



Universidad Nacional  
Facultad de Ciencias Sociales  
Escuela de Sociología

Diagnóstico social de las personas mayores, para el Programa Municipal de  
Adulto Mayor de la Municipalidad de San José en el año 2023

Trabajo Final de Graduación Modalidad Práctica Dirigida para optar por el  
título de Licenciatura en Sociología

Kendall Stward Sanabria Zamora  
*1-1807-0581*

2025

Universidad Nacional  
Facultad de Ciencias Sociales  
Escuela de Sociología

Diagnóstico social de las personas mayores, para el Programa Municipal de  
Adulto Mayor de la Municipalidad de San José en el año 2023

Trabajo Final de Graduación Modalidad Práctica Dirigida para optar por el  
título de Licenciatura en Sociología

Kendall Stward Sanabria Zamora  
*1-1807-0581*

2025

### **Dedicatoria**

Primeramente, a Dios, por permitirme llegar hasta este punto de mi carrera y brindarme salud para cumplir mis objetivos y metas. Sin Él nada de lo que he logrado hasta el momento sería posible.

A mi padre, Randall Guillermo Sanabria Arce, por ser mi guía en este largo camino recorrido hasta hoy. Gracias por inculcarme muchos valores y enseñarme el verdadero sentido del sacrificio y el deseo de superación.

Dedico cada uno de los triunfos que he logrado hasta el momento y los que vienen de camino a mi madre, Roxana Eugenia Zamora Sanabria. Una madre excepcional que ha hecho todo lo posible por verme crecer personal y profesionalmente. Tu amor y cariño han sido mi refugio y mi inspiración. Sin ti nada de esto sería posible.

A la Universidad Nacional (UNA) y a la Escuela de Sociología, por haberme acogido hace seis años como unos más de sus estudiantes. Estoy consciente del significado que posee tener el sello UNA.

## **Agradecimiento**

Mi agradecimiento más sincero es para la Sra. Yamileth García Chaves, profesora y tutora en mi trabajo final de graduación. Verdadero respeto y admiración para ella, quien ha sido mi guía educativa en el camino hacia la obtención del título de Licenciatura.

Estoy consciente del sacrificio y trabajo otorgado en cada revisión y seguimiento que ha hecho en este proceso, estoy seguro de que al igual que mi persona, muchísimas más han estado agradecidas y orgullosas de tan genial profesora y tan magnífico trabajo.

Agradezco a cada una de las personas docentes que han sido mis formadores en cada uno de los cursos que he realizado. Cada uno y una han dejado en mí un sin fin de aprendizajes y conocimientos.

A mi novia, Judith Quesada Rodríguez, por estar siempre a mi lado dándome aliento y apoyándome en cada una de mis decisiones, por ser motivo de inspiración y de superación.

Doy gracias a mis compañeras Ninra Araya Cháves, Yensy Segura Calderón y Krisley Solís Gómez, por ser parte de este proceso, por estar siempre en los momentos más complicados de la carrera y saber sobrellevar cada una de las situaciones que se han presentado. Estoy orgulloso y agradecido, espero que Dios les brinde sabiduría y entendimiento a lo largo de sus vidas para seguir luchando por sus sueños.

Agradezco a la vida por permitirme contar con una familia excepcional y un círculo social, pequeño, pero leal.

**Lista de siglas**

<b>Abreviatura</b>	<b>Significado</b>
<b>CCSS</b>	Caja Costarricense de Seguro Social
<b>CE</b>	Centro de Encuentro
<b>CONAPAM</b>	Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor
<b>DSS</b>	Departamento de Servicios Sociales
<b>EBAIS</b>	Equipos Básicos de Atención Integral en Salud
<b>GNFACC</b>	Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las personas mayores
<b>Minsa</b>	Ministerio de Salud
<b>MSJ</b>	Municipalidad de San José
<b>OMS</b>	Organización Mundial de la Salud
<b>OPS</b>	Organización Panamericana de la Salud
<b>PNEV</b>	Política Nacional de Envejecimiento y Vejez
<b>PNUD</b>	Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo

## Índice

Resumen ejecutivo .....	13
<b>CAPÍTULO I .....</b>	<b>15</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>15</b>
1.1 Introducción .....	15
1.2 Justificación .....	17
1.3 Contextualización .....	19
1.3.1 Reseña histórica del Cantón de San José .....	19
1.3.2 Programa de Adultos Mayores de la Municipalidad de San José .....	21
1.3.3 Políticas institucionales .....	22
1.3.4 Áreas temáticas .....	23
1.3.5 Caracterización de los Centros de Encuentro para Personas Mayores.....	25
1.3.6 Centro de encuentro de Hatillo.....	26
1.3.7 Centro de encuentro de San Sebastián .....	26
1.3.8 Centro de encuentro de San Francisco de Dos Ríos.....	28
1.3.9 Centro de encuentro de Zapote.....	29
1.4 Análisis de viabilidad.....	30
<b>CAPÍTULO II.....</b>	<b>33</b>
<b>PROBLEMATIZACIÓN.....</b>	<b>33</b>
2.1 Problematización .....	33
2.2 Objetivos.....	36
2.2.1 Objetivo General .....	36
2.2.2 Objetivos específicos.....	36
<b>CAPÍTULO III .....</b>	<b>36</b>
<b>CONTEXTUALIZACIÓN TEÓRICA.....</b>	<b>36</b>
3.1 Población Adulta Mayor.....	37
3.2 La integración social de la persona mayor.....	41
3.3 Calidad de vida en la persona mayor .....	44
3.3.1 Ejes temáticos de la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables y su relación con los objetivos de desarrollo sostenible de la ODM .....	47
3.3.2 Salud y atención a largo plazo.....	49
3.3.3 Educación y trabajo.....	49

3.3.4 Desarrollo urbano, transporte y vivienda .....	50
3.3.5 Información y comunicación.....	51
3.4 Transformación social de las comunidades y centros de encuentro para personas mayores .....	52
<b>CAPÍTULO IV.....</b>	<b>55</b>
<b>ESTRATEGIA METODOLÓGICA .....</b>	<b>55</b>
4.1 Metodología .....	55
<b>CAPÍTULO V .....</b>	<b>61</b>
<b>ANÁLISIS DE RESULTADOS.....</b>	<b>61</b>
5.1 Recolección de datos .....	61
5.2 Caracterización de las personas mayores en los centros de encuentro de la Municipalidad de San José .....	64
5.3 Descripción de necesidades de las personas mayores que asisten a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José. ....	70
<b>CAPÍTULO VI.....</b>	<b>103</b>
<b>CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES Y LIMITACIONES.....</b>	<b>103</b>
6.1. Conclusiones .....	103
6.2 Recomendaciones .....	106
6.2.1. Centros de encuentro para personas mayores .....	106
6.2.2. Programa de la Persona Mayor de la Municipalidad de San José.....	107
6.2.3. Municipalidad de San José.....	108
6.3 Limitaciones.....	108
Referencias.....	110
<b>Plan de acción para la prevención y atención integral de las personas mayores en los centros de encuentro de la Municipalidad de San José.....</b>	<b>125</b>
<b>1. Introducción.....</b>	<b>125</b>
<b>2. Cambios por conseguir .....</b>	<b>126</b>
<b>3. Participantes .....</b>	<b>126</b>
3.1. Autoridades municipales .....	126
3.2. Departamento de Servicio Sociales .....	126
3.3. Centro de Encuentro para Personas Adultas Mayores.....	126
3.4. Centro Municipal de Desarrollo Familiar.....	127
3.5. Personas mayores .....	127
3.6. Dirección Seguridad Ciudadana y Policía Municipal.....	127

3.7. Oficina Municipal de Gestión del Riesgo a Desastres .....	127
<b>4. Objetivo general .....</b>	<b>127</b>
<b>5. Objetivos estratégicos .....</b>	<b>128</b>
<b>6. Principios de procedimiento.....</b>	<b>128</b>
<b>7. Seguimiento al plan de acción .....</b>	<b>129</b>
<b>8. Plan de acción .....</b>	<b>129</b>

## Índice de figuras

Figura 1. Reseña histórica del cantón de san José	20
Figura 2. Ubicación geográfica del centro de encuentro de hatillo	26
Figura 3. Ubicación geográfica del centro de encuentro de san Sebastián	27
Figura 4. Ubicación geográfica del centro de encuentro san Francisco de dos ríos	28
Figura 5. Ubicación geográfica del centro de encuentro de zapote	29
Figura 6. Objetivos de la ley integral para la persona mayor	40
Figura 7. Categorías de análisis de la integración social	42
Figura 8. Categorías de análisis de la calidad de vida	46
Figura 9. Ejes temáticos del programa de ciudades y comunidades amigables con las personas mayores	47
Figura 10 . Categorías de análisis de la transformación social	52
Figura 11. Ubicación geográfica de los centros de encuentro y el departamento de servicios sociales y económicos (dss)	54
Figura 12. Procedimientos metodológicos del diagnóstico	56

## Índice de gráficos

Gráfico 1. Distribución de población por centros de encuentro de la municipalidad de san José, 2023	63
Gráfico 2. Distribución de las personas mayores, según sexo, 2023	65
Gráfico 3. Distribución de personas mayores, según rango de edad, 2023	67
Gráfico 4. Distribución de personas mayores, según los grupos de edades, 2023	69
Gráfico 5. Distribución de frecuencia según la cercanía del centro médico, 2023	70
Gráfico 6. Distribución según centro médico de preferencia, 2023.	71
Gráfico 7. Distribución según centro médico donde no les gusta asistir, 2023	72
Gráfico 8. Distribución de población según la asistencia o ayuda recibida en caso de emergencia, 2023	78
Gráfico 9. Distribución según el conocimiento de planes de acción en los centros de encuentro, 2024	79
Gráfico 10. Distribución según participación en actividades comunales, 2023	82
Gráfico 11. Distribución según el servicio que se desea brindar a la comunidad, 2023	87
Gráfico 12. Distribución según el sexo y emprendimientos personales, 2023	88
Gráfico 13. Distribución de la dificultad de salir de casa según el sexo, 2023	90
Gráfico 14. Distribución según centro de encuentro y existencia de aceras en buen estado y zonas peatonales, 2023	91
Gráfico 15. Distribución según la percepción respecto al transporte público, 2023	92
Gráfico 16. Distribución según tiempo promedio de traslado al centro de encuentro, 202	94
Gráfico 17. Distribución según la presencia policial en las comunidades, 2023	95
Gráfico 18. Percepción por sexo de las personas mayores sobre la toma de decisiones y su involucramiento por parte de la municipalidad de san José, 2023	98
Gráfico 19. Distribución según el nivel de familiarización de las personas mayores con aplicaciones bancarias y cajeros automáticos, 2023	101

## Índice de tablas

Tabla 1. Datos descriptivos de la población mayor de los centros de encuentro de hatillo y zapote, 2023	66
Tabla 2. Motivos de disgusto al momento de visitar un centro médico, 2023	73
Tabla 3. Distribución de las razones de asistencia a los centros de encuentro, 2023	76
Tabla 4. Distribución según la elección de acuerdo con quienes deberían recibir más ayudas de parte de la municipalidad o del estado para solventar sus necesidades, 2023	77
Tabla 5. Distribución de los gustos según las actividades de diversión fuera de casa, 2023	81
Tabla 6. Distribución según las habilidades que más les gusta aprender a las personas mayores, 2023	83
Tabla 7. Distribución según el conocimiento de las entidades que ofrecen cursos y servicios en la comunidad por parte de las personas mayores, 2023	85
Tabla 8. Distribución según sexo y deseo por prestar servicios a la comunidad por parte de las personas mayores de los centros de encuentro, 2023	86
Tabla 9. Distribución según el medio de transporte de mayor uso por parte de las personas mayores para trasladarse al centro de encuentro, 2023	93
Tabla 10. Distribución según las mejoras que harían las personas mayores a su comunidad, 2023	97
Tabla 11. Distribución según el medio por el cual obtienen información las personas mayores, 2023	99
Tabla 12. Distribución según el medio por el cual obtuvieron información las personas mayores durante la pandemia, 2023	100

**Índice de Anexos**

Anexo 1. Carta de entendimiento	115
Anexo 2. Consentimiento informado	116
Anexo 3. Cuestionario	117
Anexo 4. Plan de acción	121
Anexo 5. Cronograma de trabajo	141

## **Resumen ejecutivo**

El envejecimiento acelerado de la población costarricense plantea importantes desafíos y falta de oportunidades en los espacios físicos de las comunidades, como es el caso de los centros de encuentro para personas mayores. Esto se visualiza como un conjunto de barreras relacionadas con la estructura social y organizaciones de manera natural, siendo este un reto para la inclusión social. Por esta razón, es esencial promover entornos inclusivos y accesibles que les permitan disfrutar de una vida plena y participativa en su entorno social.

Se diagnostica la situación de las personas mayores que asisten a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José, para la promoción de un plan de acción que servirá de base para el desarrollo de políticas y acciones al servicio de la comunidad y población mayor.

Con la finalidad de promover el envejecimiento activo y dirigido a mejorar la calidad de vida, como lo establece la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores (GNFACC) de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), se presentan una serie de objetivos con el propósito de investigar y así aumentar la comprensión de la problemática, siendo la falta de información relacionada con los centros de encuentros la principal preocupación para estudiar la amigabilidad de estos espacios públicos.

Este diagnóstico se realizó desde una mirada crítica sociológica que contribuya a generar alternativas para mitigar la desigualdad social en aspectos como el acceso a las oportunidades y los recursos básicos, que a su vez generen buenas emociones, participación social y compromiso cívico hacia la persona mayor. Esto se lograría bajo diferentes dimensiones y categorías direccionadas a estudiar el comportamiento humano en los espacios físicos y su interacción con el entorno social.

Las dimensiones de análisis son la integración social, la calidad de vida y la transformación social. Estos conceptos están interrelacionados e influenciados por diferentes categorías y aspectos relacionados con el envejecimiento y la sociedad como es el caso del aislamiento, la soledad, la participación social, las emociones humanas y crónicas, el entorno social, la construcción de roles, las ciudades amigables, la gerontología social, la sociología de la vejez y el envejecimiento saludable.

En general, el diagnóstico se realizó en el marco de comprender el comportamiento de las personas mayores en la sociedad. De esta manera, se plantean diferentes disciplinas y áreas de abordaje para diagnosticar los Centros de Encuentro de la Municipalidad de San José desde una perspectiva inclusiva, donde se logre que estos espacios municipales sean rediseñados para promover la inclusión, el bienestar y la calidad de vida de las personas mayores.

# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

### 1.1 Introducción

La labor desde la sociología es realizar un diagnóstico social para el Programa de Adultos Mayores de la Municipalidad de San José (MSJ), específicamente en el Departamento de Servicios Sociales (DSS). Este diagnóstico pretende establecer las condiciones sociales de la población objetivo, con una perspectiva inclusiva donde se parte de la idea que esta población presentaba importantes afectaciones en las diferentes formas de socialización luego de la pandemia por Covid-19. Asimismo, se relaciona con la soledad y el aislamiento social, pues no mantuvieron una relación constante con su entorno y otros grupos etarios durante y posterior a la crisis social.

Es así como se plantean desde la Municipalidad acciones que conduzcan a la acreditación de una “Ciudad Amiga” para la persona mayor, así como, un estudio de las labores realizadas hasta el momento en el Departamento de Servicios Sociales para conocer a fondo sus debilidades y fortalezas como departamento designado para dirigir las acciones y actividades para concretar una ciudad y centros de encuentros amigables con la persona mayor. Es importante señalar que, una “Ciudad Amiga” ayuda a fortalecer las relaciones humanas y contribuye a un envejecimiento saludable al mismo tiempo que mejora la actividad de las personas mayores en los espacios comunitarios.

Un aspecto clave en el diagnóstico es conocer la interacción de esta población con su entorno, pues comprender las relaciones que mantienen con las demás personas que los rodean servirá para una eventual intervención, que beneficie su integración social desde una perspectiva sociológica, donde se considere la influencia de una ciudad urbanizada en los procesos de interacción de los individuos. Esta integración es relevante, puesto que, si no se produce, se generará una serie de complicaciones que podrían producir problemas que ponen en riesgo su salud, tanto física como mental.

El diagnóstico se abordó desde una mirada crítica, para observar las diferentes realidades de los agentes sociales y así visualizar cómo es que se desarrolla su actividad social en la vida cotidiana y cómo estas actividades afectan su integridad.

De acuerdo con lo anterior, y luego de finalizar el diagnóstico se obtendrán resultados relevantes para generar el plan de acción que conduzca a contribuir significativamente en la acreditación del cantón de San José como “Ciudad Amiga”.

Se enfatiza en la población atendida por el Departamento de Servicios Sociales, desarrollando un involucramiento en el programa, por medio de talleres, actividades y técnicas de recolección de información, donde expresen sus necesidades como población vulnerable tanto en los centros de encuentro como en las áreas más importantes de su ciudad, pues requieren trasladarse de un lugar a otro y deben hacerlo de una manera segura y en un ambiente inclusivo para todas las personas habitantes.

Se parte también de la necesidad por generar un análisis de las actividades cotidianas de estas personas enfocado principalmente en los centros de encuentro. Para visualizar cómo se ven afectados socialmente por su condición de población vulnerable, que les imposibilita realizar ciertas labores de una manera normalizada. Por consiguiente, el diagnóstico está enfocado en visualizar las principales problemáticas en el entorno que les rodea tanto en los centros de encuentro como en sus hogares y sus comunidades.

Un aspecto importante por considerar es el rol que cumplen estas personas en la sociedad, pues se considera que, para generar acciones inclusivas, se debe observar a esta población de una manera distinta. Por lo general, se visualizan de modo que la mayoría de las políticas sean enfocadas para ayudarles, generando que sean vistos como una población receptora de ayudas. Pero la realidad del caso es que son personas con gran experiencia y sabiduría, que contribuyen significativamente en el desarrollo familiar y social. Esta sabiduría y experiencia podrían trasladarse a los centros de encuentro o lugares donde suelen reunirse, para lograr que estas personas se sientan importantes e interactúen con otros grupos sociales y exista una adaptación de la población en el contexto actual.

Estas personas suelen sentirse excluidas por el desarrollo social que se ha generado a lo largo de la historia. Un ejemplo de lo anterior es el desarrollo tecnológico que los afecta en la mayoría del tiempo, pues se les dificulta el uso de aparatos electrónicos y herramientas tecnológicas que suelen parecer normales para las demás personas.

Tomasini indica que, “la brecha digital y las desigualdades entre las personas adultas mayores han aumentado debido a que no tienen acceso a las herramientas tecnológicas de última generación” (2022, párr. 1). Por esta razón, se espera que la población adulta mayor

logre una resiliencia a la sociedad actual y se genere una reconstrucción de los roles, por medio de la sociología de la vejez y la gerontología social, contribuyendo en el estudio de la vejez y los factores sociales que inciden directamente en las afectaciones de la población adulta mayor.

Este documento está conformado de manera que sea posible visualizar una primera parte teórica con la estructura y el abordaje que se llevará a cabo y una segunda parte con la puesta en marcha de las técnicas y los métodos elegidos para desarrollar un diagnóstico con los objetivos establecidos previamente. De esta manera, el diagnóstico está subdividido en cinco importantes fases; investigación, construcción del objeto, programación, ejecución y evaluación.

## **1.2 Justificación**

La creación del diagnóstico se realizó en el marco del desarrollo de programas de atención integral y social, que atienden a la persona mayor a lo interno de la Municipalidad de San José, para así generar una evaluación de las labores del departamento, por medio de un acercamiento a la población de interés.

Se logró un convenio para realizar la práctica entre el investigador y la Municipalidad de San José, con el fin de aportar desde la sociología, elementos que contribuyeron a fortalecer los proyectos municipales.

Este diagnóstico y evaluación social surgió a raíz de la necesidad del Departamento de Servicios Sociales, por determinar las principales necesidades que contribuyan al fortalecimiento de la ayuda solidaria hacia las personas que más lo requieran, por su estado vulnerable frente al entorno social. Cabe mencionar que, el diagnóstico se realizó mediante el método empírico, lo que genera un lazo entre el investigador y los agentes sociales, por medio de la experiencia directa e interacción entre ambas partes, para conseguir los objetivos deseados.

Este diagnóstico en su momento se consideró pertinente para la posible acreditación de Ciudad Amiga de la Persona Mayor. Por consiguiente, se estudió la temática desde la colectividad social, puesto que, los seres humanos se encuentran en constante interacción entre ellos mismos y su entorno, definiendo entorno como el conjunto de factores que intervienen en la cotidianidad de las personas para bien o para mal.

Del mismo modo, un diagnóstico sirve de base para programar acciones concretas, sean, planes, proyectos o programas que beneficien a un grupo o comunidad, como es el caso de las personas mayores, donde se pretende originar acciones que genere como resultado una San José más inclusiva con estos grupos sociales.

Con la ejecución del diagnóstico se ayudó a la Municipalidad de San José a tener un panorama de las necesidades de esta población, brindando posibles alternativas de solución hacia la atención integral de las personas mayores.

Por otro lado, las temáticas abordadas están establecidas desde la inclusión y se llevaron a cabo estrategias que involucraron directamente a la población en el diagnóstico. Estas temáticas fueron: la soledad y el aislamiento social, la integración social, la sociología de la vejez, la gerontología social, la participación en espacios de convivencia, los entornos sociales, los roles y el envejecimiento activo y saludable. Todo lo anterior, con el fin de estudiar una problemática social desde una perspectiva sociológica que dé como resultado oportunidades de desarrollo y crecimiento para las personas mayores en condiciones equitativas.

De forma similar, la percepción de algunos seres humanos hacia las personas mayores es que poseen dificultad para realizar ciertas labores. Sin embargo, la realidad del caso es que, socialmente existen brechas para sobrellevar esas barreras de forma normalizada, lo que genera una serie de desventajas con respecto a otros en temas de accesibilidad.

No todos los seres humanos son iguales, todos cuentan con ciertas discapacidades, solamente que unas más notorias que otras, por lo que, será importante recalcar que se deben generar acciones de inclusión para cerrar la fisura social y se mejoren los niveles de autoestima mediante la inserción en los grupos sociales.

Desde un enfoque sociológico, existen desafíos que van más allá de una estructura física, pues se debe analizar los centros de encuentro desde una perspectiva integradora que adopte de manera positiva a la población mayor sin importar sus condiciones vulnerables.

Asimismo, se formuló el supuesto que las ciudades no se adaptan a las personas sino las personas a las ciudades. Es así como se visualizó una ciudad que cuente con las condiciones de integración para todos los adultos mayores, donde los espacios comunitarios sirvan de apoyo para que aquellos con desventajas sociales puedan satisfacer sus necesidades económicas, sociales, culturales, recreativas, políticas y ambientales. De esta manera, se

estableció la necesidad de que las políticas institucionales y espacios públicos sean diseñadas de forma que, todas las personas puedan ser parte de la sociedad de manera equitativa.

### **1.3 Contextualización**

#### **1.3.1 Reseña histórica del Cantón de San José**

En este apartado se expone la historia del cantón de San José, para comprender el contexto social en el cual ha estado envuelto a lo largo de los años y, de esta manera, generar un primer acercamiento a la realidad del cantón.

Primeramente, en 1736, nace la provincia de San José, iniciando una historia valiosa para Costa Rica, por su desarrollo económico y social que siempre ha caracterizado a esta ciudad. Es así como cuarenta y siete años después se logra oficializar a la provincia de San José en el año 1783 y da paso a innumerables hitos que han cambiado la historia de dicha provincia.

En 1812 San José es nombrada Municipalidad por primera vez, iniciando una trayectoria con labores municipales a nivel cantonal para el mejoramiento de las condiciones sociales y económicas, por medio de la vinculación ciudadana para generar un desarrollo en conjunto que beneficie a los habitantes.

Para el año de 1813 el pueblo de Villanueva de San José recibe el título de ciudad oficial, pues, según la Nación “fue hace 200 años cuando San José recibió el título de ciudad. La entonces llamada Villa Nueva de San José fue merecedora de tal título por decreto del 18 de octubre de 1813. (2013, párr. 5).

La capital que hoy se conoce y la localización de la actual Municipalidad fue hasta el año de 1823, la cual comenzaba a dar los primeros indicios de que pasaría a ser la principal ciudad del país. Lo anterior, por el crecimiento económico y social generado a raíz de la producción cafetalera característica de la época.

Estos paisajes cafetaleros caracterizaron por mucho tiempo esta ciudad que, junto a las labores administrativas y organización, años más tarde, se consolidaba como la capital de Costa Rica en 1838. A partir de esta fecha, y durante el siglo XIX, San José fortalece su posición política y económica como cabecera del país. En dicha capital se situarán para ese entonces las principales edificaciones del gobierno central y los órganos principales del Estado.

