

## 1.7

### TALLERES PARA LA PREPARACIÓN DE PROFESORES EN LA IMPLEMENTACIÓN EFECTIVA DE LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN EL PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR

Autor: M.Sc. Malvis Romero Carrillo

Institución: Universidad Agraria de La Habana “Fructuoso Rodríguez Pérez”, Facultad de Cultura Física

Localidad: Mayabeque, Cuba

#### **Resumen**

El progresivo envejecimiento de la población, supone un reto para la sociedad, que tendrá que ofrecer al colectivo de personas mayores, los recursos y condiciones necesarias para que no solo se viva más años, sino con la mayor calidad de vida posible. Es precisamente este uno de los objetivos del Programa del Adulto Mayor que presta servicio en la Actividad Física Comunitaria. En este sentido tiene vital importancia la Educación para la Salud, con el fin de modificar conductas y promover un estilo de vida más saludable en el adulto mayor. De esta forma, se pretende diseñar talleres metodológicos para la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de Actividad Física Comunitaria de los Combinados deportivos para la implementación efectiva de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque. Se asume como método de investigación el dialéctico materialista. Se emplearon métodos teóricos como el histórico- lógico, analítico, sintético e inductivo, deductivo. Se emplearon métodos empíricos como el estudio documental y la observación.

**Palabras clave:** envejecimiento, Programa del Adulto Mayor; educación para la salud; calidad de vida; actividad física comunitaria

#### **Abstract**

The progressive aging of the population represents a challenge to the society, which will have to offer the group of older people the necessary resources and conditions so that they not only live longer, but also have the highest possible quality of life. This is precisely one of the objectives of the Elderly Program, that provides services in Physical Community Activity. In this sense, Health Education is of vital importance, in order to modify behaviors and promote a healthier lifestyle in the elderly. In this way, it is intended to design methodological workshops for the preparation of Municipal methodologists and main teachers of Physical Community Activity of the Sports Centers for the effective implementation of health education in the Elderly Program in Mayabeque. The dialectical materialist is assumed as a research method. Theoretical methods such as historical- logical, analytical- synthetic,

and inductive –deductive were used. Empirical methods such as documentary study and observation were used.

**Keywords:** aging; elderly program; health education; quality of life; physical community activity

## **Introducción**

La sociedad contemporánea se ha convertido en una sociedad con predominio de personas de la tercera edad. Se estima que para el año 2025 la población mayor de 65 años del planeta se duplicará de 390 millones a 800. En América Latina y El Caribe la transición demográfica, de comienzo reciente, se caracteriza por su rapidez. En 1950 solo el 5,4 % de la población tenía 60 años o más, en 2002 se estimó el 8 %, mientras que para 2025 se calcula el 12,8 % de la población en este grupo y para el 2050 el 22 %, de manera que en un siglo el porcentaje de adultos mayores se duplicará. Cuba es uno de los países latinoamericanos más envejecidos. Se estima que para el año 2025 este grupo ocupará el 20,1 % de la población total. El envejecimiento demográfico de nuestra población constituye el gran desafío del tercer milenio pues trae consigo transformaciones notables en todas las esferas de la vida familiar, social, sanitaria, económica, política y educacional

Se intenta promover, por tanto, un envejecimiento positivo y satisfactorio, en el que se fomente la salud, la participación y la seguridad de este colectivo, en beneficio de las personas en particular, y de la sociedad en general, siendo este uno de los objetivos del Programa del Adulto Mayor que se desarrolla dentro del área de la Actividad Física Comunitaria (AFC de aquí en adelante) y donde la Educación para la Salud cobra vital importancia para cumplir con el objetivo antes mencionado.

Mediante la observación a clases del Programa del Adulto Mayor en Mayabeque, el autor detectó una labor insuficiente en función de la Educación Para la Salud por parte de los profesores, se evidenció en la carencia de recursos didácticos para abordar esta temática y en la evidente ausencia de charlas educativas para promover estilos de vida saludables, siendo considerada esta nuestra ***situación problemática***.

**La contradicción fundamental** radica en las dificultades de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en el Programa del Adulto Mayor para educar en función de la salud, evidentes en la carencia de recursos didácticos para abordar el tema en las clases y la ausencia de charlas educativas para promover estilos de vida saludables y la obligación de contribuir al desarrollo de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.

