Antecedentes del grupo Manantial.....	34
2.2 CONTEXTO TEÓRICO–CONCEPTUAL	36
2.2.1 Adulto mayor	36
2.2.2 Motivación	49
2.2.3 Grupos para adultos mayores y su importancia	62
CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO	66
3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN	67
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN	67
3.3 UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIO.....	67
3.3.1 Población.....	68

	2
3.3.2 Participantes	68
3.3.3 Criterios de inclusión y exclusión	68
3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	69
3.5 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS CATEGORÍAS DE ANÁLISIS	71
CAPÍTULO IV RESULTADOS.....	73
4.1 RESULTADOS.....	74
4.1.1 Resultados de los datos sociodemográficos	74
4.1.2 Resultados según categorías	79
CAPÍTULO V DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	92
5.1 INTERPRETACIÓN O EXPLICACIÓN	93
CAPÍTULO VI CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	119
6.1 CONCLUSIONES	120
6.2 RECOMENDACIONES	126
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	130
ANEXOS.....	140
ANEXO 1 CARTA DE AUTORIZACIÓN	141
ANEXO 2 CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN	142
ANEXO 3 FICHA DE IDENTIFICACIÓN Y GUÍA DE PREGUNTAS PARA ENTREVISTA	144
ANEXO 4 RESULTADOS DE VALIDACIÓN DE LA GUÍA DE PREGUNTAS PARA ENTREVISTA	146
ANEXO 5 GUÍA DE ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA EL CLUB MANANTIAL	149
ANEXO 6 DECLARACIÓN JURADA	151
ANEXO 7 CARTA DE APROBACIÓN DEL TUTOR.....	152
ANEXO 8 CARTA DE APROBACIÓN DEL LECTOR	153
ANEXO 9 CARTA DE APROBACIÓN DEL FILÓLOGO	154

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla n.º 1 Teorías del envejecimiento.....	40
Tabla n.º 2 Fuentes y tipos de apoyo social.....	43
Tabla n.º 3 Momentos del comportamiento motivado	50
Tabla n.º 4 Componentes de la motivación	50
Tabla n.º 5 Operacionalización de categorías de análisis	72
Tabla n.º 6 Datos sociodemográficos de los participantes de la investigación	75
Tabla n.º 7 Motivaciones iniciales.....	80
Tabla n.º 8 Motivaciones actuales	80
Tabla n.º 9 Beneficios o ventajas.....	81
Tabla n.º 10 Incentivos	81
Tabla n.º 11 Necesidades que buscan satisfacer a nivel personal.....	82
Tabla n.º 12 Necesidades que buscan satisfacer a nivel de grupo	83
Tabla n.º 13 Carencias que logran satisfacer	83
Tabla n.º 14 Percepción de los participantes con respecto al grupo.....	84
Tabla n.º 15 Valoración de las relaciones entre los miembros del grupo.....	85
Tabla n.º 16 Fortalezas del grupo Manantial	85
Tabla n.º 17 Debilidades del grupo Manantial	86
Tabla n.º 18 Importancia de asistir a grupos	86
Tabla n.º 19 Actividades de interés	87
Tabla n.º 20 Actividades que no son de interés	88
Tabla n.º 21 Actividades que les resultaría interesante realizar	89
Tabla n.º 22 Habilidades de los participantes.....	90
Tabla n.º 23 Habilidades con los que pueden contribuir al grupo	90

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura n.º 1 Etapas del desarrollo psicosocial	38
Figura n.º 2 Pilares del envejecimiento activo	46
Figura n.º 3 Jerarquía de necesidades de Maslow	52
Figura n.º 4 Sexo de los participantes de la investigación.....	75
Figura n.º 5 Rango de edad de los participantes de investigación.....	76
Figura n.º 6 Escolaridad de los participantes de la investigación.....	76
Figura n.º 7 Estado civil de los participantes de investigación.....	77
Figura n.º 8 Ocupación de los participantes de la investigación	77
Figura n.º 9 Pensión de los participantes de la investigación.....	78
Figura n.º 10 Casa propia de los participantes de la investigación.....	78
Figura n.º 11 ¿Con quién viven los participantes de la investigación?	79

DEDICATORIA

A mis dos abuelitas, Flora y Julia, a quienes amo y recordaré siempre.



AGRADECIMIENTO

Agradezco primeramente a Dios por su amor y guía en cada área de mi vida.
A mis padres, por el apoyo brindado siempre.
A mi esposo e hija, por estar a mi lado.
A mi tutora, por la paciencia y soporte en este proceso.
Al grupo de adultos mayores Manantial, por la colaboración.
Y a cada persona que de una u otra manera me ayudó a sacar adelante este proyecto.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación aborda el tema de la motivación del adulto mayor y consiste en un análisis descriptivo de los resultados obtenidos a partir de las entrevistas realizadas a personas de 65 años o más, que asisten al club comunal de adultos mayores Manantial, ubicado en Carrizal de Alajuela. El estudio se lleva a cabo durante el segundo semestre del año 2017.

El objetivo principal está dirigido a identificar qué impulsa a algunos adultos mayores a participar en actividades del club Manantial, indagando motivaciones intrínsecas y extrínsecas, necesidades que buscan satisfacer y percepción con respecto al club al que asisten.

Se aporta un marco teórico conceptual basado en teorías de motivación y sobre el envejecimiento desde un punto de vista positivo; visualizando la vejez como una etapa en la que el sujeto se puede considerar activo, responsable y con capacidades que le permiten disfrutar de un estilo de vida saludable.

En cuanto a la metodología, esta investigación tiene un carácter descriptivo. Se diseña una guía de preguntas para efectuar diez entrevistas a miembros participantes del club.

Se concluye que una motivación extrínseca que conduce a los adultos mayores a ser parte de las actividades del club Manantial es la influencia de terceras personas: familiares, amigos y los fundadores del club.

Los incentivos materiales que representan estímulos externos son los regalos, recuerdos, refrigerio, información por escrito (revistas, boletines, libros), así como los títulos por haber participado en algún taller; elementos que motivan a los adultos mayores para sentirse motivados a continuar asistiendo a las reuniones. Otro tipo de motivación extrínseca está relacionada a los incentivos no palpables obtenidos por los participantes, como lo son los paseos, charlas y fiestas.

Como motivación intrínseca se determina que los participantes sienten satisfacción en participar, al obtener grandes beneficios, entre los cuales se mencionan: mejorar su salud física y mental, aprender, formar nuevas amistades, distraerse, entretenerse, sentir compañía, salir de la rutina y sobrellevar mejor los problemas o enfermedades; todo lo anterior beneficiándolos a nivel físico, psicológico, educativo, emocional, espiritual y social. Entre las necesidades que buscan satisfacer, están principalmente las de tipo social, de estima, compañía y pertenencia.

Los adultos mayores de este grupo perciben al club Manantial como un grupo con escasa ayuda externa, poca variedad de actividades, bajo nivel de asistencia y de escasos recursos económicos. Pero a la vez se consideran a nivel general como un grupo que a pesar de estas deficiencias permanece pues las relaciones interpersonales entre los miembros son satisfactorias, donde existe solidaridad y sobre todo amistad, como sus principales fortalezas.

Queda en evidencia que los adultos mayores de este grupo poseen cierto grado de afinidad respecto a gustos, siendo el interés por el bingo, el baile y los ejercicios parte de las actividades que más disfrutaban. También se encuentra similitud en cuanto a algunas habilidades, donde la destreza en la cocina y en la jardinería son las mayormente mencionadas.

El trabajo concluye con una serie de recomendaciones de actividades diseñadas a partir de las motivaciones, necesidades, intereses y habilidades señaladas por parte de algunos miembros de este grupo.

Palabras clave: persona adulta mayor, motivación, participación, actividades grupales.

SUMMARY

The present investigation assignment abounds the theme of the elders' motivation and consists in a descriptive analysis of the results gain in interviews with people of sixty-five years or more, that assist to the Manantial Elders Club, localized in Carrizal of Alajuela. This study was made on the second semester of 2017.

The principal subject was directed to identify the motivations that make elders participate on Manantial Club's activities, inquiring intrinsic and extrinsic motivations, necessities that look satisfy and the perception in respect to the club they assist.

A theoretical conceptual framework is provided based in motivation theories and theories about the aging from a positive point of view; visualizing the aging like a phase where the subject can be considered active, responsible and with capacities that allows him to enjoy a healthy life style.

Regarding the methodology, this investigation has a descriptive character. A question guide was designed to carry out ten interviews to participant members of the club.

It is concluding that the extrinsic motivations that motive the elders to participate on the Manantial club's activities are the influence of third people; family, friends and club founders. The incentives materials that represent external stimulations are gifts, memories, snacks, writing information (magazines, newsletters, books) and participation titles as well, they are considered as an element that have influence on the elders to feel motivated to assist to the activities. Another extrinsic motivation is related to the non-palpable incentives obtained by the participants, like walks, talks and parties.

As intrinsic motivation it is concluded that the participants feel satisfaction in participate, since they get great benefits, for example: physical and mental health improves, learning, the

opportunity to make new friendships, distraction, entertaining, company, break the routine and help them to deal in a better way the problems or diseases. All of the above benefiting them in the physical, psychological, educative, emotional, spiritual, and social way. Among the needs they seek satisfy, it is mainly those of a social nature, esteem, company and belonging.

The elder people perceive the Manantial Club as a group with a lack of extern help, a few variety of activities, a low level of assistance and limit economic resources. But at the same time are considered at a general level as a group that despite these deficiencies, it has remained, the interpersonal relationships between the members have been satisfying, where the solidarity exist and above all, friendship, as their mainly strengths.

It was in evidence that the elder people of this group have a certain degree of affinity in terms of taste and abilities. Being, the interest in bingo, dancing and exercises, part of the activities that they most enjoy. Some similarity about skills was found as well, like kitchen skills and gardening that stand out, despite having shown some difficulty in recognizing them.

The assignment concludes with some recommendations of activities designed in base in the motivations, necessities, interest and skills mentioned for some members of this group.

Keywords: Elder people, motivation, participation, group activities.

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.1 Antecedentes del problema

La población mundial de personas adultas mayores aumenta cada año, debido a una disminución en el número de nacimientos y gracias a los avances en la medicina que extienden la esperanza de vida de las personas. En Costa Rica el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (2011) indica que la población adulta mayor se va a triplicar en los próximos 40 años, de acuerdo a las estimaciones de población para el periodo 2012-2050. Se prevé que el tamaño de la población pase de las 316 mil personas en el 2012 a más de 1 millón en el 2050.

Ante esta situación, se requieren cambios sociales para hacer frente a los desafíos que conlleva el aumento demográfico, los cuales les posibiliten a las personas seguir participando en la sociedad. El envejecimiento y los adultos mayores no son un problema en la sociedad, pero sí lo es el no estar preparados para proveer estilos de vida saludables.

Antecedentes internacionales

Respecto a la participación del adulto mayor, Pía Magdalena Roveres de la Universidad Siglo 21 desarrolla un proyecto de investigación aplicada en 2016, que tiene como principal objetivo contribuir con el conocimiento y entendimiento de los motivos que guían las conductas de los adultos mayores para asistir a talleres de educación no formal del Programa Educativo de Adultos Mayores (PEAM), el cual es un programa de extensión universitaria de la Universidad Nacional de Río Cuarto (UNRC) en el país de Argentina.

En esta investigación se utiliza una metodología cualitativa para conocer las motivaciones que llevan a las personas adultas mayores a asistir a los talleres educativos, también se investiga la persistencia y las necesidades que ellos satisfacen al asistir. La muestra está constituida por diez adultos mayores que asisten a alguno de los talleres que se imparten (Roveres, 2016).

Los principales resultados de esta investigación son que predomina la asistencia de las mujeres y algunas de las razones que motivan a los participantes a involucrarse en los talleres son la recomendación del médico, de la familia o de amigos. Entre las motivaciones personales que mueven a las personas a participar, están: ver y sentir los talleres como una distracción, realizar actividades nuevas, aprender, hacer amistades y sentirse acompañados; siendo la distracción la principal razón de asistir (Roveres, 2016).

En los resultados de esta investigación se evidencia que las necesidades por satisfacer son la amistad, estima y autorrealización. Predominan las motivaciones intrínsecas, lo cual se cree que influye en la persistencia de los talleres. Los adultos mayores que optan por otros talleres expresan que a lo largo de los años cambian sus intereses y sus necesidades, los mismos plantean darse la posibilidad de asistir a los diversos talleres para saber cuál se adecua a sus necesidades. Una de las conclusiones de esta la investigación es el bienestar que sienten los adultos mayores que participan en los talleres, espacio en el cual los entrevistados indican sentirse útiles y orgullosos de sus logros (Roveres, 2016).

Proyectos universitarios como el de Roveres (2016) demuestran que se ofrecen opciones al adulto mayor para que este pueda mantenerse activo dentro de la sociedad, lamentablemente muchas de estas iniciativas no llegan a comunidades pequeñas o lugares donde personas mayores tienen limitaciones económicas o físicas que les impiden asistir a las actividades o proyectos universitarios, dejando un vacío en la realización de iniciativas a este nivel.

Por otra parte, Ana Cristina Zamora (2016) desarrolla un trabajo de investigación titulado: *La influencia de las redes de apoyo familiar en la motivación de los mayores: calidad de vida y bienestar en instituciones sociales*, llevado a cabo en Valencia, España; donde menciona que la mejora de la calidad de vida y el bienestar en los centros para mayores se puede conseguir mediante el fomento de las relaciones familiares.

Este es un estudio efectuado con una muestra de 20 personas, residentes en centros sociales y diagnosticados con depresión. La medición de la influencia de la familia en la motivación de los mayores se efectúa con el empleo de la escala de valoración de Hamilton que evalúa la depresión (*Hamilton Depression Rating Scale (HDRS)*). Se aplica un test al inicio del estudio y un test tras la implementación del proyecto para observar la influencia de la familia en la motivación del adulto mayor (Zamora, 2016).

Al finalizar el proyecto, se confirma que en todos los usuarios el nivel de depresión se reduce en uno o dos niveles y en un 25 % de los casos desaparece en los usuarios cuyo nivel de depresión es ligero o moderado. Por lo tanto, se concluye que las redes de apoyo familiar influyen en la motivación del adulto y en su calidad de vida y satisfacción (Zamora, 2016).

Lucia Rossi (2014) desarrolla un trabajo de investigación titulado: *Participación y motivación en los adultos mayores: una mirada desde una comisión barrial*, en el que indaga acerca de los motivos que conducen a los adultos mayores a participar. La investigación se basa en cómo intervienen las representaciones sociales de vejez y envejecimiento en la motivación y desmotivación de su participación. Se trabaja con una metodología cualitativa, realizando entrevistas a los participantes de este grupo y entre los resultados se muestra que en especial los motiva a participar el afrontar la soledad, mantener el sentimiento de utilidad y continuar proyectándose (Rossi, 2014).

Esta investigación es llevada a cabo con una muestra de seis adultos mayores, dos hombres y cuatro mujeres con edad promedio de 65 años; participantes activos en la comisión barrial. Entre los resultados más sobresalientes del estudio, se encuentra la percepción positiva y negativa de los adultos mayores en cuanto a la jubilación, debido a los cambios producidos en sus rutinas y roles, la presencia de sentimientos de utilidad e inutilidad, así como de aislamiento social y soledad (Rossi, 2014).

Se percibe la participación social como un medio de prevención en el área afectiva, de la salud y en el área social; sin embargo, pocas personas participan. Entre los motivos para participar en la comisión barrial, se encuentran: interactuar con pares, no sentirse solos, sentirse útiles, realizar otras actividades que antes no podían, salir de casa, divertirse y así no enfermarse (Rossi, 2014).

La participación social tiene grandes beneficios como lo expone Hernán Zapata (2001), quien publica un artículo en la revista de psicología de la Universidad de Chile, con el título: “Adulto mayor: participación e identidad”, en el cual afirma la existencia de opiniones que coinciden en que la participación en organizaciones comunitarias permite al adulto mayor canalizar adecuadamente su tiempo libre y mejorar su calidad de vida, además de contactarse con su grupo de pares y compartir, desarrollando potencialidades a partir de este contacto.

Con respecto al origen de instituciones orientadas a dar ayuda al adulto mayor, se considera que surgen a raíz de una perspectiva de una vejez desvalida y poseen una postura básicamente asistencial; organizadas para atender esperando muy poco de los adultos mayores. Pero si la sociedad entiende y acepta la vejez como una etapa más de la vida que tiene como norte la integridad y el desapego, es posible que se originen instituciones capaces de poner énfasis en el potencial de las personas para su propio desarrollo (Zapata, 2001).

Debido a esta tendencia de proyectos asistenciales, se genera la necesidad de promover más iniciativas que empoderen a las personas adultas mayores para lograr su autonomía, interviniendo desde sus comunidades, donde la persona adulta mayor posee facilidades de acceso y oportunidades de involucramiento en su mismo barrio. Como resultado, es favorecido tanto el adulto como la comunidad en general.

De esta manera, se demuestra la importancia de proporcionar al adulto mayor oportunidades para desarrollar sus potencialidades ya que es dueño de su tiempo y debe disponerlo de tal forma que le otorgue sentido y calidad de vida.

En Costa Rica se cuenta con investigaciones y acciones principalmente dirigidas a la promoción de un envejecimiento activo y la defensa de los derechos de los adultos mayores desde diferentes ámbitos, como la salud, educación y participación social, con el fin de mejorar la calidad de vida de esta población.

En el caso de la motivación, no se identifican antecedentes de investigaciones académicas en el país relacionadas directamente con el tema propuesto. A continuación se reseñan los antecedentes que guardan algún tipo de vínculo con el tema en cuanto a la participación social, envejecimiento activo y estilos de vida saludable.

Antecedentes nacionales

El estudio de Mauricio Blanco y Mónica Salazar (2017), titulado: *Predictores socioemocionales y cognitivos: su papel en la comprensión del envejecimiento con éxito en el contexto costarricense*, identifica y analiza las características que presentan personas adultas mayores con alto nivel de actividad y participación social en Costa Rica. Para su desarrollo, se cuenta con una muestra de 191 personas entre 55 y 87 años de edad, quienes participan en programas de computación, idiomas, actividad física, arte, entre otros.

Este estudio busca responder las preguntas: ¿Qué características socioemocionales, cognitivas, de salud y sociodemográficas evidencia una persona adulta mayor con altos niveles de actividad?, y ¿cuáles de las variables medidas predicen mejor los niveles de actividad presentados en la muestra estudiada?, tomando como variables predictores del nivel de actividad a las condiciones emocionales, cognitivas y sociales (Blanco y Salazar, 2017).

Entre las variables emocionales, se analizan la autoeficacia percibida, emociones positivas, satisfacción con la vida, control personal y adecuadas redes de apoyo. Las características cognitivas estudiadas son las funciones ejecutivas preservadas y, por último, la percepción subjetiva de la salud y características sociodemográficas como el nivel educativo e ingresos (Blanco y Salazar, 2017).

Por su parte, las características socioemocionales reportadas obtienen medidas altas en las escalas que evalúan aspectos positivos del estado de ánimo, satisfacción con la vida, percepción de redes de apoyo y autoeficacia. La mayoría de personas reporta mayor presencia de emociones positivas, cree tener las capacidades necesarias para superar las dificultades de la vida y de la vejez y se considera satisfecha con su situación actual y pasada (Blanco y Salazar, 2017).

De forma general existe un funcionamiento cognitivo y no se evidencia deterioro, pero hay puntajes medios en las pruebas que evalúan la función ejecutiva, no obstante estos son coherentes con los cambios cognitivos presentes en la vejez. En cuanto a la percepción subjetiva de la salud, a pesar de que la mayoría tiene patologías médicas diagnosticadas, refieren que su salud es muy buena y están mejor que otros de su misma edad (Blanco y Salazar, 2017).

El estudio describe los estilos de vida activos en la vejez de la muestra, caracterizados por la participación en relaciones sociales y ocio, más que por actividades cognitivas y físicas o vinculadas al logro personal (Blanco y Salazar, 2017).

Básicamente el estudio de Blanco y Salazar (2017) muestra las características de personas con altos niveles de participación. Siguiendo con el tema de participación, el siguiente antecedente expone un acercamiento con respecto al aprovechamiento del tiempo libre y sus beneficios.

Violeta Parra (2014) lleva a cabo una investigación cuyo objetivo principal es determinar la relación del uso del tiempo libre y la calidad de vida autopercibida de los adultos mayores que asisten a las actividades en la comunidad de Mata Redonda.

El estudio se realiza desde un enfoque cuantitativo por medio de un cuestionario aplicado a 48 personas, donde se indaga, entre otros aspectos: el tiempo empleado para actividades como descansar, entretenerse y recrearse; y el estado de salud física, mental y social de las personas participantes como elementos para determinar la calidad de vida (Parra, 2014).

Se obtiene como resultado que en las actividades comunales predomina la asistencia de mujeres y personas viudas, pues los ancianos solitarios buscan socializar para disminuir su nivel de soledad. El 75 % de la población cuenta con vivienda propia, lo cual genera estabilidad y el 71 % comparte vivienda con miembros de su familia, lo que facilita el cuidado y acompañamiento. A pesar de las patologías presentadas, estas no los limitan a participar de las actividades comunales. Además, el 92 % indica satisfacción con sus vínculos familiares y sociales (Parra, 2014).

Todos manifiestan habilidad en estado de ánimo y gusto por las actividades de ocio, sin embargo, el tiempo invertido en ellas es poco debido a la escasez de variabilidad de las mismas. Asimismo, señalan darle sentido a su vida, vinculando este concepto con la seguridad en sí mismo, la autoestima, la independencia y su capacidad para desempeñar actividades; prefieren las actividades en las que puedan interactuar con otras personas y mencionan que participar es fundamental para su calidad de vida, que a nivel general están satisfechos con ellas, con su salud y con la utilización de su tiempo libre (Parra, 2014).

María Dolores Castro (2012) realiza un trabajo de investigación titulado: *Rendimiento cognitivo en funciones ejecutivas y memoria y nivel de participación en personas mayores de 60 años que pertenecen a grupos organizados de personas mayores en la provincia de San José*. Este es un acercamiento a los perfiles cognitivos, estados de ánimo y nivel de participación en grupos organizados de adultos mayores. Se hace una serie de pruebas para medir el rendimiento cognitivo, funcionamiento ejecutivo y memoria, y el nivel de participación en una muestra de 110 personas.

Para medir el rendimiento cognitivo en funciones ejecutivas y de memoria, se utilizan las escalas: test del reloj (1999), test de Stroop (1994), Trail Making A y B, CERAD y CAMCOG. En el caso del nivel de participación, se registra el tipo de actividades, frecuencia y nivel de complejidad percibida, y para los estados de ánimo, se usa la escala PANAS (1988) y la de depresión geriátrica de Yesavage. Se obtienen resultados de rendimiento cognitivo general normal, pero ubicado en los rangos medios o inferiores de calificación de las pruebas para el rendimiento ejecutivo y de memoria (Castro, 2012).

Como parte de los resultados obtenidos, se determina que las personas participantes dedican más horas a las actividades de ocio, sociales y recreativas en relación con aquellas de aprendizaje y con mayor demanda cognitiva; las personas más jóvenes (60 a 70 años), quienes presentan mejor rendimiento cognitivo en funciones ejecutivas y memoria, dedican más tiempo a actividades educativas; y quienes participan en actividades tienen un mejor rendimiento cognitivo que quienes no lo hacen (Castro, 2012).

A continuación se exponen los aportes a nivel nacional de algunas instituciones:

La Asociación Gerontológica Costarricense (AGECO) está enfocada en proponer espacios que permitan el involucramiento en sus programas de participación y promoción social; como la Red Nacional de Clubes de Personas Mayores, el Programa Personas Mayores Voluntarias y el Programa de Promoción Social.

El Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM), como órgano rector en materia de envejecimiento y vejez en Costa Rica, busca garantizar el mejoramiento en la calidad de vida de las personas adultas mayores mediante la formulación y ejecución de las políticas públicas integrales que generen la creación de condiciones y oportunidades para que las personas adultas mayores tengan una vida plena y digna.

Por otra parte, la Asociación de Pensionados (ASNAPE) desarrolla actividades recreativas, culturales, sociales y de capacitación, con el fin de alcanzar la participación activa de sus afiliados y mejorar su calidad de vida.

La Federación Cruzada Nacional de Protección al Anciano (FECRUNAPA) se establece para brindar protección a la persona adulta mayor institucionalizada con capacitaciones y asesoría de las instituciones afiliadas, influyendo de manera positiva en la calidad de vida de este sector de la población.

En algunas universidades se crean programas dirigidos al mejoramiento de vida del adulto mayor. Entre ellos se puede mencionar el Programa Integral para la Persona Adulta Mayor de la Universidad de Costa Rica (PIPAM) que aporta a esta población alternativas que propician hábitos de vida saludables, de una forma integral, por medio de actividades formativas, culturales, artísticas y recreativas. Asimismo, la Universidad Nacional provee el Programa de Atención Integral para la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) que se crea con el propósito de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida por medio de actividades que los informen, capaciten y recreen.

Por su parte, la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) mantiene diversos y variados programas, entre los que se pueden anotar: actividades socioeducativas, grupos de personas adultas mayores, atención a nivel domiciliario, atención social individualizada y taller de cuidadores.