Para el año de 1848 se funda el cantón de San José siendo el N°1 de la provincia del mismo nombre junto al Carmen, Merced y Catedral, que dan nombre al llamado casco central de la capital. Años más tarde se da un hecho importante cuando se erigió en catedral la diócesis de San José en 1850.

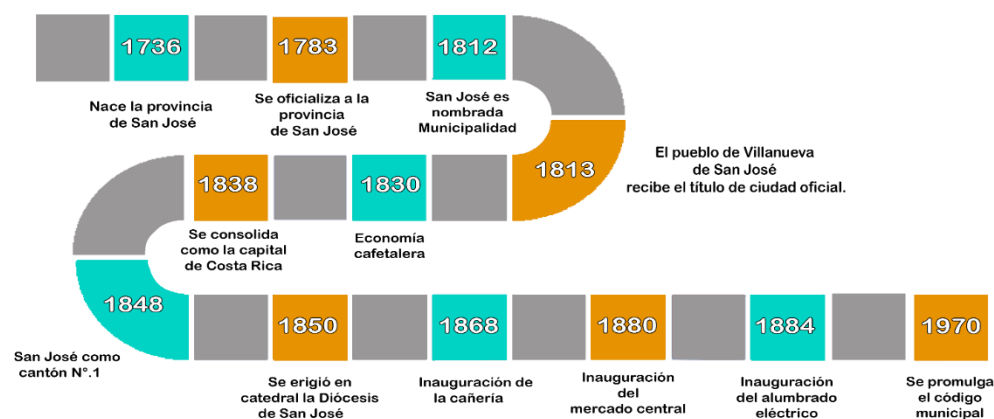
Este hecho se considera importante para la Municipalidad de San José, porque en esta época la religión católica era la más importante de Costa Rica. Por lo tanto, su influencia en los aspectos políticos era notable y su relación con la municipalidad de San José era constante.

Algunas de las inauguraciones más importantes realizadas por la Municipalidad en su momento, y que, cambiaron el significado de la ciudad para los habitantes de este territorio fueron: la de la cañería en el cantón realizada en 1868, la inauguración del mercado central en 1880 y la del alumbrado eléctrico con bombillo. Cabe mencionar que fue una de las primeras ciudades en poseer este alumbrado en el año 1884.

Posteriormente, se promulga el código municipal en 1970 y años después se realiza el primer diagnóstico cantonal a gran escala en 1994. Este diagnóstico sirvió de base para conocer las diferentes situaciones del cantón, así como, la obtención de información de la población para realizar estudios que sirvieran de base para ejecutar acciones para el desarrollo cantonal.

**FIGURA 1**

**RESEÑA HISTÓRICA DEL CANTÓN DE SAN JOSÉ**



Nota: Elaboración propia con información recolectada de La Nación y Archivo Eclesiástico, 2023.

### **1.3.2 Programa de Adultos Mayores de la Municipalidad de San José**

El diagnóstico se realizó para el Programa de Adultos Mayores en la Municipalidad de San José, ubicada actualmente en el Edificio José Figueres Ferrer, Av. 10, Los Silos, San José. Cabe señalar que: “San José es el Cantón 1º de la Provincia de San José y sede de la Capital de la República, con una extensión territorial de 44,62 kilómetros cuadrados y una superficie de 0,09% de todo el territorio nacional” (Municipalidad de San José, 2016).

Es importante realizar intervenciones para el mejoramiento de la condición de vida de los habitantes, pues, en este cantón habita un número importante de personas en condición de vulnerabilidad, como lo son el caso de la persona mayor, que requieren una intervención más concentrada de sus necesidades como ciudadanos del cantón de San José.

La Municipalidad se caracteriza por su misión y visión orientadas al mejoramiento de las condiciones de las personas, así como los visitantes de la ciudad de San José de forma breve, sea por turismo o comercialmente.

Respecto a la misión se obtiene según el plan de desarrollo comunal 2022-2024 de la Municipalidad de San José que:

El Gobierno Local de San José atiende las necesidades y brinda los servicios requeridos por los habitantes y visitantes de la ciudad, así mismo realiza y promueve acciones para la regeneración urbano-ambiental, la reactivación económica, social y cultural del cantón. (2016, p. 83).

Esta misión refleja la labor realizada en el Departamento de Servicios Sociales (DSS), pues en él se atiende a la población de San José que requiera ayuda, por su condición o posición social.

La visión por su parte se dirige a “lograr una ciudad sostenible, innovadora, democrática y solidaria mediante el desarrollo urbanístico, económico, tecnológico, social, cultural y ambiental, que coadyuve en el bienestar de la población y de quienes visitan el cantón.” (Municipalidad de San José, 2016, p. 83). Este desarrollo y deseo por el bienestar social que se hace referencia en la visión será relevante para el desarrollo de la práctica, puesto que, se pretende mejorar las condiciones en las personas vulnerables del cantón.

El objetivo de la misión recae en el ofrecimiento de mejores condiciones sociales, convivencia y espacios físicos que les ayude en su cotidianidad. Además de la aspiración por

generar una ciudad amigable siendo este el objetivo del diagnóstico; una ciudad y centros de encuentro amigables para todas las personas mayores.

El Departamento de Servicios Sociales de la Municipalidad de San José, se caracteriza por poseer diferentes oficinas dedicadas a la intervención social y económica del territorio que comprenden los once distritos del cantón; Carmen, Catedral, Hospital, Merced, Zapote, San Francisco de Dos Ríos, La Uruca, Mata Redonda, Pavas, Hatillo y San Sebastián. Estas intervenciones se realizan por medio de políticas institucionales internas donde los funcionarios tomen decisiones desde el marco de acción establecido por la institución.

### **1.3.3 Políticas institucionales**

Las políticas son importantes a lo interno de las instituciones, pues en ellas se permite guiar a las personas funcionarias, por medio de acciones para el cumplimiento de actividades que beneficien el mejoramiento de las condiciones económicas y sociales hacia un desarrollo institucional. Es así como lo define el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (MTSS):

Una política permite establecer lineamientos homogéneos para las decisiones y protocolos de actuación en diferentes ámbitos dentro de la Institución, que todas las personas funcionarias deben aplicar para el cumplimiento de sus labores y desarrollo de las actividades institucionales que les corresponden. (2019, p. 4)

La municipalidad en este sentido cuenta actualmente con seis políticas instituciones dentro de las cuales destacan:

Fortalecer la gestión ambiental en procura del desarrollo urbano responsable y sostenible del cantón. (Municipalidad de San José, s.f, párr. 1)

Facilitar a la ciudadanía el ejercicio de sus derechos culturales. (Municipalidad de San José, s.f, párr. 2)

Contribuir al reconocimiento y garantía de los derechos de las familias, legitimando su diversidad, impulsando valores humanistas, democráticos fortaleciendo la capacidad para la realización de proyectos de vida, en el marco de las dimensiones ética, política, cultural, social y ambiental en que transcurre la vida cotidiana. (Municipalidad de San José, s.f, párr. 3)

Incentivar la creación, ampliación y modernización de la infraestructura, expandiendo con ello la actividad económica, para lograr el desarrollo urbano, sustentable y ordenado del cantón. (Municipalidad de San José, s.f, párr. 4)

Fortalecer el desarrollo institucional garantizando la eficiencia en la prestación de servicios y por ende el desarrollo del cantón. (Municipalidad de San José, s.f, párr. 5)

Fomentar una cultura de participación y la corresponsabilidad ciudadana en el cantón central de San José, con el fin de ampliar la democracia y mejorar la gestión municipal. (Municipalidad de San José, s.f, párr. 6)

#### **1.3.4 Áreas temáticas**

Las áreas temáticas tienen como objetivo fortalecer las necesidades según las dimensiones de trabajo. Por un lado, se encuentra la seguridad ciudadana en la cual se pretende realizar un fortalecimiento de la seguridad en la totalidad del territorio de San José. Esta área tiene como objetivo “mejorar la seguridad ciudadana y contribuir a reducir los índices de delincuencia que coadyuve a lograr mayor sostenibilidad, inclusión y resiliencia en las comunidades del Cantón”. (Municipalidad de San José, 2021, p. 86).

La movilidad, infraestructura y la regeneración urbana, por otro lado, es un área de suma importancia. Primeramente, respecto a la infraestructura, se tiene como objetivo “contribuir en la creación de una ciudad eficiente, sostenible y competitiva, mediante la construcción de la infraestructura y las mejoras del entorno urbano”. (Municipalidad de San José, 2021, p. 89). Algunos de los proyectos previstos son el mejoramiento de vías públicas, puentes, parques, instituciones, alcantarillado. Del mismo modo, otras actividades de este eje temático son la regeneración urbana y repoblamiento con el objetivo de:

Promover la erradicación de asentamientos informales y la generación de propuestas de vivienda para clase baja en asocio con entes públicos y privados. Brindar opciones de vivienda, para clase media del cantón (...). (Municipalidad de San José, 2021, p. 95).

También se trabaja en la Gestión Urbano Ambiental y la movilidad urbana sostenible con el objetivo según la Municipalidad de San José de:

Contribuir en el manejo y sostenibilidad del ecosistema urbano que coadyuve en el mejoramiento de las condiciones ambientales del cantón. Fortalecer los servicios ambientales en el cantón, mediante la implementación de propuestas para manejo integral de los mismos, e implementar acciones de participación y gestión con los actores institucionales y locales involucrados, que coadyuven en el mejoramiento de las condiciones ambientales del cantón. Integrar nuevas propuestas de movilidad

urbana de forma participativa para impulsar el desarrollo de una ciudad más equitativa, humana y sostenible. (2021, p. 97)

Algunos de los proyectos previstos para este eje serán la realización de planes de movilidad activa, espacios para parqueo de bicicletas, limpieza de parques, jardines y áreas comunales, puesta en marcha del uso de energías limpias y tratamiento de residuos sólidos para una ciudad amigable con el medio ambiente.

Por otra parte, la innovación y el desarrollo económico se pretenden lograr mediante una transformación urbanística donde se realicen proyectos desde una visión sostenible para todas las personas habitantes.

Se implementan en el plan de trabajo comunal actividades en relación con la innovación y recuperación económica, por medio de una ciudad inteligente que les permita a sus ciudadanos tener una mejor movilidad social. Esta área tiene como objetivo “contribuir en el desarrollo económico, urbano, social y educativo-tecnológico mediante la reconversión productiva y recuperación económica, en alianza estratégica con actores claves del cantón”. (Municipalidad de San José, 2021, p. 103). Mediante este objetivo se aspira a una reactivación económica por medio del turismo local y extranjero.

El desarrollo social de San José ha ido incrementando y este crecimiento se espera en los próximos años sea de manera positiva, para el mejoramiento de las condiciones sociales de la población más vulnerable del cantón de San José. Esta área temática tiene como objetivo según la información de la Municipalidad de San José: “Ampliar los servicios de atención para mejorar las condiciones de vida de la población en vulnerabilidad social, con énfasis en niñez, personas en situación de calle y adulto mayor”. (2021, p. 108), por medio del acercamiento a la población en riesgo o vulnerabilidad social y la implementación de estrategias educativas en el cantón para la población joven y adulta que deseen permanecer en el sistema educativo costarricense.

El desarrollo de las culturas, el deporte y la recreación, que por medio de programas se espera que promueva la cultura, una ciudad creativa donde se desarrollen actividades recreativas y deportivas para las personas.

Por último, la gestión del gobierno y la participación ciudadana tiene como objetivo según la Municipalidad de San José “realizar una gestión de gobierno de cara al ciudadano,

con transparencia y logrando mayor participación de los diferentes actores en la gestión del gobierno local.” (2021, p. 116).

Además, pretende lograr mayor agilidad, efectividad y transparencia en la gestión de los procesos y servicios institucionales con herramientas y prácticas modernas que posibiliten la participación ciudadana y la mejora continua con enfoque en la calidad hacia el usuario interno y externo. (2021, p. 118)

En el caso del Departamento de Servicios Sociales el área temática que atiende es la del desarrollo social. En él se realizan acciones que contribuyen al mejoramiento de las condiciones de vida, sin considerar la posición social o condiciones tanto físicas como mentales que afecten el desarrollo personal de la ciudadanía.

Estas acciones y esfuerzos se efectúan desde las diferentes oficinas dentro del departamento, pues este se subdivide de manera que la atención sea más enfocada a cada grupo social vulnerable.

### **1.3.5 Caracterización de los Centros de Encuentro para Personas Mayores**

En San José están presentes múltiples instituciones que velan por el bienestar social de la persona mayor e internamente de la Municipalidad no es la excepción. Esta institución cuenta con los centros de encuentro de atención, por medio, del Programa Municipal para la Persona Mayor, que tiene como objetivo el crecimiento personal de las personas mayores, así como, una etapa de envejecimiento saludable.

San José cuenta con un total de 46 centros de atención para adultos mayores. No obstante, se indica que la cantidad de este tipo de instituciones sigue siendo escasa frente a la demanda y el crecimiento poblacional. En el país hay un total de 135 de hogares, centros diurnos y fundaciones dirigidas a las personas de 65 años y más. (Universidad Nacional de Costa Rica, 2020, párr. 14)

El constante crecimiento poblacional de las personas mayores hace que las instituciones ya no den abasto, generando una incertidumbre con lo que sucederá en el futuro.

La municipalidad pone a disposición los centros de encuentro para personas mayores ubicados en los distritos de San Sebastián, Hatillo, San Francisco de Dos Ríos y Zapote. Distritos que pertenecen al cantón de San José.

Los centros tienen como principal objetivo “habilitar espacios de convivencia, de esparcimiento y de formación orientados a la promoción del envejecimiento activo y pleno, al desarrollo personal y a la participación e inclusión de la persona mayor de San José.”. (Municipalidad de San José, 2022, párr. 1). Si bien es cierto la edad para ser persona mayor en Costa Rica es de 65 años, estos centros admiten personas que quieran formar parte con edades a partir de los 60 años. Además, en ellos se atiende a un aproximado de 400 personas distribuidos entre ambos sexos en los diferentes centros de encuentro.

### 1.3.6 Centro de encuentro de Hatillo

Este centro está ubicado en Hatillo 2, del Centro Municipal de Acopio, 200 m Norte. En él se atiende a población de las comunidades alrededor de Hatillo que deseen incorporarse a las actividades que ofrece el centro de encuentro.

Las actividades desarrolladas en este centro van de la mano con las manualidades, actividades recreativas y deportivas, paseos, charlas socioeducativas entre otras actividades de convivencia.

#### FIGURA 2

##### *UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL CENTRO DE ENCUENTRO DE HATILLO*



Nota: Obtenido de Google Maps, 2023

### 1.3.7 Centro de encuentro de San Sebastián

Este centro de encuentro se ubica en el Parque Colonia Kennedy Sur, del Palí 50 m oeste, 25 m norte, y 50 m oeste.

**FIGURA 3****UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL CENTRO DE ENCUENTRO DE SAN SEBASTIÁN**

Nota: Obtenido de Google Maps, 2023

Tiene como objetivo contribuir con el mejoramiento de la calidad de vida de las personas mayores de San Sebastián, por medio de la atención inmediata de las necesidades expresadas por estas personas. Este centro junto al de Hatillo son los que reciben mayor población actualmente y se caracterizan por poseer un grupo activo que participa de las actividades que ahí se facilitan.

Las actividades desarrolladas en los centros, y, a las cuales se pueden involucrar a las personas mayores están relacionadas con las manualidades, actividades recreativas y deportivas, paseos, charlas socioeducativas entre otras actividades de convivencia como se mencionó con anterioridad.

Estos centros contribuyen con el mejoramiento de la calidad de vida, por medio del aumento en las habilidades, crecimiento personal y mejora en la socialización, por medio de actividades que unen a las personas mediante lazos de amistad y generación de un ambiente amigable donde las personas que asisten se sientan cómodas con la atención recibida.

Por lo general, las mujeres en la vejez se caracterizan por ser más participativas. Además, las actividades desarrolladas en los centros de encuentro se vinculan mejor a las mujeres, generando que los incentivos sean más atractivos para la población femenina; lo expuesto anteriormente se refleja en la siguiente cita:

El envejecer puede ser positivo y saludable siempre y cuando se canalicen las necesidades de socialización y recreación del adulto mayor con actividades que propicien las condiciones para desenvolverse en un entorno estimulante en el cual se favorezcan experiencias de aprendizaje y estilos de vida saludables. (Verdeza, 2015, párr. 1).

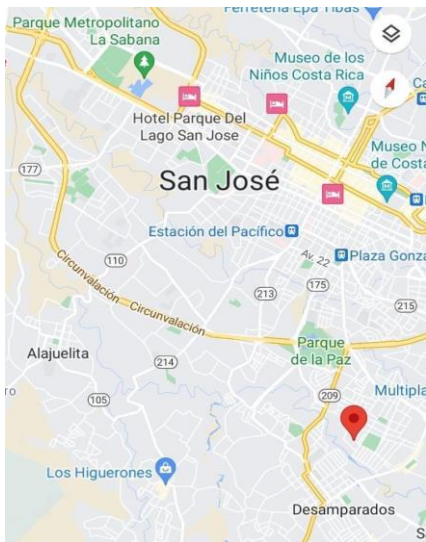
De este modo, los centros de encuentro facilitados por la Municipalidad proporcionan las herramientas para que esta población cumpla con el proceso de socialización y satisfacción de sus necesidades de interacción.

### 1.3.8 Centro de encuentro de San Francisco de Dos Ríos

Se ubica actualmente en el residencial El Bosque, de la caseta del guarda, 200 m oeste, conocido como Salón Comunal Las Palmas. Durante la realización del diagnóstico se estaban realizando esfuerzos para la apertura de este centro. Dicha apertura se esperaba realizar en el primer semestre del 2024, por lo que la población que asista a este centro de encuentro no se tomará en consideración para la realización del diagnóstico y la recolección de información.

#### FIGURA 4

##### *UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL CENTRO DE ENCUENTRO SAN FRANCISCO DE DOS RÍOS*



Nota: Obtenido de Google Maps, 2023

El objetivo de este diagnóstico fue tener un acercamiento a la población tomando en cuenta los diferentes centros de encuentro, pues un grupo considerable asiste a estas actividades para mejorar sus habilidades e integrarse socialmente.

El interés de trabajar con las personas mayores surgió, porque los centros de encuentro se ubican en distritos fuera del casco central, por lo que, tener este acercamiento fue relevante para la posterior realización del diagnóstico cantonal para la acreditación de “Ciudad Amiga” en San José. Se espera que este diagnóstico esté enfocado principalmente en la zona central de San José, por esta razón, el diagnóstico a los centros de encuentro fue importante, porque se estudia una población que posiblemente no vaya a ser tomada en cuenta en el diagnóstico principal.

### 1.3.9 Centro de encuentro de Zapote

Por último, este centro se ubica de Correos de Costa Rica, 200 metros sur, 100 este, 100 norte, 100 este y 100 norte. Es el más reciente en abrir sus puertas al público. La apertura se realizó el 8 de noviembre del 2021. En el año 2020 se acordó construir un nuevo centro que atendiera a la población mayor de Zapote, por medio de un proyecto de la Municipalidad de San José. Fue el 17 de enero de ese mismo año cuando se colocó la primera piedra que daba el inicio a la construcción que cambiaría la vida de muchas personas con edades avanzadas de ese distrito.

#### FIGURA 5

##### UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL CENTRO DE ENCUENTRO DE ZAPOTE



Nota: Obtenido de Google Maps, 2023

Para concluir con la contextualización de los centros de encuentro, cabe mencionar que, la Municipalidad de San José actualmente sigue realizando esfuerzos por parte de los centros, para mejorar las condiciones sociales de la población estudiada.

#### **1.4 Análisis de viabilidad**

El análisis de viabilidad se realizó con el fin de examinar el proceso de la práctica e identificar algunas ventajas y limitaciones de su ejecución. Se estudia el posible éxito o fracaso, tomando en consideración factores que pudiesen influir en su realización, así como las principales limitaciones del departamento donde se realizó el diagnóstico social.

Dicho proceso permite tener una visión clara de lo que puede suceder durante las diferentes etapas (investigación previa, construcción de objeto, programación, ejecución y evaluación).

La Municipalidad de San José mediante sus áreas temáticas, centra sus labores y atención en el desarrollo social. Por medio, de su objetivo “Ampliar los servicios de atención para mejorar las condiciones de vida de la población en vulnerabilidad social, con énfasis en niñez, personas en situación de calle y persona mayor”. (Municipalidad de San José, 2021, p. 108). Hace énfasis en las poblaciones más vulnerables del cantón. Por esta razón, se cuenta con apoyo de parte de la alcaldía y superiores para generar proyectos de bien social en el Departamento de Servicios Sociales.

A modo de contextualización, la práctica se realizó en torno a lograr una adaptación de los espacios de la ciudad de San José y direccionar las acciones hacia una ciudad amiga con las personas mayores. Se generó en su momento una ilusión en el departamento y en las personas involucradas, pues de concretarse, sería un avance importante en la atención otorgada a este grupo social.

El objetivo de la práctica como se ha mencionado con anterioridad es “diagnosticar la situación de la persona mayor que asiste a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José (MSJ) en el periodo 2023-2024, para la promoción de un plan de acción. Por esta razón, este objetivo fue objeto de análisis para establecer la viabilidad de concretarlo.

Una de las ventajas de la práctica es que, existe la posibilidad de interactuar con las personas mayores para así aproximarse a la población meta. Esto permite conocer la realidad individual, así como, las principales necesidades como ciudadanos del cantón de San José. De esta manera, se espera que las personas mayores puedan expresar sus necesidades

relacionadas a la salud y atención a largo plazo, la educación, el trabajo, desarrollo urbano, transporte y vivienda, información y comunicación.

Se pretende que la población reaccione de forma positiva en la aplicación de la técnica e instrumento de investigación y colaboren con la recolección de información, pues se estaría ejecutando un proyecto para su bienestar individual y colectivo (colectivamente si se habla de un grupo social en condición de vulnerabilidad).

Sobresalen las labores de las distintas municipalidades a lo largo y ancho del territorio por adoptar medidas para la integración de las personas mayores a los espacios públicos por medio del programa de Ciudades y Comunidades Amigables. Respecto a lo anterior, doce municipalidades cuentan con la acreditación de una ciudad amiga y forman parte de la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores.

Las 12 municipalidades que ahora forman parte de la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores de la Organización Mundial de la Salud (OMS) impulsan mejoras en obra pública (aceras, parques, edificios) y servicios (salud, transporte público, recreación) basándose en diagnósticos cantonales. (Ministerio de salud, 2022, párr. 2)

La principal meta de la Municipalidad de San José es formar parte de este grupo de municipalidades que se incorporaron al programa de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS). Con el fin de mitigar el impacto social de las personas mayores y garantizar un envejecimiento saludable a nivel cantonal.

La creación y ejecución del diagnóstico, así como la puesta en marcha de acciones solidarias se visualiza de manera que, puedan contribuir para que se logre la acreditación de San José como ciudad y comunidad amigable con las personas mayores. Además, se espera la participación de un número significativo de personas e instituciones que se involucren directamente en el programa, teniendo multiplicidad de actores que se unen al objetivo.

La Municipalidad de San José, el Departamento de Servicios Sociales y los programas de atención social están comprometidos con lograr esta acreditación, por lo que, el proceso de práctica en su mayoría se define como viable y los objetivos son posibles de alcanzar.

Por otra parte, las personas que estarán a cargo de dar seguimiento al diagnóstico serán las trabajadoras sociales del programa municipal para la persona mayor: Maricruz

Ramírez Córdoba y Cynthia Fallas Vargas. Lo anterior aprobado por el departamento de Recursos Humanos y la jefatura representada por Mariella Echeverría Chavarría.

Se espera la colaboración de personas representantes de la Organización Panamericana de la Salud, la Organización Mundial de la Salud y el Ministerio de Salud, así como instituciones externas a la Municipalidad que atiendan directamente a las personas mayores a lo largo de los doce distritos de San José.

Se analizará la manera que estas personas atienden a esta población, así como, las acciones que han adoptado para mejorar la calidad de vida y el manejo responsable de sus actividades diarias.

Una de las principales restricciones de la ejecución del diagnóstico, es que, el cantón de San José cuenta con 11 distritos en los cuales la población es extensa. Considerando lo anterior, se pretende dar inicio con la población de los centros de encuentro ubicados en San Francisco de Dos Ríos, Zapote, Hatillo y San Sebastián.