En concordancia con la contradicción fundamental, surge el siguiente **problema de investigación:** ¿Cómo contribuir a la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC

de los combinados deportivos en la implementación de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque? Se determina como **campo de acción:** La preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos para la implementación efectiva de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque.

El **objetivo** de esta investigación es diseñar talleres metodológicos para contribuir a la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque.

Como parte del planteamiento hipotético de esta investigación se proponen las preguntas y tareas científicas que se muestran a continuación:

**Preguntas científicas:**

1. ¿Qué referentes teórico-metodológicos sustentan la implementación de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor?
2. ¿Cuál es el estado actual de la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos para la implementación efectiva de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque?
3. ¿Qué elementos se deben tener en cuenta para diseñar talleres metodológicos para la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque?

**Tareas científicas:**

1. Sistematización de los referentes teórico- metodológicos que sustentan la implementación de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.
2. Caracterización del estado actual de la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos para la implementación efectiva de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.
3. Diseño de talleres metodológicos para la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación efectiva de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque.

El autor asumió el método dialéctico-materialista como método general de investigación. Esta investigación es mixta por involucrar elementos cualitativos y cuantitativos.

Se emplearon métodos teóricos como:

Histórico-Lógico: para el análisis documental que permitió conocer los referentes teórico metodológicos la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los

combinados deportivos para la implementación efectiva de la educación para la salud en el Programa del Adulto Mayor, así como su estado actual y el desarrollo futuro del tema.

Analítico- sintético: se empleó para recopilar la información más relevante sobre el estado actual de la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos para la implementación efectiva de la educación para la salud en el Programa del Adulto Mayor.

Inductivo- deductivo: fue utilizado para recopilar la información empírica de cómo contribuir a la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación efectiva de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque.

También se emplearon métodos empíricos:

Observación: para identificar la situación problemática existente y que sirvió de punto de partida para el desarrollo de esta investigación.

Estudio documental: para obtener referencias de los antecedentes y resultados del desarrollo de la educación para la salud en el programa del adulto mayor.

El presente estudio se desarrolla en una población de 25 profesores, de ellos 12 metodólogos municipales y 13 profesores principales de AFC en los combinados deportivos.

La **actualidad** está dada en que se propone una solución para la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en función de la implementación efectiva de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque que favorecerá y desarrollará la calidad en la prestación del servicio.

El informe de investigación consta de dos capítulos, conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos. La introducción contiene los elementos esenciales del diseño teórico-metodológico del proceso de investigación. En el Capítulo I se muestran los antecedentes históricos del objeto de investigación, la sistematización de los referentes teórico metodológicos de la implementación de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque.

En el Capítulo II se presenta la variable y su operacionalización. Se ofrecen los resultados del diagnóstico obtenidos con los instrumentos aplicados. Se presenta la propuesta de talleres metodológicos para contribuir a la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC en los combinados deportivos para la implementación efectiva de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque.

## **Desarrollo**

Se abordan los fundamentos teórico-metodológicos esenciales que sirven como punto de partida para diseñar talleres metodológicos encaminados al desarrollo de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque.

### **1.1 La Educación para la Salud**

La Educación para la Salud integra conceptualmente los términos *educación* y *salud*; pero este hecho no implica la suma aritmética de los dos conceptos, cada uno nos habla por sí solo de instituciones ligadas a la estructura política y social de un país, sin que uno prevalezca sobre el otro.

Pascual y Vallester, (1997) hacen una recopilación de distintas definiciones de educación para la salud, ofrecidas por distintos autores:

“La educación sanitaria consiste en la suma de experiencias que influyen favorablemente sobre los hábitos, actitudes y conocimientos relacionados con la salud del individuo y de la comunidad”(Wood,1926).

“Un proceso educativo que tiende a responsabilizar a los individuos y a los grupos en la defensa de la salud propia y en la de los demás” (Sepilli, 1985).

“Conjunto de estrategias de enseñanza-aprendizaje que permite analizar el entorno y posibilitar el aumento de la capacidad de funcionamiento en ese contexto” (Gavidia, 1993).

“Un proceso planificado y sistemático de comunicación y de enseñanza-aprendizaje orientado a hacer fácil la adquisición, elección y mantenimiento de las prácticas saludables y hacer difíciles las prácticas de riesgo” (Costa y López, 1996).