A pesar de que en Costa Rica se cuenta con estas y otras instituciones orientadas al servicio y defensa de los derechos de la persona adulta mayor, existen aún muchas debilidades en cuanto al apoyo a nivel de comunidades; especialmente aquellas de difícil acceso o fuera del gran área metropolitana del país. En muchas de las comunidades donde se crean pequeños

grupos, estos no cuentan con las bases sólidas o la asesoría necesaria para emprender nuevos retos y proyectarse adecuadamente en la sociedad actual.

Se llevan a cabo esfuerzos para mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores, pero aún el país tiene desafíos que afrontar. Como parte de los esfuerzos realizados, cabe destacar la elaboración entre mayo de 2007 y agosto de 2008 del primer Informe del Estado de la Situación de la Persona Adulta Mayor en Costa Rica.

Para este informe se hace una serie de talleres y entrevistas a profundidad con profesionales de diversas áreas, así como una amplia investigación. Se muestra la situación actual del adulto mayor en Costa Rica vista desde un marco mega abordando a toda la población de manera general y considerando diferentes aspectos que conciernen al adulto mayor en el país (Fernández y Robles, 2008).

Todas estas iniciativas que se efectúan a nivel muy general en Costa Rica, dejan abiertas las posibilidades de plantear investigaciones desde un marco micro, o sea, en poblaciones pequeñas y abordando problemas específicos, propios de la persona adulta mayor.

Estas investigaciones demuestran algunos de los esfuerzos en pro del adulto mayor, no obstante, todavía falta mucho que aportar para entender los múltiples factores que influyen en su calidad de vida. Por otra parte, un vacío identificado en las investigaciones es el análisis de los obstaculizadores de la participación del adulto mayor, entendiéndose este concepto como aquellas limitaciones que tiene la persona para ejercer su derecho a participar.

Se puede pensar que entre ellos está la falta de apoyo familiar, poco involucramiento de la comunidad en pro del adulto mayor, factores económicos y/o condiciones de salud, que les impiden a las personas participar, así como la falta de apoyo económico para los grupos, que les permiten tener más posibilidades de participación e involucramiento social; sin embargo, las posibles situaciones que genera la no participación no tienen una solución única, por esto se deben enfocar los esfuerzos en los aspectos principales que surjan producto de investigaciones de este tema y que tengan un mayor impacto sobre la problemática.

Hay evidencia de los efectos positivos que tiene para el adulto mayor su participación social y se citan algunas razones que lo motivan a participar, pero en estos casos el tema de la participación es un sinónimo de “concurrir” (en el término literal de juntarse en un mismo lugar y tiempo), dejando de lado el análisis del término participación en el sentido real de la palabra. Es necesario tomar en cuenta qué tanto está el adulto mayor involucrado en la toma de decisiones, por ejemplo, su aporte en ideas u opiniones en cuanto a sus necesidades, no solo pensando en recibir, sino en qué puede o quiere aportar para su propio beneficio y el de los demás, con lo cual asume un rol protagónico, activo y consciente de su propia capacidad y responsabilidad.

1.1.2 Problematización

Carrizal es un territorio perteneciente a la provincia de Alajuela y cuenta con una población total de 7 914 habitantes (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2011). La comunidad tiene una población adulta mayor de 2 545 habitantes mayores de 65 años, considerando sectores como Pavas y Cinco Esquinas pertenecientes al distrito.

Según información estadística suministrada por la Clínica Marcial Rodríguez Conejo (2017), Carrizal cuenta un grupo para adultos mayores llamado “Manantial”, sus integrantes se reúnen en el salón comunal cada viernes por dos horas y la cantidad de asistentes activos ronda los 15 participantes.

Con base en las cifras citadas acerca de la población total de adultos mayores en Carrizal y la cantidad de miembros del club, se pueden inferir los siguientes datos: alrededor el 32 % de la población de Carrizal son adultos mayores de los cuales solo el 0.78 % asiste al grupo Manantial, por lo que surge la duda acerca de la participación del resto de la población adulta mayor y si están los adultos mayores de Carrizal participando en grupos organizados.

En la actualidad no hay datos que pongan en evidencia esta situación ni de las razones del porqué asisten o no a grupos dirigidos a este sector de la población; por lo tanto esta investigación se enfoca en quienes sí asisten al grupo.

En esta comunidad los adultos mayores tienen a su disposición el poder asistir y participar de las actividades del club Manantial, pero hoy este grupo cuenta con muy pocas opciones que pueden ser llamativas para esta población. Una de ellas es el bingo cada 15 días entre los integrantes del grupo, siendo una de las mayores razones para asistir de acuerdo con lo indicado por Rosa Brenes (comunicación personal, 15 de mayo de 2017), administradora del grupo, quien además menciona las rifas informales para la recaudación de fondos que son utilizados al costear los gastos del paseo cada fin de año.

Por lo anterior se debe identificar cuáles son las necesidades que satisfacen las personas que asisten a este grupo y cuál es la percepción que tienen de él. Si están satisfechas con las actividades o si desean realizar otras, si se les da la oportunidad de proponer actividades adicionales o si se les permite involucrarse en la toma de decisiones importantes dentro del grupo. Revisando también si dentro del grupo hay roles y responsabilidades establecidas que faciliten este involucramiento o si existe la posibilidad de que los asistentes solo sean receptores de lo señalado por unos pocos.

La administradora del grupo comenta que tienen poco apoyo de parte de las instituciones: *“Algunas veces nos visita personas de la Municipalidad o el ebáis para hacer ejercicios”* (R. Brenes, comunicación personal, 15 de mayo de 2017). Agrega que la comunidad no está comprometida con la población adulta mayor, pero sí cuenta con el apoyo de la Asociación Gerontológica Costarricense (AGECO) que los visita para impartirles charlas informativas o invitarlos a actividades nacionales organizadas por la institución; a pesar de esto, el grupo Manantial no tiene mayor involucramiento en dichas actividades.

De ahí el interés de indagar y analizar el tema de la motivación como un factor influyente en la participación de los adultos mayores de este grupo, ya que hay aspectos internos o externos que los mueven a continuar asistiendo al club Manantial a pesar de las pocas opciones de actividades que ofrece. Se averigua entonces desde cuándo las personas asisten al grupo y qué tan frecuente es su participación para establecer un punto de partida en esta investigación.

1.1.3 Justificación

La presente investigación se justifica desde las implicaciones prácticas (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), dado que existe la necesidad de conocer y estudiar los factores motivacionales que afectan la participación en las actividades del grupo Manantial.

Con los resultados de esta investigación se tienen los insumos para hacer una sugerencia de actividades como recomendación que puede resultar en una mejor estructuración del grupo, posibilitando la asignación de nuevos roles y responsabilidades, así como otras opciones para la participación.

Al indagar cuáles son las habilidades, intereses, motivaciones, necesidades, su percepción del grupo Manantial y los beneficios que obtienen, se tiene un punto de partida en el cual se pueden potencializar las fortalezas del grupo y abordar las áreas que debe mejorar, para brindar un espacio en el que no solo se sientan a gusto los adultos mayores, sino que también les permita tener una mayor participación dentro del grupo y en la comunidad.

Las personas adultas mayores poseen grandes cualidades, en su mayoría se caracterizan por su capacidad de ayudar a resolver disputas y dar consejos basados en su experiencia de vida, son altamente altruistas y solidarias, toman sus propias decisiones, tienen capacidad de liderazgo, poseen sentido de cuidado y protección hacia otros y en muchos casos desean enseñar. Las anteriores son cualidades que se pueden potencializar en el grupo Manantial, al considerarse relevante favorecer y fomentar el desarrollo de estas en el adulto mayor.

Se plantea la posibilidad de realizar esta investigación en la comunidad de Carrizal pues, según los antecedentes explorados, esta situación no es revisada ni analizada hasta el momento en este lugar. Asimismo, se tiene evidencia de investigaciones similares efectuadas en otros países, como la desarrollada en Argentina sobre motivación en la asistencia a talleres (Roveres, 2016), no obstante, está orientada al tema de educación no formal por lo que es nuevo traer el tema a un nivel comunitario donde los mismos adultos mayores son quienes organizan sus propias reuniones y las dirigen.

Por otra parte, durante la búsqueda de antecedentes se encuentra evidencia de estudios de motivación, pero enfocados en los aspectos laboral, educativo y deportivo; incluso algunos de estos estudios se basan en el tratamiento de adicciones. No obstante, esta investigación se orienta a la motivación relacionada con la participación en actividades grupales en la población adulta mayor.

Es conveniente indagar sobre las motivaciones en pequeños grupos comunitarios dirigidos a la tercera edad, como es el caso del grupo Manantial, en el que la población tiene fácil acceso y no debe incurrir en gastos económicos para asistir; ya que a partir de esta se identifican oportunidades de intervención a futuro. Además, en este caso en particular es un grupo que no posee los recursos económicos ni el apoyo suficiente para ofrecer a sus integrantes otras alternativas y variedad de actividades.

Lo anterior intensifica la necesidad de conocer los motivos que los hace seguir asistiendo al grupo porque con los resultados que arroje la investigación, se pueden atraer nuevos participantes y ampliar sus posibilidades de acción.

Esta investigación contribuye al conocimiento; es de utilidad para personas o profesionales en la salud o educación que trabajan con la población adulta mayor; aporta información valiosa para los grupos, instituciones y familia del adulto mayor; y se reconoce la influencia que pueden tener los grupos en la vida de las personas, porque el asistir puede ayudar a mejorar su calidad de vida, a mantenerse activos, a ser escuchados, a convivir y relacionarse con otras personas, entre otros muchos beneficios.

El estudio es de provecho para los adultos mayores al aportar comprensiones acerca de las motivaciones de participación y la importancia de dicha participación para la sociedad en general. Se pretende que el adulto mayor pueda tomar conciencia de las posibilidades de participar, aportar y aprender y ser parte en distintos grupos de la comunidad si así lo desea.

La participación en el adulto mayor se caracteriza por su pasividad y una tendencia a la recepción de acciones, no tanto en gestionar sus propias tareas. Lo anterior tiende a situar al adulto mayor más cerca de la marginación que de la participación (Zapata, 2001). Se considera fundamental abarcar en esta investigación el tema de la motivación y participación porque estas influyen en gran manera en la calidad de vida del adulto mayor.

Basándose en lo anterior, se formula la siguiente pregunta de investigación:

1.2 PREGUNTA DE LA INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son las motivaciones que promueven la participación de adultos mayores en actividades grupales del club Manantial en Carrizal de Alajuela durante el segundo semestre de 2017?

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1 Objetivo general

- Identificar las motivaciones que mueven a algunos adultos mayores a participar en actividades del club Manantial.

1.3.2 Objetivos específicos

- Describir las motivaciones intrínsecas y extrínsecas que permiten la participación de algunos adultos mayores en el club Manantial.
- Definir el tipo de necesidades que buscan satisfacer los adultos mayores al asistir al club.
- Analizar la percepción que tienen los adultos mayores sobre el club Manantial.
- Evaluar los principales intereses y habilidades que tienen los miembros del grupo.

1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES

1.4.1 Alcances

Entre los alcances de esta investigación, están:

- Brindar un espacio a los adultos mayores con el fin de conocer los motivos acerca de pertenecer a un grupo orientado a permitir un envejecimiento activo.
- Realizar un aporte a la psicología acerca de la importancia y beneficio que pueden brindar los grupos sociales a los adultos mayores.
- Motivar a los adultos mayores del club Manantial haciéndoles visibles sus propias motivaciones -tanto internas como externas-, así como sus necesidades, habilidades e intereses, para continuar participando de este e incluso otros grupos.
- Motivar a estudiantes de la carrera de Psicología a tomar en cuenta a las personas adultas mayores en futuros proyectos de investigación y brindar propuestas para mejorar la calidad de vida de este grupo etario.

1.4.2 Limitaciones

La falta de antecedentes acerca del tema de motivación en adultos mayores en Costa Rica limita el planteamiento del estado de la cuestión en esta investigación.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1 CONTEXTO HISTÓRICO

2.1.1 Antecedentes de la comunidad

La comunidad de Carrizal es el distrito tercero del cantón central de la provincia de Alajuela. Está localizado aproximadamente a 12 Km noreste del centro de Alajuela y a 15 Km al norte de Heredia; la extensión es de 15.9 Km. Es creado por el Decreto Ejecutivo n.º 28 del 6 de noviembre de 1922, siendo presidente de la República don Julio Acosta García (Murillo y Quesada, 2008).

La comunidad cuenta con grupos de apoyo comunal como los servicios públicos, el centro de nutrición CEN CINAI, la plaza de deportes, la guardia rural de la Fuerza Pública, los servicios de transporte público, los servicios religiosos, el cementerio local y los centros educativos (escuela León Cortés Castro y colegio Técnico Profesional de Carrizal).

La actividad económica principal del pueblo de Carrizal es la agricultura, basada en café, fresa, tomate y maíz, y sus principales celebraciones son: *Corpus Christi*, Semana Santa, fiestas patronales, actividades religiosas y populares, partidos de fútbol, juegos de pólvora y mascaradas, que son patrocinados por algunas familias del pueblo (Murillo y Quesada, 2008).

El distrito de Carrizal, a pesar de estar ubicado a cierta distancia del centro de Alajuela, se distingue por ser un pueblo conservador y religioso en donde predominan costumbres incorporadas a las raíces de la comunidad carrizaleña. Cuenta con recursos humanos muy valiosos, comprometidos e identificados plenamente con el pueblo (Murillo y Quesada, 2008).

2.1.2 Antecedentes del grupo Manantial

De acuerdo con la información suministrada por parte de la coordinadora del grupo de adultos mayores de Carrizal de Alajuela, Rosa Brenes (comunicación personal, 14 de junio de 2017), el grupo surge gracias a la iniciativa del doctor Matarrita, doctor del ebáis de la comunidad en el año 2005, quien sugiere la idea de consolidar un grupo de adultos mayores en Carrizal y organiza un comité con los colaboradores del ebáis y algunos vecinos con el fin de establecer los primeros pasos para conformar el grupo de adultos mayores.

Se planea una actividad para impartir una charla en la que se exponga a los invitados la propuesta de la creación del grupo. Por lo tanto, se visita a las familias de la comunidad con invitaciones al evento dirigido específicamente a personas mayores de 65 años.

El comunicado también se realiza durante las misas del pueblo y las consultas en el ebáis. Así, se lleva a cabo una charla en el salón parroquial, contando con la presencia de aproximadamente 45 adultos mayores, entre los que se encuentran diez integrantes del grupo de adulto mayor de San Antonio de Coronado de San José.

Los adultos mayores que están de visita realizan una presentación artística e indican sus experiencias como grupo consolidado en su comunidad. Mencionan la importancia de contar con espacios que permitan compartir entre personas de la misma edad; refiriéndose acerca de las actividades que ellos mismos realizan.

Durante la charla se les propone a los adultos mayores de Carrizal conformar un grupo y se les brinda información acerca de los beneficios que pueden obtener. Se les comenta sobre las actividades que llevan a cabo otros grupos, como por ejemplo: ejercicios, manualidades, bingos, bailes, juegos, entre otras.

Los adultos invitados participan en las reuniones que, de acuerdo a lo conversado ese día, se efectúan una vez a la semana, en las tardes, por dos horas aproximadamente, donde comparten una merienda y las actividades planeadas. Se sugiere el nombre Manantial debido a que la comunidad de Carrizal se caracteriza por su gran número de nacientes de agua. Además, se contacta a personas de la Asociación Gerontológica Costarricense (AGECO) para ser incluidos en las redes de adulto mayor y de este modo contar con el apoyo de esta asociación.

El club Manantial tiene actualmente 20 miembros, se reúne por dos horas, una vez a la semana, se solicita una cuota, se realiza un bingo cada 15 días y se llevan a cabo rifas para recaudar fondos necesarios para los paseos o las actividades durante el año.

Desde sus inicios en el 2005, son muchas las personas que forman parte del grupo. Tal como afirma Rosa Brenes (comunicación personal, 14 de junio de 2017): *“Así como algunos miembros nos han dejado (refiriéndose también a los que han fallecido) otros se han ido sumando cuando alcanzan la edad”*, lo cual refleja una constancia en cuanto a la participación en el grupo Manantial.

2.2 CONTEXTO TEÓRICO–CONCEPTUAL

2.2.1 Adulto mayor

Definición

En la actualidad utilizar el término “adulto mayor” es el resultado de mucho esfuerzo de campañas políticas y sociales que velan por los derechos de este grupo etario y luchan en contra de su discriminación, ya que anteriormente se usan términos como persona de la tercera edad, senil, anciano y viejo; estos últimos con una connotación peyorativa si se asocian a invalidad, discapacidad o enfermedad.

De acuerdo con la Organización de Naciones Unidas (s.f.), los adultos mayores son considerados como quienes tienen una edad igual o mayor de 60 años en los países en vía de desarrollo y mayores a 65 años en países desarrollados; la diferencia se debe a los factores socioeconómicos de los países. Así mismo, la Organización Mundial de la Salud (2012) se refiere a adulto mayor a toda persona mayor de 60 años.

En Costa Rica, según la Ley Integral para la Persona Adulta Mayor, se define este como “toda persona con sesenta y cinco años o más” (Ley n.º 7935, 1999), tomando en cuenta de igual manera el factor edad para establecer el concepto.

Vejez y envejecimiento

Es necesario diferenciar entre los términos “vejez” y “envejecimiento”; mientras que uno se refiere a una etapa de la vida, el otro es un proceso durante el ciclo vital.

En cuanto al envejecimiento, Ballesteros (1999), citado por Madrigal (2010), explica: “(...) es un proceso continuo que el ser humano experimenta a lo largo de la vida, no se detiene y depende de los hábitos físicos, sociales, espirituales, familiares y del estilo de vida en general que desarrolle cada individuo” (p. 117). Por lo tanto, no se puede aseverar que el envejecimiento inicia en un punto en particular durante la vida, sino que está presente durante todas sus etapas. El envejecimiento es un proceso natural, gradual e inevitable que forma parte del desarrollo de todas las personas y se manifiesta de manera particular y única según su modo de vida (Solís, 2011).

El envejecimiento no es un proceso simple, sino que consiste en un conjunto de procesos y secuencia de cambios que ocurren a nivel biológico, psicológico y social, considerando factores históricos, psicosociales, ambientales e individuales que se relacionan al modo de adaptación de cada individuo durante todas las etapas de la vida (Buendía, 1994).

Respecto a la vejez, Fernández-Ballesteros (2004) indica que es “un estado en la vida” (p. 27), tomando en cuenta que a partir del nacimiento el individuo pasa por cuatro períodos: la infancia, la adolescencia, la adultez media y la vejez.

La teoría propuesta Erikson (1985) establece ocho etapas o fases del desarrollo que se extienden a lo largo de todo el ciclo vital, como se muestra en la figura n.º 1.



Figura n.º 1 Etapas del desarrollo psicosocial
Fuente: Erikson, 1985

La etapa ocho de esta teoría está vinculada a la vejez y es llamada por Erikson “integridad frente a desesperanza”. Se afirma que mientras las personas envejecen y se jubilan, tienden a disminuir su productividad y se explora la vida desde otro contexto, contemplando los logros y desarrollando la integridad si se considera la vida como acertada. En esta etapa la persona logra un sentido de aceptación de la vida, aceptación de la muerte o cae en la desesperanza (Pérez y Navarro, 2011).

Erikson (1985) plantea la *sabiduría* como virtud, la cual describe como una especie de “preocupación informada por la vida misma, frente a la muerte misma” (p. 77), presentándose un *desdén* como contraparte a esta virtud: “(...) una reacción ante el sentimiento de un creciente estado de acabamiento, confusión, desamparo” (p. 77).

Atravesar cada etapa con éxito posibilita el desarrollo de una personalidad sana e interacciones adecuadas con los demás. Desde el enfoque del ciclo vital, la vida es una continuidad de cambios que abarca aspectos históricos, socioculturales, contextuales y está expuesta a pérdidas y ganancias en cualquier momento. Este enfoque implica el estudio del comportamiento en cuanto a su constancia y cambio a lo largo de toda la vida considerando diferencias individuales (Baltes, 1987, citado por Triado y Villar, 2014).

La vejez lleva consigo situaciones complicadas como la ausencia de los hijos en el hogar, la jubilación, la pérdida de seres queridos, con frecuencia la enfermedad y en algunas ocasiones discapacidad y dependencia; en las que se piensa que la persona tiene reacciones negativas como depresión, soledad o sufrimiento. Sin embargo, la edad no es un factor determinante para desencadenar este tipo de reacciones; de igual manera como la felicidad, la socialización y el disfrute no son característicos de la juventud (Fernández-Ballesteros, 2004).

En la vejez al igual que en todas las etapas de la vida, se presentan tanto pérdidas como ganancias y así lo expresa Fernández-Ballesteros (2004): “(...) en esa ecuación del cambio a lo largo de la vida -en ese balance entre evolución y desarrollo e involución y deterioro (o en otros términos entre pérdidas y ganancias)- existen factores psicológicos que experimentan ganancias y otros que experimentan pérdidas” (p. 29) y no solo a nivel psicológico, sino también a nivel físico y social, al intervenir muchos factores que afectan positiva o negativamente a cada individuo a medida que se presentan cambios en la vida.

A lo largo del tiempo surgen teorías que tratan de explicar los cambios que se presentan con la llegada de la etapa de la vejez. En la tabla 1 se exponen tres ejemplos de ellas:

Tabla n.º 1 Teorías del envejecimiento

Teoría	Descripción
Teoría de la desvinculación (Cumming y Henry, 1961)	Visualiza la pérdida de la actividad social como un proceso de adaptación natural por la que debe pasar el individuo para prepararse ante la muerte que es la desvinculación última.
Teoría de la actividad (Tartler, 1961)	Menciona que se logra un mejor ajuste a las circunstancias de la vejez si se mantienen actividades y vínculos sociales, sugiriendo que a mayor actividad, mayor satisfacción.
Teoría de la continuidad (Atchley, 1971)	Apunta a la continuidad de los estilos de vida de otras etapas, manteniéndolos, pero acentuados.

Fuente: Elaboración propia, 2017. Datos tomados de Triado y Villar (2014)

La teoría de la desvinculación, llamada igualmente de la disociación, estudia la adaptación como un factor significativo, el cual se logra mediante la retirada de la interacción social, con lo que ocurre un incremento de la preocupación por sí mismo y, por ende, disminuye su interés por los demás. Hay una pérdida de roles, la conciencia de que el futuro es limitado y, por ende, la muerte está cerca y es inevitable y por último se asocia a la pérdida de capacidades, las cuales impiden al sujeto realizar ciertas actividades (Alvarado y Salazar, 2014).

La teoría de la actividad plantea que para alcanzar un envejecimiento satisfactorio, se debe tener un alto grado de participación, lo que facilita una mejor adaptación. La persona debe mantenerse activa, fomentando la socialización en la medida que le sea posible.

La teoría de la continuidad plantea que no se presenta una ruptura abrupta entre la edad adulta y la vejez, sino que este paso es una prolongación de la vida. Asimismo la personalidad y el sistema de valores se mantienen. Se afirma que el comportamiento del adulto mayor está determinado por las experiencias previas, estilo de vida, hábitos y gustos desarrollados en las etapas anteriores, además el individuo adopta estrategias de afrontamiento para hacer frente a las dificultades de la vida y adaptarse de manera favorable (Alvarado y Salazar, 2014).

Estas y otras teorías califican de suma importancia la socialización como factor determinante en el proceso de envejecimiento. Cuando se trata de personas, irremediamente se debe abordar el aspecto social, ya que el ambiente forma parte de lo que son y cómo actúan los seres humanos. Por lo tanto, a continuación se plantea el tema de las relaciones interpersonales, el apoyo social y cómo este influye en la vida de las personas adultas mayores.

Socialización y apoyo

Desde el momento en que se nace las personas se ven expuestas a interactuar con otras, creando vínculos. Los adultos mayores al forjar relaciones estables y significativas, especialmente con personas de su misma edad, mejoran aspectos de su vida. Pueden considerar a estas como parte de las redes de apoyo necesarias al enfrentarse a obstáculos en su diario vivir.

En algunos casos la reducción de la actividad social se debe a condiciones propias de la jubilación, viudez, independencia de los hijos, enfermedades o fallecimiento de amigos.

Las relaciones interpersonales contribuyen a la definición de responsabilidades y funciones; ayudan a favorecer la satisfacción percibida por el adulto mayor y al mantenimiento de la identidad; permiten el desarrollo y consolidación de hábitos saludables, así como de la personalidad; reducen el estrés; ofrecen soporte emocional; proporcionan un sentimiento de pertenencia y entretenimiento y facilitan manejar los cambios y las crisis de una mejor manera (Pérez y Navarro, 2011).

Carstensen (1992), citada por Triado y Villar (2014), señala que las personas mayores buscan establecer relaciones tomando en cuenta su aspecto emocional por el deseo de recibir apoyo de modo que otros los ayuden a sentirse bien. En el momento de seleccionar personas con las cuales mantener contacto, eligen aquellas conocidas o con las que tienen una relación estrecha. Sugiere que a medida que la persona envejece, se produce una disminución de contactos debido a esta selección; intentando mantener a los más significativos y sacrificándose los más superficiales.

El apoyo social es fundamental para el adulto mayor, al potenciar la calidad de vida, proporcionando compañía, satisfacción emocional y ayuda en la mejora de la salud física y mental. Triado y Villar (2014) distinguen entre las fuentes y los tipos de apoyo social que se pueden brindar, los cuales se pueden visualizar en la tabla n.º 2.