La práctica es un primer acercamiento a la población, pues se espera que luego se expanda el alcance a los demás distritos del cantón, considerando que cada uno de estos espacios son importantes para la ejecución del diagnóstico general que la municipalidad espera realizar a corto plazo. Esta característica hace que haya una delimitación del alcance y sea posible abordar los objetivos y metas.

Otra ventaja, es que, se tienen identificados los grupos de personas mayores con los que se trabajará, para luego visitar los centros de encuentro y realizar la aplicación de las entrevistas y cuestionarios con el fin de recolectar información.

Este diagnóstico funcionará como base para generar un primer acercamiento hacia la proyección del departamento por desarrollar un diagnóstico general en el cantón. La municipalidad espera contratar entidades externas para que realicen el diagnóstico general, la aplicación del instrumento y generación de resultados, así como, la creación de una nueva política municipal para el cantón de San José relacionada a las personas mayores

A modo de cierre, este diagnóstico servirá para ejecutar acciones en el Programa Municipal para Personas Mayores que beneficien a esta población. Se espera obtener resultados importantes para mejorar el servicio en los centros de encuentro y generar que todas las personas que asistan se sientan en un ambiente cómodo y amigable, con mejores espacios para la convivencia e interacción.

## CAPÍTULO II

### PROBLEMATIZACIÓN

#### 2.1 Problematización

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), han creado la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores (GNFACC). Esta red busca el envejecimiento saludable a nivel mundial, por medio de la mejora en las estructuras de las ciudades y comunidades donde esta población está presente.

Costa Rica, por medio de sus Municipalidades han adoptado esta iniciativa y se han preparado para acreditarse como ciudades amigables. Por esta razón, la Municipalidad de San José desea integrarse a este grupo que está trabajando en la mejora de sus ciudades. Si bien es cierto, la creación de la red de ciudades amigables con personas mayores y la decisión de la Municipalidad por integrarse, es una iniciativa importante para mejorar la calidad de vida de la persona mayor, también existen desafíos sociológicos que deben abordarse, pues ese concepto de ciudad o centros de encuentros amigables va más allá de una perspectiva física. De este modo, se deben visualizar desde una perspectiva integradora que adopte de manera positiva a la población adulta mayor sin importar sus condiciones como población vulnerable.

Desde la sociología se pueden visualizar algunos elementos de la problemática que se deben considerar para las ciudades amigables. Estos desafíos se estudiarán desde las teorías sociológicas que mejor se adapten al proceso del diagnóstico.

Las teorías sociológicas son el núcleo y la fuerza subyacente de la disciplina. Orientan a los investigadores en sus estudios. También guían a los practicantes en sus estrategias de intervención. Y te proporcionarán una comprensión básica de cómo ver el panorama social más amplio en tu propia vida personal. (Hammond y Cheney, 2019, párr. 1)

Estas teorías sociológicas tales como la integración social y la sociología de la vejez y la desvinculación, por ejemplo, serán la base para fundamentar teóricamente lo que se establece en este apartado de problematización. Por consiguiente, algunos de los desafíos están dirigidos a mejorar la calidad de vida y promover un envejecimiento activo desde la inclusión social de las personas mayores. Para ello es importante comprender que “el

envejecimiento activo es el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad”. (Barros, 2010, p. 29)

El primer elemento de la problemática social que surge del proceso investigativo previo está relacionado con la desigualdad social hacia el acceso a oportunidades y recursos básicos. Esta desigualdad se genera a raíz de las barreras que existen según el lugar de residencia, pues dependiendo del lugar donde habiten, mayor o menor serán las dificultades para acceder a mejores oportunidades y recursos como lo son el acceso a servicios de salud de calidad, transporte adecuado para personas mayores, espacios públicos aptos para el desarrollo de actividades recreativas, tiempo de relajación, espacios de convivencia colectivo, entre otros.

Por consiguiente, es relevante visualizar no solo la creación de espacios físicos para personas mayores en las ciudades y centros de encuentro de San José, sino buscar alternativas para mitigar la desigualdad que se evidencia en el acceso a oportunidades y recursos por parte de esta población.

Asimismo, se plantea otro factor que debe considerarse si se desea una ciudad y centros de encuentro amigables. Este elemento está orientado a la exclusión social de las personas mayores por parte de la sociedad y los individuos que por medio de su interacción, generan dicha exclusión. Es importante recalcar que los individuos son seres altamente emocionales, que requieren una interacción constante para satisfacer sus necesidades de relaciones interpersonales. De esta manera, las emociones son fundamentales para entender el comportamiento humano, puesto que, “las emociones son poderosísimas en el ser humano, tienen la facultad de otorgar tranquilidad, reposo, felicidad...o pueden también proporcionar reacciones completamente diferentes: malestar: Odio, sentimientos de venganza intranquilidad, resentimiento.” (Pérez, s.f, párr. 1).

Las emociones en las personas mayores son importantes para el desarrollo de un envejecimiento de calidad, porque afectan directamente su salud tanto física como mental.

De esta manera se plantean tres pilares fundamentales para el envejecimiento activo: la actividad física en espacios públicos, el bienestar emocional por medio de sus emociones y la participación social para incentivar las interacciones sociales entre individuos.

Muchas personas mayores experimentan aislamiento y soledad debido a factores como la jubilación, la pérdida de amigos y familiares y la discriminación por motivos de

edad. Esto conlleva a sentir emociones negativas como tristeza, angustia, miedo, estrés que impiden un desarrollo óptimo como ciudadano.

De esta manera, la creación de “Ciudades Amigables” con personas mayores puede ayudar a abordar este problema social con la implementación de acciones que conlleven a fomentar la participación social y el compromiso cívico, tanto de las personas mayores como de los demás. Este compromiso cívico está ligado a la cultura de los demás para visualizar a las personas mayores como un individuo más dentro de los entornos sociales, puesto que muchos adultos mayores no utilizan espacios públicos porque se sienten excluidos de las interacciones sociales. También se debe abordar la problemática desde las actitudes negativas hacia la vejez por lo que, se debe incentivar la inclusión y el respeto a las personas mayores en la sociedad.

Por consiguiente, con la creación de una ciudad amiga, surge la necesidad de adaptar los centros de encuentro de la Municipalidad de San José, pero esta adaptación no se debe hacer solo de manera física, sino que se deben considerar factores externos a los centros que afectan directamente a la población adulta mayor como la exclusión social, acceso a oportunidades y servicios, rupturas sociales como la desigualdad, emociones crónicas, roles sociales de las personas mayores y el entorno social.

Por lo anterior, se establecen las siguientes preguntas generadoras que servirán de guía para el desarrollo del diagnóstico.

1. ¿Cuáles son las principales características de las personas mayores que asisten a los centros de encuentro?
2. ¿Cuáles son los desafíos para los adultos mayores en términos de acceso a los espacios físicos y a las nuevas tecnologías?
3. ¿Cómo se puede fomentar la participación y la inclusión social de las personas de la tercera edad en los centros de encuentro?
4. ¿Cómo incentivar el compromiso cívico colectivo hacia la población longeva?
5. ¿Cuáles son los roles sociales de las personas mayores?
6. ¿De qué manera se fomenta un envejecimiento activo y saludable en los centros de encuentro?

## **2.2 Objetivos**

### **2.2.1 Objetivo General**

Diagnosticar la situación de las personas mayores que asisten a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José (MSJ) en el año 2023, para la promoción de un plan de acción hacia la atención integral de las personas mayores.

### **2.2.2 Objetivos específicos**

1. Identificar las características de las personas mayores en los centros de encuentro de la Municipalidad de San José (MSJ).
2. Describir las necesidades de las personas mayores que asisten a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José.
3. Diseñar un plan de acción direccionado hacia la atención integral de las personas mayores.

## **CAPÍTULO III**

### **CONTEXTUALIZACIÓN TEÓRICA**

El soporte teórico se fundamenta en tres grandes categorías de análisis. Las mismas serán analizadas desde una perspectiva sociológica para entender el comportamiento de la persona mayor en la vida social. Estas categorías que recogen todo el análisis central del documento son: la integración social, la calidad de vida y la transformación social. De estas categorías surgen nuevas dimensiones de análisis para abordar la problemática planteada con antelación.

La vejez es una realidad social que desde la sociología es entendida como un conjunto de factores individuales o estructurales que influyen en la etapa de la vejez como proceso social, estudiando cómo las sociedades crean significados en torno al envejecimiento perjudicando o favoreciendo la experiencia de las personas mayores. De esta manera, es crucial comprender el enfoque y dirección del presente diagnóstico y la base sociológica en la cual se fundamenta el trabajo. Según una publicación de Sociología inquieta:

La vejez como proceso social tiene evidentemente toda una serie de imaginarios colectivos y constructos sociales detrás, los cuales, están ligados a un conjunto de cambios biológicos relacionados inevitablemente con el paso de los años y la superación de etapas vitales. (2022, párr. 3)

Es así como la vejez como objeto de estudio tiene a su alrededor una multiplicidad de constructos sociales, significados y formas distintas de interpretarla que influyen en las formas de socialización de este grupo social.

### **3.1 Población Adulta Mayor**

En los últimos años, se ha evidenciado el aumento de la población adulta mayor en el mundo y Costa Rica no es la excepción, pues según el Ministerio de Salud, “Costa Rica es uno de los países latinoamericanos con mayor envejecimiento, según las proyecciones las Naciones Unidas, se estima que para el 2050, el 31% de la población costarricense será adulta mayor” (2022, párr. 1).

De este modo, se ha adoptado en muchas Municipalidades de Costa Rica un programa creado por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) para la atención de la población mayor, pues pretenden un envejecimiento activo por medio de ciudades y comunidades amigables con las personas mayores. Este programa llamado: “Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores” es un avance en la atención enfocada a esta población, pues pretenden que en muchos países se adopte esta red y generen un progreso colectivo. Por esta razón, se ha conducido a la adopción de un enfoque cada vez mayor hacia la creación de ciudades amigables (ciudades se interpreta como todo el entorno que rodea a las personas mayores, todos esos espacios físicos donde se encuentran inmersos para realizar sus cotidianidades)

Dicho lo anterior, la Municipalidad de San José espera en los próximos años adoptar el programa y ejecutarlo a lo largo y ancho de San José y sus 11 distritos. De esta manera, el programa se toma como referente para realizar el diagnóstico en los centros de encuentro para personas mayores y conocer sus realidades.

Cabe señalar que en San José se encuentran instituciones externas a la Municipalidad que velan por el bienestar social de esta población, pero internamente se cuenta con el Programa de atención a los adultos mayores y que tiene a cargo los centros de encuentro ubicados en San Sebastián, Hatillo, San Francisco y Zapote.

Tal y como se indicó con anterioridad, San José cuenta en su territorio con una diversidad de centros de atención a las personas mayores, pero siguen siendo muy pocos en comparación a la demanda poblacional.

El crecimiento progresivo de la población mayor se ha vuelto una preocupación para todas las instituciones y personas involucradas con las mismas, puesto que se espera que esta población crezca a un ritmo acelerado en los próximos años, generando que las instituciones ya no den abasto, causando a la vez una incertidumbre con lo que sucederá en el futuro para estas personas. Este envejecimiento poblacional provoca que los esfuerzos por realizar en las instituciones encargadas de atenderlos se multipliquen y deban asumir nuevos retos por medio de estrategias y acciones que conlleven a una mejor condición y calidad de vida en su etapa longeva.

Una de las principales características de las personas mayores, es que la pobreza se refleja en su día a día, pues al pertenecer a la tercera edad, dejan de percibir ingresos y deben cubrir sus necesidades y gastos diarios con una pensión estatal o ayuda de sus familiares, por lo que su poder de adquisición se ve reducido.

Según el criterio de pobreza multidimensional, un 18 % de los hogares con adultos mayores son pobres. La incidencia de pobreza y vulnerabilidad aumenta cuando en un hogar hay menores de edad quienes dependen del ingreso de la persona mayor, situación conocida como hogar multigeneracional. (García, 2020, párr. 10)

Esta información revela la problemática que presentan las familias costarricenses al poseer en su núcleo a una persona mayor, pues las necesidades que deben cubrir lo deben hacer con ingresos menores a los necesitados.

A pesar de estos indicadores de pobreza, Costa Rica es uno de los países con mayor desarrollo, pero igualmente sigue permaneciendo la problemática de vulnerabilidad social.

En grandes rasgos, Costa Rica se encuentra entre los países latinoamericanos con mayor crecimiento de la población mayor, pero a la vez también cuenta con un índice desarrollo humano superior al de otros países de la región y esto es gracias a la inversión pública social hacia las personas con menores oportunidades de desarrollo o grupos en estado de vulnerabilidad.

Según el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) demuestra cómo este índice es superior si se compara con otros países del área:

“El IDH de Costa Rica en 2019 (0.810) es inferior al promedio de los países del grupo de desarrollo humano muy alto (0.898) y es superior al de los países de Latinoamérica

y el Caribe (0.766). En Latinoamérica y el Caribe, Costa Rica se compara con Panamá y Uruguay, cuyos IDH ocupan los lugares 57° y 55°.” (2020, p. 4)

Lo mencionado es importante para el desarrollo del diagnóstico, puesto que, el desarrollo humano es fundamental para una vida saludable y un envejecimiento pleno, y es relevante visualizar una posible combinación de variables que pueden estar correlacionados como lo son el índice de desarrollo humano y la esperanza de vida.

Al ser Costa Rica un país donde se cuenta con buenas condiciones de vida, la expectativa de vida para la población puede aumentar. Esto porque las personas a lo largo de sus vidas se desarrollan en un ambiente positivo a la vez que cuentan con los servicios médicos necesarios para satisfacer sus necesidades de salud.

De esta manera y adentrándose en el objetivo principal del diagnóstico sobre conocer la situación de las personas mayores que asisten a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José (MSJ), es importante explicar en qué consisten los centros de encuentro o lugares de encuentro para la persona mayor.

Estos centros tienen como principal objetivo “habilitar espacios de convivencia, de esparcimiento y de formación orientados a la promoción del envejecimiento activo y pleno, al desarrollo personal y a la participación e inclusión de las personas mayores de San José.” (Municipalidad de San José, 2022, párr. 1). Dentro de las actividades desarrolladas en los centros y a las cuales se pueden involucrar las personas mayores están relacionadas con las manualidades, actividades recreativas y deportivas, paseos, charlas socioeducativas entre otras actividades de convivencia. Es así como estos centros contribuyen con el mejoramiento de la calidad de vida por medio del mejoramiento en las habilidades, el crecimiento personal y mejora en la socialización por medio de actividades que unen a las personas mediante lazos de amistad y generación de un ambiente amigable donde las personas que asisten se sientan cómodas con la atención recibida.

De esta manera, se tiene como objetivo principal identificar las principales necesidades en los centros de encuentro para así lograr que estos lugares para la persona mayor sea un ambiente inclusivo, no solamente hablando de espacios físicos, sino de entornos sociales y factores que conlleven a un ambiente más amigable y favorable para esta población. Este diagnóstico se basa en la Ley Integral para la Persona Mayor 7935. Esta ley tiene como objetivos según el Instituto Nacional de Aprendizaje:

FIGURA 6

**OBJETIVOS DE LA LEY INTEGRAL PARA LA PERSONA MAYOR**

Garantizar a las personas adultas mayores igualdad de oportunidades y vida digna en todos los ámbitos.



Garantizar la participación de las personas adultas mayores en la formulación y aplicación de las políticas que las afecten.



Promover la permanencia de las personas adultas mayores en su núcleo familiar y comunitario.



Propiciar formas de organización y participación de las personas adultas mayores, que le permitan al país aprovechar la experiencia y el conocimiento de esta población.



Impulsar la atención integral e interinstitucional de las personas adultas mayores por parte de las entidades públicas y privadas, y velar por el funcionamiento adecuado de los programas y servicios, destinados a esta población.



Garantizar la protección y la seguridad social de las personas adultas mayores.

La ley surge con el objetivo de proteger los derechos de las personas de la tercera edad, así como el mejoramiento de la calidad de vida.

Además, intenta defender a esta población ante posibles situaciones de vulnerabilidad social, así como exclusión y posibles violaciones a los derechos humanos de estas personas. También fue creada para garantizar el acceso a los servicios básicos, sin que se les excluya de ningún sitio. De esta manera genera que las personas mayores puedan desarrollarse como cualquier otro grupo etario menor a ellos.

Del mismo modo, y en el contexto del marco legal y político que envuelve a las personas mayores es fundamental mencionar la Ley de Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad (7600). Esta aborda la necesidad de que las personas en condición de discapacidad puedan acceder equitativamente a servicios y espacios públicos. Por lo tanto, el abordaje de esta ley en la población mayor toma en cuenta las limitaciones de esta población y promueve la participación de manera activa.

Una de las instituciones públicas que protegen los derechos de las personas mayores es el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM). Esta institución impulsa la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez (PNEV) 2020-2024. Esta política es una

estrategia clave para la promoción del envejecimiento activo y saludable, el acceso a servicios, la prevención de la violencia, y la inclusión social

Seguidamente, el diagnóstico tomará una estructura con diferentes dimensiones y categorías que ayudarán a explicar el comportamiento de las personas mayores en los entornos sociales. También se guiará el documento hacia los principales conceptos que se desean abordar y de los cuales surgirán las principales características y necesidades de esta población.

### **3.2 La integración social de la persona mayor**

La integración social es un proceso por el cual algunos individuos con dificultades sociales son incorporados dentro de la estructura social. De esta manera, una integración en las personas mayores significa que esta población pueda participar activamente de la sociedad y de las relaciones sociales que en ella se realizan.

Una teoría sociológica importante en la línea del envejecimiento es la de Riley, Johnson y Foner, ya que, busca:

Comprender la interacción entre las personas viejas y las estructuras sociales cambiantes, las configuraciones de grupos e instituciones en la sociedad y los desequilibrios sociales entre personas y funciones, en los que la edad se convierte en una categoría de importancia para la distribución del poder, siendo la vejez un momento de la vida en el que se pueden experimentar ciertas desventajas. (Robledo y Orejuela, 2020, p. 99)

De este modo, la integración es fundamental en esta etapa de la vida para que estos desequilibrios sociales no signifiquen mayor impacto en las relaciones de las personas mayores

Por consiguiente, la integración social se toma como un punto inicial para el análisis de las personas mayores y su relación con la sociedad, así como su accesibilidad a oportunidades y beneficios para su desarrollo integral.

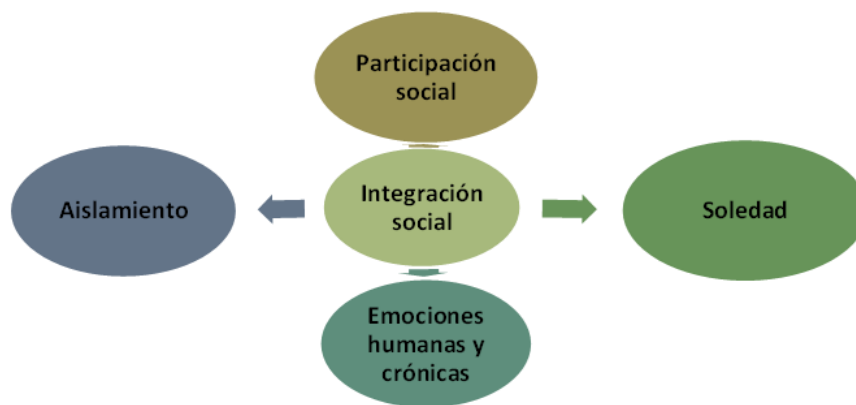
Para el sociólogo, pedagogo y filósofo francés Emile Durkheim “el concepto de integración social hace referencia a la aceptación de las minorías y grupos desfavorecidos de la sociedad, con el objeto de que logren mejorar su dignidad y su nivel de vida” (Mellado, 2019, p. 3).

El autor consideraba que la integración podría lograrse por medio de la cohesión social y la manera en la que los grupos sociales sostenían relaciones sociales, podría generar colectivos con objetivos en común.

De esta manera, la integración social puede vincularse con otros factores secundarios o fenómenos que surgen del interaccionismo como: la soledad y el aislamiento social, la participación ciudadana, las emociones humanas y las emociones crónicas, como se observa en la siguiente figura.

**FIGURA 7**

***CATEGORÍAS DE ANÁLISIS DE LA INTEGRACIÓN SOCIAL***



Nota: Elaboración propia, 2023

En lo que respecta a los centros de encuentro, las personas mayores proceden a asistir para mejorar su convivencia social y su relación con otras personas, por lo que será relevante conocer su relación con las demás personas que son parte de su círculo social cercano. De esta manera, se plantea la soledad y el aislamiento social como puntos que surgen de la integración social, pues de ahí se podría entender el comportamiento de la persona mayor. Por un lado, Madoz define la soledad como un:

Convencimiento apesadumbrado de estar excluido, de no tener acceso a ese mundo de interacciones, siendo una condición de malestar emocional que surge cuando una persona se siente incomprendida o rechazada por otros o carece de compañía para las actividades deseadas, tanto físicas como intelectuales o para lograr intimidad emocional. (Madoz, 1996, p. 4)

De este modo la soledad se define como una percepción subjetiva de las personas de no pertenecer a las sociedades y, por lo tanto, poseen una sensación de desconexión del

mundo social, que, por lo general, surge de la falta de relaciones sociales. Por esta razón, todos los individuos necesitan de constantes interacciones para sentirse bien y aunque sea una sensación natural, podría generar otros factores como las emociones negativas que pueden transformarse en emociones crónicas a causa de la soledad como sensación de falta comprensiva, profunda tristeza e inseguridades que podría afectar el desarrollo óptimo y el envejecimiento saludable que es lo que se desea generar.

Por otro lado, y en relación con la soledad, surge el aislamiento social que es un fenómeno que con frecuencia experimenta la persona mayor:

El aislamiento social se produce cuando una persona se distancia completamente de sus amigos, familiares, personas de confianza, etc. Siente que está desconectado de los demás y que no cuenta con una red de apoyo que lo sustente. Este aislamiento, al contrario de lo que puedan pensar muchas personas, no suele ser voluntario. (Montejano, 2019, párr. 6)

De este modo, el aislamiento se puede interpretar al igual que la soledad como una falta de relaciones sociales y conexiones con otras personas, así como, interacciones. Este aislamiento puede generar graves consecuencias a corto o mediano plazo, pues de él se pueden desplegar consecuencias negativas para la salud tanto física como mental. Estas consecuencias se reflejan en depresiones, ansiedad, alteraciones en la memoria, aprendizaje y toma de decisiones y enfermedades a largo plazo.

Es por lo anterior que, al abordar la problemática de soledad y aislamiento social en las personas mayores, se requieren de estrategias para fomentar la participación social de estos sujetos. De esta manera:

Se considera participación social a los procesos sociales a través de los cuales los grupos, las organizaciones, las instituciones o los diferentes sectores (todos los actores sociales incluida la comunidad), intervienen en la identificación de las cuestiones de salud u otros problemas afines y se unen en una sólida alianza para diseñar, poner en práctica y evaluar las soluciones. (Sanabria, 2001, párr. 6)

La participación social sirve para que mejoren sus enlaces con las demás personas y se puedan superar las diferentes barreras que impiden total o parcialmente su participación en la sociedad. Por esta razón, se exhibe la participación social como un elemento esencial para prevenir los males expuestos con anterioridad.

En otras palabras, promover la participación social de las personas mayores colabora con el bienestar físico, mental y calidad de vida para así mejorar sus vínculos sociales y con ello obtener un envejecimiento saludable y activo. Es importante recalcar que si no se implementa esta partición en las comunidades o lugares donde estén las personas mayores, es posible que surjan los males que se mencionaron anteriormente. Uno de estos males está relacionado con las emociones humanas y su relación con las emociones crónicas negativas.

Los adultos mayores experimentan una serie de sentimientos y emociones como la angustia, la tristeza, el miedo, el estrés, la impotencia, la desesperanza y el aislamiento, los cuales dan cuenta de una nueva perspectiva que lleva a entender aún más cómo la experiencia del dolor crónico impacta en todas las dimensiones de los participantes. (Alvarado y Salazar, 2019, párr. 26)

De esta manera, se entienden las emociones crónicas negativas como una persistencia de esta durante un periodo prolongado. Al hablar de emociones negativas se referencia aquellas que afectan su bienestar y calidad de vida, por esta razón es importante combatir las por medio de estrategias que generen una salud mental positiva y será en los espacios donde ellos se desarrollen que se deben aplicar, como es el caso de los centros de encuentro, pues desde esta perspectiva, las personas mayores pueden participar de las actividades y asistir a estos lugares, pero no se conocen sus realidades que atraviesan en dicho momento.