Otros autores han sistematizado en el tema y han aportados sus conceptos desde diferentes perspectivas o desde un enfoque integral como es el caso de (Proinapsa, 2014) que expresó “Se entiende la Educación para la Salud con enfoque integral como un proceso de generación de aprendizajes, no solo para el autocuidado individual, sino para el ejercicio de la ciudadanía, la movilización y la construcción colectiva de la salud en la cual participan las personas y los diferentes sectores del desarrollo”

En la literatura se pueden encontrar las denominaciones siguientes: estrategias de enseñanza, estrategias de aprendizaje, estrategias de enseñanza-aprendizaje, estrategias o técnicas didácticas, estrategias docentes, entre otras, las cuales se utilizan indistintamente. Ello obedece a que sus fronteras son difusas y en ocasiones pueden ser utilizadas con múltiples significaciones.

En la actualidad se trabaja por integrar y perfeccionar los diferentes enfoques sobre las estrategias educativas debido a su naturaleza interactiva y social. (Colectivo de autores. Revista Cubana de Medicina General Integral. 2018;34(1):26-36)

La promoción de la salud es el resultado de todas las acciones comprendidas en los diferentes sectores sociales para el desarrollo de mejores condiciones de salud personal y colectiva para toda la población en el contexto de la vida cotidiana. Consiste en proveer a las personas los medios necesarios para mejorar su salud y adoptar un estilo de vida sano (Colectivo de autores, Revista Cubana de Salud Pública. 2017;43(3))

El autor asume el concepto brindado por La Organización Mundial de la Salud (OMS) que define la Educación para la Salud como: “Actividades educativas diseñadas para ampliar el conocimiento de la población en relación con la salud y desarrollar los valores, actitudes y habilidades personales que promuevan salud.

La Educación para la Salud trata pues de responder de forma coherente a la evolución de las necesidades en salud y de los fenómenos relacionados con la salud – enfermedad que van ocurriendo en nuestra sociedad, priorizando los de mayor relevancia y vulnerabilidad educativa, abordando distintas áreas de intervención con diferentes poblaciones diana y, según ambas, desarrollándose en distintos ámbitos con diversos tipos de intervención y complementándose con otras estrategias y actuaciones.

## **1.2 La Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor**

Dado que nuestra propuesta es la de talleres sobre Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor, haremos una reflexión sobre los distintos conceptos que entran en juego, así como de las características particulares que ha de tener la Educación para la Salud cuando se trata de las personas adultas, y en nuestro caso, de adultos mayores.

Si pretendemos fomentar un estilo de vida saludable, lo primero que tenemos que saber es a qué nos referimos con eso. A este respecto, coincidimos con Wenzel (en Buendía, 1994), al decir que el estilo de vida hace referencia a un conjunto de conductas, valores y actitudes que adoptan los individuos respondiendo al ambiente social, cultural y económico en el que se desarrollan.

La Educación de adultos, según la Conferencia Internacional de Hamburgo de 1997, se define como “el conjunto de procesos de aprendizaje formal o no, gracias al cual las personas cuyo entorno social considera adultas desarrollan sus capacidades, enriquecen sus conocimientos y mejoran sus competencias técnicas o profesionales o las reorientan a fin de atender a sus propias necesidades y las de la sociedad”.

Esto consiste en incorporar conocimientos y lograr cambios de actitudes para fomentar el envejecimiento activo, que busca la optimización de oportunidades de seguridad económica,

participación social y salud promoviendo a la mejora de la calidad de vida durante el envejecimiento, incrementando la participación activa de los adultos mayores.

Definiciones operacionales:

Anciano o adulto mayor: persona mayor de 60 años.

Calidad de vida: Es la condición que resulta el equilibrio entre la satisfacción de las necesidades básicas y la no satisfacción de estas, tanto en el plano objetivo (posibilidad del desarrollo completo de la personalidad) como en el plano subjetivo (satisfacción por la vida y aspiraciones personales).

Autoayuda: Metodología que enseña al adulto mayor a solucionar sus problemas, evitando así un grado de dependencia que lo lleve a la inmovilidad biológica, psíquica o social.

Ayuda mutua o ayuda informal: Metodología participativa que enseña a la familia, la comunidad y al estado en el apoyo al anciano para la solución de sus problemas en el medio en el que él se desenvuelve.

Alternativas no institucionales o vías no formales de atención: Servicios ofertados al anciano, de carácter abierto y desarrollados en la comunidad, sin régimen de internamiento.