Tabla n.º 2 Fuentes y tipos de apoyo social

Apoyo social		
Fuentes	Apoyo social formal	Proveniente de instituciones públicas o privadas, asociaciones y sindicatos.
	Apoyo social informal	Cuidados que ofrecen allegados como la familia, amigos o vecinos, así como voluntarios.
Tipos	Apoyo emocional	Se involucran sentimientos, compartir, mantener una relación, donde el adulto puede sentirse valorado y aceptado.
	Apoyo informacional	Es el consejo o información para sobrellevar una situación estresante o problema particular.
	Apoyo material o instrumental	Es la prestación de ayuda material o de servicios que apoyan al adulto mayor reduciendo sobrecargas de tareas.

Fuente: Elaboración propia, 2017. Datos tomados de Triadó y Villar (2014)

Una disminución de las redes sociales puede deberse a la cantidad de pérdidas sufridas por las personas adultas mayores. El aislamiento social puede ser también un factor de riesgo para la depresión, por la falta de integración y participación, mientras que el aislamiento emocional se refiere a la ausencia de apoyo percibido. Triadó y Villar (2014) mencionan la soledad objetiva como aquella que hace referencia a las personas que “están solas”; mientras que la soledad subjetiva son las personas que se “sienten solas”.

En este sentido, las amistades significativas son esenciales especialmente si no se cuenta con el apoyo de la familia. Con aquellas personas con las que se comparte la edad, se coincide en una experiencia vital parecida, intereses, recuerdos, opiniones y valores similares (Triadó y Villar 2014).

Durante esta etapa hay una serie de pérdidas como la ausencia de los hijos, o más conocido como “nido vacío”, en la que los hijos ejercen independencia de los padres. La jubilación conlleva la pérdida de la actividad laboral en la que la mayoría de personas utilizan su

tiempo y sus fuerzas, lo cual implica para los individuos un incremento en su tiempo libre y la adaptación a nuevos roles, así como una modificación de su vida cotidiana.

La percepción negativa de los adultos mayores con respecto a la jubilación tiene mucho que ver con el proceso de cambio experimentado en los primeros meses después de la jubilación ya que la persona muchas veces expresa desconcierto al no saber en qué ocupar su tiempo libre y de qué manera organizarlo pues el trabajo estructura la vida de las personas en cuanto a su tiempo, actividades por desarrollar, relaciones interpersonales, entre otros aspectos interrumpidos con la jubilación. Este es un cambio que requiere de adaptación por parte del adulto mayor (Rossi, 2014).

No obstante la jubilación puede convertirse en una oportunidad para llevar a cabo aquellas actividades o proyectos que por la rutina del trabajo anterior no pueden realizarse al no disponerse de tiempo. En los casos donde el trabajo representa una carga o produce estrés para la persona, la jubilación puede percibirse como un alivio y descanso y como una oportunidad de enfocarse en mejorar la calidad de vida durante la etapa de la vejez.

Calidad de vida en la vejez

Envejecer de modo satisfactorio no es solo no tener enfermedades graves, ni estar física y mentalmente en buen funcionamiento, sino que estas condiciones permitan a la persona implicarse de forma activa en la vida, tanto en actividades sociales (donde se encuentren con apoyo instrumental, dando y recibiendo asistencia, y con apoyo socioemocional, recibiendo afecto, respeto y comprensión) como en actividades productivas no necesariamente con

retribución económica, sino que le permitan contribuir a la sociedad o a su propio bienestar (Triado y Villar, 2014).

La Organización Mundial de la Salud (2012) sostiene con respecto a la calidad de vida lo siguiente: “Es la percepción individual de la propia posición en la vida dentro del contexto del sistema cultural y de valores en que se vive y en relación a sus objetivos, esperanzas, normas y preocupaciones” (p. 78). En este sentido la capacidad para mantener la autonomía y la independencia determina la calidad de vida de las personas a medida que estas envejecen. La salud física, el estado psicológico, sus relaciones sociales y la relación con el entorno influyen significativamente en la calidad de vida percibida por el adulto mayor.

Autores como Fernández-Ballesteros (2004) y Martínez, Acuña y Tuzzi (2004) se inclinan por criterios más subjetivos, propios del punto de vista del mismo adulto mayor y del significado que este le dé a su condición. Sin embargo ambos criterios, tanto los objetivos como los subjetivos, se deben considerar al analizar la condición de los adultos mayores.

La capacidad de los individuos de mantenerse activos a lo largo de los años es un factor que ayuda a mejorar la calidad de vida en todas las etapas del desarrollo, especialmente en la vejez donde se presenta un deterioro significativo tanto a nivel físico como cognitivo y social. Para contrarrestar los efectos de este deterioro, se promueve el concepto de un envejecimiento activo.

El reforzamiento de un envejecimiento activo ocurre al brindar oportunidades para el bienestar físico, social y mental en el transcurso de la vida, con el propósito de ampliar la esperanza de vida sana, la productividad y la calidad de vida en la vejez. El ser activo implica que la persona pueda continuar participando en actividades sociales, laborales, en las decisiones políticas que le competen, asistir y ser parte de actividades culturales o religiosas, entre otras; principalmente en un mundo donde la población adulta mayor va en aumento (Organización Mundial de la Salud, 2012).

La Asamblea General de las Naciones Unidas aprueba en 1991 la resolución en cuanto a los principios a favor de las personas de edad, los cuales son: independencia, participación, cuidados, autorrealización y dignidad. El marco político para el envejecimiento activo se guía en estos principios y requiere la acción sobre tres pilares básicos: salud, participación y seguridad. Estos son los determinantes del envejecimiento activo (Organización Mundial de la Salud, 2012).



Figura n.º 2 Pilares del envejecimiento activo
Fuente: Organización Mundial de la Salud, 2012

Salud para disfrutar de más años y más calidad de vida, y manejar sus propias vidas a medida que van envejeciendo (Organización Mundial de la Salud, 2012). En este sentido es tan importante la salud mental como la física.

Seguridad para garantizar su protección, dignidad y asistencia en caso que sea necesario. Este punto se aprecia cuando existen políticas y programas que abarcan las necesidades sanitarias, sociales, económicas y de seguridad física (Organización Mundial de la Salud, 2012). En este aspecto son tomados en cuenta todos los derechos que poseen las personas adultas mayores, principalmente aquellos que promueven la protección frente a la violencia y el abuso.

Participación para continuar contribuyendo productivamente en la sociedad en actividades remuneradas y sin remunerar (Organización Mundial de la Salud, 2012).

Con respecto a este último punto, la Real Academia Española (2017) explica que la palabra “participar” proviene del latín *participare*, que significa tomar parte en algo; la palabra está compuesta por *pars*, *partis* (parte) y el verbo *capere* (tomar, agarrar). Ahora bien, al tomar esta definición y trasladarla al ámbito social, es la capacidad de las personas o grupos en tomar parte en algún asunto, de intervenir o compartir en el proceso. Por lo tanto, la participación es un derecho de toda persona o grupo de personas.

Relacionando este término con la situación actual de las personas adultas mayores, se entiende que la participación de estas en los diferentes grupos es en función de cuál es su parte en la toma de decisiones, en la búsqueda de soluciones a sus necesidades específicas y el

mejoramiento del bienestar de sus miembros, y de qué manera los problemas del grupo pueden ser resueltos a nivel interno, sin depender del involucramiento de entes externos. La participación de alguien involucra a la persona con los otros participantes.

En el Informe del Estado de la Situación de la Persona Adulta Mayor en Costa Rica, se hace mención del tema de las oportunidades de participación social de las personas adultas mayores. En él se indican algunas de las fortalezas identificadas, tales como: la habilidad de tomar iniciativa, la laboriosidad vinculada con la curiosidad del adulto mayor, la innovación, el deseo de crear, la generatividad y la capacidad de crear relaciones afectivas y mantenerlas; estas fortalezas son aspectos claves que permiten la participación del adulto mayor a nivel familiar, comunitario y social (Fernández y Robles, 2008).

Con el fin de que el adulto mayor participe en actividades, cualquiera que estas sean, debe encontrar la motivación necesaria para involucrarse en las mismas. Esto es, en el tanto estas actividades tengan algún beneficio o satisfagan alguna necesidad. Por consiguiente, el estudio de la motivación en los adultos mayores proporciona el conocimiento necesario para establecer estrategias que fomenten la participación activa del adulto mayor en la sociedad en general. La motivación es fundamental porque estos eligen una vida con hábitos más saludables a medida que sean impulsados a ello.

2.2.2 Motivación

La motivación es un tema ampliamente abordado por la psicología, debido a que esta disciplina se enfoca en estudiar y comprender los aspectos relacionados a la conducta humana, sin embargo, existe muy poca evidencia sobre el estudio de la motivación en personas adultas mayores. Es necesario iniciar abordando este tema desde un enfoque general para después poder visualizar en detalle cómo es su accionar en la etapa de la vejez y si difiere en algún sentido con respecto a etapas anteriores.

En la psicología el concepto de “motivación” surge principalmente para conocer las causas que provocan el comportamiento de los organismos. Desde la psicología de la motivación, se intenta dar respuesta al “porqué” del comportamiento, cuáles son las causas y por qué se realizan ciertas conductas (Sanz, Meléndez, Rivero y Conde, 2013).

Reeve (2009) describe la motivación como:

(...) aquellos procesos que dan energía y dirección al comportamiento; energía implica que la conducta tiene fortaleza, que es relativamente fuerte, intensa y persistente; dirección indica que la conducta tiene propósito, que se dirige o guía hacia el logro de un objetivo o resultado específico (p. 6).

Ante esto existen distintos momentos del comportamiento motivado, como señalan Fernández-Abascal et al. (2001, 2003), citados por Sanz et al. (2013), y se muestra a continuación:

Tabla n.º 3 Momentos del comportamiento motivado

Momentos del comportamiento motivado	
Activación	Iniciar actividades o conductas
Persistencia	Mantener un comportamiento o una actividad
Direccionalidad	Direccionar el comportamiento
Vigor	La intensidad o fuerza con la que se realiza el comportamiento
Finalidad	La culminación de un comportamiento

Fuente: Elaboración propia, 2017. Datos tomados de Sanz et al, (2013)

Palmero y Meillán (2007) definen la motivación como: “Las fuerzas que actúan sobre, o dentro de, un organismo, para iniciar o dirigir la conducta de éste” (p. 243). De esta manera, la motivación implica acción, la cual busca la adaptación del individuo. Es un proceso dinámico que está expuesto a cambios y es evidente gracias a las manifestaciones conductuales presentadas por las personas. Explican esta en términos de “intensidad” y “cualidad”.

Tabla n.º 4 Componentes de la motivación

Componentes de la motivación	
Intensidad	Se indica un cambio en forma de incremento o decremento en la movilización de la energía, así como en la cantidad de esfuerzo que se dedica a la acción.
Cualidad	Se habla de una selección de la dirección para la ejecución de la acción, pudiendo discernir la manera específica en que la meta o metas particulares se cumplen.

Fuente: Palmero y Meillán, 2007

De acuerdo con Sanz et al. (2013), la motivación es:

(...) un proceso dinámico e interno, que hace referencia al deseo de querer cubrir una necesidad, y que en definitiva viene a indicarnos que la motivación nos mueve a realizar unas conductas y a no hacer otras, dependiendo de nuestros motivos expresados como deseos o necesidades, que se producen en cada momento (p. 19).

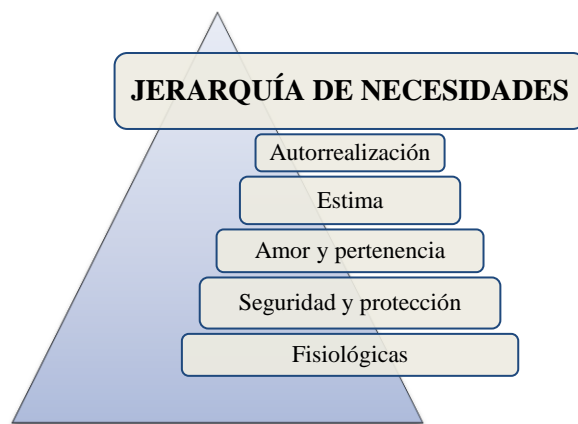
Este proceso se puede expresar así: cuando el organismo detecta la existencia de un desequilibrio, se ponen en marcha los mecanismos para restablecer el equilibrio; si esto no es logrado, se produce una sensación desagradable que se interpreta como necesidad de algún elemento, en consecuencia se origina la motivación para buscar ese elemento, dando lugar a la conducta motivada que restablece el equilibrio, así suprime la sensación desagradable (Palmero, Gómez, Guerrero y Carpi, 2010).

La motivación se trata de intereses, deseos, aspiraciones y procesos internos de la persona, que despiertan, dirigen o sostienen una actividad y tiene su efecto en la estimulación, la necesidad que hace a la persona actuar (Rossi, 2014). En cuanto a los intereses de las personas, Petrovski (1980), citado por Abarca (2010), afirma: “Los intereses son manifestaciones emocionales de las necesidades cognitivas de la persona, su satisfacción contribuye a llenar los vacíos en los conocimientos, una mejor orientación y comprensión de los hechos que adquirieron significación” (p. 101). Por consiguiente, los intereses se convierten en esas metas que mueven a la persona a actuar.

En los estudios de motivación humana, las necesidades son clave para su entendimiento. Estas se convierten en la activación para dirigir la conducta hacia las metas que las satisfacen. Necesidad es un término utilizado para hacer referencia a aquellas situaciones en las que se experimentan y manifiestan carencias de algún elemento importante para el debido funcionamiento; por consiguiente solo desaparecen si se es capaz de conseguir aquello que permite volver a un equilibrio (Palmero et al., 2010).

Maslow (1991) propone que las necesidades motivan a realizar conductas para conseguir objetivos que reduzcan esas necesidades. Propone una jerarquía de necesidades entre las que están: necesidades fisiológicas, de seguridad y protección, de amor y pertenencia, de estima y de autorrealización.

Las primeras cuatro motivaciones son de privación y la última de crecimiento. A medida que la persona satisface sus necesidades básicas, otras más elevadas predominan en su comportamiento.



*Figura n.º 3 Jerarquía de necesidades de Maslow
Fuente: Maslow, 1991*

La satisfacción de las necesidades es fundamental, pero a la vez las carencias distraen o bloquean la posibilidad del surgimiento de otras. Por ejemplo la falta de sueño reparador o la carencia de alimentación dificultan el surgimiento de necesidades superiores (Abarca, 2010). A continuación el detalle de cada una de las necesidades propuestas por Maslow y su relación con la persona adulta mayor.

Necesidades de fisiológicas: estas incluyen las necesidades de alimento, bebida, oxígeno, sexo, abrigo, descanso, entre otras. Durante la etapa de la vejez por lo general se presenta un deterioro a nivel biológico. Existen situaciones de salud que dificultan la satisfacción de las necesidades fisiológicas en la tercera edad como enfermedades gastrointestinales; problemas dentales; pérdida del sentido del gusto, visión, audición y movilidad; disminución del deseo sexual; alteraciones del sueño. Otros aspectos pueden ser la situación económica y la depresión, que le impiden al adulto mayor satisfacer sus necesidades básicas satisfactoriamente.

En Costa Rica las principales enfermedades crónicas que padecen los adultos mayores son la hipertensión, diabetes, enfermedades pulmonares, osteoporosis y artritis (Fernández y Robles, 2008). Al respecto, la asistencia médica y la promoción de estilos de vida saludables facilitan la satisfacción de las necesidades básicas.

Necesidades de seguridad y protección: se refieren a la necesidad de buscar seguridad, protección y estabilidad. En la etapa de la vejez esta necesidad puede ser satisfecha, proveyendo al adulto mayor protección no solo física, sino también emocional.

En Costa Rica el maltrato y la agresión contra las personas mayores ocurren a nivel psicológico y patrimonial, siendo negligentes en su atención y con maltrato físico y sexual en algunos casos (Fernández y Robles, 2008); a pesar de esto persiste la ausencia de protocolos estandarizados para detectar, prevenir y atender estas situaciones.

La “Ley integral para la persona adulta mayor” define violencia como “cualquier acto u omisión, directa o indirecta, ejercida contra una persona adulta mayor, que produzca, como consecuencia, el menoscabo de su integridad física, psicológica o patrimonial” (Ley n.º 7935, 1999). La vulnerabilidad en esta etapa sumada a una sociedad que tiende a desprotegerlos y el silencio guardado por ellos, dificulta la satisfacción de esta necesidad (Fernández y Robles, 2008).

Sentimientos como el miedo, temor, ansiedad y tristeza se tratan de evitar al buscar la seguridad. Promover un ambiente de paz y tranquilidad es la principal forma en la que se puede facilitar al adulto mayor sentirse seguro y confiado. Asimismo el tener un lugar donde vivir y un ingreso económico estable, así como ser tratados de manera digna.

Necesidades de amor y pertenencia: se asocian con la búsqueda de compañía y la participación social. Por ejemplo, comunicarse con otras personas, establecer vínculos afectivos, vivir en comunidad, pertenecer a un grupo y sentirse aceptado. La libertad de expresión y la libertad para decidir son fundamentales en esta etapa para expresar opiniones, deseos, sentimientos y emociones al relacionarse con otras personas.

Sentirse parte de una familia facilita la satisfacción de esta necesidad y la incorporación a grupos en los que haya personas de su misma edad da la oportunidad de establecer relaciones significativas que sirvan de apoyo social. Compartir experiencias, sentirse acompañado y aceptado por otros y evitar el aislamiento son parte de las formas en las que se satisface esta necesidad.

El brindar apoyo para que el adulto mayor pueda ejercer su derecho de participación social es indispensable. La familia puede apoyar para el involucramiento en actividades sociales; ya sea facilitándoles el transporte, acompañándolos o tomarlos en cuenta cuando se hacen paseos o actividades familiares.

Necesidades de estima: Maslow (1991) describe dos tipos de estima: alta y baja. La estima baja se refiere al respeto buscado por parte de otras personas (fama, reconocimiento, atención, apreciación o dominio), mientras la necesidad de estima alta es el respeto por uno mismo, presentado por sentimientos de confianza, independencia y libertad.

Este tipo de necesidad es difícil de satisfacer principalmente durante la vejez, al vivirse en una sociedad que tiende a discriminar y despreciar a las personas por su edad, donde se aísla al adulto mayor y no se reconoce su valor. En muchos hogares ellos son despreciados, no se les respeta sus derechos, son ignorados o no se les brinda la importancia que merecen. Proporcionar cariño, respeto, tiempo, comprensión y paciencia son maneras de apoyar al adulto mayor en la satisfacción de esta necesidad.

Necesidades de autorrealización: este es el nivel más alto, en necesidad de crecimiento la persona busca trascender, desarrollar el máximo potencial personal. Ejemplo de ello es el autocontrol, la independencia y la autonomía.

De acuerdo al estudio de Palmero y Millán (2007), que tiene como objetivo comprobar las necesidades de la sociedad española tomando en cuenta el factor edad, para los adultos que

participan la autonomía obtiene el primer lugar y seguido a esta se encuentra la seguridad, pertenencia, competencia y relación. De la autonomía afirman lo siguiente: “La percepción de valerse por sí mismos es un bien muypreciado en estas personas. La autonomía llega a convertirse en sinónimo de bienestar, de sentirse capaz de seguir los objetivos que cada quien se propone” (Palmero y Millán, 2007, p. 263).

La autonomía evidencia la importancia de la persona adulta mayor de sentirse y saber que es capaz de decidir lo que quiere hacer con su propia vida. En los adultos esta autonomía se obtiene manteniéndose activo y marcando sus metas personales. (Palmero y Millán, 2007)

Maslow (1989), citado por Reeve (2009), define la autorrealización como “el logro progresivamente más pleno de los propios talentos, capacidades y potencialidades” (p. 315). Por su parte, Reeve (2009) tiene su propia concepción de autorrealización e indica que “es un proceso en el que se dejan atrás la timidez, las estimaciones defensivas y la dependencia hacia los demás, junto con el proceso paralelo de avanzar hasta alcanzar el valor para crear, hacer estimaciones realistas y lograr la autorregulación autónoma” (p.315).

Reeve (2009) explica la autonomía como:

La necesidad psicológica de experimentar la autodeterminación y ratificación personal en el inicio y regulación de la propia conducta, dicha conducta es auto-determinada cuando los intereses, preferencias y anhelos guían el proceso de toma de decisión de participar o no en una actividad en particular, esta autodeterminación deja de existir cuando una

fuerza exterior anula el sentido de elección y en lugar de ella, obliga a pensar, sentir o comportarse de manera específica (p. 107).

La autodeterminación es la capacidad más generalizada en la que el sujeto organiza sus habilidades para lidiar con las demandas y circunstancias que enfrenta. Las habilidades son la propia capacidad para utilizar los recursos personales en las circunstancias diversas y complicadas (Bandura, 1986, citado por Reeve, 2009). Las habilidades son los talentos, la capacidad de realizar una acción de forma eficaz. Se considera hábil cuando una persona posee la destreza, talento o cualidad para hacer una determinada tarea.

La autorrealización es un derecho que el adulto mayor puede disfrutar, en tanto se sienta bien consigo mismo, con los demás y con el ambiente que lo rodea. Plantear metas y trabajar en alcanzarlas, ayuda a sentirse autorrealizado. Es fundamental brindar oportunidades en las que el adulto mayor pueda potencializar sus habilidades y cualidades, por ejemplo la incorporación a estudios tanto formales como informales, insertarse o permanecer en el ámbito laboral o involucrarse en programas de voluntariado o en actividades que sean de su interés y agrado.

Para disfrutar de estas actividades, el adulto mayor debe sentirse motivado a ello. En cuanto al tema de la motivación, González (2008) señala: “La motivación despierte, inicia, mantiene, fortalece o debilita la intensidad del comportamiento y pone fin al mismo, una vez lograda la meta que el sujeto persigue” (p. 52). Consecuentemente en el proceso interactúan factores internos o externos que impulsan el comportamiento ya sea para efectuar, evitar,

mantener o redirigir una conducta. A estos factores se les conoce como motivación intrínseca y motivación extrínseca.

La motivación intrínseca son los factores exclusivamente internos que mueven la conducta. Las recompensas son personales, es decir, por las consecuencias internas. Según González (2008), “La motivación intrínseca es aquella que encuentra su satisfacción en la obtención de la propia meta que se propone, por ejemplo cuando un trabajo es satisfactorio por sí mismo, por sentirse útil, por la naturaleza interesante, etc.” (p.115). Por ende, la motivación es intrínseca cuando el motivo o la razón se satisfacen con la propia actividad.

Por ejemplo, las necesidades de actividad, exploración o conocimiento, contacto social y afecto, aprendizaje, ser útil, conocimiento y habilidades pueden satisfacerse en la propia actividad. Los estímulos intrínsecos provienen de dentro, de las necesidades ya existentes.

En este caso se efectúan las actividades por el simple placer de llevarlas a cabo. Como se menciona, en la etapa de la vejez el adulto mayor se focaliza en aquellas actividades que son de su agrado.

La motivación intrínseca surge de manera espontánea de las necesidades psicológicas. La conducta está movida por intereses personales “porque es divertido” y debido a la sensación que le provoca la actividad y no surge por razones instrumentales (extrínsecas) (Reeve, 2009).

Por otra parte está la motivación extrínseca, la cual no debe confundirse con estímulos extrínsecos. González (2008) indica que “la motivación extrínseca es aquella dirigida hacia una meta parcial, cuyos motivos se encuentran fuera de ella, por ejemplo trabajar por dinero” (p. 115), mientras que los estímulos extrínsecos provienen de afuera, por ejemplo, los premios y los castigos.

La motivación es extrínseca cuando los motivos o las razones para realizar la actividad utilizan esa misma actividad como un medio o vía para obtener satisfacciones fuera de ella. La actividad se lleva a cabo para cumplir un deber, obtener un beneficio material o evitar situaciones desagradables o no deseadas. Por ejemplo: sentir obligación por presión externa; ayudar a alguna persona; obtener dinero, títulos o regalos; lograr prestigio o reconocimiento. En este tipo de motivación existe aquí una relación medio-fin.

Surge de algunas consecuencias independientes de la actividad en sí. Se actúa para obtener algo ya sea un premio, una calificación o un reconocimiento, debido a que se quiere conseguir consecuencias atractivas o evitarlas. La presencia de incentivos o consecuencias crea la sensación de querer participar en conductas que producen los mismos (Reeve, 2009).

Madsen (1980), citado por Palmero et al. (2010), propone la existencia de dos tipos de motivos: primarios o básicos y secundarios o sociales. Los primarios son innatos y garantizan la supervivencia y los secundarios son adquiridos mediante proceso de aprendizaje a lo largo de la vida e incrementan el crecimiento personal y social.

La motivación es constante, inacabable, fluctuante y compleja (Maslow, 1991); por lo tanto está presente en todas las etapas del desarrollo humano, incluyendo la vejez. Esta motivación es la responsable de la constante búsqueda de equilibrio llamado homeostasis, de los elementos internos y su relación con el medio externo. Para Palmero et al. (2010), la homeostasis es “equilibrio dinámico, con continuas fluctuaciones, con permanentes cambios” (p. 13), esta búsqueda de estabilidad persigue la adaptabilidad y el rendimiento del sujeto.