### **3.3 Calidad de vida en la persona mayor**

La calidad de vida como factor primordial para un envejecimiento saludable será explicado desde la gerontología social y sociología de la vejez.

Para una persona de la tercera edad, quizás, calidad de vida signifique una estabilidad consigo misma, donde esté al cuidado de alguna persona cercana, pero la realidad es que va más allá, pues se vincula a otros factores ligados al bienestar físico, económico, social y emocional.

La calidad de vida en la vejez tiene que ver con la seguridad económica y con la inclusión social que se asegura por medio de infraestructuras de apoyo y redes sociales. Todo ello promoverá la participación de las personas de edad como miembros activos de la comunidad, una de cuyas funciones puede ser transmitir sus experiencias a las generaciones más jóvenes, al tiempo que comprenden su estilo de vida y los desafíos que les son propios. (Olivares, *et al.*, 2015, p. 2)

Por esta razón, la calidad de vida en las personas mayores puede presentar alteraciones dependiendo de su salud física, salud mental, seguridad y cuidado, apoyo social, accesibilidad a bienes y servicios, apoyo emocional, relaciones interpersonales entre otros y será importante prestar especial atención a estos factores para generar un envejecimiento saludable. Ludi menciona en su estudio sociológico que:

El envejecimiento saludable implica el permanente cuidado y atención de la salud y el sostenimiento de la capacidad funcional de las personas mayores (realización de actividades de la vida diaria -AVD- e instrumentales -AIVD-); tiene como principales objetivos lograr una mayor esperanza de vida sin discapacidad, con posibilidades de adaptación adecuada a los cambios, modificaciones, inherentes al envejecer. (2013. p. 4)

De este modo, la gerontología social estudia principalmente lo relacionado con el envejecimiento y las barreras que limitan el desarrollo personal de esta población. Por esta razón, se busca comprender las realidades sociales para así mejorar la calidad de vida en los entornos sociales.

Además, la gerontología social es una disciplina derivada de la gerontología, la psicología y la sociología.

Las teorías de gerontología social fueron creadas inicialmente para estudiar el envejecimiento a partir de la perspectiva de la psicología social, fundamentada en el envejecimiento individual. Esta primera fase fue sucedida por un enfoque macro o estructuralista, que culminó en una tercera generación de teorías que vinculan las perspectivas macro o estructuralistas con las perspectivas micro o individualistas, en la línea de la teoría sociológica europea y estadounidense de las décadas de los ochenta y noventa que procuró la integración. (Tendero, 2011, p. 52)

Esta teoría, sirvió de base para los estudios individualistas hacia las personas en su etapa de vejez, tomando un rumbo importante tiempo después hacia las teorías estructuralistas-colectivas desde una perspectiva sociológica.

Por otro lado, la sociología de la vejez aborda el envejecimiento o a las personas mayores desde una perspectiva sociológica, enfocándose principalmente en cómo los adultos longevos interactúan con su entorno social y cómo son influenciadas por las estructuras sociales y culturales. De este modo:

Se puede decir que la tarea de la sociología de la vejez es triple: en primer lugar, debe ocuparse de conocer la realidad de quienes son mayores en cada momento del tiempo; en segundo lugar, debe describir y explicar los cambios que experimentamos al envejecer y, por fin, la tercera tarea consiste en describir y explicar los efectos macrosociales del envejecimiento de la población. (Pérez, 2011, p. 24)

Por lo tanto, según esta autora, la sociología de la vejez se encarga en primera instancia de la realidad social de las personas mayores en un momento determinado, analizando sus condiciones de vida, roles y participación en la sociedad. Segundo, busca comprender y explicar los cambios individuales y sociales que ocurren a medida que se envejece y, por último, estudia desde un enfoque macrosocial los efectos a gran escala del envejecimiento de la población, analizando cómo este fenómeno impacta las estructuras sociales, económicas y políticas a nivel global.

Seguidamente y como lo muestra la figura 4, se visualizarán las categorías que surgen del análisis de la calidad de vida.

**FIGURA 8**  
**CATEGORÍAS DE ANÁLISIS DE LA CALIDAD DE VIDA**



Nota: Elaboración propia, 2023

La figura muestra la interrelación entre categorías. Estas se entrelazan para el estudio y análisis hacia un envejecimiento satisfactorio y socialmente conectado entre sus integrantes. Estas disciplinas y conceptos se complementan entre sí al abordar diferentes aspectos del envejecimiento y trabajar hacia el bienestar de las personas mayores.

Esta interrelación depende considerablemente de los ocho ejes que plantea la iniciativa de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y se exponen de manera que se pueda colaborar en el desarrollo personal

de los adultos mayores, por medio de un sistema y estructura social inclusivo para que estas personas pueden mantener su capacidad funcional a lo largo de su etapa en la tercera edad y donde las decisiones desde la institucionalidad se realicen desde una perspectiva inclusiva para así disminuir las coyunturas sociales que les afectan.

### 3.3.1 Ejes temáticos de la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables y su relación con los objetivos de desarrollo sostenible de la ODM

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), en su iniciativa de la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores (GNFACC) han establecido los ejes que se deberán trabajar para concluir en ciudades y comunidades amigables. Estos ejes de igual manera serán estudiados desde los centros de encuentro de la Municipalidad de San José, para así ajustar los servicios y espacios físicos para adaptarlas según sean las necesidades de la población que ahí asiste y mejorar la calidad de vida a la vez que se conduzca hacia un envejecimiento saludable y activo.

Estos ejes como se muestra en la siguiente figura son:

1. Salud y atención a largo plazo
2. Educación y trabajo
3. Desarrollo urbano, transporte y vivienda
4. Información y comunicación

**FIGURA 9**

#### ***EJES TEMÁTICOS DEL PROGRAMA DE CIUDADES Y COMUNIDADES AMIGABLES CON LAS PERSONAS MAYORES***



Nota: Elaboración propia, 2023

La relación que se destaca entre los ejes de análisis y los objetivos de desarrollo sostenible se observan principalmente en los objetivos 3 “Salud y bienestar”, 10 “Reducción de las desigualdades” y 11 “Ciudades y comunidades sostenibles”.

Por un lado, el objetivo de salud y bienestar plantea garantizar el bienestar social y la vida digna en todas las edades de la vida, por lo que, al abordar este diagnóstico a las personas mayores se está abordando una población con notables problemáticas en relación con la calidad de vida sostenida durante esta etapa de la vida. De este modo, desde una perspectiva sociológica, la salud no se limita únicamente al estado físico, sino que abarca el bienestar emocional, las relaciones sociales, integración social y el entorno en el que la persona se desarrolla en su cotidianidad. Así, por medio de este enfoque sociológico es posible plantear acciones para fortalecer la atención brindada en los centros de encuentro y de este modo, promocionar el envejecimiento saludable y activo, tal como lo promueve la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores.

Asimismo, el diagnóstico aborda de manera crítica el tema de las desigualdades que tienen las personas mayores con respecto a otros grupos vulnerables. Esto se relaciona con el objetivo 10 que aborda la reducción de las desigualdades y desde el punto de vista sociológico, estas desigualdades provienen de brechas con relación al acceso a servicios, movilidad y oportunidades. En un estudio de la Universidad de Costa Rica se señala que “la pobreza multidimensional afecta de manera significativa a los hogares multigeneracionales, donde el ingreso del adulto mayor es fundamental para la subsistencia del grupo familiar” (García, 2020, párr. 10). Este análisis se realiza, ya que, se deben visibilizar las barreras estructurales que deben ser intervenidas por medio de políticas públicas en pro de las personas mayores.

Por último, el objetivo 11 de ciudades y comunidades sostenibles se interrelaciona con el diagnóstico porque conecta perfectamente con la propuesta y objetivo de la Red Mundial de Ciudades y Comunidades amigables con las personas mayores. Este objetivo promueve el acceso seguro a espacios públicos, por medio de iniciativas inclusivas y accesibles que permitan el desarrollo integral de todos los grupos sociales, en especial los grupos socialmente vulnerables.

De cada eje de análisis, surgen conceptos claves para realizar el análisis situacional y servirán de base al momento de la creación y ejecución del instrumento para la recolección de información.

### **3.3.2 Salud y atención a largo plazo**

Se pretende realizar un mapeo de los *centros de salud* que se encuentran en las cercanías a los centros de encuentro, pues en caso de ocurrir alguna situación de emergencia será importante tener visualizados los lugares donde se puedan trasladar a las personas mayores. Asimismo, se analizarán posibles situaciones de emergencia y *planes de acción* que permitan prevenir, mitigar, preparar y actuar en caso de alguna emergencia en los centros de encuentro. Estos planes de acción por lo general deben estar documentados en físico y deberán estar acompañados de *visualizaciones* a lo largo y ancho de las instalaciones que agilice las acciones durante una situación anormal.

La atención médica en los centros hospitalarios es fundamental para mitigar el impacto negativo de las personas mayores en la sociedad. Por esta razón, se pretende realizar un estudio del comportamiento de estas personas al momento de acudir a su cita médica, para visualizar los centros médicos donde se sientan más a gustos y las razones del porqué sucede esta selección. También es importante observar la atención que reciben a largo plazo en los entornos sociales donde se involucran.

### **3.3.3 Educación y trabajo**

Ambos temas contribuyen con el bienestar y la calidad de vida de las personas mayores, por esta razón acoger nuevas estrategias de inclusión en los espacios de participación educativa y empleabilidad es fundamental para mejorar el desarrollo tanto colectivo como individual de estas personas.

Por un lado, la participación educativa referencia al involucramiento de este grupo a actividades sociales que contribuyan en el desarrollo personal y colectivo, de este modo, los *voluntariados y capacitaciones* son una manera de visualizar esta participación, pues se envuelven en un ambiente que generará beneficios personales en su bienestar emocional al mismo tiempo que fortalecen su capacidad de aprendizaje, por medio de la asistencia a cursos y clases que se generen cerca de sus lugares de residencia

Por otro lado, la empleabilidad y el trabajo en las personas de tercera edad se visualiza principalmente en *trabajos informales* o trabajos relacionados con *emprendimientos*

*personales*. Esto se da porque muchas personas deciden seguir trabajando después de la jubilación para mejorar los ingresos económicos.

De este modo, las personas mayores cuentan con gran experiencia laboral y por esta razón, será importante visualizar la manera que puedan tener una oportunidad en el ámbito laboral para seguir generando recursos económicos, pues evidentemente estas personas pueden aportar epistemológicamente a las organizaciones y de esta manera eliminar la estigmatización que se tiene sobre la empleabilidad y las edades para formar parte de este sector.

Asimismo, la participación en el ámbito laboral ayuda a las personas mayores a mantener un *vida activa y productiva*, a generar recursos económicos que les ayudará a satisfacer necesidades básicas y aporta en la satisfacción de estas personas por seguir contribuyendo a la sociedad a pesar de la edad.

### **3.3.4 Desarrollo urbano, transporte y vivienda**

El desarrollo urbano se entiende como la interacción social de los individuos en su entorno y los servicios que brinda la comunidad para que sea un ambiente seguro, sano y accesible para todas y todos. Para ello existe en Costa Rica la Política Nacional de Desarrollo Urbano 2018-2030, cuyo objetivo es “procurar que la movilidad y el transporte sean seguros, eficientes y sostenibles, considerando la estructura y el funcionamiento de los asentamientos humanos del país y permitiendo la creación y acceso a las oportunidades” (s.f, p. 10)

Este es un eje importante si se desea estudiar el desarrollo comunal, la *accesibilidad* a los centros de encuentro, las *zonas preferenciales* y seguridad dentro del transporte público y los *tiempos de traslado*, pues estos tiempos podrían ser extensos generando que sea una limitante para que asistan a las actividades facilitadas por los centros. Además, se analizarán las *distancias* que recorren desde sus hogares a las paradas de transporte público y de las paradas a los centros de encuentro y viceversa.

Por otra parte, se estudiará todo lo relacionado con el *diseño de los hogares* en los cuales residen las personas mayores, para conocer la accesibilidad en los mismos y las dificultades que tienen en el lugar donde habitan la mayoría del tiempo. El *tipo de ocupación del inmueble*, pues podría ser un factor que limite su desarrollo personal dependiendo si es propio, alquilado o prestado, pues de ser alquilado, gran parte de sus ingresos deben ser orientados a cubrir el gasto de alquiler.

Este eje enfatiza especialmente en las instalaciones de los centros de encuentro, pues en él se estudiará la *limpieza* de las áreas comunes, la facilidad para acceder a *asientos* y lugares de convivencia, *cruces peatonales* cerca de los centros y accesibilidad de desplazamiento hacia las zonas comunes.

### 3.3.5 Información y comunicación

El rápido avance en las *transformaciones tecnológicas* y comunicación, han generado una preocupación con las formas de comunicación de las personas mayores, pues se visualiza como unas de las barreras, puesto que la *oferta informativa* hacia esta población ha disminuido, pues se evidencia como ha incrementado los índices de *alfabetización digital* y todo lo relacionado con el uso de nuevos aparatos electrónicos para acceder a información importante que se encuentran en las diferentes *redes sociales*. Por lo anterior se espera diagnosticar cómo las *brechas tecnológicas* perjudican a las personas mayores, pues en la actualidad este es el medio de comunicación principal.

Asimismo, se piensa que estas personas se mantienen en su zona de comodidad, pues los medios que mayoritariamente utilizan son los periódicos, televisión y radio, por lo que la incomunicación generaría una exclusión social en las formas de interacción y *comunicación oral*, así como en el acceso a adquirir nuevos conocimientos con respecto a los idiomas y avance en la alfabetización. “Sabemos que la caracterización de las personas mayores como grupo social distinto ha podido abrir la puerta a procesos de exclusión que, paradójicamente, más tarde se han convertido en asunto de interés y de denuncia sociológicos (Sánchez y López, 2017). Por esta razón, será relevante abordar desde la sociología los factores que causan dicha exclusión en relación con los ejes temáticos que envuelven a una ciudad y comunidad amigable con las personas mayores.

Por otro lado, la *toma de decisiones* es una acción que se genera para el desarrollo de la sociedad, por medio de la participación y es de esta manera, que las personas mayores se pueden involucrar cívicamente para mejorar sus interacciones, promoviendo la inclusión.

En las actividades cívicas es importante tener distintas perspectivas y críticas diferentes sobre las temáticas propuestas. Por esta razón, las personas mayores tendrán un espacio importante en la toma de decisiones, pues por su experiencia de vida tendrán mucho que aportar a sus comunidades. Esto porque las personas mayores han sido responsables de

construir su propia historia y experiencia a lo largo de su vida, siendo vital para su desarrollo e integración social.

A partir de la oralidad y la escritura y enfoques constructivistas y biográficos, hacen análisis narrativos en los cuales los individuos son protagonistas de la construcción de su propia vida, de sus historias de vida, del hogar, la familia, incluidos los relatos en los que tienen lugar aspectos como la dependencia y el aislamiento y creando permanentemente significados para ellos mismos y quienes los rodean. (Ockham, 2021, p. 99)

Es así como se generará un sentido de pertenencia y una sensación de contribuir positivamente en la sociedad, generando un impacto en la salud mental y en las emociones de las personas mayores por medio de significados como por el ejemplo el hecho de aportar a la sociedad su experiencia

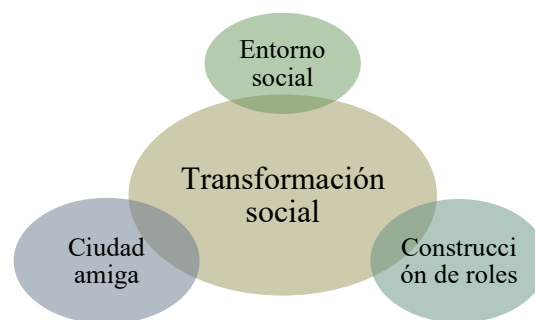
Por lo anterior, es importante que exista una comunicación transparente y una transferencia de información que acerque a las personas mayores a las actividades realizadas en la comunidad. Este intercambio de la información será relevante para lleve a cabo sin ninguna barrera social.

### **3.4 Transformación social de las comunidades y centros de encuentro para personas mayores**

Una transformación en la sociedad se considera un proceso que implica cambios importantes en el comportamiento de las personas, sus interacciones y las diferentes formas de comportamiento.

#### **FIGURA 10**

#### ***CATEGORÍAS DE ANÁLISIS DE LA TRANSFORMACIÓN SOCIAL***



Nota: Elaboración propia, 2023

Dicha transformación social se visualiza desde la perspectiva inclusiva hacia las personas mayores y se toma como referencia una ciudad amiga que se define como:

Una ciudad o comunidad amigable con las personas mayores es un lugar que adapta los servicios y estructuras físicas para ser más inclusivo y se ajusta activamente a las necesidades de su población, para mejorar la calidad de vida de esta cuando envejece. (Organización Panamericana de la Salud, s.f, párr. 1)

De esta manera, una ciudad o comunidad amigable contribuye con el bienestar de las personas y fomentar un envejecimiento saludable, por medio de los ajustes que se le realicen a los servicios brindados y estructuras físicas donde están inmersos las personas mayores.

Además, para que una ciudad, comunidad o centros de encuentro puedan ser amigables, se necesita de la colaboración y compromiso de diversos agentes sociales para garantizar la construcción de los entornos sociales adaptados a las personas mayores.

En el caso de los centros de encuentro, será importante identificar las personas u organizaciones que están comprometidas con el mejoramiento de las condiciones de las instalaciones, así como de los servicios brindados y factores que inciden para que estos centros aún no sean considerados como amigables hasta cierto punto.

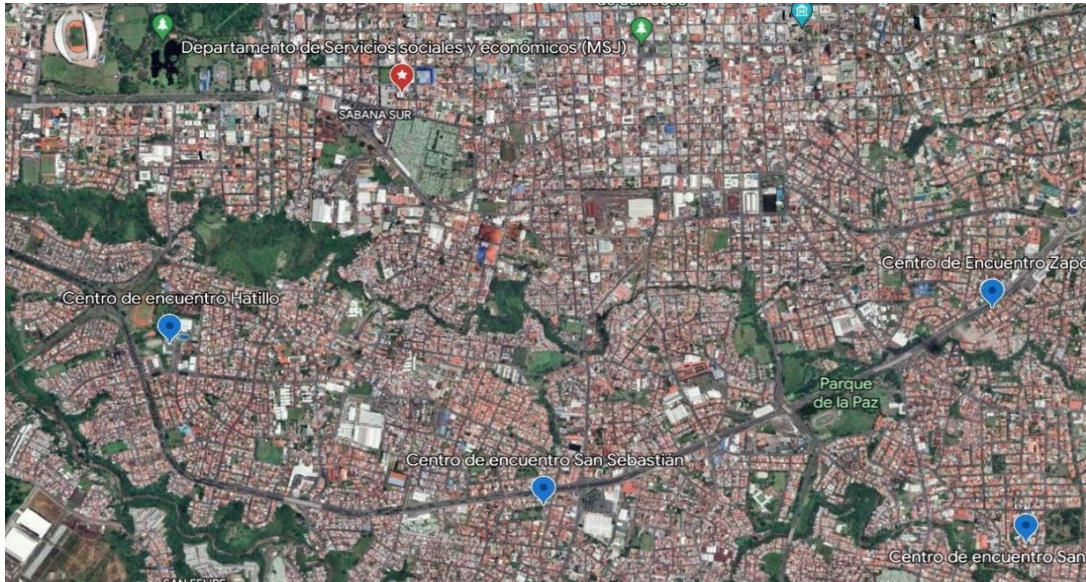
Al hablar de entorno social, referencia al marco donde se desarrollan diferentes actividades por parte de los actores sociales, es decir, donde interactúan los individuos, donde se desarrollan y se establecen normas, reglas y estructuras sociales que influyen para que estos se comporten de una manera u otra.

Es decir, “el entorno comprende el ambiente familiar, la vida social, la convivencia con amigos, el día a día, etc. Y variará de acuerdo con el medio geográfico donde se encuentre un grupo humano en particular.” (Quesada y pardo, p. 4)

De esta manera, un entorno hace referencia a todo aquello que rodea a las personas mayores. En este sentido, se refiere a todo el marco que encierra sus hogares, lugares de convivencia, centros de encuentro y todo lo relacionado a ellos y ellas.

FIGURA 11

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA DE LOS CENTROS DE ENCUENTRO Y EL DEPARTAMENTO DE SERVICIOS SOCIALES Y ECONÓMICOS (DSS)**



Nota: Elaboración propia, 2023

En la figura 7 se visualiza los cuatro centros de encuentro para la persona mayor y el Departamento de Servicios Sociales y Económicos de la Municipalidad de San José. Esto es importante tenerlo identificado, pues colaborará a identificar cuán tan alejados se encuentran unos de los otros y qué rodea a los centros de encuentro. Además, se desea analizar el alcance y las oportunidades de las personas mayores de San José para acceder a estas instalaciones

Por otro lado, los roles sociales en estas personas son importantes para mejorar la calidad de vida y la participación en la sociedad. Es evidente que, con el paso de los años los seres humanos adquieren nuevos roles, pero también se pierden dependiendo de la etapa donde se encuentre.

En el caso de las personas mayores, por diversos factores como la jubilación, pérdida de familiares, disminución de las relaciones colectivas, pérdida de empleo y sentido de pertenencia en espacios públicos pierden roles que para ellos eran importantes para su autoestima. Es por lo anterior, que se deben cambiar las perspectivas sociales hacia estas personas, ya que, no se les debería tratar como personas ineficaces por su condición vulnerable, sino que se les debe otorgar roles de importancia en las actividades de los seres humanos, pues por sus vivencias podrían aportar experiencias valiosas para los demás.

Analizar los roles de las personas mayores es importante para comprender el papel que juegan en la sociedad. De este modo, “para poder pensar los roles sociales como un indicador de éxito en la calidad de vida y el envejecimiento, es importante valorar la producción de las personas mayores asociada a su experiencia, sabiduría y aporte a la sociedad. Piña *et al.* (2022). De esta manera se podrían disminuir las coyunturas sociales que afectan a la población adulta mayor.

En general, lo planteado en el aparato teórico está guiado a entender el comportamiento de la persona mayor en la sociedad. De esta manera, se plantan diferentes disciplinas y áreas de abordaje para diagnosticar los Centros de Encuentro de la Municipalidad de San José desde una perspectiva estructuralista, donde se logre que los centros de encuentro y alrededores sean diseñados para promover la inclusión, el bienestar y la calidad de vida de las personas mayores.

## **CAPÍTULO IV**

### **ESTRATEGIA METODOLÓGICA**

#### **4.1 Metodología**

Para la realización del diagnóstico se partió de la realidad que, como investigador social, se inicia con el estudio de los hechos desconocidos puesto que, se desconoce las realidades de este grupo. Por lo que, fue fundamental formar parte de esta realidad mediante técnicas sociales que permitieron el involucramiento con las personas mayores (población objetivo del diagnóstico). Lo anterior, con el fin de generar un primer acercamiento al objeto sociológico de estudio y conocer información y datos relevantes para el desarrollo del diagnóstico, que parte conceptualmente de una mirada crítica sociológica que busca comprender las realidades sociales de los agentes implicados, su interacción con el entorno y las estructuras sociales que les afectan.

Como parte del marco de referencia y como guía del análisis del problema o fenómeno del diagnóstico fueron utilizadas teorías y conceptualizaciones sociológicas para comprender la realidad de las personas longevas que asisten a los centros de encuentro del Programa Municipal de Atención a los Adultos Mayores. Estas teorías son principalmente la integración social bajo el enfoque de Emile Durkheim argumentando que la cohesión social se logra cuando los miembros de una sociedad comparten una conciencia colectiva, que es un conjunto de creencias y valores comunes que guían el comportamiento social.

También el diagnóstico se fundamentó en la sociología de la vejez bajo distintos autores que abordan la problemática y por último la teoría de la desvinculación de los sociólogos estadounidenses Elaine Cumming y William Henry. Esta teoría fue uno de los primeros enfoques formales sobre la vejez en sociología y sugiere que el envejecimiento es un proceso natural en el que las personas se retiran gradualmente de las actividades y roles sociales, y a su vez, la sociedad también los desvincula de esos roles. Por lo tanto, estas conceptualizaciones sirvieron para comprender la problemática planteada.

Inicialmente, se establecieron una serie de procedimientos que se pusieron en práctica durante la realización del diagnóstico social. Estos procedimientos fueron fundamentales, pues de completarse generaría en consecuencia un plan de acción donde se visualizan las principales necesidades de las personas mayores y posibles alternativas de solución para mitigar el impacto social de estas personas.