## **2.1 Estado actual de la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor en Mayabeque**

### **2.1.1 Población, Muestra, desarrollo de la variable y métodos**

#### **Población y Muestra**

Se trabajó con una población de 25 profesores, de ellos 12 metodólogos municipales y 13 profesores principales de AFC de los combinados deportivos.

Teniendo en cuenta el objetivo que se propone en esta investigación, se puede identificar como **variable fundamental**: la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.

### **2.2 Operacionalización de la variable**

Con el objetivo de profundizar en su estudio, el autor decide dividirla en tres dimensiones fundamentales: dimensión conceptual, dimensión procedimental y dimensión actitudinal. A su vez, el autor declara indicadores para precisar su medición según se muestra en la tabla de relaciones siguiente

<b>Variable</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>
<b>Fundamental</b>		

<p>La preparación de los Metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación de la Educación</p>	<p>1. Conceptual: Se concibe para revelar los conocimientos esenciales que demuestran su preparación en la implementación de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor</p>	<p>1.1 Dominio de la concepción de implementación de la Educación Para la Salud en el programa del Adulto Mayor</p>
<p>para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.</p>	<p>2. Procedimental: Se prepara en implementar la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor</p>	<p>2.1 Se conciben acciones para la implementación de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor</p> <p>2.2 Planificación, ejecución y control de acciones en el Programa del Adulto Mayor en función de la Educación para la Salud</p> <p>2.3 Medición de la calidad en el uso de las técnicas y herramientas aplicadas en la implementación de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor</p>
	<p>3. Actitudinal: Se prepara para desarrollar en los beneficiarios cambios de actitud y</p>	<p>3.1 Potenciación en los beneficiarios de una actitud positiva hacia la adopción de estilos de vida más saludable.</p>

	fomentar estilos de vida más saludables	
--	---	--

Para la evaluación de la variable objeto de estudio de la investigación el autor determino tres niveles de clasificación para los indicadores, estos son: adecuados, poco adecuados y no adecuados. (anexo 1)

Después de aplicar y analizar los resultados de cada instrumento por indicador (VER ANEXOS 2;3;4) se puede concluir que la variable preparación de los Metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor se encuentra realmente afectada en sus tres dimensiones. Ningún indicador fue evaluado en la categoría de “Adecuado”, resulta que la variable se encuentra entre los niveles “Poco Adecuado” y “No adecuado” ya que cada indicador de las dimensiones de la variable fue evaluado en los niveles antes mencionados.

### **2.3 Propuesta de talleres**

#### **El taller docente metodológico como forma de organización para la preparación de los profesores**

La información contenida en el siguiente apartado resulta en su gran mayoría un acercamiento a la definición deseada de taller. El autor establece su camino a partir de las ideas emitidas por los autores referenciados con las que coincide.

Se pueden realizar talleres en diversas áreas y con diversos propósitos como: en el campo de la industria, la política, el arte, y para mayor interés del investigador, también en la pedagogía y la didáctica. Sus propósitos pueden ser: la capacitación de técnicos, creación artística o la formación continua de estudiantes y profesores. Incluso, desde la Pedagogía y la didáctica algunos autores categorizan al taller como método, procedimiento, técnica o forma de organización.

Según Froebel (1826), el taller es esencialmente una modalidad de aprender haciendo y se apoya en el principio de aprendizaje formulado por comunicación verbal de ideas.

Sobre esta línea, Calzado (1998) acerca el concepto a la realidad cubana definiéndolo como forma de organización:

Se define taller como un tipo de forma de organización del proceso de enseñanza-aprendizaje que en su estructura organizativa está centrada en la reflexión grupal sobre los problemas sociales, profesionales, educacionales, científicos, investigativos (según sean) sus causas, consecuencias y alternativas de soluciones en correspondencia con los contextos en que se manifiestan. En el taller se aprovechan las potencialidades del grupo para proyectar los planes

de acción para las soluciones profesionales y/o científicas a los problemas presentados a la reflexión. (p. 158)

Luna (2016) se acerca a lo postulado por Calzado con respecto a los talleres y, en especial, al taller metodológico como forma de preparación a los profesores. A partir del análisis que realiza demuestra que el taller responde a las tendencias más actuales del proceso de enseñanza-aprendizaje universitario. Además, considera que su análisis permite comprender que el taller es una alternativa para el trabajo metodológico.