El tema de la motivación permite el conocimiento y análisis de los factores motivacionales específicos, como las necesidades, la motivación intrínseca y extrínseca y cómo son afectados en el proceso de envejecimiento. En ocasiones la vejez se asocia con apatía e indiferencia, no obstante para Palmero (2008) esta afirmación carece de fundamento científico pues lo que parece ocurrir, según este autor, es que las personas mayores, al definir sus metas tienden a ser más selectivas que las personas jóvenes y concentran su interés en aquellas que representan mayor relevancia.

Estas nuevas metas que se plantea el adulto mayor o los nuevos intereses que surgen, se pueden convertir en el motor para continuar viviendo y representar para este un modo de aprovechar el tiempo en aquello que realmente considera importante y de utilidad para su vida, invirtiendo el tiempo en aquello que para él es significativo.

En una determinada situación se pueden manifestar diferentes alternativas, la motivación es el impulso que conduce a la persona a elegir entre ellas. Por consiguiente, para entender qué motiva al adulto mayor, se debe tomar en cuenta cuáles son sus intereses, gustos y preferencias

porque desde la psicología se intenta indagar a qué obedecen todas esas necesidades, deseos e intereses.

Abarca (2010) afirma lo siguiente con respecto a los intereses: “Los seres humanos tenemos intereses (mayores o menores) por infinidad de cosas; pueden variar con el tiempo y por las circunstancias” (p. 21). Asimismo, señala que cada interés tiene un profundo sentido emocional para el sujeto; que las personas aprenden a tener intereses, no surgen de la nada, sino que dependen de las experiencias y del significado que estas tengan para su vida. Los intereses se pueden distinguir por su contenido, finalidad, constancia, amplitud y constancia y género (Petrovski, 1980, citado por Abarca, 2010).

Su contenido se refiere a la naturaleza básica de los intereses, por ejemplo mostrarse interesado por la música clásica. Pueden manifestar una finalidad personal o social, por ejemplo coleccionar estampillas o participar en programas que promueven el bienestar colectivo. La amplitud se refiere a la diversidad de intereses sociales, artísticos y deportivos (Abarca, 2010).

Por su parte, la constancia está vinculada a la perseverancia, el esfuerzo y la dedicación que una persona pone a un interés. También puede existir una distinción de género en el surgimiento y desarrollo de los intereses debido a las diferencias en los procesos de socialización (Abarca, 2010).

Los intereses se reflejan en las actividades que producen más satisfacción a una persona, en las cuales pone todo su empeño y dedicación, debido a que está motivado a alcanzar una

meta. En muchos de los grupos dirigidos al adulto mayor, se ofrece una variedad de actividades en las que ellos pueden participar. Este tiene la tendencia de tomar parte en aquellas que son de su agrado o en las que cree tener la capacidad de realizar. De igual manera empieza a asistir a aquellos grupos en los que se sienta cómodo, a gusto con los demás integrantes, con el ambiente en general y con las actividades que se ofrecen.

Desde la gerontología se fomenta la creación de grupos para atender las necesidades de los adultos mayores, donde se puedan cumplir objetivos en común, efectuar actividades de interés para ellos, desarrollar sus propias habilidades, obtener conocimiento y mantenerse activos. Para tal efecto cabe destacar la importancia y los beneficios que consiguen los adultos mayores con la participación en estos grupos.

2.2.3 Grupos para adultos mayores y su importancia

La principal razón de los grupos para adultos mayores es fomentar la participación de estos en actividades que les permitan mejorar su calidad de vida, proveer estilos de vida saludables y fomentar el apoyo social, propiciando las relaciones interpersonales.

Las personas adultas mayores tienen derecho a formar parte de estos grupos. La Ley Integral para la Persona Adulta Mayor reafirma la “participación y la asociación”, establecidas en el artículo 25 de la Constitución Política. Además, en la misma ley existen otros derechos tales como participación en actividades recreativas, culturales y deportivas; participación en el proceso productivo del país, de acuerdo con sus posibilidades, capacidades, condición, vocación

y deseos; derecho de unión con otros miembros de su grupo etario, en la búsqueda de soluciones para sus problemas (Ley 7935, 1999).

Por lo general estos grupos se convierten en espacios donde el adulto mayor encuentra y establece vínculos afectivos con personas de su misma edad, formando relaciones de amistad y confianza. Muchos de los grupos establecidos en Costa Rica brindan variedad de actividades en las cuales el adulto mayor puede participar. Entre ellas se encuentran: manualidades, ejercicios de bajo impacto, actividades recreativas, bailes, bingos, paseos, así como charlas informativas sobre aspectos referentes a la vejez y el envejecimiento, y llevan a cabo actividades que promueven estilos de vida saludables para ellos.

Entre los principales beneficios de pertenecer a un grupo, están: evitar el aislamiento del adulto mayor, ayudar a mejorar sus relaciones interpersonales y ampliar su red de apoyo. Esto incide en la percepción de la satisfacción y bienestar de la persona.

Por lo general con estos grupos se influye de forma positiva en la autoestima, se les da herramientas que les ayudan con su autocuidado al mismo tiempo que se les abre la oportunidad de participar activamente en sus comunidades. Estos grupos son una buena herramienta para fomentar la cooperación, la convivencia, la empatía, la comunicación asertiva, la cohesión grupal y la autonomía.

Cuando se llevan a cabo actividades físicas, como algún tipo de deporte, juegos organizados o tradicionales, se mantiene activa la mente y el cuerpo. Con este tipo de recursos,

se busca mantener, desarrollar o recuperar habilidades, además de fortalecer las relaciones entre los participantes. Las actividades artísticas y culturales como el baile y las manualidades estimulan la creatividad y ponen en manifiesto muchas de las habilidades de los adultos mayores. Las celebraciones o paseos ayudan con la socialización, en especial con aquellas personas que viven solas o no cuentan con el apoyo de sus familias.

También en muchos grupos se cuenta con actividades de tipo pedagógica, en las que los participantes pueden adquirir nuevos conocimientos, generalmente en tecnología e idiomas. De igual modo ciertas actividades como sopas de letras, crucigramas y juegos de mesa estimulan de manera cognitiva a los adultos mayores.

Algunos grupos cuentan con actividades de tipo terapéuticas como el yoga, musicoterapia, ejercicios de relajación, entre otros, permitiendo el mejoramiento tanto físico como psicológico.

Otras actividades como el aprender un oficio como costura, carpintería, jardinería, entre otros, favorecen el aprovechamiento del tiempo libre, abren puertas para un ingreso económico a la vez que benefician al adulto mayor en cuanto a su autonomía y seguridad.

Estos grupos al buscar objetivos puntuales y diversificar las actividades que realizan, logran una mayor integración, permanencia de los integrantes y mejor satisfacción. Sin embargo, no todos los grupos cuentan con los recursos económicos para brindar variedad de actividades ya que aunque muchos de las agrupaciones están vinculadas a instituciones estatales u

organizaciones no gubernamentales, el apoyo económico es escaso o nulo; la mayoría de los grupos autofinancia su quehacer (Esquivel, 2007, citado por Fernández y Robles, 2008).

A pesar de todos los obstáculos y sacrificios que tiene consigo mantener un grupo, estos tienen un gran valor para las personas adultas mayores que participan en los mismos, porque les dan la oportunidad de compartir sus vivencias con otros que pasan por situaciones similares, recibir consejos, conocer nuevas personas y solidarizarse con las alegrías y las tristezas de su grupo de pares (Fernández y Robles, 2008).

Desde la psicología es importante entender las motivaciones de los adultos mayores por querer participar en grupos dirigidos a ellos, las necesidades que satisfacen al hacerlo, los beneficios obtenidos, la percepción que tienen en cuanto a estos grupos y las principales habilidades que pueden poner en práctica dentro de los mismos; así como indagar sobre los principales intereses de los adultos mayores para ofrecer alternativas atractivas y de provecho para su bienestar.

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN

La naturaleza del estudio es cualitativa, al tener como fin recolectar y analizar datos sobre percepciones, opiniones, sentimientos, conductas, lenguaje, entre otros (Barrantes, 2010), asociados con la motivación de los adultos mayores que los impulsa a participar en las actividades del grupo comunal Manantial.

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

El tipo de investigación es descriptiva al presentar lo que ocurre en cuanto a la motivación de los adultos mayores del club Manantial con relación a su participación en actividades grupales. Barrantes (2010) explica que este tipo de investigación pretende conocer una situación determinada y su estructura, delimitando la realidad del problema por estudiar para luego obtener nueva información que apoye las posibles soluciones o con la cual se formulen nuevos planteamientos que contribuyan a la problemática en cuestión.

Además el estudio es de tipo transversal al investigar el comportamiento de los adultos mayores con respecto a la motivación y la participación en un periodo específico, es decir el segundo semestre del 2017, con el propósito de conocer el tema a profundidad. Hernández (2010) menciona acerca de este tipo: “(...) los diseños de investigación transversal recolectan datos en un tiempo único, es como tomar una fotografía de algo que sucede” (p. 208).

3.3 UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIO

Esta investigación es efectuada en el grupo de la red de adultos mayores llamado Manantial, ubicado en la comunidad de Carrizal en la provincia de Alajuela, Costa Rica.

Fuentes de información: son fuentes de información todos aquellos materiales de los cuales se recopilan datos confiables que ayuden a sustentar la investigación. Como fuentes de primera mano, se toman en cuenta tesis de universidades que se encuentran en línea y trabajos de investigación de organizaciones reconocidas. Por su parte, fuentes de información de segunda mano son artículos científicos de revistas reconocidas, artículos de expertos, entre otros.

3.3.1 Población

Son sujetos de información todas aquellas personas que proporcionen datos relevantes para enriquecer la investigación. En este caso los sujetos de investigación es la población de adultos mayores entre 65 y 83 años, participantes del club Manantial de Carrizal de Alajuela en el periodo del segundo semestre del 2017, en el cual se reúnen un promedio de 15 personas, llegando en ocasiones a un máximo de 20 participantes.

3.3.2 Participantes

La muestra es de diez adultos mayores al considerarse un número que representa de manera significativa a toda la población en estudio. La técnica de selección de la muestra de participantes es de tipo no probabilístico, elegida a partir de los objetivos del estudio y del cumplimiento de los criterios de inclusión.

3.3.3 Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión para las personas participantes en este estudio son:

- Persona adulta mayor de 65 años o más.
- Hombre o mujer.

- De cualquier nacionalidad.
- Con residencia actual en la comunidad de Carrizal de Alajuela (incluyendo los sectores de Pavas y Cinco Esquinas).
- Miembro del club Manantial.
- Debe tener al menos un año de asistir al club.
- Asistir frecuentemente a las reuniones del club (al menos tres o cuatro veces al mes).

Las personas excluidas del estudio son:

- Miembros del club que sean menores de 65 años de edad.
- Personas que no sean miembros del club Manantial.
- Si tienen menos de un año de pertenecer al club.
- Si asisten menos de 3 veces al mes en promedio.

3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

El instrumento utilizado es una guía de preguntas abiertas porque estas permiten al entrevistado dar aportes adicionales. Por su parte, la técnica de recolección de datos es la entrevista semiestructurada, la cual busca que los sujetos relaten detalles de cómo se sienten. Además, la entrevista es grabada para un mejor manejo de la información suministrada.

Para la entrevista semiestructurada, se prepara de antemano una serie de preguntas que sirven de guía, sin embargo, pueden surgir otras preguntas en el transcurso de la entrevista o profundizarse en algún tema cuando sea necesario.

Se da validez al instrumento con el método de revisión de expertos, el mismo es un método para verificar la confiabilidad del contenido del instrumento. El juicio de expertos asegura la validez del cuestionario al contarse con la opinión de personas con trayectoria en el tema y que dan juicios y valoraciones al respecto. Se realiza la obtención de coeficiente kappa de Cohen en el sistema PSPP, dando como resultado valores superiores a 0,5 para asegurar la validez al instrumento (ver anexo 4).

El procedimiento para abordar a los sujetos es en sus respectivas casas. La duración de la entrevista es de una hora aproximadamente.

En cuanto al análisis de resultados, el lenguaje es el modo de representación y modo de procesamiento de la información; manteniendo el lenguaje natural de los entrevistados. La información se consigue a partir de preguntas y el análisis de los resultados se realiza según las categorías propuestas.

Como consideraciones éticas se utiliza el consentimiento informado, el cual es firmado por los participantes. En este aceptan su participación voluntaria, se les explica el propósito de la entrevista y se les informa que los datos suministrados cuentan con el anonimato para preservar su identidad.

3.5 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS CATEGORÍAS DE ANÁLISIS

Las categorías en las que se fundamenta la guía de preguntas son las siguientes: motivación (intrínseca y extrínseca), necesidades que buscan satisfacer los adultos mayores, percepción del club Manantial e intereses y habilidades de los miembros del grupo. En la tabla n.º 5 se muestra la operacionalización de estas categorías.

Tabla n.º 5 Operacionalización de categorías de análisis

Objetivos específicos	Categoría	Definición conceptual	Definición operacional
Describir las motivaciones intrínsecas y extrínsecas que permiten la participación de algunos adultos mayores en el club Manantial.	Motivación/ motivaciones intrínsecas y extrínsecas.	<p>Motivación: Moviliza el comportamiento del individuo. Influyen factores como la activación, persistencia, direccionalidad, vigor y finalidad.</p> <p>Motivación extrínseca: La conducta depende de factores externos.</p> <p>Motivación intrínseca: La conducta motivada intrínsecamente es la que se lleva a cabo por el puro placer de realizarla.</p>	Entrevista, a partir de la guía de preguntas. Preguntas n.º 1, 2, 3 y 4.
Definir el tipo de necesidades que buscan satisfacer los adultos mayores que asisten al club.	Necesidades.	<p>Necesidades: Biológicas o psicológicas. Son carencias del organismo producto de ciertos estados de privación.</p> <p>También existen las necesidades de crecimiento y desarrollo.</p>	Entrevista, a partir de la guía de preguntas. Preguntas n.º 5, 6, 7 y 8.
Analizar la percepción que tienen los adultos mayores sobre el club Manantial.	Percepción.	Interpretación personal.	Entrevista, a partir de la guía de preguntas. Preguntas n.º 9, 10, 11 y 12.
Evaluar los principales intereses y habilidades que tienen los miembros del grupo.	Intereses y habilidades.	<p>Intereses: Manifestaciones emocionales de las necesidades cognitivas.</p> <p>Habilidades: Los talentos, la capacidad de realizar una acción de manera eficaz.</p>	Entrevista, a partir de la guía de preguntas. Preguntas n.º 13, 14, 15 y 16.

Fuente: Elaboración propia, 2017

CAPÍTULO IV
RESULTADOS

4.1 RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados de las diez entrevistas realizadas a adultos mayores miembros participantes del club Manantial, en Carrizal de Alajuela, durante el segundo semestre de 2017.

Los sujetos de investigación son adultos de entre 67 y 83 años de edad, a los cuales se les entrega el consentimiento informado (ver anexo 2). Una vez leído y firmado, se procede a completar el cuestionario sociodemográfico y, por último, a efectuar la entrevista, basada en la guía de preguntas previamente preparada y validada.

Seguidamente se exponen los resultados obtenidos del cuestionario sociodemográfico:

4.1.1 Resultados de los datos sociodemográficos

En la tabla n.º 6 se muestran los resultados de los datos sociodemográficos obtenidos de las diez personas entrevistadas.

Tabla n.º 6 Datos sociodemográficos de los participantes de la investigación

Participante	Sexo	Edad	Escolaridad	Estado civil	Ocupación	Posee pensión	Casa propia	¿Con quién vive?
n1	F	73	Primaria completa	Viuda	Ama de casa	Sí	Sí	Con un hijo
n2	F	83	Sin escolaridad	Viuda	Ama de casa	Sí	Sí	Sola
n3	M	77	Primaria completa	Casado	Negocio propio (pulpería)	Sí	Sí	Con el conyugue
n4	F	67	Primaria completa	Separada	Ama de casa	No	Sí	Sola
n5	F	75	Primaria completa	Viuda	Ama de casa	No	Sí	Con una hija
n6	F	75	Primaria completa	Viuda	Ama de casa	No	Sí	Sola
n7	F	79	5to grado	Viuda	Ama de casa	No	Sí	Con el Nieto
n8	F	75	1er grado	Casada	Ama de casa	No	Sí	Con el conyugue
n9	F	68	Primaria completa	Viuda	Ama de casa	No	Sí	Sola
n10	F	77	1er grado	Viuda	Ama de casa	No	Sí	Sola

Fuente: Elaboración propia, 2017

En cuanto al sexo de los entrevistados, predomina la participación femenina sobre la masculina, al ser los participantes nueve mujeres y un hombre.

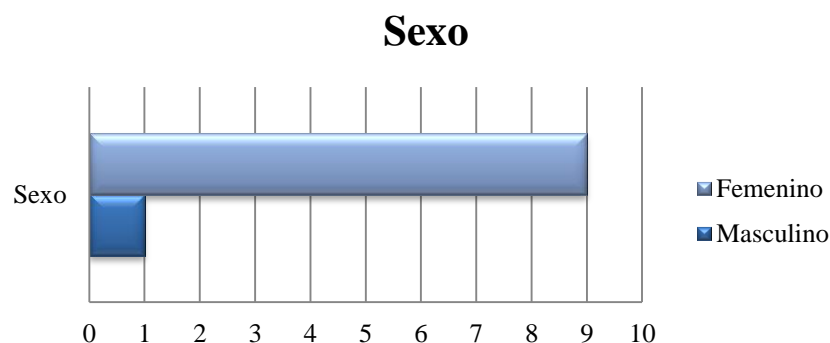


Figura n.º 4 Sexo de los participantes de la investigación

Fuente: Elaboración propia, 2017

Con respecto a la edad, los participantes entrevistados se encuentran entre los 67 y 83 años, de los cuales dos están en el rango de los 65 a los 70 años, siete dentro del rango de 71 a 80 años y solo una persona se ubica en el rango de los 81 a 90 años.

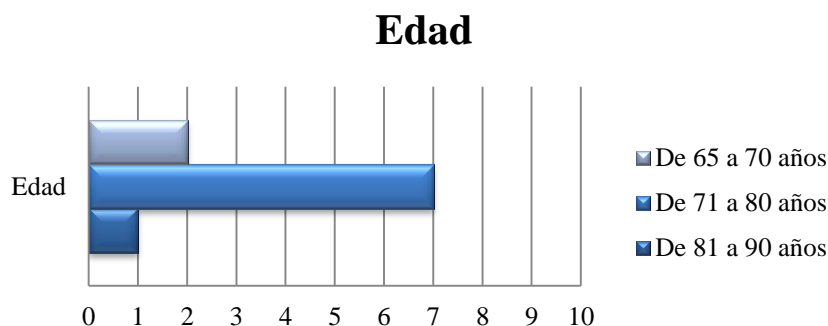


Figura n.º 5 Rango de edad de los participantes de investigación
Fuente: Elaboración propia, 2017

La escolaridad de los participantes es de primaria completa en seis entrevistados, dos de ellos solo asisten a primer grado de la escuela, uno cursa hasta quinto grado y otro más no tiene acceso a la educación formal.

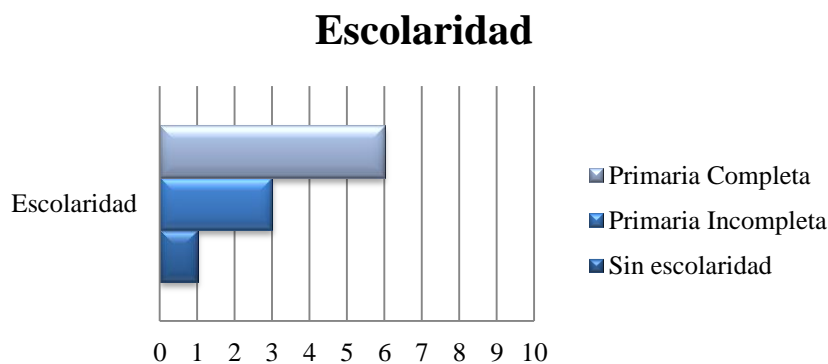


Figura n.º 6 Escolaridad de los participantes de la investigación
Fuente: Elaboración propia, 2017

En el caso del estado civil, siete personas entrevistadas son viudas, dos son casadas y una está separada de su esposo.

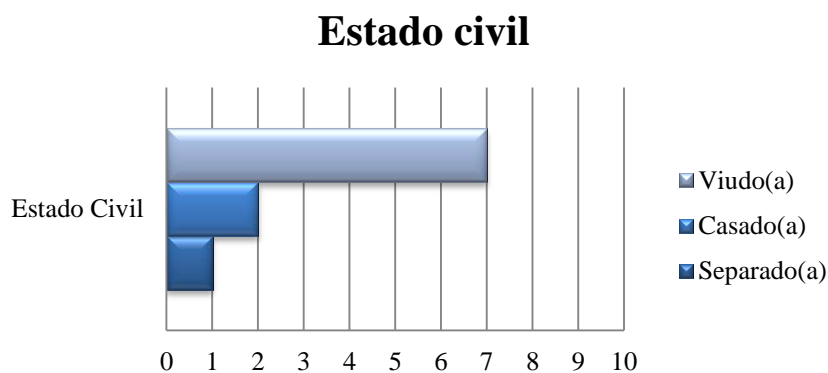


Figura n.º 7 Estado civil de los participantes de investigación
Fuente: Elaboración propia, 2017

De acuerdo con la ocupación, nueve mujeres son amas de casa, mientras que el único hombre es administrador y dueño de su propio negocio (una pulpería).

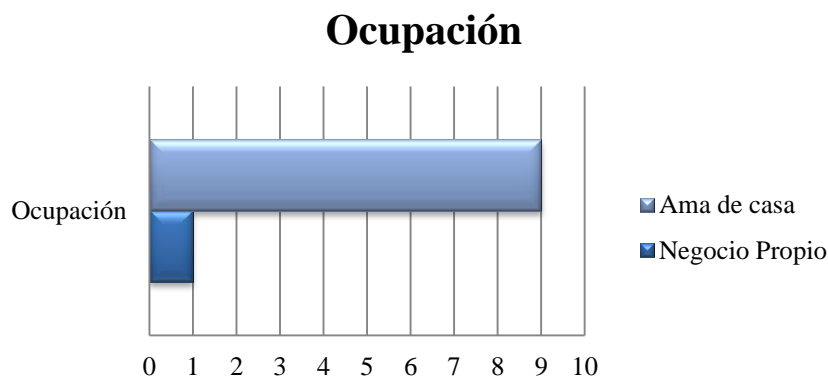


Figura n.º 8 Ocupación de los participantes de la investigación
Fuente: Elaboración propia, 2017

Siete de los participantes de investigación no cuentan con pensión actualmente y tres de ellos obtienen una pensión del régimen no contributivo.

Pensión

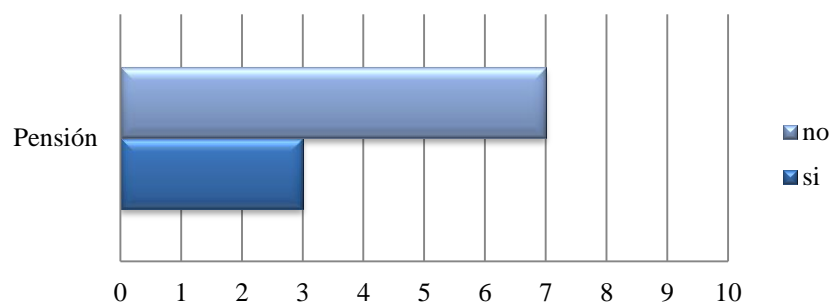


Figura n.º 9 Pensión de los participantes de la investigación
Fuente: Elaboración propia, 2017

Los diez participantes entrevistados afirman contar actualmente con casa propia.

Vivienda

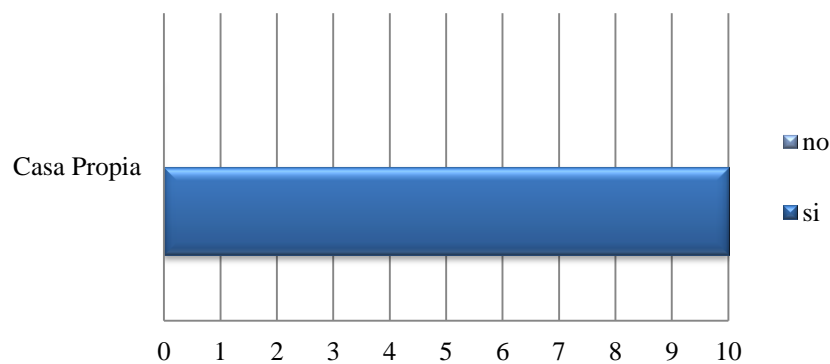


Figura n.º 10 Casa propia de los participantes de la investigación
Fuente: Elaboración propia, 2017

En cuanto a con quién vive cada uno de los participantes, cinco de ellos viven actualmente solos, dos con su cónyuge, dos con un hijo o hija y uno con el nieto.



*Figura n.º 11 ¿Con quién viven los participantes de la investigación?
Fuente: Elaboración propia, 2017*

De los resultados obtenidos del cuestionario sociodemográfico, se evidencian ciertas similitudes que son analizadas posteriormente. A continuación se presentan los resultados según cada una de las cuatro categorías de análisis propuestas en la investigación.