**FIGURA 12**

***PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS DEL DIAGNÓSTICO***



Nota: Elaboración propia, 2023

Primero, se estableció una aproximación al objeto de estudio, por medio de la investigación. Este proceso fue primordial, pues con ello se logró obtener un mayor conocimiento sobre lo que se deseaba estudiar, así como generar una contextualización de todos aquellos factores que influyen en la persona mayor y en su cotidianidad.

Posteriormente y luego de realizar una investigación previa se procedió a definir el objeto de estudio con el cual se realizó el diagnóstico, puesto que no solamente se deseaba conocer las necesidades de esta población, sino que se requeriría definir las estrategias de intervención, la estructura del objeto de estudio, así como las teorías en las cuales se

fundamenta el diagnóstico. Todo lo anterior con el propósito de definir el fenómeno social que fue abordado, así como, las perspectivas sociales que se utilizaron durante el diagnóstico.

Luego de la construcción del objeto de estudio, se programó. Con ello se logró establecer la ruta de intervención para la realización del diagnóstico. Además, con la construcción del objeto se fijaron los objetivos, la metodología y las técnicas de recolección de información, así como la creación del diagrama de Gantt:

El diagrama de Gantt es una herramienta de gestión que sirve para planificar y programar tareas a lo largo de un período determinado. Gracias a una fácil y cómoda visualización de las acciones previstas, permite realizar el seguimiento y control del progreso de cada una de las etapas de un proyecto y, además, reproduce gráficamente las tareas, su duración y secuencia, además del calendario general del proyecto. (Pérez, 2021, párr. 1)

En el diagrama de Gantt se expusieron los objetivos, las actividades, las fechas, responsables, materiales de apoyo que se utilizaron en cada intervención.

Seguidamente, se realizó la ejecución donde se hizo realidad todo lo establecido en el paso anterior (programación), con el fin de poner en práctica los objetivos y las actividades previamente establecidas y con el propósito de cumplir los objetivos. Este paso fue de suma importancia, pues en él se desarrolló toda la parte práctica del diagnóstico, como la recolección de información, visita de campo, las encuestas entre otras:

Las encuestas sirven únicamente para ciertos fines, que podrían enunciarse así: 1) captar información personal de los sujetos en estudio cuando la poseen y es de presumir que están dispuestos a ofrecerla (edad, materias que está cursando, etc.) y 2) conocer opiniones, creencias, actitudes expectativas, valoraciones, intereses, intenciones, puntos de vista, sentimientos, percepciones y representaciones de las personas, así como, en ciertos casos con que se cuentan. (Grasso, p. 14)

Como lo menciona la cita anterior, esta técnica de investigación es una de las más utilizadas, porque permite a la persona investigadora obtener una serie de información por medio de los sujetos de estudios, quienes son los que brindan dicha información mediante el cuestionario que sería el instrumento por aplicar en el diagnóstico.

Un cuestionario “es un procedimiento considerado clásico en las ciencias sociales para la obtención y registro de datos. Su versatilidad permite utilizarlo como instrumento de

investigación y como instrumento de evaluación de personas, procesos y programas de formación” (Muñoz, 2003, p. 2). Este instrumento fue previamente diseñado para formular las preguntas de una manera adecuada, con el objetivo que, las personas que participaran se sintieran confiadas con los datos que facilitarían a la persona investigadora. Por esta razón, estuvo acompañado de un consentimiento informado donde se les informó todo lo relacionado con el manejo de los datos y la confidencialidad.

Toda revisión documental y recolección de datos deben realizarse bajo condiciones éticas que por cuestiones de ética se está en la obligación de ponerlas en práctica para hacer un buen uso de la información al mismo tiempo que se le asegura a la población consultada la protección de su identidad y de datos sensibles que no deben ser expuestos al público en general.

Los códigos de ética insisten en la seguridad y protección de la identidad de las personas que participan en la investigación. Ninguna debe sufrir daño ni sentirse incómoda como consecuencia de su desarrollo, desde su planteamiento inicial hasta la elaboración del informe final y su publicación. (González *et al.*, 2012, p. 3).

Estas consideraciones éticas fueron importantes para el diagnóstico, porque la Municipalidad de San José le aseguraba a la población atendida discreción con la información brindada. Además, se garantiza a la persona mayor un adecuado tratamiento de la información y datos que brindaran por medio del cuestionario y técnicas de recolección de información, haciendo que todo proceso sea bajo confidencialidad y en mutuo acuerdo con la persona usuaria de los centros de encuentro.

Todo lo anterior, con el objetivo de generar buenas relaciones interpersonales y crear un ambiente seguro para las personas mayores que desearan participar por medio de las entrevistas y cuestionarios aplicados en los centros de encuentro.

Las relaciones interpersonales fueron primordiales para el proceso, puesto que, la participación de las personas mayores dentro del marco de ciudades y centros de encuentros amigables sirvieron de base para recolectar la información necesaria para alcanzar los objetivos. Estas relaciones están planteadas de manera que, se desarrollaron grupos focales en los centros de encuentro, donde se generaron una interacción entre actores para recolectar la información.

Los grupos focales o *Focus Group* fueron importantes porque “proveen una amplia gama de ideas y sentimientos que los individuos tienen sobre cierto tema, a la vez que resaltan las diferencias en las perspectivas de los miembros del grupo”. (Rodas y Pacheco, 2020, p. 186)

Por último, y como parte del procedimiento metodológico se tuvo la evaluación, la cual consistió en exponer los conocimientos adquiridos, así como los resultados que se desplegaron del trabajo realizado y un análisis de las realidades sociales de esta población.

Todo lo anterior, se logró por medio de procedimientos visualizados en informes entregados a las personas funcionarias del Departamento de Servicios Sociales para la respectiva evaluación, siendo importantes las reuniones virtuales y presenciales para monitorear el procedimiento y aclarar dudas del proceso.

Este diagnóstico se realizó mediante un enfoque mixto de investigación. Esto para abordar el fenómeno sociológico, con el fin de identificar las principales necesidades de las personas mayores en los centros de encuentro de la municipalidad de San José.

Es importante mencionar que, en una investigación con enfoque mixto, tanto el enfoque cuantitativo como el cualitativo son importantes y valiosos, ninguno prevalece respecto al otro; al contrario, se trabajan de forma conjunta, lo cual permite comprender la realidad que se estudia de una manera más integral. (2019, párr. 10)

Ambos enfoques tanto el cualitativo como el cuantitativo fueron importantes para el desarrollo del diagnóstico. Por un lado, se tiene según Sánchez que:

La investigación bajo el enfoque cualitativo se sustenta en evidencias que se orientan más hacia la descripción profunda del fenómeno con la finalidad de comprenderlo y explicarlo a través de la aplicación de métodos y técnicas derivadas de sus concepciones y fundamentos epistémicos. (2019, párr. 5)

Este enfoque permite al investigador o investigadora realizar un proceso científico observacional al mismo tiempo que permite obtener datos no numéricos que colaboren a comprender y explicar el fenómeno estudiado. Así como, analizar la información obtenida para comprender la realidad social de las personas mayores desde una perspectiva crítica que conlleve a un estudio sociológico con base en teorías sociales y en técnicas de investigación interpersonales, puesto que, al ser la investigación un enfoque interpretativo, será relevante

el contacto directo con la población, contacto que se realizó posterior a la investigación, construcción del objeto y programación.

Por otro lado, el enfoque cuantitativo se utilizó de manera que permitiera el análisis profundo mediante la recopilación de datos numéricos, que lograra definir diferentes situaciones por medio de la estadística para lograr dar respuesta a las preguntas de investigación.

En cuanto a, las fuentes de información que se utilizaron para el desarrollo del diagnóstico fueron de tipo primario y secundario.

Las fuentes primarias se caracterizan por poseer información que no ha sido manipulada por ningún investigador. Según Maranto y Gonzáles “este tipo de fuentes contienen información original es decir son de primera mano, son el resultado de ideas, conceptos, teorías y resultados de investigaciones. Contienen información directa antes de ser interpretada, o evaluada por otra persona”. (2015, par. 2). De esta manera, las fuentes primarias son de suma importancia, pues permiten al investigador o investigadora interpretar la información obtenida para así generar conclusiones y resultados.

Del mismo modo, las fuentes secundarias se caracterizan por ser información previamente manipulada, es información que resulta de las fuentes primarias y se puede conseguir por medio de la búsqueda documental.

Este tipo de fuentes son las que ya han procesado información de una fuente primaria.

El proceso de esta información se pudo dar por una interpretación, un análisis, así como la extracción y reorganización de la información de la fuente primaria. (Maranto y Gonzáles, 2015, párr. 3)

En resumen, las fuentes de información fueron las obtenidas mediante la recolección de datos y la búsqueda documental.

## CAPÍTULO V

### ANÁLISIS DE RESULTADOS

El apartado de análisis de datos al igual que los demás, significa una etapa importante del diagnóstico realizado en los centros de encuentro de la Municipalidad de San José. En esta etapa se pretende por medio de los datos obtenidos a través de las técnicas y métodos de recolección de datos, identificar patrones que conduzcan a generar conclusiones y recomendaciones para la institución y para el Programa de la Persona Mayor.

Esta fase del estudio abarca la comprensión de la información por medio de la transformación de los datos crudos a datos procesados que colaborarán en un principio a dar respuesta a las preguntas de investigación planteadas y conseguir los objetivos previamente establecidos.

De esta manera, con el análisis de datos se busca correlacionar variables que guíe a la búsqueda de información que a simple vista no es observable, por medio de herramientas y programas tales como Microsoft Excel y *Statistical Package for Social Sciences (SPSS)* con el objetivo de comprender el fenómeno estudiado y dar respuesta a la problemática y perspectiva de ir más allá de la observación física, siendo la posición integradora la que tome mayor importancia y los centros de encuentro la base del cambio hacia una sociedad amigable con esta población.

En este apartado se abordan los procesos de interpretación que se derivan de los datos y la utilización de la metodología establecida en el diseño de investigación realizado con anterioridad. De esta manera, se aplicó el enfoque mixto de investigación, abordando la información y los datos de una manera cualitativa y cuantitativa, con el objetivo de identificar las principales características y necesidades de las personas mayores en los centros de encuentro de la municipalidad de San José.

#### **5.1 Recolección de datos**

Un aspecto importante por mencionar en el proceso de recolección de datos es que, no se logró recolectar información en los cuatro centros de encuentro de la Municipalidad de San José como se estableció en el cronograma de trabajo y en el diseño de investigación. Esto debido a una serie de limitaciones logísticas relacionadas con la limitante de recursos disponibles, principalmente económicos y de tiempo. Por esta razón, los centros donde sí se

recolectó información son los que poseen mayor densidad de población atendida como Hatillo y Zapote.

A medida que se avanzaba con la investigación fue posible identificar un conjunto de cambios relacionados con el alcance deseado. Estos cambios se derivan principalmente de los objetivos y datos planteados inicialmente por una recurrencia de las respuestas obtenidas por parte de las personas mayores. Estas recurrencias por lo general conducen a un punto de saturación donde la información obtenida por la persona investigadora no le es relevante para dar respuesta a las preguntas de investigación. Eso quiere decir que, con la aplicación de más cuestionarios no se lograría obtener información adicional que contribuya con el proceso enriquecedor del diagnóstico

Por lo tanto, se establece un marco muestral donde las unidades muestrales están determinadas por la población total que asiste a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José. Lo cual garantiza que los resultados obtenidos de la muestra sean representativos para la población objetivo.

Para definir el tamaño de la muestra se parte de un tamaño poblacional de 400 personas mayores, nivel de confianza de 95% representado bajo el parámetro estadístico de 1,96. Se establece a su vez un error de estimación máximo aceptado de 8% culminado con el tamaño de muestra representado por 109 personas.

La variable calculada está definida de este modo por:

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{e^2 * (N - 1) + Z_a^2 \times p \times q}$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra buscado

N = Tamaño de la población Universo

Z = Parámetro estadístico que depende del nivel de confianza

e = Error de estimación máximo aceptado

p = Probabilidad de que ocurra el evento estudiado

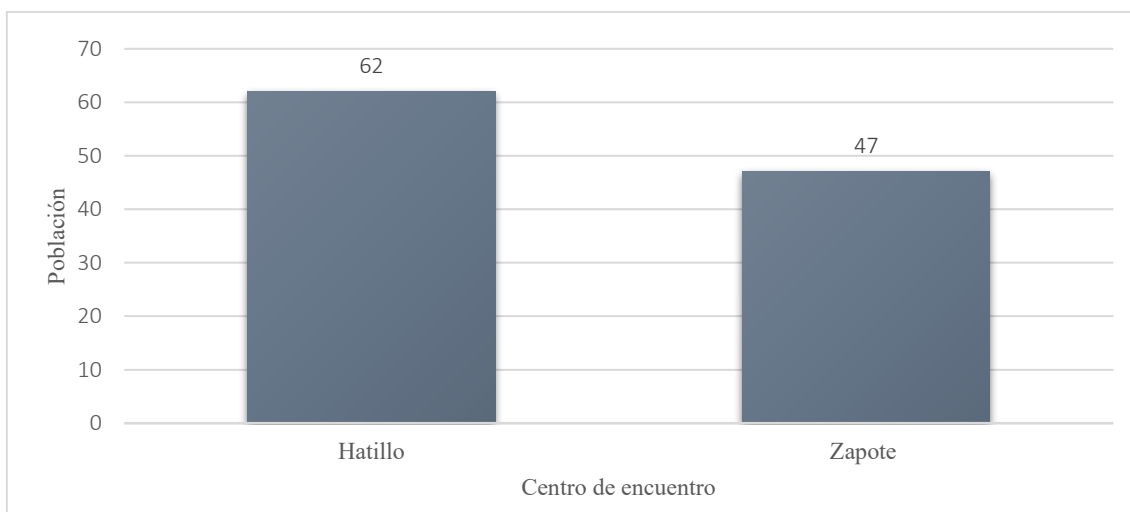
q = Probabilidad de fracaso

Parámetro	Valor
N	400
Z	1,960
P	50,00%
Q	50,00%
e	8,0%
<b>Tamaño de la muestra</b>	<b>109</b>

De esta manera, siendo el tamaño de la muestra de 109 personas se procede con la aplicación de los cuestionarios en los centros de encuentro de Hatillo y Zapote. Estos instrumentos fueron aplicados proporcionalmente a 68 personas en Hatillo y 47 en Zapote tal y como se muestra en el gráfico uno. En este gráfico es posible observar la distribución de la población consultada lo que se traduce en un 57% en el centro de encuentro de Hatillo y 43% en el de Zapote.

#### GRÁFICO 1

#### ***DISTRIBUCIÓN DE POBLACIÓN POR CENTROS DE ENCUENTRO DE LA MUNICIPALIDAD DE SAN JOSÉ, 2023***



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Esta población surge luego del planteamiento del problema y de los objetivos, donde se esperaba encuestar a la población mayor que es atendida por el Programa de la Persona Mayor de la Municipalidad de San José. Asimismo, el periodo de consulta estaba delimitado exclusivamente para el año 2023, siendo este el contexto para dar inicio con la recolección de información y así dar respuesta a las preguntas y conseguir el objetivo de diagnosticar la

situación de las personas mayores, para posteriormente generar un plan de acción que se espera sea aplicado en los próximos años de gestión de la Municipalidad.

## **5.2 Caracterización de las personas mayores en los centros de encuentro de la Municipalidad de San José**

Al tratar temas de persona mayor es relevante visualizar las diferencias entre hombres y mujeres para identificar su participación social en las actividades que las instituciones o la sociedad en general ofrecen.

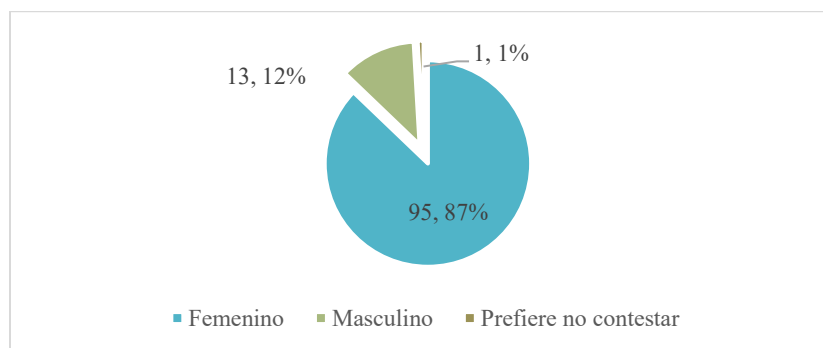
Esta participación social es de suma importancia, pues permite comprender la calidad de vida o el nivel de relación con las demás personas que les rodea, siendo esta variable fundamental para discernir el bienestar de esta población en la etapa de envejecimiento.

Como parte de los resultados se obtiene que la participación de las personas mayores según el sexo es bastante desigual, ya que, la población femenina es la que posee mayor participación en los centros de encuentro con un 87% lo que representa 95 cuestionarios aplicados en estos lugares.

Las teorías y perspectivas feministas sobre el envejecimiento “destacan la importancia de considerar las categorías de género y edad para comprender cómo las normas sociales y los cambios fisiológicos influyen en la calidad de vida y las relaciones sociales de hombres y mujeres en la etapa de envejecimiento”. (Robledo y Orejuela, 2020, pág. 100). En este contexto, la participación social se torna fundamental para analizar el bienestar de las personas mayores. Los resultados muestran que esta participación es notablemente desigual según el sexo, ya que la población femenina tiene una representación significativamente mayor en los centros de encuentro, alcanzando un 87% del total, lo que equivale a 95 cuestionarios aplicados. Este dato refleja cómo las normas de género pueden influir en la integración social y el uso de estos espacios.

Los hombres por otra parte representan un 12% de la población lo que se expresa en 13 cuestionarios aplicados. Estas diferencias en la participación pueden darse por diferentes circunstancias que les afecta directamente como es el caso de los aspectos culturales, sociales y de salud que pueden influir considerablemente para que los hombres participen en menor medida que las mujeres.

## GRÁFICO 2

**DISTRIBUCIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES, SEGÚN SEXO, 2023**

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Como es posible observar en el gráfico 2, hay variaciones significativas lo que significa que existen factores que inciden para que haya mayor participación de un grupo.

Un factor determinante para que se den estos resultados son las redes de apoyo. Por lo general, las mujeres en la etapa de la vejez poseen vínculos más desarrollados que los hombres.

Mientras las mujeres mantienen relaciones dinámicas y más cercanas con sus amigos por largos períodos y son capaces de formar nuevas amistades con la edad, los hombres presentan una situación diferente, ya que mantienen relaciones de orden más superficial y generalmente orientadas al trabajo. (Huenchuan y Sosa, 2003, p. 30)

Dicha tendencia provoca que las mujeres sean más propensas a participar de las actividades comunitarias por medio de la relación con otras personas, pues se pueden invitar unas a las otras a participar. Así lo demuestra un estudio de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe sobre las redes de apoyo social de las personas mayores señala que:

El número, tipo y calidad de las relaciones familiares y personales difieren claramente entre hombres y mujeres. Puede decirse que las diferencias de género en el ciclo de vida se expresan con bastante nitidez en las edades avanzadas. Este resultado tiene su origen en los distintos roles que hombres y mujeres desempeñan en nuestras sociedades. Por ejemplo, la participación laboral fuera del hogar, tradicionalmente más predominante entre los hombres, puede llevarlos a una mayor integración social en el ámbito externo,

pero al mismo tiempo permite a las mujeres desarrollar relaciones más cercanas en los ámbitos familiar y comunitario. (2003, p. 53)

Por lo tanto, la participación de las personas mayores puede estar influenciada por los roles que toman tanto los hombres como las mujeres durante su vida. Estos roles se ven influenciados como ya se ha mencionado anteriormente por factores asociados a su “experiencia, sabiduría y aporte a la sociedad” (Piña *et al.*, 2022).

Los hombres, por un lado, poseen vínculos o redes de apoyo más desarrolladas en las etapas de adolescencia, juventud y adultez. Las mujeres por otro lado refuerzan sus redes en la etapa de la vejez siendo la participación laboral un factor importante que dé respuesta a la integración social de esta población.

Cabe destacar que, al igual que las redes de apoyo, las mujeres pueden tener mayor participación en actividades sociales por la diferenciación de intereses y preferencias, siendo los cursos que ofrecen los centros de encuentro el principal foco de atención para visualizar si verdaderamente los cursos y servicios que se ofrecen son mayoritariamente llamativos para la población femenina.

Para dar mayor contexto de la población mayor es relevante exponer una serie de datos descriptivos respecto a la edad y, que se utilizan para caracterizar la población objetivo del diagnóstico.

**TABLA 1**

***DATOS DESCRIPTIVOS DE LA POBLACIÓN MAYOR DE LOS CENTROS DE ENCUENTRO DE HATILLO Y ZAPOTE, 2023***

<b>Descriptivos</b>	<b>Frecuencia</b>
N	109
Media	69.16
Mediana	69.00
Moda	67
Desv. Desviación	7.336
Mínimo	43
Máximo	87

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Tal y como se muestra en la tabla 1. Estos datos ayudan a resumir la información obtenida por medio de las entrevistas para conocer las características de la población referente a las edades de las personas que colaboraron completando el cuestionario.

Primeramente, la media o mejor conocida como promedio es un dato que se utiliza para representar la edad promedio de las personas mayores, siendo la edad de 69 años el promedio entre el conjunto de datos.

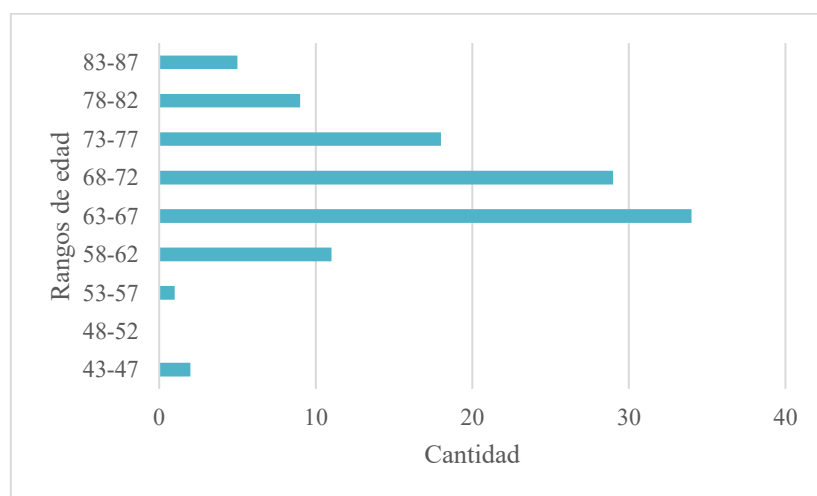
Por otro lado, la mediana es la expresión utilizada para referenciar la edad central entre un conjunto de edades ordenadas. En este caso la mediana es la edad de 69 años, lo que quiere decir que, si dividimos a la población en dos, la edad central es 69, la persona más joven que asiste a los centros de encuentro tiene 43 años y la que posee mayor edad tiene 87 años.

También se obtiene que la edad más frecuente de los adultos mayores es de 67 años, lo que significa que estas personas suelen participar más en actividades sociales cuando poseen esta edad. Lo cual se da por diferentes razones, pero la que más expresaron, es que, luego de la jubilación y estando en la etapa de pensionado suelen sentir la sensación o la motivación por participar en actividades comunitarias para satisfacer sus necesidades de relación y redes sociales.

Para dar mayor profundidad a las edades de las personas mayores se decide realizar conjuntos de datos expresados como rangos para conocer cuáles edades son las que poseen mayor frecuencia entre los rangos (cada 4 años). Lo que ayuda a comprender las experiencias y necesidades de las personas mayores en el diagnóstico.

### GRÁFICO 3

#### ***DISTRIBUCIÓN DE PERSONAS MAYORES, SEGÚN RANGO DE EDAD, 2023***



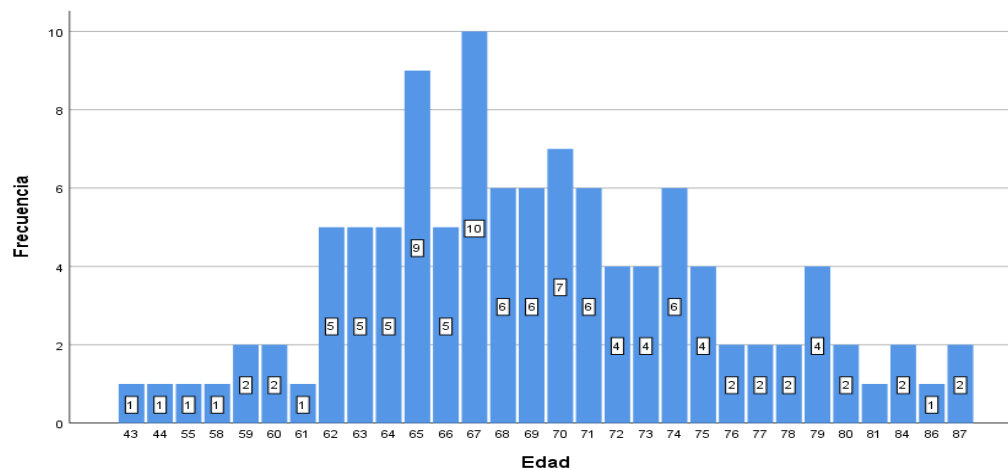
Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Analizando el gráfico 3, se visualiza que el rango predominante de edad es el de 63 a 67 años. Lo que confirma lo expresado anteriormente, que las personas suelen involucrarse antes y posterior a la etapa de jubilación.