El taller metodológico es esencial tanto en la preparación como en la en la auto preparación de los profesores. En este se puede reflejar la realidad concreta en la que se desarrolla el proceso de formación. Según Luna (2016)

En concordancia con lo propuesto anteriormente, en *el libro “La Superación Profesional: Mover ideas y avanzar más” se reafirma la idea del uso del taller como forma para la preparación de los profesores.* Esta, entre otras formas, complementan y posibilitan el estudio y la divulgación de los avances del conocimiento de la ciencia, de la tecnología y del arte (Bernaza, Troitiño y López, 2018, p.11).

El autor considera adecuado para su propósito el diseño del taller docente metodológico (Ministerio de Educación Superior, 2018) por las ventajas que este posee como forma de organización para la preparación de profesores. Este se caracteriza por centrar su estructura organizativa en la reflexión grupal sobre problemas profesionales o educacionales según sean sus causas consecuencias y alternativas de soluciones en correspondencia con los contextos en que se manifiestan.

### **Presentación de los talleres para la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación efectiva de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.**

El objetivo general de los talleres es preparar a los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación efectiva de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.

Los talleres cumplen con los siguientes **requisitos**:

- Tienen objetivos claros y precisos.
- Garantizan una participación activa.
- Propician un ambiente de aprendizaje positivo.
- Propician la reflexión y cooperación por encima de la competición entre participantes.
- Se hace una distribución equitativa de liderazgo en el momento de realizar las actividades que se planifican.
- Se abarcan los contenidos planificados.

- Integran, de manera dinámica, conocimientos, habilidades y experiencias de la actividad profesional.
- Se garantizan todos los materiales para su impartición.
- Se toma en cuenta la evaluación como parte integral del proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Las actividades y tareas planificadas se pueden cumplir en el tiempo establecido.

El autor tiene en cuenta como eje central la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación efectiva de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor. Los talleres se organizan de lo general a lo particular. Se transita, horizontalmente, desde las bases conceptuales que fundamenten esta estrategia hasta poder planificar, ejecutar y controlar actividades para darles cumplimiento. Los contenidos del taller están en consonancia con las dimensiones e indicadores que se tuvieron en cuenta en la fase de diagnóstico de la investigación. Por lo tanto, los talleres se organizan de la siguiente manera:

#	Tema	Duración
1	Taller introductorio: El papel de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor. Presentación conceptual de Educación Para la Salud.	80 min
2	La consejería de la actividad física en función de la Educación Para la Salud. El papel orientador y facilitador del profesor de la consejería.	60 min
3	Métodos y técnicas aplicadas en la Educación Para la Salud.	60 min
4	Áreas de intervención de la Educación Para la Salud. Problemas de Salud. Enfermedades crónicas no transmisibles y procesos agudos o de media duración.	80 min
5	Áreas de intervención de la Educación Para la Salud. Estilos de vida. Ejercicio físico, alimentación, manejo del estrés, sueño-reposo-actividad, adicciones, otros.	90 min
6	Conclusiones y evaluación final	90 min

### **Organización y estructura general para el desarrollo de los talleres**

1- Plenaria inicial, puede incluir:

- diagnóstico;
- orientación y preparación grupal previa.

2- Trabajo en grupos, puede incluir:

- construcción de episodios, desde la problematización;
- profundización grupal en los problemas, sus causas;
- proyección de alternativas de soluciones.

3. Cierre del taller, puede incluir:

- reflexión valorativa (se debate y se reflexiona acerca del contenido trabajado como parte de la retroalimentación);
- actividades evaluativas (las actividades evaluativas de los talleres son de carácter formativo);
- tareas investigativas (se garantiza la preparación para el taller posterior)

## **Descripción del taller**

### **Taller # 1**

**Tema:** Taller introductorio: El papel de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor. Presentación conceptual de Educación Para la Salud.

### **Objetivos:**

Al finalizar el taller, los participantes deberán:

- Caracterizar el papel de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.
- Valorar los rasgos esenciales de la Educación Para la Salud a partir del estudio de sus objetivos, estructura y tendencias actuales.
- Dominar conceptualmente los términos relacionados

### **Contenido**

#### *Conocimientos*

- El papel de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor. Su visión desde diferentes autores. La implementación de la Educación para la Salud en el ámbito internacional
- La Educación Para la Salud. Objetivos y tareas. La implementación de la Educación Para la Salud actualizada.