4.1.2 Resultados según categorías

1. Motivación intrínseca y extrínseca que permiten la participación

La primera categoría se relaciona con la motivación que incita a los adultos mayores a participar en actividades del club Manantial, ya sea intrínseca o interna o bien extrínseca o externa. Para indagar acerca de las motivaciones, es necesario conocer cuáles son los beneficios, ventajas e incentivos que obtienen estos adultos mayores desde que asisten y participan de las actividades grupales del club.

En la tabla n.º 7 se muestran algunas de las motivaciones que tienen los participantes en un inicio para empezar a asistir a las reuniones.

Tabla n.º 7 Motivaciones iniciales

Motivaciones iniciales	Participantes
Invitación de amistades o familiares miembros del club	n1, n4, n6, n8, n9, n10
Invitación del comité fundador del grupo	n2, n3, n5, n7

Fuente: Elaboración propia, 2017

Algunos participantes indican haber recibido la invitación por parte del comité fundador del grupo hace 12 años. Por otra parte, la mayoría de los entrevistados mencionan haber sido invitados por otros miembros a formar parte del grupo.

Entre las principales motivaciones que impulsan a los participantes a continuar asistiendo al grupo en la actualidad, se encuentran las citadas en la tabla n.º 8:

Tabla n.º 8 Motivaciones actuales

Motivaciones actuales	Participantes
Compartir con las amistades	n1, n2, n3, n4, n5, n6, n7, n8, n9, n10
Distraerse	n1, n2, n5, n6, n7, n8, n9, n10
Salir de la rutina	n1, n4, n5, n9, n10
Olvidarse de los problemas o enfermedades	n3, n5, n8, n9, n10
Aprender cosas nuevas	n2, n3, n6, n7, n9

Fuente: Elaboración propia, 2017

Compartir con las amistades y distraerse son las razones más señaladas por las personas entrevistadas.

En la tabla n.º 9 se aprecian los beneficios o ventajas que obtienen los miembros del club al formar parte de este:

Tabla n.º 9 Beneficios o ventajas

Beneficios o ventajas	Participantes
Aprendizaje	n2, n3, n4, n5, n6, n7, n8, n9
Distracción	n2, n4, n5, n6, n8, n9, n10
Salud física y mental	n3, n4, n5, n7, n8, n9, n10
Entretenimiento	n3, n7, n5, n6, n10
Compañía	n1, n4, n10
Estabilidad emocional	n9

Fuente: Elaboración propia, 2017

Entre los beneficios indicados por los participantes, destacan el aprendizaje obtenido, la distracción y las mejoras a nivel físico y mental.

En la tabla n.º 10 se muestran los principales incentivos que reciben los participantes, los cuales motivan a continuar asistiendo a las reuniones:

Tabla n.º 10 Incentivos

Incentivos	Participantes
Los paseos	n1, n2, n3, n4, n5, n7, n8, n9 y n10
Charlas	n2, n3, n4, n5, n6, n7, n9
Obsequios	n1, n2, n3, n4, n6, n8
Premios del bingo	n1, n3, n7 y n10
Las fiestas	n1, n2, n5 y n10
Libro y revistas y boletines	n1, n3, n5, n6
Títulos	n1, n2
Refrigerio	n2

Fuente: Elaboración propia, 2017

Los paseos, las charlas recibidas y los obsequios son los incentivos señalados por la mayor cantidad de participantes.

2. Necesidades que buscan satisfacer al asistir al club

Respecto a la categoría 2, relacionada a las necesidades que buscan satisfacer al asistir al club, se recalcan los siguientes datos relevantes. Se explora acerca de las necesidades o carencias personales que los miembros del club buscan satisfacer al asistir al grupo, cuáles de estas logran satisfacer y cuáles consideran que pueden cubrir si continúan asistiendo al grupo. Por otra parte, durante las entrevistas surge información vinculada a las necesidades que se buscan satisfacer, pero a nivel de grupo.

Entre las principales necesidades que los participantes afirman satisfacer cuando asisten al grupo, están las anotadas en la tabla n.º 11.

Tabla n.º 11 Necesidades que buscan satisfacer a nivel personal

Necesidades	Participantes
Compañía	n4, n5, n7, n8, n9, n10
Distracción	n5, n6, n7, n8, n9, n10
Amistad	n1, n3, n10
Cariño	n1, n2, n8
Entretenimiento	n3, n5, n7
Ser activa	n1, n2
Tener a quien contarle los problemas	n4
Ser parte del grupo	n1
Sentirse útil	n4

Fuente: Elaboración propia, 2017

Buscar compañía, distracción y amistad son las necesidades más mencionadas por los participantes durante las entrevistas.

La tabla n.º 12 muestra las principales necesidades que se busca satisfacer a nivel de grupo y son señaladas por algunos de los participantes:

Tabla n.º 12 Necesidades que buscan satisfacer a nivel de grupo

Necesidades	Participantes
Ayuda de personas ajenas al grupo	n4, n5, n9, n10
Apoyo de la comunidad o entidades públicas o privadas	n2, n5, n7, n10
Compromiso de los miembros del club	n10
Aprender cosas nuevas para estar ocupados en la casa	n4
Espacio propio	n1
Mayor asistencia masculina al grupo	n3

Fuente: Elaboración propia, 2017

Contar con la ayuda de otras personas externas y obtener apoyo de la comunidad o entidades públicas o privadas, son las dos principales necesidades a nivel grupal indicadas por parte de los participantes entrevistados.

Algunas de las carencias que los participantes identifican en su vida y que de acuerdo con ellos satisfacen asistiendo al grupo, son las que se pueden apreciar en la tabla n.º 13:

Tabla n.º 13 Carencias que logran satisfacer

Carencias	Participantes
Compañía	n4, n5, n7, n8, n9, n10
Cariño	n1, n5, n8
Logros personales	n2, n9
Facilidad de expresión	n2
Comprensión	n5

Fuente: Elaboración propia, 2017

La carencia identificada por más participantes entrevistados es la compañía de otras personas con quienes socializar.

3. Percepción con respecto al club Manantial

La categoría tres se vincula a la percepción del grupo. Se efectúan algunas preguntas con el fin de conocer la percepción que tienen los participantes de la investigación en cuanto al grupo Manantial, también se conoce la opinión que tienen con respecto a las relaciones interpersonales de los miembros del club, así como cuáles consideran que son las fortalezas y debilidades del grupo a nivel general. Por otra parte, se les solicita compartir su opinión acerca de la importancia de participar en este tipo de grupo de la comunidad.

En la tabla n.º 14 se observa lo que los participantes perciben en el grupo si lo comparan con otros.

Tabla n.º 14 Percepción de los participantes con respecto al grupo

Percepción	Participantes
Poca actividad	n2, n8, n9 y n10
Baja asistencia	n2, n6, n7
Pocos recursos económicos	n1
Poca ayuda de otras personas	n5

Fuente: Elaboración propia, 2017

La poca actividad y la baja asistencia sobresalen en la percepción de los participantes acerca del club Manantial.

Las relaciones entre los miembros del grupo son valoradas por las personas participantes del estudio tal como se muestra en la tabla n.º 15:

Tabla n.º 15 Valoración de las relaciones entre los miembros del grupo

Valoración	Participantes
Se llevan bien	n1, n2, n3, n6, n7, n8, n9, n10
Diferencias entre algunos miembros	n4, n5

Fuente: Elaboración propia, 2017

Por lo general los participantes indican que dentro del grupo se mantiene una buena relación.

Las principales fortalezas que posee el grupo de acuerdo con la opinión de los participantes son las mostradas en la tabla n.º 16:

Tabla n.º 16 Fortalezas del grupo Manantial

Fortalezas	Participantes
Solidaridad	n1, n3, n5, n7, n10
Amistad	n1, n9, n10
Persistencia del grupo	n2, n4, n9

Fuente: Elaboración propia, 2017

La solidaridad es mencionada como la principal fortaleza del grupo Manantial.

Las principales debilidades que posee el grupo según la opinión de los participantes se exponen en la tabla n.º 17.

Tabla n.º 17 Debilidades del grupo Manantial

Debilidades	Participantes
Falta de compromiso de las mismas compañeras en colaborar o asistir con las tareas emergentes	n1, n2, n3, n4, n7, n10
Poca iniciativa propia	n1, n2, n7, n9, n10
Puntualidad	n4, n7, n8
Más control de las cuotas	n4, n10
Poca variedad de actividades	n8, n10
Poco respeto o apoyo a la coordinadora	n3

Fuente: Elaboración propia, 2017.

Falta de compromiso de los participantes en colaborar y poca iniciativa propia son las principales debilidades mencionadas por los participantes del grupo.

La tabla n.º 18 muestra los resultados de la importancia de asistir a los grupos de la comunidad, según la apreciación de los participantes.

Tabla n.º 18 Importancia de asistir a grupos

Importancia	Participantes
Aprender cosas nuevas	n3, n4, n5, n7
Compartir con otros de su edad	n4, n5, n9
Sentir apoyo de otros	n1, n3
Amistad	n7
Por satisfacción personal	n10

Fuente: Elaboración propia, 2017.

A partir de lo señalado por algunos participantes, consideran relevante asistir a este tipo de grupos al aprender cosas nuevas además de que se puede compartir con personas de su misma edad.

4. Intereses y habilidades de los participantes

La categoría cuatro se asocia a los intereses y habilidades. Se indaga sobre los intereses personales de los participantes en cuanto a las actividades del grupo, conociendo su opinión acerca de cuáles califican de interesantes y cuáles no. También se cuestiona sobre posibles actividades nuevas que les gustaría que se realicen u otras que se dejaron de hacer con el tiempo y les gustaría retomar. Por otra parte, se pregunta sobre las habilidades de los miembros participantes y su posible aporte al grupo.

En la tabla n.º 19 se aprecian las actividades que para los participantes son de su interés.

Tabla n.º 19 Actividades de interés

Actividades que son de interés	Participantes
Ejercicio	n1, n2, n3, n4, n6, n7, n8, n9, n10
Baile	n1, n2, n3, n5, n7, n9, n10
Bingo	n1, n2, n3, n9, n10
Charlas	n1, n2, n6, n7, n9
Fiesta	n1, n2, n4, n5
Paseos	n1, n4, n9, n10
Rifas	n3, n10

Fuente: Elaboración propia, 2017

Entre las actividades que destacan los participantes, están: ejercicios, baile y bingo.

En la tabla n.º 20 se muestran las actividades que para los participantes no son de su interés.

Tabla n.º 20 Actividades que no son de interés

Actividades que no son de Interés	Participantes
Manualidades	n2, n10
Costura y bordado	n3
Bingo	n4
Bailes típicos	n10

Fuente: Elaboración propia, 2017

Los participantes señalan que no hay ninguna actividad que no consideren de su interés. A excepción de los participantes n2 y n10, quienes afirman no estar interesados en las manualidades de ningún tipo. El participante n3 indica que la costura y bordado no le gustan, el participante n4 expresa no estar interesado en los bingos y el participante n10 responde no gustarle los bailes típicos a pesar de haber participado en algunas presentaciones anteriormente.

Las actividades que para los participantes son interesantes realizar en el grupo son las citadas en la tabla n.º 21.

Tabla n.º 21 Actividades que les resultaría interesante realizar

Actividades	Participantes
Clases de baile típico o popular	n1, n3, n4, n5, n7, n8, n10
Manualidades	n3, n4, n7, n5, n8, n9
Bordado	n2, n5, n7, n8, n10
Juegos tradicionales	n1, n3, n5, n10
Clases de pintura	n3, n4, n7, n8, n10
Almuerzo o merienda	n1, n2, n5
Aprender de cocina	n4, n10
Tareas para llevar a la casa	n4, n5
Aprender a leer y escribir bien	n2
Karaoke	n2
Aprender a tocar guitarra	n2
Dibujar	n3
Pasar lista de asistencia	n3
Juegos de mesa como naipes	n3
Obras de teatro	n8
Pasacalles	n8
Camba	n8

Fuente: Elaboración propia, 2017

Las actividades que más resaltan los participantes son: bailes típicos o populares, manualidades y bordado.

En la tabla n.º 22 se aprecian algunas habilidades señaladas por los participantes en la investigación. En estas áreas se consideran expertos o que poseen habilidad.

Tabla n.º 22 Habilidades de los participantes

Habilidad	Participantes
Motivar a los demás, leer, escribir, sopa de letras, bordar	n1
Motivar a los demás, cocinar	n2
Contar historias, chistes, cantar el bingo, jardinería, carpintería, dibujar, pintar	n3
Cualquier tarea que me pidan hacer, cocinar, hacer mandados	n4
Bordar, manualidades, hacer bufandas con lana	n5
Quehaceres domésticos, jardinería	n6
Pintura de cuadros, baile popular, servir, cocinar	n7
Coser a mano, motivar a los demás	n8
Pintura, repostería, redacción, ortografía	n9
Jardinería, repostería	n10

Fuente: Elaboración propia, 2017

Entre las habilidades más sobresalientes, están: cocinar y jardinería.

Las habilidades mencionadas por los participantes y que de acuerdo con ellos son con las que pueden contribuir positivamente al grupo, se aprecian en la tabla n.º 23.

Tabla n.º 23 Habilidades con las que pueden contribuir al grupo

Habilidad	Participantes
Ser parte del comité	n1, n3, n7, n5, n9
Ayudando en lo que necesiten	n2, n4, n6, n8
Compañía para otra persona	n1
Cantar el bingo	n3
Llevar algo para vender	n10

Fuente: Elaboración propia, 2017

Cinco entrevistados indican ser parte del comité del grupo, los otros en su mayoría señalan poseer disponibilidad en ayudar en lo que se requiera por parte de la coordinadora o el comité.

Estos son los resultados obtenidos producto de las entrevistas efectuadas a diez adultos mayores que forman parte del club Manantial y voluntariamente participan como sujetos de investigación.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

5.1 INTERPRETACIÓN O EXPLICACIÓN

En este capítulo se realiza la interpretación de los resultados obtenidos a partir de las diez entrevistas aplicadas para esta investigación. El análisis se basa en las categorías previamente establecidas: motivaciones intrínseca y extrínseca que permiten la participación, necesidades que buscan satisfacer al asistir al club, percepción con respecto al club Manantial e intereses y habilidades de los participantes.

Los diez adultos mayores entrevistados (nueve mujeres y un hombre) son miembros activos del club Manantial. La participación mayoritaria de mujeres es un resultado esperable por las siguientes razones: el grupo Manantial cuenta con más cantidad de mujeres que hombres entre sus integrantes (21 mujeres y solo un hombre), respaldándose lo señalado por Parra (2014) y Roveres (2016), en cuanto a que predomina la participación femenina en actividades dirigidas a personas adultas mayores.

Esta tendencia de participación femenina se refleja en el I Informe del Estado de la Situación del Adulto Mayor en Costa Rica, donde se indica que el porcentaje de participación de mujeres en este tipo de grupos y actividades es mucho mayor que el de hombres (Fernández y Robles, 2008).

En programas educativos dirigidos a personas adultas mayores, como el de la Universidad de Costa Rica, el 83 % de participantes son mujeres y un 17 % hombres, en la Universidad Estatal a Distancia el porcentaje es 85 % de participación femenina y porcentajes

similares a estos se obtienen en la Asociación Gerontológica Costarricense y en la Caja Costarricense de Seguro Social (Fernández y Robles, 2008).

Otro aspecto por considerar es la edad de los participantes que en promedio oscila entre los 71 y 80 años y la mayoría tiene doce años de asistir al grupo, es decir, empiezan a formar parte del club cuando se encuentran entre los 60 y 70 años, siendo la edad promedio de las personas que asisten a este tipo de agrupaciones. De acuerdo a las estadísticas, el porcentaje de participantes disminuye a medida que aumenta la edad, por ejemplo en la Universidad de Costa Rica el porcentaje de personas que tienen 75 años o más alcanza un 5 % (Fernández y Robles, 2008).

La recomendación general para los clubes comunales es aceptar nuevos miembros una vez que estos hayan cumplido los 65 años, sin embargo, en algunos casos se encuentran personas en edades comprendidas entre los 50 y 60 años. En esta investigación se identifican dos casos en los que desde antes de cumplir la edad para formar parte del grupo, sienten la necesidad de agruparse, buscando compañía y distracción.

La escolaridad es una característica en la que se encuentra similitud entre los miembros de este club. Un 60 % de los entrevistados posee primaria completa, un 30 % primaria incompleta y 10 % no cuenta con acceso a la educación formal. Lo anterior representa una baja escolaridad en las personas que asisten al club Manantial, aspecto que difiere de los datos de la Universidad de Costa Rica, donde la mayoría de sus participantes tiene una escolaridad universitaria 33.59 % y secundaria 19.53 % (Fernández y Robles, 2008).

Esta comparación arroja que las personas de baja escolaridad o de zonas rurales poseen menores oportunidades de acceder a programas consolidados como los ofrecidos por las universidades estatales. No obstante, quienes participan en agrupaciones comunales, como las redes de AGECO o grupos de la Iglesia católica, tienen ciertas particularidades. En esta investigación se comprueba que la mayoría posee características que de una u otra manera le facilitan ser parte de este tipo de congregaciones, entre las que se pueden mencionar:

1. Ser viudos o vivir solos. Esta situación los predispone a buscar espacios donde puedan establecer contacto con otras personas, más aún si no cuentan con la compañía de sus familiares.

2. Tener el apoyo de sus parejas o hijos para reunirse o participar de las actividades. En esta investigación existen casos que señalan no haberse podido integrar en este tipo de grupos hasta que sus esposos fallecieron, al no contar con el permiso de los mismos o por la obligación de servicio que sus esposos demandaron.

Además, los participantes que no son viudos afirman contar con el apoyo de sus respectivas parejas para asistir a las reuniones. Asimismo, quienes viven con sus hijos responden contar con la motivación de estos para asistir a las reuniones y otras actividades.

3. No tener obligaciones laborales en trabajos formales o informales, como el cuidado de nietos u otras personas dependientes. Al estar la mayoría jubilados y si no tienen a nadie que dependa de ellos, los adultos mayores cuentan con más tiempo disponible para asistir a reuniones, actividades, paseos, fiestas o charlas.

4. Recibir una pensión, apoyo económico de familiares o ingresos producto de un negocio propio, lo cual les facilita la satisfacción de sus necesidades básicas como abrigo y alimentación. También contar con casa propia ya que les genera grado de estabilidad y seguridad para poder satisfacer otras necesidades secundarias.

5. No sufrir de enfermedades físicas o mentales incapacitantes, lo que les facilita movilidad y autonomía para asistir a las reuniones.

6. Haberse dado la oportunidad de visitar el grupo y establecer su propia opinión con respecto a las actividades que se realizan y los beneficios que se pueden obtener. La mayoría de los participantes indica sentirse bien al haber decidido asistir porque para muchas personas estos grupos son sinónimo de vagancia o pérdida de tiempo.

Los sujetos de investigación son quienes asisten con mayor frecuencia a las reuniones del club, disfrutan de las actividades del grupo -como las fiestas o paseos- y participan de las charlas impartidas por parte de la Municipalidad y AGECO. La principal razón es porque les gusta hacerlo y se sienten complacidos, sin embargo esta motivación es el producto de ciertos factores que se suman para que los adultos mayores continúen asistiendo y participando de las diferentes actividades.

De acuerdo con los resultados de esta investigación, las principales motivaciones para empezar a asistir al grupo son de tipo extrínsecas debido a que los participantes mencionan haber sido invitados por otras personas a formar parte de las reuniones del club:

n7: “...bueno aquí hicieron una invitación, yo creo que fue los de la Caja del Seguro, que se iba a formar ese grupo, para que asistiéramos”.

n6: “muchas del grupo me decían: vaya al grupo de nosotras... me animaron y a mí me gustó el grupo...”.

Algunos participantes como n5, n8 y n10 son invitados con insistencia por otros miembros del club hasta convencerlos de asistir a las reuniones. En un primer momento están renuentes, pero al visitar el grupo, les agrada y continúan asistiendo.

n5: “...ella me dijo vaya... pero ya después yo donde veía a todas que iban, entonces yo fui a ver qué era... y ya después me pareció muy bonito”.

n8: “Bueno, a mí me invitaron las mismas compañeras, las que iban al grupo, pero yo no iba... fui la primer vez y me gustó y seguí yendo”.

n10: “Me decían al principio que fuera y que fuera y yo (ay no que pereza estar yendo a eso; no, no, yo no voy), y en eso me dicen vamos, vamos, vieras que bonito... yai comencé a ir y me gustó...”.

Por otra parte, las participantes n1, n4 y n9 comentan que desde antes de cumplir los 65 años se sienten motivadas a asistir a las reuniones al tener el deseo de integrarse a un grupo de este tipo, pero es hasta cumplir con la edad establecida que comienzan a concurrir al club Manantial.

n1: “A mí me invitaban mucho, pero como otras personas decían que hasta que tuviera 65, yo más antes no quise ir, hasta que cumplí 65”.

n4: “...porque soy una persona sola y me sentía con ganas de integrarme a un grupo y como yo ya había cumplido la mayoría, ya decidí integrarme... mi prima me invitó”.

n9: “...mi cuñada ya me hablaba del grupo, pero como yo no tenía la edad, entonces pues ya cuando cumplí los 65 años entonces sí ingresé al grupo...”.

La motivación extrínseca que se refleja en las respuestas de los participantes es la influencia de terceras personas que los impulsan a formar parte del grupo; algún familiar, amigo y quienes tienen la iniciativa de organizar el grupo en la comunidad.

Por otra parte, un factor externo presente en el grupo son los incentivos materiales como los regalos ganados en los bingos, recuerdos u obsequios de AGEKO, refrigerios, información por escrito (revistas, boletines, libros) y los títulos obtenidos por haber participado en algún taller.

Estos incentivos son elementos externos que influyen en la participación de los adultos mayores para continuar asistiendo a las reuniones, talleres o charlas. Otro tipo de motivación extrínseca está relacionada a los incentivos que no son palpables como los paseos, charlas y fiestas.

Los paseos organizados por los miembros del club, además de ser un incentivo para continuar participando de las reuniones, son una meta en común, pues durante todos los meses

llevan a cabo rifas para costear los gastos. La motivación para organizar estas rifas tiene como fin disfrutar de un beneficio a mediano plazo. En este caso la motivación es extrínseca porque la meta final es el paseo y el medio o recurso para satisfacer esta necesidad son las rifas.

En el caso anterior se evidencia un ejemplo de las afirmaciones de González (2008) con respecto a la motivación extrínseca, a saber: “(...) la motivación extrínseca es aquella dirigida hacia una meta parcial, cuyos motivos se encuentran fuera de ella, por ejemplo trabajar por dinero” (p.115). Para lograr metas en común en estos grupos, es necesario el trabajo en equipo, la colaboración y el involucramiento de todos los miembros.

En cuanto a los estímulos extrínsecos como los paseos, charlas, títulos, fiestas, obsequios, revistas y boletines con información, son incentivos recibidos que motivan a los participantes a mantenerse como miembros del club. Lo anterior está vinculado con lo planteado por Reeve (2009), cuando indica que la presencia de incentivos o consecuencias crea la sensación de querer participar en conductas que producen obtener los mismos.

Con relación a este punto, los participantes aportan los siguientes comentarios:

n4: “ahí llegan los de AGECO, nos dan charlas, nos motivan muchísimo”, “ahí tenemos los paseítos que hacemos, después tenemos el bingo... nos compartimos”, “a fin de año nos obsequian un pequeñito regalo y uno se siente feliz”.

n2: “como yo no estuve en la escuela y no tuve ningún estudio... yo tengo ahí los títulos que nos han dado... yo me siento como que algo tengo, que esos títulos los he logrado... para mí son muy importantes”.

A pesar de que en la mayoría de participantes las motivaciones iniciales son de tipo extrínsecas, después de haber asistido al grupo, las motivaciones son de tipo intrínsecas o internas, porque los participantes expresan sentir satisfacción de ir al grupo cada semana. Según González (2008), “La motivación intrínseca es aquella que encuentra su satisfacción en la obtención de la propia meta que se propone”. Esto se ejemplifica en algunas de las respuestas de los participantes:

n1: “Porque es bonito, uno sale de la casa”, “uno se siente motivado y me gusta ver las compañeras”.

n4: “eso me hacía a mí salir de la casa, de la rutina, y me siento muy bien porque los viernes yo paso un rato agradable con mis compañeras”.

n7: “ahí uno se entretiene, conversando con las compañeras”, “pasa uno un rato muy agradable”.

Al indagar acerca de las motivaciones que influyen en los participantes a asistir actualmente al club Manantial, se citan como razones principales: compartir con las amistades, distraerse y salir de la rutina.

Muchos de estos adultos mayores señalan pasar solos la mayor parte de su tiempo, por lo que buscan un lugar donde puedan compartir con sus iguales, espacio que encuentran al asistir al grupo. Cabe destacar que las personas con las que se reúnen son consideradas amistades importantes.

Al respecto, Triado y Villar (2014) explican que las personas de una misma edad comparten una experiencia vital, intereses, recuerdos, opiniones y valores similares. Las amistades significativas son esenciales, especialmente si no se cuenta con el respaldo de la familia.

Por otra parte, conocer nuevas personas le permite al adulto mayor ampliar su red de apoyo, formando amistades que pueden llegar a ser significativas en su vida. Estos beneficios también se confirman con lo dicho por Pérez y Navarro (2011), en cuanto a que mantener amistades les proporciona a los adultos mayores un sentimiento de pertenencia y entretenimiento y les ayuda a manejar los cambios y las crisis de una mejor manera.