Esto quiere decir que, uniendo los tres grupos con mayor predominancia se obtiene un rango que va desde los 63 años a los 77 años. Este dominio se relaciona con una edad joven entre las demás edades de la etapa de la vejez, lo que quiere decir que, conforme avanzan las edades la población que participa en los centros de encuentro disminuye (ver gráfico 4). Esta tendencia suele relacionarse con la esperanza de vida, emociones, calidad de vida y bienestar, pues conforme avanza la edad en las personas, las emociones negativas suelen aparecer por la falta de integración que, acompañado de la soledad y el aislamiento genera que la calidad de vida se vea disminuida. Esta calidad de vida es entendida como “la seguridad económica e inclusión social que se asegura por medio de infraestructuras de apoyo y redes sociales” (Olivares, *et al.*, 2015, p. 2). Por lo tanto, la integración social de las personas mayores es fundamental para que la participación sea en toda la etapa de la vejez y no solamente cuando inician la tercera edad.

Un aspecto importante que refleja el gráfico es que, a pesar de ser un programa diseñado para la persona mayor, mucha población que asiste aún no cumple con la mayoría de edad. Este rango va de los 43 a los 65 años y da a conocer la importancia de las acciones por parte de la Municipalidad por integrar a estas personas a actividades sociales incluso antes de ser persona mayor. Esto con el objetivo de que empiecen a fortalecer sus relaciones y redes de apoyo. Además, “se ha demostrado que una intervención temprana es fundamental para mejorar las actividades de los adultos mayores y, de esta manera, evitar la pérdida de independencia, el riesgo de hospitalización y de muerte” (Durán, *et al.*, 2010, p. 19). Por lo tanto, el permitir que personas que aún no cumplen la mayoría de edad para ser consideradas personas mayores, puedan participar de los centros de encuentros es una buena iniciativa por parte de la Municipalidad de San José para mejorar la calidad de vida de esta población.

GRÁFICO 4

**DISTRIBUCIÓN DE PERSONAS MAYORES, SEGÚN LOS GRUPOS DE EDADES, 2023**

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Este gráfico refleja la tendencia de edades y muestra cuántas personas hay en cada grupo de edad y cómo es su distribución en relación con la población total. Se muestra que, la curva toma una propensión creciente desde la edad de 43 años llegando a un punto máximo en la edad de 67 años. De ahí empieza a decrecer hasta llegar a la edad de 87 años.

El punto clave para entender el comportamiento recae en observar el gráfico desde la edad de 65 años en adelante y visualizar cómo disminuye considerablemente. Este factor se debe a la esperanza de vida. Entendiendo el concepto como la cantidad de años promedio que vive una cantidad determinada de personas y puede ser influenciada por factores como “el ingreso per cápita, la educación (escolaridad de la persona), el acceso a la salud, el gasto per cápita en salud, el número de médicos, la ubicación geográfica” (Barahona, 2011, p. 255). De esta manera, conforme una persona avanza en su edad y dependiendo de los factores antes mencionados, suelen aparecer enfermedades crónicas que afectan la calidad de vida. Así lo expresa un estudio de la *Universitas Médica* donde expresa que:

Según algunos estudios, las enfermedades crónicas más comunes son la hipertensión arterial, la diabetes mellitus, el cáncer, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica, la osteoartritis, la artritis reumatoidea, las enfermedades cardiovasculares, como las cardiopatías isquémicas, la dislipidemia y las enfermedades cerebrovasculares. (Durán, *et al.*, 2010, p. 18)

Todas estas enfermedades son más comunes en personas mayores y conforme avanzan su edad tienen mayor riesgo de padecerlas. Por esta razón, es recomendable prestar atención a las enfermedades que sufren estas personas, porque el estado funcional disminuye con el paso de los años y adquieren ciertos déficits que les impiden participar en las actividades comunales siendo este un factor importante para que la tendencia disminuya.

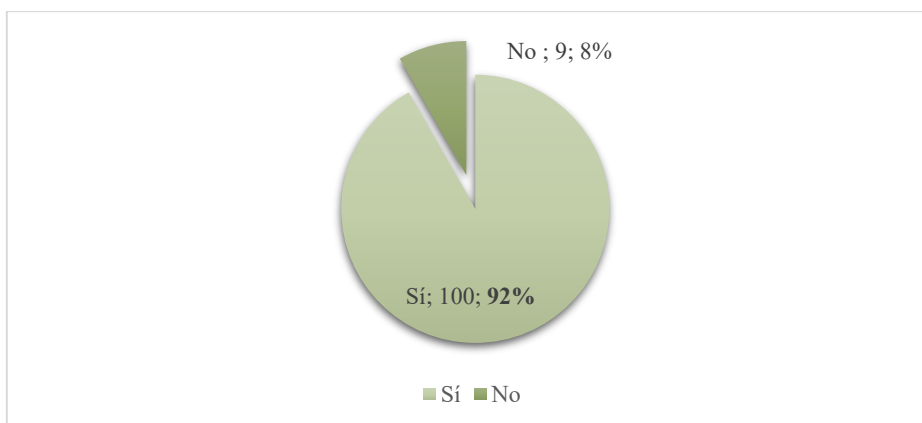
### **5.3 Descripción de necesidades de las personas mayores que asisten a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José.**

Respecto a la categoría de salud y atención a largo plazo se realizaron una serie de preguntas relacionadas con los centros médicos que asisten, para estudiar las necesidades y los desafíos en términos de salud asociados con el envejecimiento.

En el siguiente gráfico se aprecia cómo se distribuye la preferencia de las personas mayores según los centros médicos. Habitualmente, esta población elige el centro médico según la accesibilidad y cercanía, pues para ellos les será más fácil asistir a un centro médico que se ubique cerca de sus lugares de residencia por temas de movilidad, traslado, costos entre otros factores.

**GRÁFICO 5**

#### ***DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIA SEGÚN LA CERCANÍA DEL CENTRO MÉDICO, 2023***



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

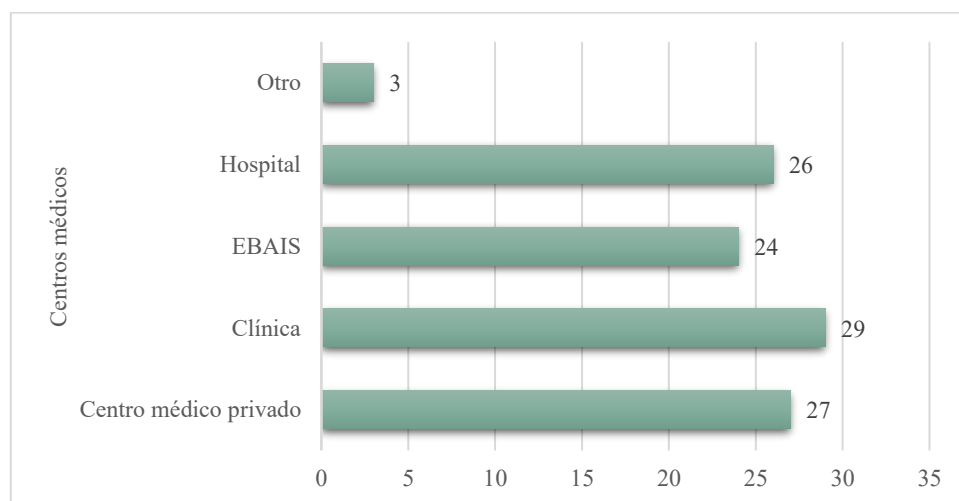
Respecto a la cercanía del centro médico, 100 de las personas mayores indicaron que si residen cerca, esto se traduce en un 92% de la población total. Además, nueve (9) indicaron vivir un poco lejos de donde son atendidos dando como resultado un 8%.

En el apartado de salud y atención a largo plazo, lo que se indagó fue dónde las personas mayores que asisten a los centros de encuentro se sienten mejor recibiendo atención

médica y cuáles son las razones de su elección. Para ello, fue fundamental conocer el contexto en el cual estaban inmersos y tratar de entender las razones de su elección.

#### GRÁFICO 6

##### ***DISTRIBUCIÓN SEGÚN CENTRO MÉDICO DE PREFERENCIA, 2023.***



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

En el gráfico 6 se observa que, las personas mayores no se inclinan por un único centro médico, pues la distribución es similar para todas las opciones posibles. Esto quiere decir que, existe una homogeneidad dando como resultado un nivel de satisfacción equilibrado para cada centro médico.

Con respecto a la elección de “otro”, se obtuvo que las personas mayores que seleccionaron esta opción la eligieron porque se sienten mejor cuando visitan el Hospital Nacional de Geriátrica y Gerontología Dr. Raúl Blanco Cervantes. Por lo tanto, esta elección pasaría a formar parte de los 26 participantes que seleccionaron la opción de “Hospital” dando como resultado 29.

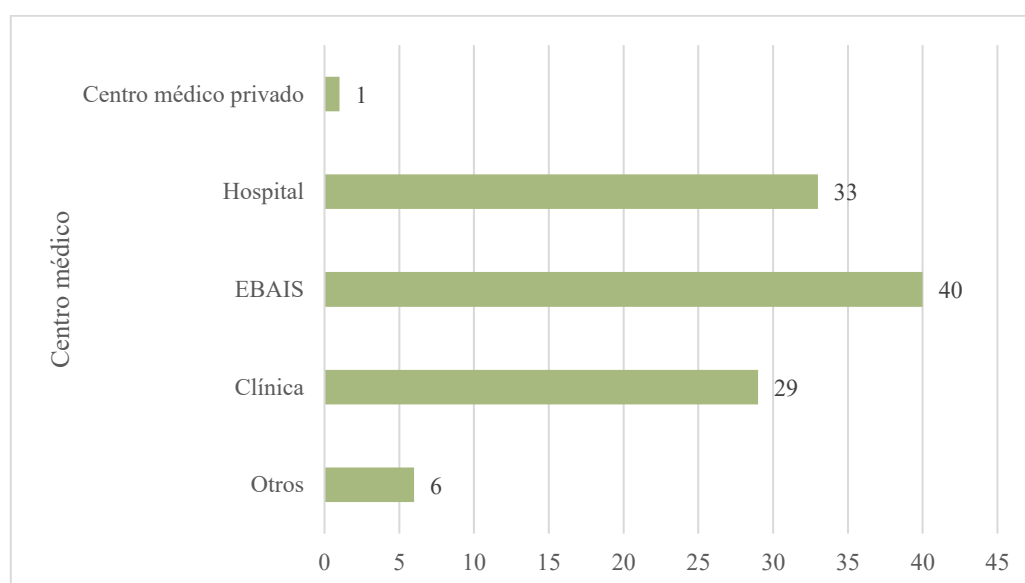
Las respuestas obtenidas facilitan la comprensión del apartado, pues existe una inclinación hacia los Hospitales, principalmente los que poseen especialización en geriatría y gerontología. Estas especializaciones según su definición son por un lado, la gerontología que es, “la ciencia que estudia el envejecimiento en todos sus aspectos, tanto biológicos como psicológicos o sociológicos, teniendo en cuenta, además, su evolución histórica y los factores referidos a la salud de la persona mayor (Calenti, 2010, p. 3), y la geriatría “forma parte de la Medicina, ya que se ocupa de las enfermedades de las personas mayores, estando integrada dentro de la Gerontología Clínica” (Calenti, 2010, p. 4)

Las personas mayores al ser una población vulnerable tienen necesidades relacionadas con el envejecimiento, por esta razón, es preciso indicar que sus elecciones de respuesta están dadas por los centros médicos que ofrezcan un servicio especializado. En el cual sientan que están siendo atendidos de una mejor manera y donde exista un ambiente cómodo, que cuente con instalaciones adaptadas para esta población como lo son las rampas, pasillos accesibles, agarraderas, salas de espera cómodas, baños adaptados entre otros.

Caso contrario sucede con el análisis del gráfico 7, pues en esta ocasión se analizará cómo se distribuye la población según los centros médicos que no les gusta visitar.

#### GRÁFICO 7

##### **DISTRIBUCIÓN SEGÚN CENTRO MÉDICO DONDE NO LES GUSTA ASISTIR, 2023**



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

En el gráfico se visualiza una clara preferencia por el centro médico privado, pues la frecuencia de respuesta es sumamente baja con solamente una de ellas. Lo cual se podría deber a la calidad percibida por los clientes y la atención ofrecida por las entidades privadas, pues a diferencia de las instituciones públicas los clientes deben pagar por el servicio a cambio de una atención personalizada y de alta calidad.

Los Equipos Básicos de Atención Integral en Salud (EBAIS) son los centros médicos que poseen la mayoría de las respuestas siendo un indicador para afirmar que esta población posee una mala percepción de los EBAIS, pues la preferencia es muy baja. Entre los factores que indicaron las personas mayores que influyeron en sus respuestas se encuentran los

tiempos de espera, la falta de empatía, falta de profesionalismo, comodidad de las instalaciones y la falta de especialización en gerontología y geriatría.

En la tabla 2, se profundiza en las razones del porqué de sus respuestas dando paso a un análisis de los motivos de disgusto según las frecuencias y porcentajes.

Identificar y abordar estas respuestas es de importancia para conocer las necesidades y las problemáticas presentes en el día a día de estas personas en temas de salud. Esto se lograría mediante una respuesta única donde las personas mayores tuvieran la posibilidad de seleccionar una de las opciones posibles de respuesta.

**TABLA 2**

***MOTIVOS DE DISGUSTO AL MOMENTO DE VISITAR UN CENTRO MÉDICO, 2023***

<b>Motivos</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Malos tratos	21	19%
Tiempo de espera	60	55%
Personal incapacitado	13	12%
Costos elevados	1	1%
Otros	14	13%
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

En esta pregunta se les consultó cuál era el motivo principal para sentir un nivel de insatisfacción alto al momento de acudir a un centro médico. Entre las opciones por responder destacan los malos tratos por parte del personal médico y administrativo, los tiempos de espera al momento de obtener una cita médica, pues a pesar de poseer prioridad, para una cita, por lo general, deben esperar periodos prolongados. También está el personal incapacitado para atender a esta población y los costos elevados, exclusivamente para las personas que en algún momento han visitado un centro médico privado.

Entre los resultados, se obtiene que la frecuencia de respuesta más alta corresponde a los tiempos de espera con un 55% de la totalidad, seguido de los malos tratos con 19%. Un dato importante es que solamente una persona seleccionó la respuesta de “costos elevados”, siendo este un indicador que a las personas mayores no les preocupan los costos de los centros médicos con el fin de recibir una buena atención. Lo cual, se relaciona con el gráfico 6, donde

27 personas adultas mayores expresan que se sienten más cómodos acudiendo a un centro médico privado.

La realidad detrás de esta información está en que solamente un cuarto de la población participante (27), posee las condiciones para asistir a una entidad privada para ser atendido. La otra parte de las personas mayores no poseen en su mayoría las condiciones económicas, sociales y redes de apoyo para costear los gastos que un centro médico privado demanda. Por esta razón, 82 de las 109 personas mayores acuden a centros médicos públicos que pertenecen a la Caja Costarricense de Seguro Social como lo son los Hospitales, las clínicas y los Equipos Básicos de Atención Integral en Salud mejor conocidos como EBAIS.

Los malos tratos que se expresan en los resultados son la segunda razón principal de disgusto y desde una perspectiva sociológica es posible visualizar una serie de barreras que imposibilitan la integración social de las personas mayores a la sociedad.

Respecto a los malos tratos por parte del personal médico y administrativo es posible concluir que en los centros médicos públicos del país existe una clara estructura de poder que abre paso a las discriminaciones hacia la población estudiada. Esta discriminación se expresa por medio del poder de superioridad de los profesionales de la salud y, por esta razón, es necesario incentivar el compromiso cívico colectivo hacia la población adulta mayor para que sean atendidos de una mejor manera y así evitar que sientan que están siendo ignorados, desvalorizados o tratados de manera poco digna.

La discriminación es entendida en este diagnóstico como “una conducta, culturalmente fundada, sistemática y socialmente extendida, de desprecio contra una persona o grupo de personas sobre la base de un prejuicio negativo o un estigma relacionado con una desventaja inmerecida, y que tiene por efecto (intencional o no) dañar sus derechos y libertades fundamentales” (Zepeda, 2004, p.19). Esta definición contribuye a comprender la razón del porqué se dan actos de discriminación en los centros médicos, pues la discriminación como lo menciona la cita es una conducta cultural. En este sentido, se genera una cultura de superioridad en los centros médicos hacia las personas mayores.

Por otro lado, la razón principal de disgusto son los tiempos de espera, representado por 60 personas. Entre los factores que influyen para que las personas mayores tengan que esperar están la alta demanda de los centros médicos de la CCSS, pues, aunque esta población posea prioridad en todas las atenciones, no hay que ocultar que esta institución atiende a

millones de personas en todo el territorio costarricense, por lo que, la saturación de pacientes es el factor que influye directamente en los tiempos de espera.

Siguiendo en la misma área de análisis de la salud y atención a largo plazo y los Programa de atención para las personas mayores se decide consultar y estudiar la satisfacción de las personas mayores al asistir a los centros de encuentro de Hatillo y Zapote. Se obtiene un nivel muy alto de satisfacción, pues solamente una persona expresa no sentirse conforme con el servicio brindado por la Municipalidad de San José.

Mediante una pregunta de respuesta múltiple identificaron cuáles son las razones principales para que las personas mayores decidan asistir a los centros de encuentro. Esta pregunta es *¿Qué es lo que más le gusta de asistir al centro de encuentro para personas mayores de la Municipalidad de San José?*, teniendo como posibles respuestas las actividades sociales, los cursos, las amistades, el cambio rutinario entre otras.

El análisis se realiza mediante una frecuencia de respuesta múltiple, siendo esta una técnica utilizada para retener más información de las personas mayores. Con el objetivo de obtener mayor diversidad de experiencias y opiniones respecto a los centros de encuentro.

En la tabla 3, se visualiza cómo en términos de frecuencia, la razón principal de asistencia son los vínculos de amistad con un 30.8% de las respuestas, seguido de los cursos que se imparten con 26.7%. Estos cursos están relacionados con las manualidades, pintura, actividades recreativas y deportivas, paseos, charlas socioeducativas, tecnología, entre otras actividades de convivencia que permiten la participación de estas personas.

Asimismo, la razón que posee menos frecuencia es la alimentación con 5.3%, pues en estos lugares la Municipalidad no brinda el servicio de alimentación, sino que son las mismas personas mayores quienes se organizan para compartir algún tiempo de comida durante el día.

Por otro lado, la elección de utilizar una respuesta múltiple se plantea con el objetivo de obtener una imagen más amplia de las respuestas y concluir de una manera más concreta utilizando los resultados obtenidos por medio de las entrevistas aplicadas a las personas mayores.

TABLA 3

**DISTRIBUCIÓN DE LAS RAZONES DE ASISTENCIA A LOS CENTROS DE ENCUENTRO, 2023**

		Respuestas		Porcentaje de casos
		N	Porcentaje	
¿Qué es lo que más le gusta de asistir al centro de encuentro para personas mayores de la Municipalidad de San José?	Las actividades sociales	55	22.3%	50.9%
	Los cursos	66	26.7%	61.1%
	Las amistades	76	30.8%	70.4%
	La alimentación	13	5.3%	12.0%
	El cambio de rutina	31	12.6%	28.7%
	Otras actividades	6	2.4%	5.6%

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Si se observa la tabla es posible percibir que al menos 70.4% de las personas mayores sienten que las amistades sean el atractivo principal de los centros de encuentro. Estos vínculos son importantes porque refuerzan el sentido de pertenencia y significan un apoyo emocional para estas personas, dando pasos a nuevos roles de las personas mayores en la etapa de la vejez.

El sentido de pertenencia es entendido como la sensación de una persona o grupos de personas de pertenecer en espacio y tiempo de forma integral a un grupo. De este modo, mantener vínculos de amistad activos significa la participación en las actividades sociales que ofrece la comunidad, reforzando así el sentido de pertenencia.

Por otro lado, los cursos están representados por un 61.1% de personas que manifiestan la importancia de participar en los cursos que ofrecen los centros de encuentro. Asimismo, las actividades sociales se ubican en el tercer lugar, lo que significa que al menos 50,9% dicen asistir por las actividades de voluntariado, capacitaciones, clases, talleres, clases de actividad física, reuniones entre otras.

Por último, el cambio de la rutina posee un 28.7% de las elecciones, por consiguiente, las personas mayores no poseen una rutina diaria establecida muy marcada, pues el porcentaje representativo es significativamente bajo. Para el caso de las personas que seleccionaron esta opción será importante desde el Programa para la Persona Mayor, identificarles y motivarlos para que su actividad en los centros de encuentro sea más frecuente.

Seguidamente, en la tabla n°4 se exponen una serie de datos que facilitan la interpretación del nivel de apoyo hacia otras poblaciones vulnerables. Dentro de las categorías o poblaciones se establecen las personas mayores, las personas migrantes, personas en condición de discapacidad, en condición de calle, población en pobreza, pobreza extrema y vulnerabilidad, por último, las personas desempleadas.

Este análisis permite estudiar la solidaridad y el apoyo expresado hacia otras personas, siendo los lazos sociales y comunitarios los que determinan el sentido de responsabilidad y valores.

**TABLA 4**

***DISTRIBUCIÓN SEGÚN LA ELECCIÓN DE ACUERDO CON QUIENES DEBERÍAN RECIBIR MÁS AYUDAS DE PARTE DE LA MUNICIPALIDAD O DEL ESTADO PARA SOLVENTAR SUS NECESIDADES, 2023***

		Respuestas		Porcentaje de casos
		N	Porcentaje	
¿Quiénes cree usted que deberían recibir más ayudas de parte de la municipalidad o del Estado para solventar sus necesidades?	Personas Adultas Mayores	80	35.6%	73.4%
	Personas migrantes	3	1.3%	2.8%
	Personas en condición de discapacidad	50	22.2%	45.9%
	Personas en condición de calle	19	8.4%	17.4%
	Población en pobreza, pobreza extrema y vulnerabilidad	40	17.8%	36.7%
	Personas desempleadas	32	14.2%	29.4%
	Otras poblaciones vulnerables	1	0.4%	0.9%

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023.

Se determina que el índice de apoyo hacia otras poblaciones es muy bajo, ya que, al menos 73,4% seleccionaron que las ayudas por parte de la Municipalidad y Estado deben estar dirigidas únicamente a las personas mayores, dejando de lado a las demás poblaciones vulnerables.

Por otra parte, al menos 36,7% seleccionaron la opción de población de pobreza, pobreza extrema y vulnerabilidad, por lo que, se puede estudiar el porqué de esta elección. Esta pregunta se planteó como pregunta capciosa, ya que, estas personas al seleccionar

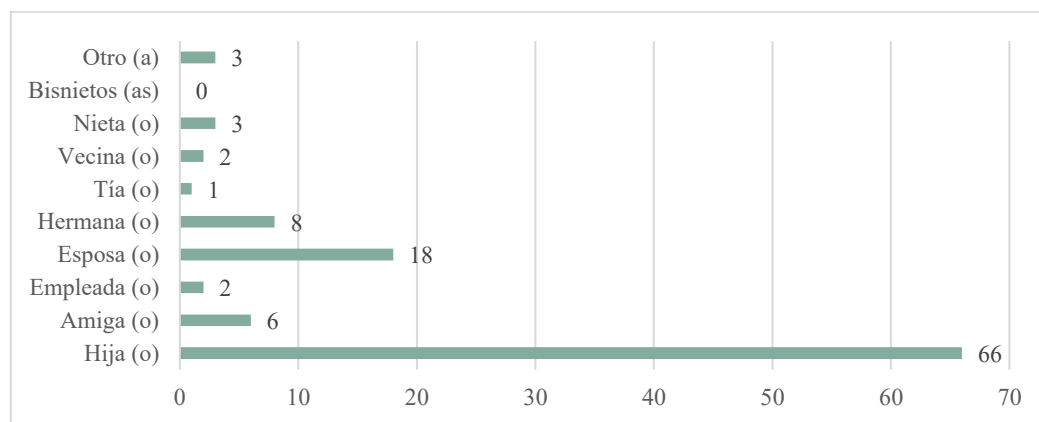
cualquiera de las opciones indirectamente estarán expresando una necesidad o deseo para que la situación de un grupo vulnerable mejore. Puede ser porque ellos se encuentran en dicha situación o porque poseen dentro de su círculo social a una persona que se encuentra en esa situación. Un ejemplo de ello es la opción de personas en condición de discapacidad, pues al menos 45,9% la seleccionaron.