#### *Habilidades*

- Caracterizar (Analizar el papel de la Educación Para la Salud en el programa del Adulto Mayor. b. Determinar sus aspectos esenciales. C. Seleccionar los elementos que tipifican y distinguen la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor

- Valorar (a. Caracterizar la Educación Para la Salud partir del estudio de sus objetivos, estructura y tendencias actuales. b. Establecer los criterios de valoración c. Comparar el objeto con los criterios de valor establecidos. d. Elaborar juicios de valor acerca de lo establecido.)

#### *Valores*

- Esencialmente la Dignidad (a. Al sentirse orgulloso por la defensa de la obra del movimiento deportivo que ha desarrollado la Revolución desde la implementación de programas sociales y lo que representan. b. Por buscar reconocimiento social como fruto de su actuación consecuente en la labor de formación de estilos de vida más saludables. c. Al ser valorado positivamente por su ejemplaridad y liderazgo al implementar la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.)

**Método:** Activo

**Medios de Enseñanza** Indicaciones metodológicas actualizadas de la AFC. Pizarra, presentación electrónica, tarjetas

**Evaluación:** Heteroevaluación y coevaluación

**Bibliografía y materiales:** Manual de Educación Para la Salud

**Tiempo de duración:** 80 min

**Indicaciones metodológicas y desarrollo del taller:**

#### **Primera parte**

Al iniciar, se les da la bienvenida a los participantes y se hace alusión al tema del Taller. Luego de esto el profesor exhorta a los participantes a un debate sobre la base de las siguientes preguntas:

- ¿Qué entienden por Educación Para la Salud?

El profesor lista las ideas centrales mencionadas en el borde externo izquierdo de la pizarra.

- ¿En términos muy generales, sobre qué ustedes creen que trate la Educación Para la Salud?

#### **Segunda parte**

##### *Actividad # 1*

El profesor reparte tarjetas a algunos de los participantes con definiciones o comentarios de diferentes autores acerca de lo que es la Educación Para la Salud. Cada participante las lee en voz alta.

Luego de esto el profesor sugiere a los participantes que a partir de esta lectura mencionen los rasgos esenciales que los definen desde sus puntos de vista. El profesor lista las ideas de los participantes en la pizarra. Para finalizar la actividad, el profesor concluye comentando algunas ideas de lo que es la Educación Para la Salud en el ámbito internacional y su papel en las nuevas políticas sociales

##### *Actividad # 2*

Para esta actividad, el profesor realiza la técnica de enumeración (los participantes se enumeran sucesivamente del 1 al 3 para formar equipo a partir del número que represente a cada participante).

Se forman tres equipos al final. A los equipos 1 y 2, se les entrega una copia impresa de un resumen donde se exponen ideas y conceptos de Educación Para la Salud y al equipo 3 se le entrega una copia de las indicaciones para el trabajo en el Programa del Adulto mayor. Cada equipo debe escoger a un integrante que hará la presentación de los resultados de la actividad después de finalizado el tiempo.

#### Orientaciones para el Equipo 1

De la serie de conceptos, según su criterio.

- Identifique el que aborda de manera más general.
- Exprese el modo en el que adaptaría el concepto para aplicarlo en su campo de acción.

#### Orientaciones para el Equipo 2

De la serie de conceptos, según su criterio.

- Identifique el más apropiado para ser utilizado en el Programa del Adulto Mayor. Fundamente su elección.

#### Orientaciones para el Equipo 3

Haga una lectura del documento

- Mencione los elementos más distintivos para el trabajo en el Programa.

### **Tercera parte**

Se realiza un momento de reflexión y se emiten juicios valorativos sobre el tema tratado. La evaluación de este taller se hace a partir de la participación de los participantes y de sus juicios valorativos.

#### *Tarea investigativa*

Investigue acerca de la labor del profesor de la consejería de actividad física.

### **2.4 Validación de la Propuesta**

Se aplicó una encuesta a dos especialistas de larga carrera en el sector de la Cultura Física y en la AFC que brindó como resultados el 100% de valoración de B a la propuesta al igual que al declararlo factible y asequible.

### **Conclusiones parciales del capítulo 2:**

El diagnóstico realizado en lo referido a la preparación de los metodólogos y profesores principales en la implementación de la Educación para la Salud reveló que no están familiarizados lo suficientemente con la necesidad de implementar de manera efectiva la Educación para la Salud, no poseen suficiente dominio de criterios generales. Poseen deficiencias a la hora de planificar, ejecutar y controlar acciones en la implementación de la Educación para la Salud lo que resulta en el exiguo desarrollo en los beneficiarios de actitudes positivas.