Algunos de los participantes comentan que encuentran amigos en este grupo. Triado y Villar (2014) sostienen que “las amistades constituyen un apoyo social y una fuente de satisfacción considerable” (p. 278). Asimismo, los amigos tienen un impacto relevante en los sentimientos de bienestar de los adultos mayores.

La distracción es otro aspecto significativo, ya que muchos de ellos indican tener situaciones difíciles de manejar, ya sean en su salud o problemas familiares, que les provocan

tristeza, angustia y, en algunas ocasiones, desánimo. Por tal razón, las actividades, fiestas o paseos les proporcionan un espacio en el que pueden distraerse y dejar sus problemas a un lado o sobrellevarlos mejor. Este aspecto se relaciona al estudio de Roveres (2016), donde la distracción es una de las principales razones que tiene el adulto mayor para agruparse.

Por lo general a estas edades se incrementa la aparición de enfermedades o dolencias, que en muchos casos son el impedimento para involucrarse en este tipo de agrupaciones, pero para otras personas los grupos son una herramienta útil para soportar mejor sus padecimientos.

En cuanto a este punto, los participantes n1, n7 y n10 expresan:

n1: “va uno a partes diferentes”, “eso le hace muy bueno a uno también para la salud”.

n7 “hasta para la salud, si está en la casa siente dolores, se siente enfermo, en cambio está en el grupo y ahí todo se le olvidó”.

n10: “por lo menos sale uno a distraerse un rato”, “Las enfermedades como que se le olvidan a uno en ese instante un poquito”.

Son muchos los beneficios citados por los participantes, pero resalta la gran importancia que le otorgan al aprendizaje obtenido cada vez que les son impartidas charlas sobre temas de interés para ellos. Este dato es de ayuda porque la mayoría menciona desconocer mucha de la información que se le brinda en estas sesiones. Aprenden sobre salud en general, cuidados que deben tener en sus casas para evitar accidentes y ejercicios de bajo impacto; temas que les sirven y gracias a los cuales presentan mejorías a nivel físico y mental.

Por ejemplo, respecto al aprendizaje, los participantes n5 y n7 dicen:

n5: “ya uno se siente mejor, totalmente”, “muchas cosas de ese curso que nos dieron de la Municipalidad, a mí fue una que me sirvió montones”.

n7: “creo que hemos tenido muchas ventajas... hemos aprendido mucho porque uno cada día va aprendiendo algo nuevo”.

En el caso de las charlas recibidas, les motiva al creer fundamental aprender cosas nuevas. No obstante, los miembros indican que estos espacios son brindados siempre por personas externas al grupo, ya sea AGECO, la Municipalidad de Alajuela y en ocasiones por estudiantes universitarios.

Por otra parte, además comentan que las charlas son recibidas una o dos veces al año, por lo cual creen necesario contar con mayores recursos o apoyo de personas de la comunidad para tener acceso este tipo de actividades en las que el aprendizaje recibido es considerable.

Otro aspecto anotado por los participantes es el entretenimiento. Una de las actividades que más realiza este grupo es el bingo, el cual es una forma de compartir con los amigos, mantener su mente alerta y recibir un incentivo material (el premio).

En cuanto a esta actividad, los participantes n1 y n7 opinan:

n1 “El bingo, a uno le gusta eso, en el ratillo, uno se saca un regalito ahí, humildito y a todas les gusta”.

n7: “no por lo material, pero el bingo lo entretiene a uno, algo aporta y algo gana”.

Participar en actividades que resulten entretenidas para las personas adultas mayores trae consigo grandes beneficios para la salud. En algunos casos señalan sentirse más relajados después de hacer alguna actividad en el club, ya sea ejercicios, juego del bingo, contar chistes o decir adivinanzas. Uno de los participantes aporta:

n7: “está uno ahí como entretenido... estar metido en la casa a veces uno se aburre”.

La motivación en los participantes es de tipo intrínseca, hace referencia a causas internas o personales que impulsan al adulto mayor a efectuar una conducta, experimentando placer en la ejecución de la propia actividad. En este grupo, los participantes afirman sentir satisfacción al participar de las actividades del club. Consideran que el grupo les ofrece grandes beneficios, entre los cuales enumeran: mejoras en su salud física y mental, aprendizaje, oportunidad de formar nuevas amistades, distracción, entretenimiento, compañía, distanciamiento de la rutina y distracción de los problemas o enfermedades.

Maslow (1991) propone que las necesidades motivan e impulsan a realizar conductas para conseguir objetivos que reduzcan las mismas y establece una jerarquía de necesidades, entre las que están: necesidades fisiológicas, de seguridad y protección, de amor y pertenencia, de estima y de autorrealización.

Al indagar durante las entrevistas acerca de las necesidades que los participantes buscan satisfacer al asistir a las reuniones del club Manantial, se identifican las siguientes: distraerse, forjar amistades, sentir cariño, entretenerse, ser activos, tener compañía y a quien contarle los problemas, ser parte del grupo y sentirse útil.

Relacionando los resultados obtenidos con la jerarquía propuesta por Maslow (1991), se determina:

1- En cuanto a necesidades básicas como alimentación, vestido, abrigo; estas son satisfechas por los participantes de la investigación, al tener los recursos económicos o el apoyo de sus familiares para ello. El grupo Manantial no les proporciona ningún aporte para satisfacer este tipo de necesidades primarias.

2- Respecto a la segunda escala de la jerarquía, sugiere la necesidad de seguridad y protección. El grupo Manantial representa para ellos un lugar donde pueden refugiarse, tener el apoyo de sus compañeros, pedir un consejo, compartir sus situaciones personales y sentirse seguros y acompañados. Sin embargo, demandan el apoyo de la comunidad y las instituciones públicas y privadas.

En la etapa de la vejez la necesidad de seguridad puede ser satisfecha proveyendo al adulto mayor protección no solo física, sino también emocional. No obstante, como mencionan Fernández y Robles (2008), la vulnerabilidad en esta etapa sumada a una sociedad que tiende a desprotegerlos y el silencio guardado por ellos, dificulta la satisfacción de esta necesidad.

3- Las necesidades de amor y pertenencia se vinculan con buscar compañía, participar socialmente, comunicarse con otras personas, establecer vínculos afectivos, vivir en comunidad, pertenecer a un grupo y sentirse aceptado. Esta es la principal necesidad que los adultos mayores del club Manantial desean satisfacer al asistir al grupo.

Con relación a la carencia de cariño, algunos participantes comentan:

n1: “uno muchas veces carece de cariño y uno ve que en el grupo a uno lo quieren, le tienen aprecio”.

n5: “he recibido mucho cariño, uno se siente como más acogido, ellas son muy especiales conmigo”, “asisto porque necesito comprensión y amor”.

Por otra parte, en cuanto a la carencia de compañía, otros dos participantes indican:

n4: “me di cuenta que tenía que salir de esta soledad a integrarme al grupo”, “ya uno a estas edades le hace falta la comunicación, hay personas de confianza a las que le cuenta uno sus problemas... es como que se haya quitado algo que tenía ahí en el corazón”, “sentirme que puedo ayudar, comunicarme con las compañeras”, “asisto porque necesito llenar este vacío que tengo porque soy una mujer sola y he tenido muchos problemas”.

n7: “a veces la soledad, porque uno está solo en la casa, entonces al salir y reunirse ya uno se siente motivado, se siente contento, se siente feliz, que ya no se siente uno triste”, “ya a uno todas las semanas se le vuelve como una necesidad, de que ya hoy es viernes y ya uno tiene que ir al grupo”.

La libertad de expresión y la libertad para decidir son fundamentales en esta etapa para expresar opiniones, deseos, sentimientos y emociones al vincularse con otras personas. Sentirse parte de una familia facilita la satisfacción de esta necesidad, así como la incorporación a grupos en los que haya miembros de su misma edad da la oportunidad de establecer relaciones significativas que sirvan de apoyo social. Compartir experiencias, sentirse acompañado y aceptado por otros, así como evitar el aislamiento, son parte de las formas en las que se satisface la necesidad de amor y pertenencia.

4- Necesidades de estima. Maslow (1991) describe dos tipos de estima: alta y baja. La estima baja se refiere al respeto buscado por parte de otras personas (fama, reconocimiento, atención, apreciación o dominio) y la necesidad de estima alta, al respeto por uno mismo, caracterizado por sentimientos de confianza, independencia y libertad.

Respecto a esta necesidad, no hay suficiente evidencia para considerarla como parte de las que buscan satisfacer las personas entrevistadas, pero cabe destacar que es difícil de lograr principalmente durante la vejez, al vivir en una sociedad que tiende a discriminar y despreciar a las personas por su edad, donde se aísla al adulto mayor y no se reconoce su valor.

En muchos hogares son despreciados e ignorados, no se les respetan sus derechos o no se les brinda la importancia que merecen. Dar cariño, respeto, tiempo, comprensión y paciencia son maneras de apoyar al adulto mayor en la satisfacción de esta necesidad.

5- Necesidades de autorrealización: este es el nivel más alto, la persona busca trascender y desarrollar el máximo potencial personal. Ejemplo de ello son el autocontrol, la independencia y la autonomía.

En cuanto a la satisfacción de esta necesidad, uno de los participantes se ubica en este nivel, la participante n2 es una persona satisfecha con su vida, independiente y autosuficiente, además mantiene buenas relaciones con sus familiares y compañeros de grupo. En este caso en particular, las necesidades trascienden a un nivel de crecimiento personal, visualizando su vida como satisfactoria, plena e íntegra desde que asiste al grupo, gracias a los logros que asegura haber alcanzado.

n2: “yo no era una persona alegre, como salir a una fiesta o a un baile, tampoco paseos, pero ahora sí, en el grupo yo bailo mucho”, “yo más bien me he descobijado ahí, como contar una adivinanza o un chile, no me da como temor o vergüenza”.

n2: “como yo no estuve en la escuela y no tuve ningún estudio... yo tengo ahí los títulos que nos han dado... yo me siento como que algo tengo, que esos títulos los he logrado, para mí son muy importantes”.

Un aspecto que no es tomado en cuenta y surge durante esta investigación es la presencia de una categoría de necesidades a nivel de grupo ya que de la misma manera en la que se evidencian necesidades personales que buscan ser satisfechas al asistir a las reuniones, queda en descubierto que también a nivel de grupo surgen otras necesidades expuestas en las entrevistas:

1- Ayuda que este grupo demanda de otras personas, apoyo de la comunidad o entidades públicas o privadas.

2- Contar con un mayor compromiso por parte de los mismos miembros del club.

3- Aprender cosas nuevas para estar ocupados en la casa.

4- Contar con un espacio físico propio para realizar las reuniones.

5- Mayor participación masculina en el grupo.

Respecto al apoyo que requieren algunos participantes, señalan:

n2: “necesitamos ayuda de la Municipalidad o del mismo pueblo”.

n5: “que nos motiven más, que nos tomen en cuenta”, “necesitamos que alguien de afuera venga y nos ayude”.

n7: “necesitamos más apoyo, ninguna entidad nos apoya, ni siquiera el pueblo”.

n10: “lo que hace falta ahí es como alguien que se apunte a hacer los cafeces y nosotras no tengamos que hacer nada”, “necesitamos más compromiso de la comunidad porque la comunidad no quiere ayudar en nada”.

Cuando se trata el tema de la motivación, es preciso hacer mención a las necesidades, porque estas son las responsables de la activación de la conducta en búsqueda de su satisfacción.

Otro aspecto considerado durante esta investigación es la percepción que tienen los participantes con relación al grupo Manantial, refiriéndose a las fortalezas, debilidades, cómo

visualizan las relaciones interpersonales que se desarrollan y la relevancia que tiene el grupo en sus vidas.

Entre las opiniones de los participantes, perciben al club Manantial como un grupo con escasa ayuda externa, poca variedad de actividades, bajo nivel de asistencia, impuntualidad de los participantes, escasos recursos económicos y poca iniciativa propia por parte de los compañeros. Así lo indican los siguientes participantes:

n1: “nosotros somos un grupo muy pobre”, “no contamos con mucho dinero”.

n5: “está un poco descuidado, no tenemos más ayuda de la comunidad”.

n8: “el grupo es muy débil, tiene muy poca actividad”.

n7: “nos dan un curso la hacemos y lo vemos pero no le damos seguimiento como que nos estancamos”, “lo que se aprende no lo ponemos en práctica”, “a veces se falla, muchas no llegan”, “ser más puntuales y comprometernos más con el grupo”.

Algunos participantes comentan que el grupo no cuenta con iniciativa propia y depende mucho de personas externas al mismo, situación que no es tan frecuente. Dicen que cuando una persona ajena al grupo los visita y les ofrece ayuda, se forman grandes expectativas con respecto a lo que esperan de esta, sin embargo, muchas veces los dejan al poco tiempo, lo cual los hace sentirse decepcionados.

Por ejemplo, una de las entrevistadas expresa: *“una vez vino aquí una señora, que nos dijo que nos iba a dar una clases de manualidades, pero que teníamos que comprar una pinturas*

y otras cosas, vino unas veces, pero diay al final yo no sé qué fue lo que pasó y se fue y nos dejó a medio palo con las cosas y hasta las pinturas se llevó... otro día vino otra que nos iba a enseñar a bailar y que ella se ofrecía, pero fue puro cuento, al final nada de nada”.

A pesar de estas y otras situaciones experimentadas, se encuentran esperanzados de obtener ayuda de otras personas. Además señalan que les gusta la asistencia de personas jóvenes con ideas frescas para enseñarles o compartir con ellos, lo cual refleja su deseo de no establecer rutinas aburridas, como las que en muchos casos viven en sus casas y de las cuales tratan de escapar.

Desde la primera visita al grupo, los miembros se muestran abiertos a colaborar y participar de la investigación. Lo anterior puede deberse a que el grupo está dispuesto y motivado a participar en cualquier actividad nueva y diferente en el grupo, porque según mencionan algunos participantes, el club no cuenta con variedad de actividades y entra en una especie de rutina que consiste en bingo una semana y la otra semana ejercicios, baile o pláticas entre ellos.

A nivel general se consideran como un grupo que permanece a pesar de las debilidades que afirman tener. La relación interpersonal entre los miembros es satisfactoria para ellos, indicando que es un grupo en el que se llevan bien.

Estos son algunos de los comentarios que exponen los participantes:

n3: *“como compañeros todos, hay compañerismo, no hay como una envidia”.*

n4: *“a veces hay cosas que a uno no le gusta, pero como ya uno se unió y tiene amor a ellas, esas cosillas, le van pasando y uno no guarda rencor y uno ve la manera de cómo arreglarlo”.*

n7: *“Todas nos llevamos muy bien”, “ha habido conflictillos, pero pasajeros así, diferencias así... pero siempre hay disculpas las que han tenido un malentendido”.*

Ellos califican la solidaridad, la amistad y la persistencia como sus principales fortalezas:

n1: *“la unión”, “somos unidas y nos queremos”.*

n4: *“A pesar de que somos un grupo que no tenemos ayuda, no se ha desintegrado... siempre están ahí”.*

n5: *“no hay egoísmo, se comparten ahí las cosas”.*

Un aspecto tomado en cuenta es la percepción que los participantes tienen en cuanto a la importancia de asistir a grupos dirigidos a personas adultas mayores; estos son algunos de los comentarios:

n3: *“para aprender cosas que uno necesita aprender del adulto mayor”.*

n4: *“ya uno a estas edades necesita compartir y pues hablar con los compañeros y escuchar”, “a veces uno va bajo de baterías”.*

n7: *“Es importante porque nos reunimos y estamos ahí, aunque nos tengamos apoyo de ninguna entidad, pero nos sentimos apoyadas unas a las otras”, “uno en un grupo tiene tanto entretenimiento, hace tanta amistad con personas que uno nunca las había tratado”.*

Aprender cosas nuevas, compartir con otros de su misma edad, apoyarse en otros y lograr amistades y satisfacción personal son las principales razones por las que creen relevante participar en este tipo de grupos.

Cabe destacar que son más los beneficios obtenidos por los participantes que los aspectos negativos; evidencia de lo anterior es la persistencia de los participantes del club, siendo esta un elemento presente cuando se está motivado a realizar una conducta.

También se indaga acerca de los principales intereses y habilidades de los participantes. A pesar de que estos aspectos son muy particulares de acuerdo con la persona, los adultos mayores de este grupo poseen cierta afinidad en cuanto a gustos y habilidades, siendo el interés por el bingo, el baile y los ejercicios parte de las actividades que más disfrutan hacer. Asimismo, la destreza en la cocina y en la jardinería son las habilidades más mencionadas.

Al indagar sobre sus habilidades, la mayoría de entrevistados muestra grandes dificultades para identificarlas, aludiendo -por ejemplo- que solo son buenos en los quehaceres domésticos, minimizando las tareas del hogar como simples deberes que cualquiera puede o debe saber hacer; así, un entrevistado responde: *“me han dicho que soy buena cocinando, pero eso lo sabe hacer cualquiera”* (entrevistada n9), otra participante asevera: *“como el oficio, bueno no,*

eso no es una habilidad” (entrevistada n7), por lo que en la mayoría de los casos se les ofrece una explicación acerca de qué es una habilidad.

Las habilidades se refieren a la propia capacidad para utilizar los recursos personales en las circunstancias diversas y complicadas (Bandura, 1986, citado por Reeve, 2009). Las habilidades son los talentos, la capacidad de realizar una acción de manera eficaz. Una persona es hábil cuando posee la destreza, talento o cualidad para ejecutar una determinada tarea.

Entre algunas de las actividades que les resulta interesante hacer en el grupo, se encuentran las manualidades, clases de baile típico y popular, juegos tradicionales, pintura y bordado. Otras actividades que se proponen se incluyen como parte de la propuesta de este trabajo de investigación.

Durante el desarrollo de las entrevistas, se indaga acerca de cómo los participantes consideran que contribuyen o pueden contribuir al grupo. Destaca que les es difícil contestar esta pregunta, incluso en los casos de los miembros del comité, por lo tanto no es posible obtener una respuesta concreta. Para futuras investigaciones, puede tomarse en cuenta evaluar el nivel de compromiso de los adultos mayores en este tipo de grupos.

“Ayudando en lo que necesiten” es la respuesta de la mayoría de participantes, sin embargo, durante las reuniones y de acuerdo a algunos comentarios de la coordinadora y otros participantes, son escasos los miembros que están dispuestas a colaborar por los intereses del

grupo. Esta situación puede deberse a que no quieren comprometerse en asumir responsabilidades dentro del grupo.

Durante la investigación se averigua cuáles son los roles de los miembros del comité para conocer un poco acerca del compromiso o involucramiento de estos en las actividades o las decisiones que se deben tomar. Estos son algunos de los roles asignados:

n1: Se encarga de asistir a las reuniones de AGEKO cuando la coordinadora no puede, completa los talonarios para las rifas del grupo y durante un tiempo está a cargo del grupo mientras la coordinadora cuidó de su madre enferma.

n3: Es responsable de llevar música cuando la coordinadora lo solicita, dirigir el bingo cada 15 días y encargarse de las llaves del salón donde se reúnen si la coordinadora no puede presentarse el día de la reunión.

n5: Almacena los materiales del grupo, ya que su casa se encuentra cerca del lugar en el que se reúnen.

n7: Se ocupa la contabilidad del grupo, solicita el pago de cuotas y el dinero de las rifas.

n9: Es responsable de representar al grupo en las reuniones de AGEKO junto a la coordinadora o cuando a esta no le es posible asistir.

A pesar de que el grupo cuenta con un comité de 5 personas, las decisiones importantes son tomadas por la coordinadora del grupo, ella se encarga de invertir el dinero recaudado; buscar el transporte, la alimentación y el lugar donde realizan el paseo cada fin de año; y contrata a la persona que hace la comida para la fiesta de Navidad o Día de las Madres.

En el grupo Manantial no hay reuniones de planeación entre los miembros del comité, sino que se establece una rutina de trabajo, la cual consiste en hacer un bingo cada 15 días y la semana en la que no se realiza, la coordinadora improvisa qué actividad llevar a cabo, ya sea bailar, hacer ejercicios o conversar sobre algún tema que sea necesario aclarar dentro del grupo.

Esta falta de coordinación desencadena el descontento de los miembros del club, quienes buscan tener mayor variedad de actividades, ya que como señalan algunos de los participantes, el grupo entra en una especie de rutina, lo cual no es agradable. Por esta razón muchos de ellos se ausentan los días que no hay bingo o no siguen a la coordinadora en las rutinas de ejercicio o baile.

Además de esta falta de variabilidad en cuanto a las actividades, algunos de los participantes aseguran que las sugerencias o ideas muchas veces no son tomadas en cuenta por la coordinadora y esta situación hace que cada vez sea menos el involucramiento que quieren tener, convirtiéndose el problema en un ciclo, pues la líder del grupo también se siente desmotivada al no sentir el apoyo del grupo.

n10: “una señora varias veces ha dicho que ella sabe hacer manualidades, que ella nos puede enseñar, que solo nos pongamos de acuerdo, pero la coordinadora no le da pelota, entonces ella se desmotiva”.

n3: “hay algunas que creen saber más que la coordinadora, entonces si ella está guiando los ejercicios, unas hacen una cosa y otras otra cosa, como que no siguen a la líder”.

Por su parte, la coordinadora del grupo considera que no posee la suficiente autoridad para liderar el mismo, al creer que no la respetan como autoridad, sino que cada uno hace lo que quiere.

Esta situación sugiere la necesidad de brindar herramientas para que el grupo fortalezca el trabajo en equipo y el liderazgo, así como orientación para obtener mejores resultados, trabajando temas sobre la cooperación y el involucramiento de los miembros en tareas o metas en común. Asimismo a nivel de los miembros del club, para el desarrollo de sus habilidades, en beneficio de ellos mismos y los demás miembros del grupo.

La mayoría de los participantes tiene entre nueve a 12 años de asistir a las reuniones del club, por lo que experimenta los cambios en el grupo. Algunos afirman que el grupo sufre muchos cambios en relación con años atrás, tiempo en el cual son más activos, realizan más variedad de actividades y hay más involucramiento de los miembros del club. Poco a poco, según indican, notan cambios como por ejemplo lo expresado por el participante n10: *“antes se daba merienda, ahora nada, pero igual se sigue recogiendo la cuota”, “antes íbamos a más paseos, ahora casi no”*.

A pesar de esta situación, los participantes tratan de mantener buena asistencia y solo faltan si se encuentran con problemas de salud. Al ser la distracción una de las principales razones que los motiva a continuar asistiendo al club, la variedad de actividades en el grupo no es un impedimento para seguir dentro del mismo, porque los beneficios obtenidos y la amistad

que forman son más importantes que el tener muchas actividades. De todos modos, sí creen que el grupo estaría mejor si pudieran hacer otro tipo de actividades.

Por lo expuesto, es fundamental considerar los intereses y necesidades de las personas adultas mayores según sus condiciones socioeconómicas y educativas para establecer programas dirigidos a esta población, tomar en cuenta cuáles son los intereses personales y habilidades que poseen los miembros del club para así proponer actividades que se adecúen a ellos y permitir un mayor involucramiento.

CAPÍTULO VI
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 CONCLUSIONES

La motivación de las personas adultas mayores para participar en actividades grupales se refleja en la medida en que estas tengan relación con sus intereses y habilidades personales; también es relevante tomar en cuenta la percepción del adulto mayor con respecto al grupo en el que está siendo partícipe, las relaciones interpersonales que se presenten y los beneficios obtenidos.

Por otra parte, se deben reconocer las necesidades que busca satisfacer el adulto mayor y el aporte que puede hacer en el grupo con su participación, pues en algunos casos hay pasividad si no se brindan las oportunidades para potencializar las habilidades del participante.

Ante este panorama, al inicio de esta investigación se plantea como objetivo general identificar las motivaciones que impulsan a algunos adultos mayores a participar en actividades del club Manantial, llegándose a las siguientes conclusiones:

En relación con el primer objetivo específico, el cual es describir las motivaciones intrínsecas y extrínsecas que permiten la participación de algunos adultos mayores en el club Manantial, se determina como motivación extrínseca la influencia de terceras personas que motivan a los adultos mayores a formar parte del grupo; familiares, amigos y los fundadores del club Manantial.

Además, los incentivos materiales aunque no parecen tener peso como estímulo extrínseco para la mayoría de participantes, sí son un elemento que influencia en los adultos mayores para sentirse motivados a continuar asistiendo a las reuniones. Este tipo de incentivos

materiales son los regalos, recuerdos, refrigerio, información por escrito (revistas, boletines, libros) y títulos por haber participado en algún taller. Otro tipo de motivación extrínseca son los incentivos no palpables obtenidos por los participantes, como los paseos, charlas y fiestas.

En cuanto a la motivación intrínseca -es decir, las causas internas o personales que impulsan al adulto mayor a realizar una conducta, experimentando placer o satisfacción en la ejecución de la propia actividad-, los participantes afirman sentir satisfacción en participar de las actividades del club Manantial, al tener grandes beneficios como mejoras en su salud física y mental, aprendizaje, oportunidad de forjar nuevas amistades, distracción, entretenimiento, compañía, así como distanciamiento de la rutina y de los problemas o enfermedades.