Las personas mayores conforme experimentan el envejecimiento, pueden notar cierta incidencia a que aumente las discapacidades físicas, sensoriales, cognitivas o mentales. La vejez y la discapacidad tienden a estar interconectados. Las personas mayores con algún tipo de discapacidad son más propensas a sufrir barreras sociales, exclusión y accesibilidad, lo que afecta significativamente su calidad de vida y bienestar.

Por esta razón, es de suma importancia que las personas mayores cuenten con apoyo en caso de emergencia, ya sea, un familiar, amigo o vecino. Por ello, mediante la pregunta *¿Cuándo está solo(a) y requiere de alguna asistencia o ayuda a quién acude?* Se desea identificar las principales redes de apoyo en caso de emergencia, pues en la etapa de la vejez se es más propenso a sufrir accidentes. Así lo señala una investigación publicada en la Revista Médica Sinergia donde indica que “los cambios en la fisiología debido al envejecimiento y una mayor prevalencia de condiciones comórbidas colocan en una posición de mayor riesgo de complicaciones perioperatorias al adulto mayor” (Vargas *et al.*, 2022, p. 2)

#### GRÁFICO 8

##### **DISTRIBUCIÓN DE POBLACIÓN SEGÚN LA ASISTENCIA O AYUDA RECIBIDA EN CASO DE EMERGENCIA, 2023**



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023.

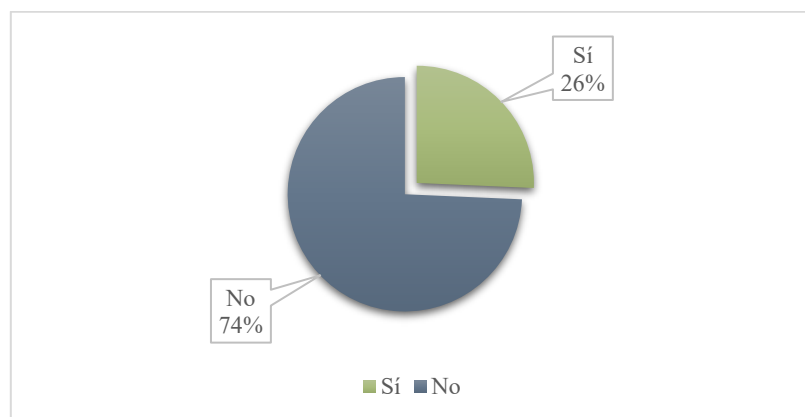
Respecto a los resultados se obtiene que 66 de la totalidad de las personas mayores tienen como red de apoyo a sus hijos e hijas en caso de sufrir alguna emergencia. Otra parte importante de la población dicen ser sus parejas sentimentales son quienes están pendientes del cuidado y quienes les ayudan en caso de sufrir algún accidente.

Cabe destacar que, 96 personas tienen un vínculo directo con algún familiar en caso de emergencia; los 13 restantes indican que son sus empleados (as), vecinos, amigos (as) o algún otro parentesco quienes les ayudan cuando están solos o solas y requieren la colaboración de alguien.

No es posible pasar por alto que, un accidente puede ocurrir en cualquier momento y en cualquier circunstancia, en el hogar, en lugares públicos e incluso en los centros de encuentro. Por esta razón, es relevante saber si estas personas al participar de las actividades de los centros conocen sobre planes de acción en caso de alguna emergencia, y que, estos planes colaboran a fortalecer la seguridad y disminuye los riesgos o el impacto de la emergencia.

#### GRÁFICO 9

#### ***DISTRIBUCIÓN SEGÚN EL CONOCIMIENTO DE PLANES DE ACCIÓN EN LOS CENTROS DE ENCUENTRO, 2024***



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

El gráfico 9 demuestra cómo un 26% de las personas expresó “sí” conocer sobre estos planes y un 74% dice nunca haber escuchado sobre la planeación de los centros de encuentro en caso de urgencias. Este dato es alarmante, pues un tercio de la población posee mayores riesgos al no conocer lo que debe hacer antes, durante y después. Por ende, se debe implementar un plan de acción que sea de conocimiento de toda la población, ya que, ayuda

a tener una respuesta rápida y efectiva, con acciones previamente establecidas para garantizar la seguridad de todas y todos.

La participación en actividades sociales proporciona un estímulo social y cognitivo que ayuda a mantener la mente activa y a prevenir el deterioro cognitivo en la vejez, por esta razón, es trascendental la participación y el involucramiento de la población mayor en las actividades comunitarias. De este modo, se plantea la participación como una “estrategia de promoción de la salud” (Sanabria, 2001, p. 90), para mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

Asimismo, para mantener un buen estilo de vida, es necesario participar en actividades cotidianas que colaboren con el estímulo físico y cognitivo para mejorar la calidad de vida. Estas actividades como se ha venido desarrollando en el diagnóstico crean una barrera a las malas emociones y da paso a una serie de beneficios como disminución del estrés, la ansiedad, depresión, prevención del deterioro cognitivo y mejoramiento de las capacidades y destrezas.

Se decide realizar un análisis de las actividades en las cuales se involucran las personas mayores para comprender las dinámicas sociales y cuál es el rol que desempeñan en su día a día. Estas dinámicas será de suma importancia prestarles atención porque de ellas surge el nivel de integración que tiene esta población a la vez que es posible observar en cuáles áreas suelen participar en mayor medida.

En la siguiente tabla se observa cómo las personas mayores se suelen involucrar más en actividades relacionadas con el centro de encuentro. Cabe destacar que, estas personas pueden participar en distintos cursos y talleres a lo largo de la semana, por lo que, su actividad en los centros depende de cada persona.

TABLA 5

**DISTRIBUCIÓN DE LOS GUSTOS SEGÚN LAS ACTIVIDADES DE DIVERSIÓN FUERA DE CASA, 2023**

		Respuestas		Porcentaje de casos
		N	Porcentaje	
¿Qué es lo que más le gusta hacer para divertirse fuera de su casa?	Asistir al Centro de Encuentro	78	40.0%	71.6%
	Actividad Física	25	12.8%	22.9%
	Actividades recreativas	48	24.6%	44.0%
	Actividades familiares	36	18.5%	33.0%
	Otro tipo de actividades	8	4.1%	7.3%

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023.

Respecto a la asistencia a los centros de encuentro se obtiene que al menos 71,6% eligieron esta opción (tabla 5), cabe recordar que las personas mayores tuvieron la posibilidad de seleccionar varias opciones, pues la pregunta es de respuesta múltiple. Seguido a esta opción están las actividades recreativas con un 44%. Estas actividades suelen mejorar los vínculos sociales, por medio de la socialización con otros individuos, ya que, son un mecanismo de relajación y diversión que, por lo general, se comparte con otras personas en su entorno.

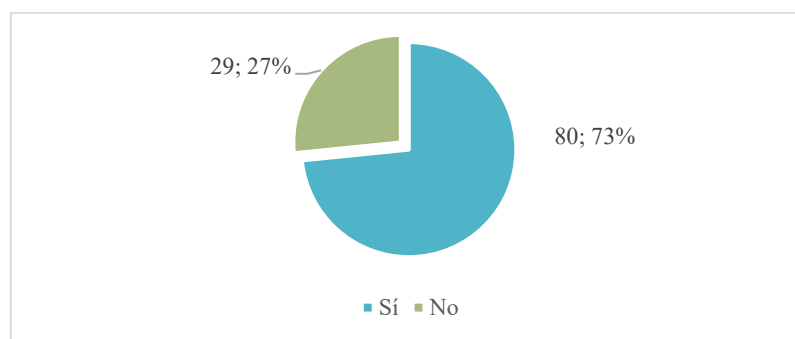
Al igual que las actividades recreativas, las familiares mejoran la calidad de vida en la etapa de la vejez, puesto que, crea lazos familiares que dan sentido de pertenencia a las personas y mejoran la cohesión familiar, siendo este un apoyo emocional que evitan el aislamiento y la soledad. Por lo menos, 33% de las personas mayores seleccionaron esta opción (actividades familiares), por lo que, se evidencia que esta representación porcentual de personas mantiene una actividad familiar activa, siendo un dato importante para el análisis de integración social, pues permite comprender cómo las personas mayores son integradas a la sociedad por medio de los vínculos familiares. Dichos vínculos conducen a una mayor actividad, mejorando así la calidad de vida y promoviendo el envejecimiento saludable con la ayuda de las personas cercanas y familiares

Un dato que genera preocupación es que la actividad física está ubicada en el cuarto lugar de prioridad, lo que significa que otras actividades están por encima de su bienestar físico. Será relevante para los centros de encuentro ofrecer actividades que mejoren el bienestar físico.

En la misma línea, es importante conocer la participación de las personas mayores en las actividades comunales, por esta razón, mediante el gráfico 10 se da una idea de las personas que participan y las que no lo hacen en las actividades sociales que ofrecen la comunidad, instituciones públicas o privadas.

**GRÁFICO 10**

***DISTRIBUCIÓN SEGÚN PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES COMUNALES, 2023***



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Un 27% del total de la población dice no participar y un 73% sí participa en actividades comunales. Acá lo relevante recae en incentivar a esas 29 personas a que se involucren más en actividades. Esto se lograría mediante técnicas donde se identifiquen los intereses y habilidades para ofrecer actividades que llamen su atención con el objetivo de mejorar la calidad de vida y promover un envejecimiento activo desde la inclusión social de las personas mayores.

Asimismo, como parte de la investigación y el interés por conocer la actividad social y saber cuáles actividades son de su interés. Se plantea la pregunta *¿Qué es lo que más le gustaría aprender?*

La pregunta se plantea con el objetivo de conocer y fomentar la participación comunitaria. Siendo la conexión con otras personas el punto clave por analizar, pues estas conexiones sociales contribuyen al bienestar por medio del sentido de pertenencia. Lo cual se lograría en primera instancia por medio de la incorporación de cursos en los centros de encuentro para personas mayores que sean del agrado de la mayoría de la población que tiene

acceso a dichos centros. También, con este enriquecimiento de la oferta de cursos se lograría incrementar la asistencia de personas mayores a los centros de encuentro, pues los cursos serían más llamativos para las personas que aún no asisten.

Como se logra observar en la tabla 6, lo que más les gusta aprender a esta población son las artesanías y manualidades, pues se obtiene un porcentaje de 64,2%, siendo que al menos 35.5% de las personas que respondieron el cuestionario seleccionaron esta opción.

**TABLA 6**

***DISTRIBUCIÓN SEGÚN LAS HABILIDADES QUE MÁS LES GUSTA APRENDER A LAS PERSONAS MAYORES, 2023***

	Respuestas		Porcentaje de casos	
	N	Porcentaje		
¿Qué es lo que más le gustaría aprender?	Cocina	26	13.2%	23.9%
	Artesanías (manualidades)	70	35.5%	64.2%
	Nuevos idiomas	25	12.7%	22.9%
	Capacitación en redes sociales	21	10.7%	19.3%
	Actividad física	18	9.1%	16.5%
	Canto	7	3.6%	6.4%
	Baile	23	11.7%	21.1%
	Otras cosas	7	3.6%	6.4%

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Las artesanías y manualidades significan una estimulación cognitiva importante y contribuyen a mantener o incrementar el funcionamiento cerebral en las personas mayores. Al mismo tiempo, se incentiva la disminución del estrés y la sensación de ansiedad para aquellas personas que presentan un nivel de soledad y aislamiento alto. Las artesanías se suelen subdividir en diferentes tipos como artesanía en cerámica, mármol, piedra, vidrio, metal, piel y cueros, textil, joyería entre otros. Este tipo de cursos si se ofrecen en los centros, pero será significativo considerar cuál tipo de artesanía les agrada más.

Por otro lado, la segunda actividad que más les gustaría aprender son las actividades relacionadas con la cocina. Este tipo de curso contribuye al bienestar y el aprendizaje de nuevas habilidades, por esta razón, al obtener un 23.9% de personas que seleccionaron esta opción, será relevante realizar una evaluación de los intereses en términos de cocina.

Los cursos de idiomas y baile obtuvieron un porcentaje similar con un 22.9% y 21.1% respectivamente. A un 19.3% le gustaría capacitarse en redes sociales, siendo esta una necesidad de las personas mayores. En la actualidad se percibe una sociedad cambiante donde

los cambios tecnológicos toman cada vez más relevancia, por lo que, los cursos en redes sociales son de suma importancia para incrementar su bienestar. Las redes sociales significan un medio de comunicación con sus familiares, amigos o personas cercanas, por lo que, generan interacciones entre grupos sociales.

La respuesta que obtuvo menor incidencia fue la opción de “canto” y “otras opciones”, las cuales se ven representadas con el 6.4% de las respuestas cada una. Entre las retroalimentaciones que originaron las personas mayores en la opción de “otros”, destacan el teatro y las capacitaciones en primeros auxilios. Estas capacitaciones producen habilidades para responder ante situaciones de emergencia en sus hogares, centros de encuentro, comunidad o en otros lugares. Por esta razón, es recomendable que las personas encargadas de los centros de encuentro lo tomen en cuenta, pues sumado a la creación y puesta en marcha de un plan de acción ante emergencias se desarrollará un entorno seguro para las personas mayores.

En la misma línea por conocer sus gustos, pasatiempos favoritos y actividades. Es necesario plantear la necesidad de que estas personas conozcan qué entidades establecidas cerca de sus comunidades son las que brindan los cursos, talleres, actividades en las cuales se puedan involucrar. Para ello, se les preguntó acerca de su conocimiento de las instituciones que ofrecen este tipo de servicio. Entre las posibles respuestas están la Caja Costarricense de Seguro Social, Municipalidad de San José, Comité Cantonal de Deportes, Asociación de Desarrollo Comunal y otras entidades (Tabla 7).

El tener identificadas a las instituciones que brindan servicios es fundamental para aumentar su participación, pues tener acceso a cursos o actividades mejora significativamente su calidad de vida. Por lo tanto, distinguir estas entidades permite que las personas mayores puedan aprovechar mejor su tiempo, promoviendo la buena salud física, mental y emocional hacia un envejecimiento saludable.

En la siguiente tabla se muestran los resultados obtenidos:

TABLA 7

**DISTRIBUCIÓN SEGÚN EL CONOCIMIENTO DE LAS ENTIDADES QUE OFRECEN CURSOS Y SERVICIOS EN LA COMUNIDAD POR PARTE DE LAS PERSONAS MAYORES, 2023**

		Respuestas		Porcentaje de casos
		N	Porcentaje	
¿Qué entidad ofrece estos servicios?	Caja Costarricense de Seguro Social	9	7.0%	8.3%
	Municipalidad de San José	76	59.4%	69.7%
	Comité Cantonal de Deportes	5	3.9%	4.6%
	Asociación de Desarrollo Comunal	5	3.9%	4.6%
	Otras entidades	5	3.9%	4.6%
	No aplica	29	21.9%	25.7%

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023.

Para esta pregunta no se obtuvieron 29 de las respuestas, pues no aplicaba para las personas mayores que no participan en actividades comunales. Este dato se observa en el gráfico 10, que fue analizado anteriormente donde se establece la distribución entre las personas que participan y las que no lo hacen en actividades comunales.

Como parte de los resultados se obtiene que al menos 59,4% de las personas seleccionaron que la entidad que ofrece cursos y actividades para personas mayores es la “Municipalidad de San José”. A este porcentaje se le sumaría en primera instancia el 3,9% de “otras entidades”, dado que, las personas que seleccionaron esta opción dicen conocer que la Biblioteca y los centros de encuentro son los que ofrecen estos servicios, pero la realidad del caso es que estas entidades pertenecen a la Municipalidad de San José, por lo que, en total se obtiene un 63,3% de las respuestas.

Este dato es preocupante, ya que, si se considera que el 21,9% de las respuestas no aplican, la mayoría de esta población solamente tienen el conocimiento de la Municipalidad de San José, por lo que, es recomendable para los centros de encuentro realizar un mapeo de los actores claves que ofrecen servicios al igual que la Municipalidad donde las personas mayores puedan involucrarse activamente.

Se obtuvieron nueve respuestas representadas con 8.3% de la “Caja Costarricense de Seguro Social”. Y, diez respuestas divididas entre el “Comité Cantonal de Deportes” y las “Asociaciones de Desarrollo Comunal”.

Cabe recordar que, estas preguntas fueron diseñadas de manera que pudiesen elegir más de una opción posible, por lo que, no se les limitó la respuesta para enriquecer el análisis, puesto que, si se les limita a una respuesta, los resultados se verían afectados y no se podría afirmar que la mayoría de la población no tiene conocimiento sobre qué entidades ofrecen los servicios.

Para reforzar los servicios comunitarios se plantea en el diagnóstico la afirmación que las personas mayores son seres humanos con una gran experiencia y sabiduría, que contribuyen significativamente en el desarrollo familiar y social. Siendo que, esta sabiduría y experiencia podrían trasladarse a los centros de encuentro o entidades que ofrezcan servicios para el bienestar social, para así lograr que se sientan importantes, a la vez que se genere una interacción con otros grupos sociales y una adaptabilidad de la población en el contexto actual.

Cabe recordar que una de las leyes de la Ley Integral para la Persona Mayor n°7935 es “Propiciar formas de organización y participación de las personas adultas mayores, que le permitan al país aprovechar la experiencia y el conocimiento de esta población”. De esta manera, se espera analizar la distribución de las personas que desean brindar servicios a la comunidad como capacitaciones, charlas, voluntariado entre otros.

En la siguiente tabla se visualiza cómo se agrupan las personas mayores según el sexo y el deseo por prestar algún servicio a la comunidad.

**TABLA 8**

***DISTRIBUCIÓN SEGÚN SEXO Y DESEO POR PRESTAR SERVICIOS A LA COMUNIDAD POR PARTE DE LAS PERSONAS MAYORES DE LOS CENTROS DE ENCUENTRO, 2023***

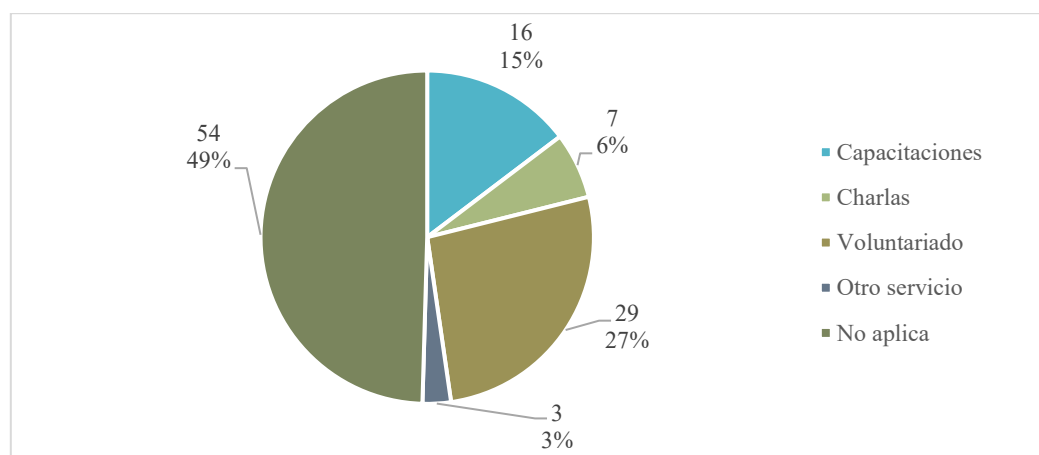
<b>Sexo</b>	<b>No</b>		<b>Si</b>		<b>Total</b>	
	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Femenino	47	43%	47	43%	95	87%
Masculino	6	5%	8	8%	13	12%
Otra	1	1%	0	0%	1	1%
<b>Total</b>	<b>54</b>	<b>49%</b>	<b>55</b>	<b>51%</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Se obtiene que un número importante no desea prestar ningún servicio. Esta población está representada por un 49%, donde 43% son mujeres, 5% hombres y 1% de una persona que no quiso contestar respecto a su sexo. El restante de la población que está representada por el 51% afirman querer prestar algún servicio a su comunidad entre los cuales destacan las capacitaciones, charlas, voluntariado (ver gráfico 11)

**GRÁFICO 11**

***DISTRIBUCIÓN SEGÚN EL SERVICIO QUE SE DESEA BRINDAR A LA COMUNIDAD, 2023***



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Entre las actividades de mayor interés resalta el voluntariado con 29 respuestas interpretado como el 27% de la población total. Un 15% están interesados en brindar capacitaciones y a un 6% les gustaría ofrecer charlas.

Esta participación de las personas mayores y su deseo por ayudar en la comunidad por medio del ofrecimiento de servicios en los centros de encuentro u otras entidades, contribuyen a fortalecer sus experiencias, los lazos comunitarios y la inclusión social para el mejoramiento de la calidad de vida y el sentimiento de identidad con la comunidad.

Por otro lado, uno de los ejes de estudio sobre las ciudades y comunidades amigables con las personas mayores está relacionado con el trabajo, por lo que, se decide investigar sobre los emprendimientos personales para visualizar qué porcentaje de las personas mayores aún mantienen una vida laboral activa y determinar los roles sociales con respecto a la empleabilidad de las personas mayores.

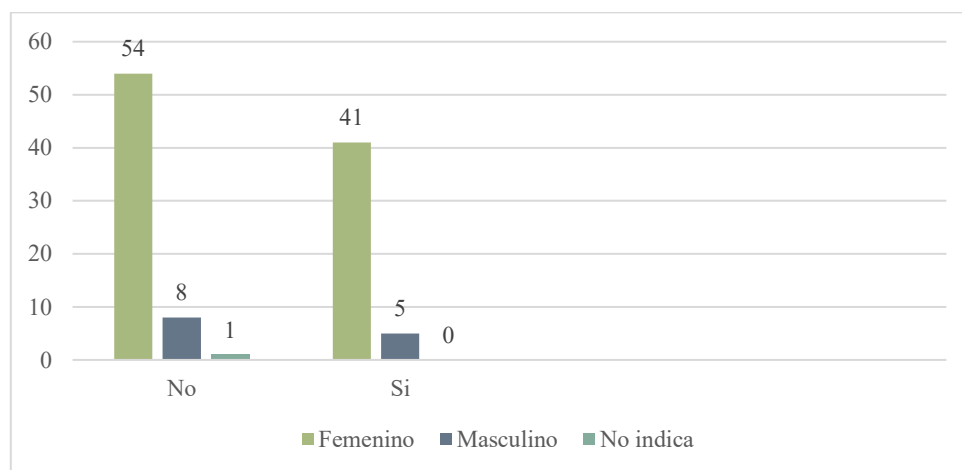
Este tema de la empleabilidad es cada vez de mayor interés, puesto que, desde el ámbito social y económico es visto de buena manera que, esta población posea estabilidad

social y económica en su etapa de vejez, ya que, mejora el acceso a los recursos y servicios necesarios de su día a día.

Es relevante comprender cómo se distribuyen los emprendimientos personales entre hombres y mujeres. Por esta razón, el siguiente gráfico proporciona una visión general de la participación en emprendimientos personales entre diferentes grupos demográficos de personas mayores, destacando posibles disparidades de sexo y sus implicaciones.

**GRÁFICO 12**

***DISTRIBUCIÓN SEGÚN EL SEXO Y EMPRENDIMIENTOS PERSONALES, 2023***



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

En el gráfico se muestra cómo 46 (42%) personas mayores si poseen algún tipo de emprendimiento personal, de los cuales 41 son femeninos y 5 masculinos. Si se realiza el conteo de manera proporcional a la cantidad de personas masculinas y femeninas se obtiene que el sexo masculino posee mayor incidencia a tener algún tipo de emprendimiento.