Para el diseño de los talleres se tuvieron en cuenta fundamentos, principios y características. Se estructuraron en: tema, objetivos, contenido, método, medios de enseñanza, evaluación, bibliografía y materiales, tiempo de duración e indicaciones metodológicas. Como eje temático horizontal, se tomó la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.

## **Conclusiones**

A partir de los resultados obtenidos, se puede concluir que:

- La exploración empírica al estado actual de la variable, a partir de las dimensiones e indicadores determinados, permitió constatar potencialidades y carencias. Las primeras dadas en que los profesores conocen algunos criterios de la concepción general de Educación para la Salud y realizan algunas acciones para la implementación de la misma. Las carencias se refieren a que no dominan suficientes criterios generales, poseen dificultades a la hora de planificar, ejecutar y controlar acciones para implementarla.
- Los talleres, que constituyen el principal resultado de esta investigación, se distinguen por los fundamentos filosóficos, sociológicos, psicológicos, pedagógicos y didácticos. El sistema de contenidos tomado en cuenta tuvo su origen en el resultado del diagnóstico realizado. En su estructura, cada taller posee: tema, objetivos, contenido, método, medios de enseñanza, evaluación, bibliografía y materiales, tiempo de duración e indicaciones metodológicas, dirigido a la preparación de los profesores en la implementación efectiva de la Educación para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.
- El diseño de los talleres propuesto es válido y pertinente, a partir de los criterios positivos emitidos por algunos especialistas, mediante el cuestionario aplicado.

## **Recomendaciones**

A partir de las conclusiones a las que se ha arribado, se recomienda:

- Poner en práctica los talleres para la preparación de los metodólogos municipales y profesores principales de AFC de los combinados deportivos en la implementación efectiva de la Educación Para la Salud en el Programa del Adulto Mayor.
- Contextualizar los contenidos de los talleres a otras especialidades para poder extender dicha preparación a los profesores de otros programas.

## Referencias Bibliográficas

- Bernaza, G.J., Troitiño, D.M. y López, Z.S. (2018). *La superación profesional: mover idear y avanzar más*. La Habana; Cuba: Editorial Universitaria - Córdoba: El Cid Editor, 2018. 146 páginas. e-ISBN 978-959-16-3831-1 (PDF).
- Buendía, J., & Alba, V. (1994). *Envejecimiento y psicología de la salud*. Madrid: Siglo XXI de España.
- Buendía, J. (1997). : *perspectivas actuales*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Calzado, D. (1998). *El taller: una alternativa de forma de organización para los Institutos Superiores Pedagógicos*. Ciudad de La Habana, Cuba: Instituto Superior Pedagógico Enrique José Varona, [Formato digital].
- Campos, F. R. (2001). Salud y calidad de vida en las personas mayores. *Tabanque: Revista pedagógica*, (16), 83-104
- Consejería de Salud. (2010). *Guía de recomendaciones para la promoción de actividad física*. Junta de Andalucía
- Froebel, F. (1826). *La Educación del Hombre*. Edición anotada por W. N. Hailmann (2003); Biblioteca Virtual Universal. Recuperado de [www.biblioteca.org.ar/libros/88736.pdf](http://www.biblioteca.org.ar/libros/88736.pdf)
- Hernández, G., Salazar, A., & Mollinedo, P. (2020). Opción para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en Granma.Cuba. *Revista de ciencias Sociales*, 26.
- Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. (2020). *Indicaciones metodológicas para el curso 2019-2020*. Deportes.
- Luna, O. (2016). *Sistema de talleres metodológicos para el tratamiento de la comprensión de textos como nodo interdisciplinar, para profesores de primer año de la Escuela Internacional de Educación Física y Deporte*. Tesis presentada en opción al Título Académico de Máster en Didáctica de las Humanidades. La Habana: Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona.
- Marlie, Y., & Rodríguez, J. M. (2021). *DeporVida*.
- Pascual, L.M. y Vallester, R. (1997). *La práctica de la psicología de la salud. Programas de intervención*. Valencia. Editorial Promolibro.
- Sosa, D., García, S. M., Oliva, M. M., Durán, R., & Rosario, J. (2017). *Revista cubana de salud pública*.