Cuando se trata el tema de la motivación, es preciso hacer mención a las necesidades, al ser estas las responsables de la activación de la conducta en búsqueda de su satisfacción. Por esto se formula como parte de esta investigación el segundo objetivo específico, el cual tiene como fin definir el tipo de necesidades que pretenden satisfacer los adultos mayores al asistir al club. Con respecto a este particular, cabe destacar que cada individuo busca satisfacerlas de acuerdo a su historia de vida, sus experiencias pasadas y su realidad en el presente.

A nivel general, se concluye que estas necesidades en los adultos mayores del grupo Manantial son la estima, compañía y pertenencia, las cuales están relacionadas a necesidades sociales según la jerarquía propuesta por Maslow (1991). Asimismo se evidencia, en un caso particular, que las necesidades trascienden a un nivel de crecimiento personal, visualizando su

vida como satisfactoria, plena e íntegra desde que asiste al grupo, gracias a los logros que asegura haber alcanzado.

Un aspecto que surge durante las entrevistas y no es considerado al inicio de la investigación, es que además de las necesidades personales, el club Manantial comparte una serie de necesidades que se originan a nivel de grupo y repercuten de manera significativa en qué tan motivados se sienten al asistir a las reuniones. Estas se pueden resumir en la necesidad de mayor compromiso por parte de algunos miembros del club en colaborar y contar con el apoyo de personas ajenas al grupo, ya sean instituciones públicas o privadas, profesionales en diferentes áreas o el apoyo de la misma comunidad en general.

El tercer objetivo específico es analizar la percepción de los adultos mayores sobre el club Manantial, determinándose que existen tanto fortalezas como debilidades si se compara con otros grupos similares y si se toman en cuenta las relaciones interpersonales que se desarrollan dentro del mismo. En este punto también es sobresaliente la percepción de los miembros del club con respecto a la importancia de participar en este tipo de grupos y actividades dirigidas específicamente a la persona adulta mayor.

A partir de las opiniones mencionadas por los participantes, se establece que perciben al club Manantial como un grupo con escasa ayuda externa, poca variedad de actividades, bajo nivel de asistencia y de escasos recursos económicos. Pero a la vez se considera a nivel general como un grupo que a pesar de estas deficiencias permanece pues son satisfactorias las relaciones

interpersonales entre los miembros, es un grupo en el que se llevan bien, existe solidaridad y sobre todo amistad; entre sus principales fortalezas.

Cabe destacar que son más los beneficios obtenidos por los participantes que los aspectos negativos. Evidencia de lo anterior es la persistencia de los miembros del club, siendo esta un elemento presente cuando se está motivado a realizar una conducta.

Asimismo se concluye que los adultos mayores perciben el grupo como una oportunidad para sacar provecho de todos los beneficios que en él se obtienen, como los son: forjar y mantener relaciones estables y duraderas con personas de su misma edad, compartir tiempo de calidad, tener la oportunidad de aprender cosas nuevas y llevar a cabo actividades de ocio y entretenimiento; todo lo anterior beneficiándolos a nivel físico, psicológico, educativo, emocional, espiritual y social.

La participación de los adultos mayores en este tipo de clubes resulta positiva, al proporcionarles un espacio donde pueden compartir sus experiencias, inquietudes e intereses favoreciendo sus relaciones interpersonales.

El cuarto objetivo específico es evaluar los principales intereses y habilidades que tienen los miembros del grupo. A pesar de que estos aspectos son muy particulares y pueden diferir de una persona a otra, los adultos mayores de este grupo poseen cierto grado de afinidad en cuanto a gustos y habilidades, siendo el interés por el bingo, el baile y los ejercicios parte de las actividades que más disfrutan hacer. También se encuentra similitud respecto a algunas

habilidades, donde la destreza en la cocina y en la jardinería son las más señaladas, no obstante los participantes tienen cierta dificultad para reconocerlas.

Por último, para responder a la pregunta de investigación: ¿Cuáles son las motivaciones que promueven la participación de adultos mayores en actividades grupales del club Manantial en Carrizal de Alajuela durante el segundo semestre de 2017?, se determina que la población entrevistada tiene características muy particulares en cuanto a las actividades que realizan, sus intereses personales, sus habilidades o destrezas que los caracterizan, el nivel de educación, las necesidades que buscan satisfacer, así como la percepción que tienen de este tipo de grupos y los beneficios obtenidos.

Se encuentra similitud en las razones del porqué empiezan a asistir al grupo Manantial y continúan concurriendo. Se demuestran semejanzas con respecto a qué buscan obtener al asistir al club y cuáles son sus carencias personales.

Esta población no puede compararse con el resto de la población general ya que muchos adultos mayores viven aislados en sus casas, otros no tienen el interés de reunirse en este tipo de grupos o los consideran como pérdida de tiempo, o no son informados de los beneficios obtenidos con el involucramiento en actividades dirigidas a personas de la tercera edad.

La población posee características particulares que le facilitan ser parte de este tipo de grupos, a saber: ser viudos o contar con el apoyo de sus parejas para reunirse o participar de las actividades, no tener obligaciones laborales en trabajos formales o informales, no tener

obligaciones de cuidado de nietos u otras personas dependientes, contar con una pensión o apoyo económico de familiares o ingresos propios, tener satisfechas sus necesidades básicas como abrigo o alimentación, no sufrir de enfermedades físicas o mentales que sean incapacitantes, haberse dado la oportunidad de visitar el grupo y establecer su propia opinión.

A nivel general se concluye que esta investigación cumple con los objetivos establecidos y a modo de resumen se anotan los siguientes aspectos:

Las motivaciones extrínsecas que motivan a los adultos mayores a participar de las actividades del club Manantial son la influencia de terceras personas como familiares, amigos y fundadores del club; incentivos materiales como regalos, recuerdos, refrigerio, información por escrito (revistas, boletines, libros) y títulos por haber participado en algún taller; e incentivos no palpables obtenidos por los participantes como los paseos, charlas y fiestas.

Respecto a la motivación intrínseca, los participantes sienten satisfacción en participar, al obtener grandes beneficios, a saber: mejoras en su salud física y mental, aprendizaje, oportunidad de forjar nuevas amistades, distracción, entretenimiento, compañía, así como distanciamiento de la rutina y problemas o enfermedades; todo lo anterior beneficiándolos a nivel físico, psicológico, educativo, emocional, espiritual y social. Entre las necesidades que buscan satisfacer, están principalmente las de tipo social, de estima, compañía y pertenencia.

Los adultos mayores de este grupo perciben al club Manantial como un grupo con escasa ayuda externa, poca variedad de actividades, bajo nivel de asistencia y escasos recursos económicos. Pero a la vez se consideran a nivel general como un grupo que a pesar de estas deficiencias permanece pues son satisfactorias las relaciones interpersonales entre los miembros, además existe solidaridad y sobre todo amistad; entre sus principales fortalezas.

Los adultos mayores de este grupo poseen cierto grado de afinidad en cuanto a gustos, siendo el interés por el bingo, el baile y los ejercicios parte de las actividades que más disfrutan. También se encuentra similitud respecto a algunas habilidades, donde la destreza en la cocina y en la jardinería son las más mencionadas.

6.2 RECOMENDACIONES

Al estudiante o profesional en psicología:

- Investigar acerca de temas relacionados con la persona adulta mayor, la vejez y el envejecimiento desde la perspectiva del ciclo vital.
- Evaluar sus propias creencias sobre este grupo etario y cómo estas pueden influir en su abordaje psicológico.
- Realizar un abordaje psicoeducativo para personas de la comunidad y familiares que permita la sensibilización en materia de vejez y envejecimiento.
- Desarrollar temas de trabajo en equipo y liderazgo con grupos de adultos mayores.
- Trabajar con los adultos mayores maneras de potencializar sus habilidades y destrezas con el fin de mejorar su calidad de vida.

A la Dirección de la carrera de Psicología de la Universidad Hispanoamericana:

- Proporcionar más y mejores espacios donde estudiantes y profesionales en psicología puedan desarrollar habilidades para trabajar con la población adulta mayor.

A personas, profesionales o instituciones que trabajen con adultos mayores:

- Establecer guías que les permitan a los coordinadores de grupos comunales tener acceso a ideas, actividades y ejercicios prácticos y fáciles de entender que puedan compartir con los grupos de los cuales son encargados.
- Capacitar a los coordinadores de grupos brindándoles herramientas para manejar grupos y situaciones inesperadas o difíciles de abordar.
- Hacer llegar información a los adultos mayores de las comunidades sobre actividades en las que pueden participar.
- Ampliar la oferta de cursos dirigidos a personas adultas mayores y que estos puedan impartirse en pequeñas comunidades.
- Promover programas educativos que fomenten el autocuidado, uso de tecnología y empleo de redes sociales, así como de idiomas y artes.
- Facilitar espacios donde se puedan efectuar juegos y fomentar la creatividad de la persona adulta mayor, ya que desde la psicología humanista el juego y la creatividad son fundamentales.
- Promover la educación en temas relacionados a los derechos de las personas adultas mayores, vejez y envejecimiento, con el propósito de hacer conciencia de las necesidades que tienen las personas adultas mayores.

A futuras investigaciones

- Aumentar el número de la muestra para grupos pequeños, que posibilite una mejor generalización de los resultados.
- Tomar en cuenta el factor de apoyo de la familia en la motivación para participar en grupos o actividades dirigidos a personas adultas mayores.
- Considerar en las futuras investigaciones llevar a cabo las entrevistas en los hogares porque se obtiene mayor información de los participantes, así como de sus intereses, y facilita una mayor apertura y confianza por parte del entrevistado.
- Realizar estudios sobre motivación y participación con personas entre los 50 y 60 años, al evidenciarse el interés de algunos miembros del grupo Manantial en participar en este tipo de estudios, sin embargo, en esta investigación no es posible al no cumplir con los criterios de selección establecidos.
- Desarrollar estudios comparativos entre poblaciones de adultos mayores que asisten a grupos y quienes no lo hacen.
- Efectuar estudios en los que se pueda involucrar a más personas adultas mayores del sexo masculino.

Al grupo Manantial

- Visitar a los adultos mayores que no participan en grupos y exponerles los beneficios que pueden obtener.
- Promocionar al grupo en redes sociales, durante las citas médicas e involucrar a la Iglesia y otros grupos conformados en la comunidad de Carrizal, para dar a conocer el grupo a otras personas interesadas.

- Mantenerse activos y continuar participando de actividades dirigidas a adultos mayores.
- Considerar la lista de actividades recomendadas en esta investigación, producto del análisis de las necesidades, intereses y habilidades de algunos miembros del club (ver anexo 5).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abarca, S. (2010). *Psicología de la motivación*. San José, Costa Rica: EUNED.

Aguelló, S. (2005). *Mayores, actividad y trabajo en el proceso de envejecimiento y jubilación: una aproximación psicosociológica*. Madrid, España: Universidad Complutense de Madrid. Recuperado de: <http://www.ebrary.com>

Alonso, J., Huertas, J. y Montero, I. (2000). *Evaluación de la motivación en sujetos adultos: el cuestionario MAPE-3*. Madrid, España: Universidad Autónoma de Madrid. Recuperado de:
http://repositori.uvic.cat/bitstream/handle/10854/4162/trealu_a2015_martinez_estrella_immediatesa_annex_1.pdf?sequence=2.

Alvarado, A. y Salazar, Á. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos*, 25 (2), 57-62. Recuperado de: <https://dx.doi.org/10.4321/S1134-928X2014000200002>

Amoros, P., Bartolomé, M. y Sabariego, M. (2014). *Construyendo futuro: las personas mayores. Una fuerza emergente*. Madrid, España: Difusora Larousse-Alianza Editorial.
Recuperado de: <http://www.ebrary.com>

Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica. (25 de octubre de 1999). Ley integral para la persona adulta mayor. [Ley n° 7935, 1999]. Publicada en La Gaceta n.° 221.

Recuperado de: http://www.asamblea.go.cr/leyes_numero.htm

Asociación Gerontológica Costarricense. (2017). *Página principal*. Recuperado de:

<http://www.ageco.org>

Asociación Nacional de Pensionados del Régimen de Invalidez de la Caja Costarricense de Seguro Social. (2017). *Página principal*. Recuperado de: <http://asnapecr.com>

Banks, M. (2008). *Los datos visuales en investigación cualitativa*. Madrid, España: Ediciones Morata. Recuperado de: <http://www.ebrary.com>

Barrantes, R. (2010). *Investigación: un camino al conocimiento, enfoque cuantitativo y cualitativo*. San José, Costa Rica: EUNED.

Blanco, M. y Salazar, M. (2017). Predictores socioemocionales y cognitivos: su papel en la comprensión del envejecimiento con éxito en el contexto costarricense. *Revista Anales en Gerontología* 16, (1). Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-1.pssc>

Brios, A. (2009). *Psicología del desarrollo volumen 2 desde la infancia a la vejez*. Madrid, España: McGraw-Hill.

Buendía, J. (1994). *Envejecimiento y psicología de la salud*. España: Siglo XXI.

Caja Costarricense de Seguro Social. (2017). *Página principal*. Recuperado de:

<https://www.ccss.sa.cr>

Castro, M. (2012). *Rendimiento cognitivo en funciones ejecutivas y memoria y nivel de participación en personas mayores de 60 años que pertenecen a grupos organizados de personas mayores en la provincia de San José*. (Tesis de Maestría). Universidad de Costa Rica. San José. Recuperado de:

<http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/jspui/handle/123456789/2029>

Centeno, A. (2011). *El consejo nacional de la persona adulta mayor: un análisis de su primera década de existencia*. (Tesis de licenciatura). Universidad de Costa Rica. San José.

Centro Centroamérica de Población. (2011). *Proyecciones Distritales de Población de Costa Rica 2000-2050 Nuevas proyecciones de población (CCP-INEC) basadas en el último censo de población*. Recuperado de: <http://censos.ccp.ucr.ac.cr/>

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. (2017). *Página principal*. Recuperado de:

<http://www.conapam.go.cr>

Erickson, E. (1985). *El ciclo vital completado*. Buenos Aires, Costa Rica: Paidós.

Federación Cruzada Nacional de Protección al Anciano. (2017). *Página principal*. Recuperado de: <https://fecrunapa-public.sharepoint.com/>

Fernández-Ballesteros, R. (2003). *Calidad de vida en la vejez: condiciones diferenciales*.

Madrid, España: Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid. Recuperado de:

<http://www.ebrary.com>

Fernández-Ballesteros, R. (2004). Psicología de la vejez. *Humanitas*, 1, 27-38. Recuperado de:

http://www.iatros.es/wpcontent/uploads/humanitas/materiales/Monografia_Humanitas_1.pdf#page=30

Fernández, X. y Robles, A. (2008). *I Informe estado de situación de la persona adulta mayor en*

Costa Rica. San José, Costa Rica: CCP-UCR y CONAPAN. Recuperado de:

<http://ccp.ucr.ac.cr/espam/espam.html>

García, B. y Ellgrind, H. (2004). *Los motivos y las emociones en la vejez*. Madrid, España:

UNED.

González, D. (2008). *Psicología de la motivación*. La Habana, Cuba: Editorial Ciencia Médicas.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*, (5° ed.).

Distrito Federal, México: EM.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Distrito Federal, México: EM.

Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2011). *Costa Rica. Proyecciones nacionales. Población total por años calendario, según sexo y grupos quinquenales de edades. 2011–2050*. Recuperado de: <http://www.inec.go.cr/poblacion/estimaciones-y-proyecciones-de-poblacion>

López, O. (2010). *Guía para la redacción estilo APA*. Málaga, España: Recuperado de: ctaactividades.blogspot.com

Madrigal, J. (2010). Beneficios en la calidad de vida de mujeres entre los 50 y los 81 años de edad al participar en un programa de recreación física grupal. *Revista Educación*, 34 (2).

Martínez, N., Acuña, R. y Tuzzi, M. (2004). *Programa adultos mayores: inclusión social, participación y autonomía*. Buenos Aires, Argentina: Universidad de la Matanza.

Maslow, A. (1991). *Motivación y personalidad*. Madrid, España: Editorial Díaz de Santos.

Molina, M. B. y Villanea, M. S. (2017). Predictores socioemocionales y cognitivos: su papel en la comprensión del envejecimiento con éxito en el contexto costarricense. *Universitas Psychologica*, 16 (1).

Municipalidad de Alajuela. (s.f.). *Información básica sobre la Municipalidad de Alajuela y datos relevantes de nuestro cantón*. Alajuela, Costa Rica. Recuperado de:

http://www.munialajuela.go.cr/app/documentos/Revista_2.pdf

Murillo, J. y Quesada, R. (2008). *Algunas generalidades y referencias historiográficas-religiosas sobre la comunidad de Carrizal*. Alajuela, Costa Rica: Asociación Cívica Carrizaleña.

Organización Mundial de la Salud. (2012). Envejecimiento activo: un marco político. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 37 (S2), 74-105.

Palmero, F. (2008). El proceso de motivación. En: J. Cejudo (Ed.). *Motivación y emoción* (pp. 1-26). Madrid, España: Mc Graw-Hill.

Palmero, F., Gómez, C., Guerrero, C. y Carpi, A. (2010). *Manual de prácticas de motivación y emoción*. Madrid, España: Editorial Universitat Jaume I.

Palmero, F. y Meillán, J. (2007). La motivación en las personas mayores. En S. Ballesteros (Coord.). *Envejecimiento saludable: aspectos biológicos, psicológicos y sociales* (pp. 242-271). Madrid, España: Universitas.

Parra, V. (2014). *Tiempo libre y calidad de vida auto percibida de los adultos mayores que asisten a las actividades comunales de Mata Redonda*. San José, Costa Rica: Universidad Hispanoamericana. Recuperado de: <http://www.ebrary.com>

Pérez, N. y Navarro, I. (2011). *Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez*. España: Editorial Club Universitario.

Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor. (2017). Recuperado de: http://www.ceg.una.ac.cr/index.php?option=com_content&view=article&id=53

Programa Integral para la Persona Adulta Mayor. (2017). *Página principal*. Recuperado de: <http://www.so.ucr.ac.cr/programa-integral-para-la-persona-adulta-mayor>

Real Academia Española. (2017). *Diccionario de la lengua española*. Recuperado de: <http://www.rae.es/>

Reeve, J. (2009). *Motivación y emoción*. México: McGraw Hill.

Rossi, L. (2014.). Participación y motivación en los adultos mayores: una mirada desde una comisión barrial. 22 p. Lucia Rossi. Artículo Disponible en: <https://www.colibri.udelar.edu.uy/handle/123456789/5368>

- Roveres, P. (2016). *Motivación de adultos mayores para asistir a talleres de educación no formal*. (Tesis de licenciatura). Universidad Siglo 21. Río Cuarto, Argentina. Recuperado de: <https://repositorio.uesiglo21.edu.ar/handle/ues21/13049>
- Sanz, M. T., Menéndez, F. J., Rivero, M. D. y Conde, M. (2013). *Psicología de la motivación. Teoría y práctica*. Madrid, España: Sanz y Torres.
- Solís, J. B. (2011). *Factores protectores que permiten mejorar la calidad de vida de los adultos mayores de la comunidad de cantón central de Limón en el periodo enero-marzo 2008*. San José, Costa Rica: Universidad Hispanoamericana. Recuperado de: <http://www.ebrary.com>
- Triado, C. y Villar, F. (2014). *Psicología de la vejez*. Madrid, España: Alianza Editorial.
- Zamora-Castillo, A. C. (2016). *Influencia de las redes de apoyo familiar en la motivación de los mayores: calidad de vida y bienestar en instituciones sociales. Cuidados, aspectos psicológicos y actividad física en relación con la salud*. Recuperado de: <https://formacionasunivep.com/IIIcongresosalud/documents/LIBRO%20CUIDADOS%2007-09-2016.pdf>
- Zapata Farías, H. (2001). Adulto mayor: participación e identidad. *Revista de Psicología*, X, 189-197. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26410114>

ABREVIATURAS Y SIGLAS

AGECO: Asociación Gerontológica Costarricense

APA: American Psychological Association

CONAPAM: Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor

INEC: Instituto Nacional de Estadísticas y Censos

OMS: Organización Mundial de la Salud

PAM: persona adulta mayor

ANEXOS

ANEXO 1**CARTA DE AUTORIZACIÓN**

Alajuela, 10 de octubre de 2017

Personal encargado


Grupo de adultos mayores Manantial

Carrizal de Alajuela

Por este medio hago constar que yo, Flor María Chavarría Campos, cédula de identidad 4 183 920, estudiante de Licenciatura en Psicología de la Universidad Hispanoamericana, con el visto bueno del personal encargado del club Manantial, haré uso del nombre del grupo y entrevistaré a diez adultos mayores, miembros del club, con la finalidad de recaudar información, necesaria para el trabajo de investigación que estoy realizando como proyecto de graduación.

Cabe mencionar que las personas que estarán participando en estas entrevistas, firmarán su respectivo consentimiento informado.

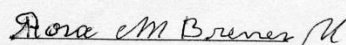
Agradezco toda la colaboración.



Flor María Chavarría Campos

Estudiante de Psicología

Universidad Hispanoamericana



Rosa María Brenes Ugalde

Coordinadora del Club Manantial



ANEXO 2

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

Este consentimiento informado ha sido elaborado para explicarle a usted el propósito del proyecto de investigación, así como algunas consideraciones importantes. Una vez leído, y si está de acuerdo en participar, se le pedirá que firme este documento y se le entregará una copia para su uso personal. Antes de conocer en qué consiste este procedimiento, enfatizamos que su participación es voluntaria, lo que significa que usted decide si participa o no.

El estudio es realizado por Flor María Chavarría Campos, cédula de identidad 4 183 920, estudiante de la carrera de Psicología de la Universidad Hispanoamericana, como requisito para optar por el grado académico de licenciatura en Psicología. Este tipo de investigaciones son supervisadas por profesionales acreditados ante el Colegio de Psicólogos de Costa Rica. En este caso Melania Meneses Alvarado es la tutora a cargo.

Este proyecto de investigación fue considerado llevarlo a cabo con la colaboración de los adultos mayores del grupo Manantial en Carrizal de Alajuela, en el que se indagará acerca de las motivaciones para participar en actividades del club; siendo este un tema de interés para la psicología, el cual se espera que aporte información valiosa para futuros(as) estudiantes, profesionales o cualquier persona interesada en el tema a futuro.

Su participación en este estudio consiste en responder a una serie de preguntas durante una entrevista; proyectada en una duración de 60 minutos aproximadamente, la cual será grabada en audio para obtener y transcribir la información tal y como usted la manifieste. Una vez transcrita la información los audios serán eliminados, con el fin de garantizar la confidencialidad de la información que brinde.

Cabe mencionar que la información suministrada no se utilizará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Por tratarse de un proyecto con fines educativos, la información sistematizada permite la lectura de terceras personas adicional a la investigadora, por lo que se eliminará su nombre del documento con el fin de proteger su identidad. Los resultados podrían aparecer en una publicación científica o ser divulgados en una reunión científica, pero resguardando sus intereses personales en todo momento.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento, durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto si así lo decide, sin que eso lo perjudique de alguna manera. Es importante mencionarle que no perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

Si quisiera información más adelante, puede ponerse en contacto a través de correo electrónico a la siguiente dirección: flor.chavarría@gmail.com. Cualquier consulta adicional también puede comunicarse a la unidad de investigación de la Universidad Hispanoamericana al teléfono (506)2256-8197, de lunes a viernes de 8 am a 5 pm o escribir al correo electrónico: investigaciones.proyectos@gmail.com

CONSENTIMIENTO

He leído o me ha sido leída toda la información descrita en este documento, antes de firmarlo. Se me ha brindado la oportunidad de realizar preguntas y estas han sido contestadas de manera satisfactoria y he recibido copia de este consentimiento informado. Por lo tanto accedo a participar como sujeto de investigación para este estudio.

Nombre, cédula y firma del participante

Fecha

Nombre, cédula y firma del testigo

Fecha

Nombre, cédula y firma de la investigadora

Fecha

ANEXO 3**FICHA DE IDENTIFICACIÓN Y GUÍA DE PREGUNTAS PARA
ENTREVISTA****Ficha de identificación:**

Sexo: M___ F___

Edad: _____

Escolaridad: _____

Estado civil: _____

Ocupación: _____

Pensionado(a): sí () no ()

Posee casa propia () alquilada () prestada () otro _____ ()

Vive con: _____

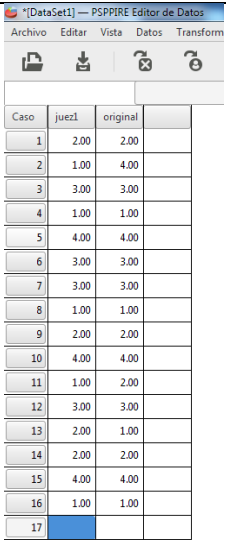
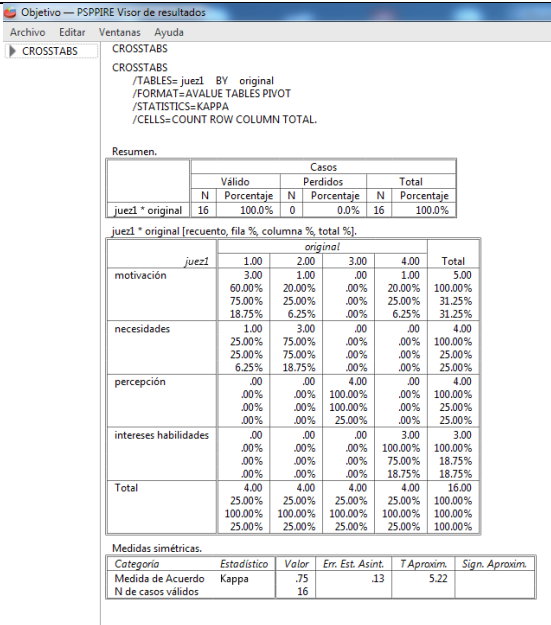
Guía de preguntas

1. ¿Qué motivaciones tuvo en un inicio para empezar a asistir a las reuniones?
2. ¿Qué lo(a) motiva a continuar asistiendo al grupo?
3. ¿Qué beneficios o ventajas ha tenido el grupo en su vida?
4. ¿Ha recibido algún tipo de incentivo para continuar asistiendo a las reuniones?
5. ¿Considera que hay algo que el grupo le ofrezca que usted necesitaba?
6. ¿Considera que hay algo que aún necesita y lo puede obtener si continua asistiendo al grupo?

7. ¿Ha logrado satisfacer alguna carencia en su vida desde que asiste a las reuniones?
8. Complete la siguiente frase: “Asisto al grupo porque necesito _____”.
9. ¿Cómo percibe usted este grupo en comparación con otros?
10. ¿Cómo valora usted las relaciones entre los miembros de este grupo?
11. De acuerdo a su opinión, ¿cuáles serían las fortalezas y debilidades que posee este grupo?
12. Según su apreciación, ¿cuál es la importancia de asistir a los grupos de la comunidad?
13. ¿Qué actividades realizadas en el grupo considera de su interés y cuáles no?
14. ¿Qué otras actividades le resultaría interesante realizar en el grupo?
15. ¿En qué se considera experto(a) o que posee habilidad?
16. ¿Con qué habilidad(es) podría usted contribuir positivamente al grupo?

ANEXO 4

RESULTADOS DE VALIDACIÓN DE LA GUÍA DE PREGUNTAS PARA ENTREVISTA

Resultados juez 1 y original	Valor del coeficiente Kappa = 0,75																																																																																																																																																																																																																																								
 <table border="1" style="margin-top: 10px; border-collapse: collapse; width: 100%;"> <thead> <tr> <th>Caso</th> <th>juez1</th> <th>original</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>2.00</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>2</td><td>1.00</td><td>4.00</td></tr> <tr><td>3</td><td>3.00</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>4</td><td>1.00</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>5</td><td>4.00</td><td>4.00</td></tr> <tr><td>6</td><td>3.00</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>7</td><td>3.00</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>8</td><td>1.00</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>9</td><td>2.00</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>10</td><td>4.00</td><td>4.00</td></tr> <tr><td>11</td><td>1.00</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>12</td><td>3.00</td><td>3.00</td></tr> <tr><td>13</td><td>2.00</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>14</td><td>2.00</td><td>2.00</td></tr> <tr><td>15</td><td>4.00</td><td>4.00</td></tr> <tr><td>16</td><td>1.00</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>17</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>	Caso	juez1	original	1	2.00	2.00	2	1.00	4.00	3	3.00	3.00	4	1.00	1.00	5	4.00	4.00	6	3.00	3.00	7	3.00	3.00	8	1.00	1.00	9	2.00	2.00	10	4.00	4.00	11	1.00	2.00	12	3.00	3.00	13	2.00	1.00	14	2.00	2.00	15	4.00	4.00	16	1.00	1.00	17			 <p style="margin-top: 10px;">Resumen.</p> <table border="1" style="margin-top: 10px; border-collapse: collapse; width: 100%;"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="4">Casos</th> </tr> <tr> <th colspan="2">Válido</th> <th colspan="2">Perdidos</th> <th>Total</th> </tr> <tr> <th></th> <th>N</th> <th>Porcentaje</th> <th>N</th> <th>Porcentaje</th> <th>N</th> <th>Porcentaje</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>juez1 * original</td> <td>16</td> <td>100.0%</td> <td>0</td> <td>0.0%</td> <td>16</td> <td>100.0%</td> </tr> </tbody> </table> <p style="margin-top: 10px;">juez1 * original [recuento, fila %, columna %, total %].</p> <table border="1" style="margin-top: 10px; border-collapse: collapse; width: 100%;"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th rowspan="2">juez1</th> <th colspan="4">original</th> <th rowspan="2">Total</th> </tr> <tr> <th>1.00</th> <th>2.00</th> <th>3.00</th> <th>4.00</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="4">motivación</td> <td></td> <td>3.00</td> <td>1.00</td> <td>.00</td> <td>1.00</td> <td>5.00</td> </tr> <tr> <td></td> <td>60.00%</td> <td>20.00%</td> <td>.00%</td> <td>20.00%</td> <td>100.00%</td> </tr> <tr> <td></td> <td>75.00%</td> <td>25.00%</td> <td>.00%</td> <td>25.00%</td> <td>31.25%</td> </tr> <tr> <td></td> <td>18.75%</td> <td>6.25%</td> <td>.00%</td> <td>6.25%</td> <td>31.25%</td> </tr> <tr> <td rowspan="4">necesidades</td> <td></td> <td>1.00</td> <td>3.00</td> <td>.00</td> <td>.00</td> <td>4.00</td> </tr> <tr> <td></td> <td>25.00%</td> <td>75.00%</td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>100.00%</td> </tr> <tr> <td></td> <td>25.00%</td> <td>75.00%</td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>25.00%</td> </tr> <tr> <td></td> <td>6.25%</td> <td>18.75%</td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>25.00%</td> </tr> <tr> <td rowspan="4">percepción</td> <td></td> <td>.00</td> <td>.00</td> <td>4.00</td> <td>.00</td> <td>4.00</td> </tr> <tr> <td></td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>100.00%</td> <td>.00%</td> <td>100.00%</td> </tr> <tr> <td></td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>100.00%</td> <td>.00%</td> <td>25.00%</td> </tr> <tr> <td></td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>25.00%</td> <td>.00%</td> <td>25.00%</td> </tr> <tr> <td rowspan="4">intereses habilidades</td> <td></td> <td>.00</td> <td>.00</td> <td>.00</td> <td>3.00</td> <td>3.00</td> </tr> <tr> <td></td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>100.00%</td> <td>100.00%</td> </tr> <tr> <td></td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>75.00%</td> <td>18.75%</td> </tr> <tr> <td></td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>.00%</td> <td>18.75%</td> <td>18.75%</td> </tr> <tr> <td rowspan="4">Total</td> <td></td> <td>4.00</td> <td>4.00</td> <td>4.00</td> <td>4.00</td> <td>16.00</td> </tr> <tr> <td></td> <td>25.00%</td> <td>25.00%</td> <td>25.00%</td> <td>25.00%</td> <td>100.00%</td> </tr> <tr> <td></td> <td>100.00%</td> <td>100.00%</td> <td>100.00%</td> <td>100.00%</td> <td>100.00%</td> </tr> <tr> <td></td> <td>25.00%</td> <td>25.00%</td> <td>25.00%</td> <td>25.00%</td> <td>100.00%</td> </tr> </tbody> </table> <p style="margin-top: 10px;">Medidas simétricas.</p> <table border="1" style="margin-top: 10px; border-collapse: collapse; width: 100%;"> <thead> <tr> <th>Categoría</th> <th>Estadístico</th> <th>Valor</th> <th>Err. Est. Asint.</th> <th>T Aproxim.</th> <th>Sign. Aproxim.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Medida de Acuerdo</td> <td>Kappa</td> <td>.75</td> <td>.13</td> <td>5.22</td> <td></td> </tr> <tr> <td>N de casos válidos</td> <td></td> <td>16</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		Casos				Válido		Perdidos		Total		N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje	juez1 * original	16	100.0%	0	0.0%	16	100.0%		juez1	original				Total	1.00	2.00	3.00	4.00	motivación		3.00	1.00	.00	1.00	5.00		60.00%	20.00%	.00%	20.00%	100.00%		75.00%	25.00%	.00%	25.00%	31.25%		18.75%	6.25%	.00%	6.25%	31.25%	necesidades		1.00	3.00	.00	.00	4.00		25.00%	75.00%	.00%	.00%	100.00%		25.00%	75.00%	.00%	.00%	25.00%		6.25%	18.75%	.00%	.00%	25.00%	percepción		.00	.00	4.00	.00	4.00		.00%	.00%	100.00%	.00%	100.00%		.00%	.00%	100.00%	.00%	25.00%		.00%	.00%	25.00%	.00%	25.00%	intereses habilidades		.00	.00	.00	3.00	3.00		.00%	.00%	.00%	100.00%	100.00%		.00%	.00%	.00%	75.00%	18.75%		.00%	.00%	.00%	18.75%	18.75%	Total		4.00	4.00	4.00	4.00	16.00		25.00%	25.00%	25.00%	25.00%	100.00%		100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%		25.00%	25.00%	25.00%	25.00%	100.00%	Categoría	Estadístico	Valor	Err. Est. Asint.	T Aproxim.	Sign. Aproxim.	Medida de Acuerdo	Kappa	.75	.13	5.22		N de casos válidos		16			
Caso	juez1	original																																																																																																																																																																																																																																							
1	2.00	2.00																																																																																																																																																																																																																																							
2	1.00	4.00																																																																																																																																																																																																																																							
3	3.00	3.00																																																																																																																																																																																																																																							
4	1.00	1.00																																																																																																																																																																																																																																							
5	4.00	4.00																																																																																																																																																																																																																																							
6	3.00	3.00																																																																																																																																																																																																																																							
7	3.00	3.00																																																																																																																																																																																																																																							
8	1.00	1.00																																																																																																																																																																																																																																							
9	2.00	2.00																																																																																																																																																																																																																																							
10	4.00	4.00																																																																																																																																																																																																																																							
11	1.00	2.00																																																																																																																																																																																																																																							
12	3.00	3.00																																																																																																																																																																																																																																							
13	2.00	1.00																																																																																																																																																																																																																																							
14	2.00	2.00																																																																																																																																																																																																																																							
15	4.00	4.00																																																																																																																																																																																																																																							
16	1.00	1.00																																																																																																																																																																																																																																							
17																																																																																																																																																																																																																																									
	Casos																																																																																																																																																																																																																																								
	Válido		Perdidos		Total																																																																																																																																																																																																																																				
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje																																																																																																																																																																																																																																			
juez1 * original	16	100.0%	0	0.0%	16	100.0%																																																																																																																																																																																																																																			
	juez1	original				Total																																																																																																																																																																																																																																			
		1.00	2.00	3.00	4.00																																																																																																																																																																																																																																				
motivación		3.00	1.00	.00	1.00	5.00																																																																																																																																																																																																																																			
		60.00%	20.00%	.00%	20.00%	100.00%																																																																																																																																																																																																																																			
		75.00%	25.00%	.00%	25.00%	31.25%																																																																																																																																																																																																																																			
		18.75%	6.25%	.00%	6.25%	31.25%																																																																																																																																																																																																																																			
necesidades		1.00	3.00	.00	.00	4.00																																																																																																																																																																																																																																			
		25.00%	75.00%	.00%	.00%	100.00%																																																																																																																																																																																																																																			
		25.00%	75.00%	.00%	.00%	25.00%																																																																																																																																																																																																																																			
		6.25%	18.75%	.00%	.00%	25.00%																																																																																																																																																																																																																																			
percepción		.00	.00	4.00	.00	4.00																																																																																																																																																																																																																																			
		.00%	.00%	100.00%	.00%	100.00%																																																																																																																																																																																																																																			
		.00%	.00%	100.00%	.00%	25.00%																																																																																																																																																																																																																																			
		.00%	.00%	25.00%	.00%	25.00%																																																																																																																																																																																																																																			
intereses habilidades		.00	.00	.00	3.00	3.00																																																																																																																																																																																																																																			
		.00%	.00%	.00%	100.00%	100.00%																																																																																																																																																																																																																																			
		.00%	.00%	.00%	75.00%	18.75%																																																																																																																																																																																																																																			
		.00%	.00%	.00%	18.75%	18.75%																																																																																																																																																																																																																																			
Total		4.00	4.00	4.00	4.00	16.00																																																																																																																																																																																																																																			
		25.00%	25.00%	25.00%	25.00%	100.00%																																																																																																																																																																																																																																			
		100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%																																																																																																																																																																																																																																			
		25.00%	25.00%	25.00%	25.00%	100.00%																																																																																																																																																																																																																																			
Categoría	Estadístico	Valor	Err. Est. Asint.	T Aproxim.	Sign. Aproxim.																																																																																																																																																																																																																																				
Medida de Acuerdo	Kappa	.75	.13	5.22																																																																																																																																																																																																																																					
N de casos válidos		16																																																																																																																																																																																																																																							
Resultados juez 2 y original	Valor del coeficiente Kappa = 0,92																																																																																																																																																																																																																																								

*[DataSet1] — PSPPIRE Editor de Datos

Archivo Editar Vista Datos Transformar

Caso	juez2	original
1	2.00	2.00
2	4.00	4.00
3	3.00	3.00
4	1.00	1.00
5	4.00	4.00
6	3.00	3.00
7	3.00	3.00
8	1.00	1.00
9	2.00	2.00
10	4.00	4.00
11	2.00	2.00
12	3.00	3.00
13	4.00	1.00
14	2.00	2.00
15	4.00	4.00
16	1.00	1.00
17		

Objetivo — PSPPIRE Visor de resultados

Archivo Editar Ventanas Ayuda

► CROSSTABS

CROSSTABS
/TABLES=juez2 BY original
/FORMAT=AVALUE TABLES PIVOT
/STATISTICS=KAPPA
/CELLS=COUNT ROW COLUMN TOTAL.

Resumen.

	Casos					
	Valido	Perdidos	Total			
	N	Porcentaje	N	Porcentaje		
juez2 * original	16	100.0%	0	0.0%	16	100.0%

juez2 * original [recuento, fila %, columna %, total %].

	juez2	original				Total
		1.00	2.00	3.00	4.00	
motivación		3.00	.00	.00	.00	3.00
		100.00%	.00%	.00%	.00%	100.00%
		75.00%	.00%	.00%	.00%	18.75%
		18.75%	.00%	.00%	.00%	18.75%
necesidades		.00	4.00	.00	.00	4.00
		.00%	100.00%	.00%	.00%	100.00%
		.00%	100.00%	.00%	.00%	25.00%
		.00%	25.00%	.00%	.00%	25.00%
percepción		.00	.00	4.00	.00	4.00
		.00%	.00%	100.00%	.00%	100.00%
		.00%	.00%	100.00%	.00%	25.00%
		.00%	.00%	25.00%	.00%	25.00%
intereses habilidades		1.00	.00	.00	4.00	5.00
		20.00%	.00%	.00%	80.00%	100.00%
		25.00%	.00%	.00%	100.00%	31.25%
		6.25%	.00%	.00%	25.00%	31.25%
Total		4.00	4.00	4.00	4.00	16.00
		25.00%	25.00%	25.00%	25.00%	100.00%
		100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%
		25.00%	25.00%	25.00%	25.00%	100.00%

Medidas simétricas.

Categoría	Estadístico	Valor	Err. Est. Asint.	T Aproxim.	Sign. Aproxim.
Medida de Acuerdo	Kappa	.92	.08	6.38	
N de casos válidos		16			

Resultados juez 1 y juez 2

Valor del coeficiente Kappa = 0,75

*[DataSet2] — PSPPIRE Editor de Datos

Archivo Editar Vista Datos Transformar

Caso	juez1	juez2
1	2.00	2.00
2	1.00	4.00
3	3.00	3.00
4	1.00	1.00
5	4.00	4.00
6	3.00	3.00
7	3.00	3.00
8	1.00	1.00
9	2.00	2.00
10	4.00	4.00
11	1.00	2.00
12	3.00	3.00
13	2.00	4.00
14	2.00	2.00
15	4.00	4.00
16	1.00	1.00
17		

Objetivo — PSPPIRE Visor de resultados

Archivo Editar Ventanas Ayuda

► CROSSTABS

CROSSTABS
/TABLES=juez1 BY juez2
/FORMAT=AVALUE TABLES PIVOT
/STATISTICS=KAPPA
/CELLS=COUNT ROW COLUMN TOTAL.

Resumen.

	Casos					
	Valido	Perdidos	Total			
	N	Porcentaje	N	Porcentaje		
juez1 * juez2	16	100.0%	0	0.0%	16	100.0%

juez1 * juez2 [recuento, fila %, columna %, total %].

	juez2	juez1				Total
		1.00	2.00	3.00	4.00	
motivación		3.00	1.00	.00	1.00	5.00
		60.00%	20.00%	.00%	20.00%	100.00%
		100.00%	25.00%	.00%	20.00%	31.25%
		18.75%	6.25%	.00%	6.25%	31.25%
necesidades		.00	3.00	.00	1.00	4.00
		.00%	75.00%	.00%	25.00%	100.00%
		.00%	75.00%	.00%	20.00%	25.00%
		.00%	18.75%	.00%	6.25%	25.00%
percepción		.00	.00	4.00	.00	4.00
		.00%	.00%	100.00%	.00%	100.00%
		.00%	.00%	100.00%	.00%	25.00%
		.00%	.00%	25.00%	.00%	25.00%
intereses habilidades		.00	.00	.00	3.00	3.00
		.00%	.00%	.00%	100.00%	100.00%
		.00%	.00%	.00%	60.00%	18.75%
		.00%	.00%	.00%	18.75%	18.75%
Total		3.00	4.00	4.00	5.00	16.00
		18.75%	25.00%	25.00%	31.25%	100.00%
		100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%
		18.75%	25.00%	25.00%	31.25%	100.00%

Medidas simétricas.

Categoría	Estadístico	Valor	Err. Est. Asint.	T Aproxim.	Sign. Aproxim.
Medida de Acuerdo	Kappa	.75	.13	5.38	
N de casos válidos		16			

Resultados

Después de la evaluación efectuada en el programa PSPP, se logra evidenciar que los valores del coeficiente Kappa de Cohen son superiores a 0,5 para las tres comparaciones realizadas (juez1/original, juez2/original y juez1/juez2), por lo que se considera validada la guía de preguntas para esta investigación.

ANEXO 5

GUÍA DE ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA EL CLUB MANANTIAL

1. Llevar un control de asistencia en cada reunión que se realice.
2. Hacer una planificación anticipada, ya sea semanal o mensual, de las actividades que se van a efectuar en cada una de las reuniones.
3. Asignar roles y responsabilidades a cada miembro del club de acuerdo a sus posibilidades.
4. Abrir un espacio para la exposición de sugerencias, aportes, ideas o críticas constructivas por parte de los miembros del club.
5. Realizar actividades que faciliten la estimulación cognitiva como parte de la agenda en las reuniones. Algunos ejemplos de estas actividades pueden ser: rompecabezas, juegos de mesa, dibujar, pintar, realizar sopas de letras o crucigramas.
6. Crear una página web, de Facebook o algún tipo de publicidad que permita a la comunidad conocer del grupo, las actividades, los beneficios, entre otros detalles. Lo anterior posibilita el involucramiento del pueblo con el club Manantial.
7. Llevar a cabo los ejercicios en lugares abiertos donde el adulto mayor pueda respirar aire fresco, contar con más espacio y a la vez proyectarse a la comunidad para motivar a otros a participar.
8. Preparar presentaciones de baile, dramatizaciones o alguna otra actividad que sirva de exposición para otras personas o lugares (escuela o colegio de la comunidad, otros grupos de personas adultas mayores o instituciones públicas o privadas).

9. Retomar los refrigerios como parte de las reuniones semanales, esta actividad es considerada importante por los miembros del club y propicia un espacio de compartir.
10. Permitir que otros miembros del club organicen y asuman el liderazgo de las actividades de algunas de las reuniones.
11. Realizar juegos tradicionales, bailes típicos y populares.
12. Hacer un libro de recetas. Hay personas en el grupo que poseen la habilidad de cocinar, otras la habilidad de redacción y ortografía y otras que desean aprender nuevas recetas. Por lo tanto, esta actividad es muy beneficiosa para el grupo y potencializa las habilidades de algunos miembros a favor de otros.
13. Llevar un control de cumpleaños, así pueden efectuar celebraciones y motivar a los miembros del club a participar.
14. Hacer proyectos que favorezcan el trabajo en equipo. Un ejemplo de esto es hacer una exposición a los demás compañeros sobre algún tema en el que sean expertos (cuidado de plantas, manualidades o pinturas) o temas relacionados a sus intereses personales. Estas exposiciones se basan en aquellas áreas en las que los miembros del grupo poseen habilidad.
15. Realizar un *show* de talentos en los que los participantes puedan exponer sus habilidades artísticas. Se puede involucrar a los miembros de la familia de cada participante.
16. Llevar a cabo el bingo con la posibilidad de invitar a personas externas al grupo que puedan compartir con ellos, fomentando los encuentros intergeneracionales.
17. Invitar a otros grupos de comunidades vecinas a visitar el grupo, compartir con ellos ideas y poner en práctica actividades nuevas.

ANEXO 6

DECLARACIÓN JURADA

DECLARACIÓN JURADA

Yo Flor María Chavarría Campos, mayor de edad, portador de la cédula de identidad número 401830920 egresado de la carrera de Psicología de la Universidad Hispanoamericana, hago constar por medio de éste acto y debidamente apercebido y entendido de las penas y consecuencias con las que se castiga en el Código Penal el delito de perjurio, ante quienes se constituyen en el Tribunal Examinador de mi trabajo de tesis para optar por el título de Licenciatura en Psicología, juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado: Estudio cualitativo sobre motivación y participación de adultas mayores en actividades del club Monarcial de la comunidad de Carizal de Alajuela en el segundo semestre de 2017.

es una obra original que ha respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derecho de Autor y Derecho Conexos número 6683 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; incluyendo el numeral 70 de dicha ley que advierte; artículo 70. Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos no sean tantos y seguidos, que puedan considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original. Asimismo, quedo advertido que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público. en fe de lo anterior, firmo en la ciudad de San José, a los nueve (9) días del mes de marzo del año dos mil dieciocho.


 Firma del estudiante
 Cédula 401830920

ANEXO 7

CARTA DE APROBACIÓN DEL TUTOR

CARTA DEL TUTOR

San José, 17 de Enero de 2018

**Departamento de Registro
Carrera de Psicología
Universidad Hispanoamericana**

Estimados señores:

La estudiante Flor Chavarría Campos, cédula de identidad número 401830920 me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado "Estudio cualitativo sobre motivación y participación de adultos mayores en actividades grupales del club manantial de la comunidad de Carrizal de Alajuela en el segundo semestre de 2017", el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Psicología.

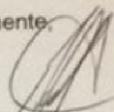
En mi calidad de tutora, he verificado que se han hecho las correcciones indicadas durante el proceso de tutoría y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación; antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

De los resultados obtenidos por el postulante, se obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINAL DEL TEMA	10%	9%
b)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	20%
c)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, LOS INSTRUMENTOS APLICADOS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	30%
d)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	19%
e)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEORICO	20%	20%
	TOTAL	100%	98%

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de lectura.

Atentamente,



Licda. Melania Meneses Alvarado
Cédula identidad N. 303530918
Carné Colegio Profesional N. 2363

Licda. Melania Meneses A.
Psicóloga • Cód 2363

ANEXO 8**CARTA DE APROBACIÓN DEL LECTOR****CARTA DEL LECTOR**

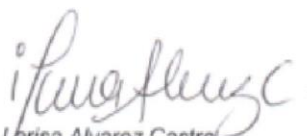
San José, 21 de febrero de 2018

Señores
Departamento de registro
Universidad Hispanoamericana

Estimado señor:

Por este medio, y como lectora del trabajo final de graduación de La estudiante Flor Chavarría Campos, titulada "ESTUDIO CUALITATIVO SOBRE MOTIVACIÓN Y PARTICIPACIÓN DE ADULTOS MAYORES EN ACTIVIDADES DEL CLUB MANANTIAL DE LA COMUNIDAD DE CARRIZAL DE ALAJUELA EN EL SEGUNDO SEMESTRE DE 2017", doy pase a la defensa de la Tesis.

Sin más por el momento, se despide:



Inti Larisa Alvarez Castro
Cédula identidad 1 11460718
Carné Colegio Profesional 9361

ANEXO 9**CARTA DE APROBACIÓN DEL FILÓLOGO**

San Rafael de Heredia, 8 de marzo de 2018

Señor
Universidad Hispanoamericana

Estimado señor:


En mi calidad de filóloga, hago constar que he revisado el trabajo para optar por el grado de licenciatura en Psicología, bajo el título:

ESTUDIO CUALITATIVO SOBRE MOTIVACIÓN Y PARTICIPACIÓN DE ADULTOS MAYORES EN ACTIVIDADES DEL CLUB MANANTIAL DE LA COMUNIDAD DE CARRIZAL DE ALAJUELA EN EL SEGUNDO SEMESTRE DE 2017, elaborado por la estudiante Fior Chavarría Campos.

La revisión se hizo en la parte morfosintáctica, forma, estilo, redacción, puntuación y ortografía; por lo cual este trabajo está listo en tales aspectos para ser presentado ante la Universidad.

Atentamente,

Alejandra Hernández Arguedas
Filóloga
Teléfono 22 37 61 66
San Rafael de Heredia


Alejandra Hernández Arguedas
Filóloga
Cédula 4 193 626
Carné 66820 del Colegio de
Licenciados y Profesores en Letras,
Filosofía, Ciencias y Artes