Es evidente que existe una brecha importante entre hombres y mujeres desde dos vertientes. La primera es la social, puesto que, las mujeres poseen mayor participación en actividades sociales por encima de los hombres y eso se evidencia en los gráficos de distribución por sexo, pues de la totalidad de la población entrevistada y que asiste a los centros de encuentro, solamente 13 (11,9%) personas son masculinas. Y por el otro lado, está la perspectiva económica, ya que, los hombres poseen mayor posibilidad de poseer un emprendimiento y obtener por medio de ellos recursos económicos. Por esta razón, se plantea la necesidad de abordar las brechas sociales de manera integral con el objetivo de promover la equidad de género en aspectos sociales y económicos donde se mejore el acceso a recursos y oportunidades de manera equitativa.

En relación con la dificultad de salir de casa se refiere a la variedad existente de barreras sociales que limitan la movilidad de las personas al momento de querer salir de su hogar por distintas razones. Este impedimento está reflejado en distintos factores tanto físicos como sociales, pues las personas mayores están expuestas a diversos fenómenos que les impiden salir de sus hogares a participar de las actividades comunales.

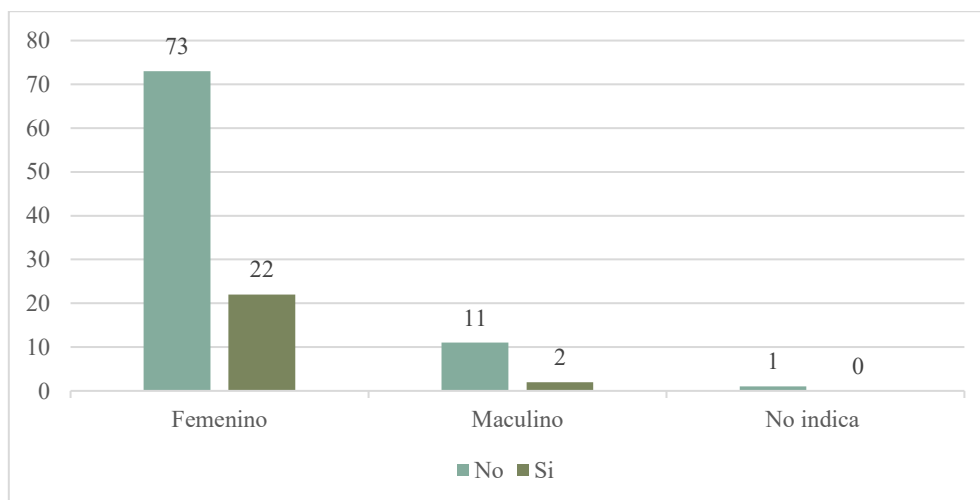
Las principales barreras están vinculadas a una perspectiva física. Donde las personas mayores tienen temor a sufrir algún tipo de accidente por la falta de infraestructura diseñada con las condiciones necesarias para que la población mayor se sienta cómoda y no corra el riesgo de sufrir accidentes.

Por otro lado, el transporte juega un papel fundamental en estas dificultades, pues dependiendo de la percepción que tengan de ellos, posiblemente no vayan a querer utilizarlo, siendo una de las barreras principales (ver gráfico 15). También se analiza el factor seguridad, donde posiblemente si no existe seguridad en las comunidades o presencia frecuente de policía no les sea accesible salir de sus hogares por temor a sufrir algún tipo de incidente delictivo.

En este contexto, los siguientes gráficos muestran las razones detrás de la dificultad para salir, destacando los factores clave que contribuyen a este fenómeno como lo son las barreras físicas, de transporte y de seguridad con el objetivo de comprender la situación y generar recomendaciones que pueden ser aplicados en los entornos sociales en los que están involucradas las personas mayores.

En el siguiente gráfico se analiza de manera general la dificultad para salir del hogar, por medio de una pregunta de respuesta simple donde las personas mayores podrían expresar si se les dificulta o no salir de sus hogares.

Por lo tanto, este gráfico busca proporcionar una visión general de un problema cada vez más relevante en el contexto del envejecimiento de la población.

**GRÁFICO 13****DISTRIBUCIÓN DE LA DIFICULTAD DE SALIR DE CASA SEGÚN EL SEXO, 2023**

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

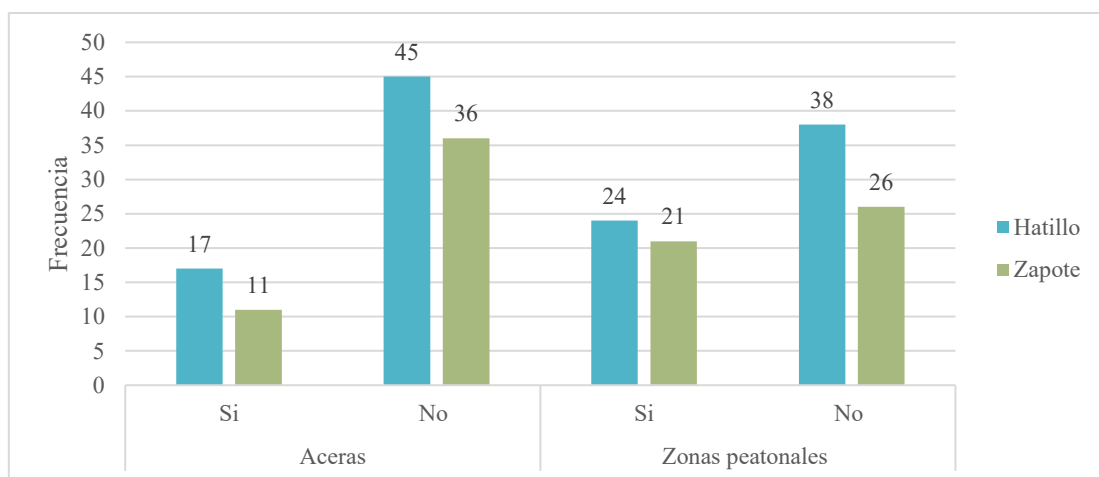
Se observa como la mayoría de la población indica que no poseen dificultades para salir de casa. La distribución se expresa de la siguiente manera, 73 mujeres de la población total (67%), expresan no tener dificultades y 11 de ellas si las tiene (10,1%). También, 22 personas masculinas (20,2%) dicen no poseer ningún tipo de dificultad mientras que dos de ellas si las poseen.

Sin embargo, este gráfico muestra datos generales, puesto que, las personas mayores no toman en consideración todos los factores que influyen para determinar de manera objetiva si se les dificulta salir de casa o no. Será en los siguientes gráficos donde se analiza cada uno de dichos factores para establecer el nivel de dificultad para las personas mayores que asisten a los centros de encuentro.

En la siguiente gráfica se visualiza la distribución según los centros de encuentro y la existencia de aceras en buen estado y zonas peatonales para la seguridad de tránsito de las personas mayores. Este análisis se realiza con el objetivo de identificar en cuál de las dos comunidades hay mayor afectación en temas de movilidad e infraestructura, siendo la seguridad peatonal el tema de mayor relevancia, puesto que, las aceras en mal estado y la falta de pasos peatonales pueden representar un riesgo grave para la seguridad de las personas mayores al momento de salir de sus hogares, por el riesgo a sufrir caídas o accidentes graves al caminar por las calles y cruzar de un lugar a otro.

GRÁFICO 14

**DISTRIBUCIÓN SEGÚN CENTRO DE ENCUENTRO Y EXISTENCIA DE ACERAS EN BUEN ESTADO Y ZONAS PEATONALES, 2023**



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Este gráfico muestra que las personas de Hatillo expresaron que en su comunidad las aceras están en mal estado en mayor medida, ya que, 45 de las 62 personas dicen no tener buenas aceras en sus comunidades. Asimismo, 17 de ellas dicen tener buenas aceras, por lo que, no tendrían problemas de movilidad. Por el lado de Zapote, 36 de las 47 personas que colaboraron con el cuestionario en este centro dicen no tener aceras en buen estado, mientras que 11 dicen si tenerlas.

El tema de la accesibilidad es importante, ya que, permite a las personas mayores participar de manera activa en la comunidad. Es fundamental que cuenten con infraestructuras peatonales accesibles como lo son las aceras, ya que, si están en buen estado permiten mayor independencia al momento de querer acudir a alguna actividad que brinda la comunidad. Con estos datos se observa como ambas comunidades presentan faltante de buenas aceras para el tránsito seguro de las personas mayores.

Por otro lado, las zonas peatonales incentivan la inclusión social de todos los grupos sociales al tener la posibilidad de pasar de un lugar a otro de manera segura y participar en la vida urbana de manera equitativa sin el riesgo de sufrir accidentes.

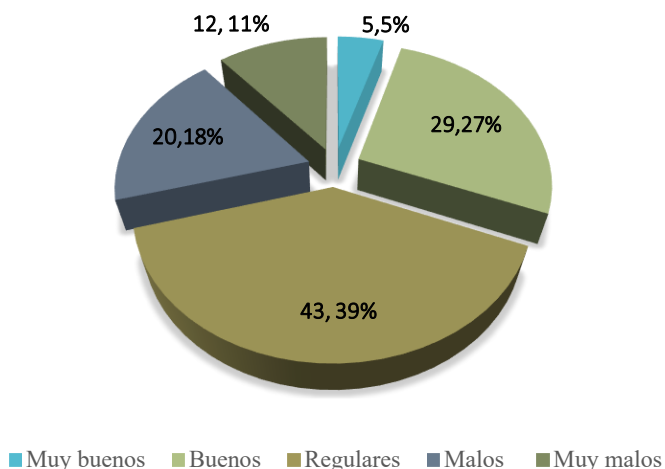
La gráfica anterior expone la problemática con respecto a la infraestructura, pues la mayoría de las personas de ambas comunidades expresan no contar con pasos peatonales en sus comunidades. Por lo tanto, se deben tomar acciones por parte de la Municipalidad de San

José para ofrecer mejor infraestructura peatonal donde se beneficien no solo las personas mayores, sino la demás población que habitan en las comunidades de Hatillo y Zapote.

Otro de los factores que influye en la dificultad para salir de casa por parte de las personas mayores es la percepción con respecto a los servicios de transporte que operan en la comunidad.

#### GRÁFICO 15

#### *DISTRIBUCIÓN SEGÚN LA PERCEPCIÓN RESPECTO AL TRANSPORTE PÚBLICO, 2023*



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Este gráfico muestra como 32 personas de la totalidad poseen una percepción negativa sobre los transportes públicos y privados de su comunidad. Estas personas eligieron las opciones de “malos” y “muy malos” respectivamente, lo que representa el 29% de la población. Por otro lado, las personas que poseen una apreciación positiva significan el 31%. Estas personas eligieron las opciones de “buenos” y “muy buenos” siendo un total de 34 (32%)

El dato de mayor relevancia recae en la percepción neutral, pues 43 de las 109 personas mayores dicen tener una percepción regular respecto al transporte en su comunidad. Esto se traduce a un 39% de las respuestas.

TABLA 9

**DISTRIBUCIÓN SEGÚN EL MEDIO DE TRANSPORTE DE MAYOR USO POR PARTE DE LAS PERSONAS MAYORES PARA TRASLADARSE AL CENTRO DE ENCUENTRO, 2023**

		Respuestas		Porcentaje de casos
		N	Porcentaje	
¿Qué medios utiliza para trasladarse al centro de encuentro?	Autobús	54	33.1%	49.5%
	Taxi	11	6.7%	10.1%
	Plataformas de transporte ( <i>Uber, Indriver, Didi, etc.</i> )	38	23.3%	34.9%
	Vehículo propio	14	8.6%	12.8%
	Vehículo familiar	14	8.6%	12.8%
	A pie	32	19.6%	29.4%

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

En la misma línea, el transporte público o privado que suelen utilizar las personas en mayor medida para asistir a los centros de encuentro son el autobús, pues al menos 33.1% de las personas seleccionaron esta opción siendo 54 la frecuencia de respuestas representadas por el 49.5% de la totalidad (163). Al igual que las tablas anteriores, esta es una tabla generada por medio de una pregunta de respuesta múltiple, por lo que, las personas mayores tenían la posibilidad de seleccionar más de una opción.

Asimismo, el transporte de menor uso es el taxi, con un 10.1% de las respuestas, superado por las plataformas de transporte (*Uber, Indriver, Didi, etc.*) las cuales obtuvieron un 34,9% de las respuestas. Lo que quiere decir que, al menos el 23,3% seleccionaron esta opción. Lo cual evidencia que las personas mayores también han sido parte del cambio con respecto a las dinámicas de transporte, pues triplica la cantidad de personas que prefieren las plataformas de transporte por encima de los taxis. Además, un dato interesante es que se obtuvieron 14 respuestas sobre la utilización de un vehículo familiar, por lo que, se puede concluir que estas personas cuentan con apoyo de algún familiar para el traslado a los centros de encuentro

Otro dato importante es que al menos el 19.6% de las personas asisten a los centros de encuentro caminando, lo que quiere decir que, habitan cerca de estos lugares de reunión. Esto conduce a la necesidad de saber las distancias y tiempos que deben recorrer estas

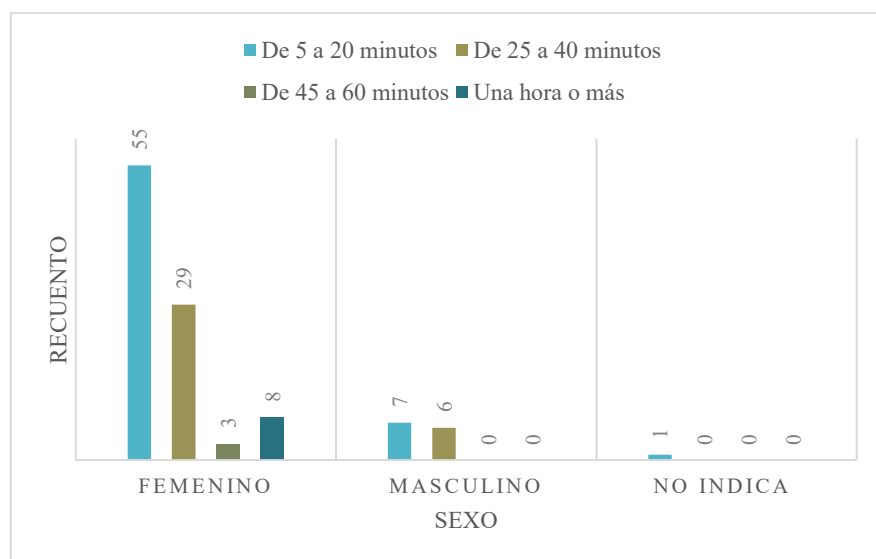
personas para asistir a los centros de encuentro a recibir los cursos que ahí se ofrecen. Lo cual se lograría por medio de las respuestas obtenidas del cuestionario aplicado.

Analizar este indicador es crucial para comprender la accesibilidad y la calidad de vida para las personas mayores, pues entre mayores sean los tiempos de traslado, más dificultades de accesibilidad poseen y, por lo tanto, menos participación social. La accesibilidad en este diagnóstico es entendida como “la facilidad con la que algo puede ser usado, visitado o accedido en general por todas las personas, especialmente por aquellas que poseen algún tipo de discapacidad” (Grande, *et al.*, 2008, p. 1)

El siguiente gráfico analiza la distribución según el tiempo promedio de traslado al centro de encuentro para personas mayores en las comunidades de Hatillo y Zapote. Al examinar esta distribución, se podrá obtener una comprensión más clara de las experiencias de movilidad y determinar qué tan amigable en cuanto a accesibilidad son estos lugares de encuentro.

**GRÁFICO 16**

***DISTRIBUCIÓN SEGÚN TIEMPO PROMEDIO DE TRASLADO AL CENTRO DE ENCUENTRO, 2023***



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023.

Primeramente, se decide agrupar por rangos los tiempos de traslados con el objetivo de que el análisis sea más sencillo y comprensible para el lector. De esta manera, los rangos se dan cada 15 minutos hasta llegar a una hora o más.

Como parte de los resultados se obtiene que 63 de las personas (57,8%), dicen durar un aproximado entre 5 a 20 minutos desde el lugar de residencia a los centros de encuentro, 35 de ellas (32,1%) dicen durar entre 25 a 40 minutos. Solamente 11 personas del sexo femenino duran más de 45 minutos, que sería un total de 10,1%.

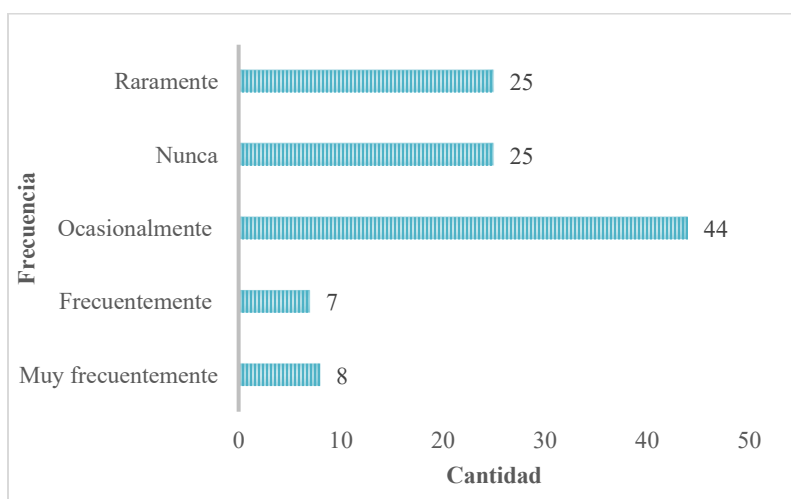
Por lo tanto, los centros de encuentro se destacan por su accesibilidad en términos de los tiempos de traslado, pues es de fácil acceso para las personas que asisten al afirmar que la mayoría solamente tarda un rango de tiempo entre 5 a 20 minutos. También se caracteriza por estar ubicados en zonas estratégicas (ver figura 7), donde su cercanía a la población mayor es su principal característica para quienes asisten a estos lugares utilizando diferentes tipos de transporte público y privado.

En resumen, estos dos centros de encuentro ofrecen una ubicación adecuada que disminuye el tiempo de traslado de las personas mayores, permitiéndoles acceder fácilmente y disfrutar de todas las comodidades y actividades que ofrece.

Por otra parte, otro de los factores que incide para que a las personas se les dificulta salir de sus hogares es el tema de la seguridad, siendo la presencia policial fundamental para garantizar la seguridad de las personas mayores en sus comunidades y de esta manera dar respuesta rápida a las situaciones de emergencia que se generen.

#### **GRÁFICO 17**

##### ***DISTRIBUCIÓN SEGÚN LA PRESENCIA POLICIAL EN LAS COMUNIDADES, 2023***



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023.

El gráfico revela que la tendencia según la frecuencia de presencia policial en las comunidades posee una perspectiva desfavorable en las personas mayores, pues 50 personas dicen que “nunca” y “raramente” observan policías. Lo que significa un poco menos de la mitad de la población total. Otro grupo importante de personas conformado por 44, consideran que ocasionalmente ven policías en las calles y solamente 15 poseen una perspectiva positiva.

Estos datos son preocupantes y se les debe prestar atención, puesto que, las personas mayores son más vulnerables a ser víctimas de hurtos, violencia, agresiones entre otras situaciones que ponen en riesgo su integridad física.

La presencia de policías en las calles de las comunidades de Hatillo y Zapote no solamente colabora con la seguridad e integridad de las personas mayores, sino que promueve una comunidad unida, sentido de conexión, oportunidades para participar activamente en la vida comunitaria y la tranquilidad de caminar por las zonas de su comunidad con calma.

Por otra parte, considerar las perspectivas respecto a las mejoras que contemplan los ciudadanos en su comunidad debe ser una prioridad para la Municipalidad de San José, puesto que, son estas personas quienes por medio de sus experiencias expresan sus necesidades como población vulnerable, por esta razón, al considerar y escuchar sus puntos de vista es fundamental para el desarrollo comunitario. Esto conduciría a planificar y ejecutar medidas que contribuyan al mismo tiempo con su calidad de vida y bienestar social.

Aunque la perspectiva física no sea el énfasis de este estudio, es importante contemplar en cuanto a infraestructura las necesidades de las personas mayores, pues si no poseen buenas condiciones para desarrollar su día a día, pueden verse afectados otros aspectos como el emocional, ya que, si esta población visualiza que posee problemas de movilidad y barreras sociales que les impide desempeñarse de manera integral, posiblemente las sensaciones de ansiedad y depresión se hagan presentes.

En la siguiente tabla se muestra la distribución de las respuestas obtenidas de las mejoras físicas que harían en su comunidad, con el objetivo de conocer algo más de sus necesidades comunales.

TABLA 10

**DISTRIBUCIÓN SEGÚN LAS MEJORAS QUE HARÍAN LAS PERSONAS MAYORES A SU COMUNIDAD, 2023**

	Respuestas		Porcentaje de casos	
	N	Porcentaje		
Si pudiera hacer mejoras al espacio físico de la comunidad ¿Qué haría?	Aceras en buen estado	67	35.1%	62.6%
	Rampas para accesibilidad	41	21.5%	38.3%
	Pasos peatonales	28	14.7%	26.2%
	Zonas recreativas	27	14.1%	25.2%
	Parada de autobús	19	9.9%	17.8%
	Servicios sanitarios comunales	4	2.1%	3.7%
	Otras mejoras	5	2.6%	4.7%

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023.

Se observa una distribución inclinada hacia las mejoras que tienen que ver con su movilidad, ya que, las respuestas que obtuvieron mayor incidencia son las relacionadas con las mejoras de aceras, pasos peatonales y rampas de accesibilidad. Lo que representaría una de las necesidades más relevantes de la población mayor en su comunidad

Otra de las necesidades que expresaron las personas mayores en mayor medida son las zonas recreativas, pues se obtuvieron 27 respuestas que representan un 25.3%. Este dato es relevante, pues las dinámicas sociales han ido cambiando con el paso de los años y el envejecimiento poblacional es cada vez más evidente, lo que significa que buscan formas saludables de ocupar su tiempo y mantener su calidad de vida por medio de la recreación.

Considerar este tipo de necesidades contribuye a mejorar el bienestar social de toda la población en general. Si se realizan acciones inclusivas para personas mayores, en unos años se estaría solucionando las necesidades de un grupo demográfico más amplio.

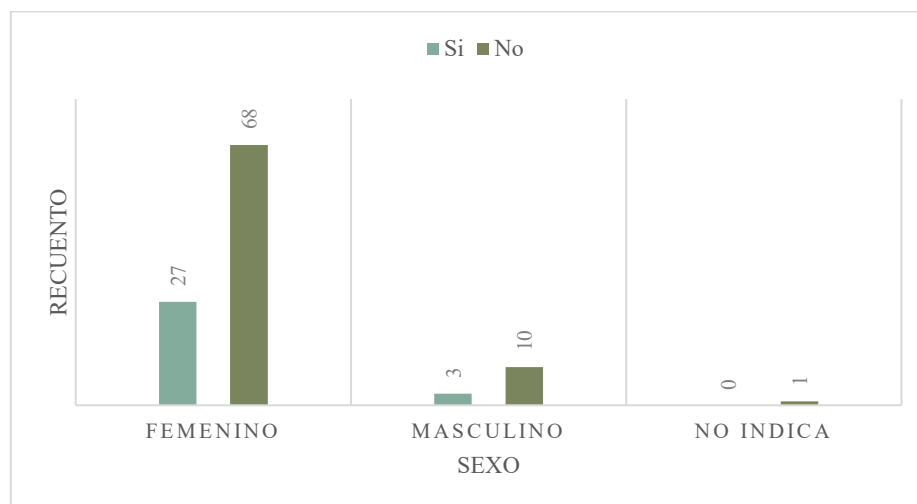
En esta misma línea, involucrar activamente a los ciudadanos mayores en la toma de decisiones, no solo se les estaría reconociendo sus derechos a la participación cívica, sino que se le estaría dando importancia al sentido de pertenencia y cohesión social en una sociedad donde los desafíos se deben enfrentar de manera conjunta.

En la siguiente gráfica se exponen los resultados obtenidos de la pregunta *¿Considera que ha sido tomado o tomada en cuenta para la toma de decisiones en su cantón por parte*

de la *Municipalidad de San José*? Con el objetivo de conocer qué tanto toma en cuenta la Municipalidad a los ciudadanos en la toma de decisiones al momento de ejecutar acciones.

**GRÁFICO 18**

**PERCEPCIÓN POR SEXO DE LAS PERSONAS MAYORES SOBRE LA TOMA DE DECISIONES Y SU INVOLUCRAMIENTO POR PARTE DE LA MUNICIPALIDAD DE SAN JOSÉ, 2023**



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Como parte de los resultados se obtiene que el 72,5% de las personas dicen no ser tomados en cuenta en la toma de decisiones de la Municipalidad de San José. De este porcentaje 68 personas son mujeres y 10 son hombres, y se obtiene una persona que no quiso responder en cuanto a su sexo. Por el otro lado, solamente un 28% considera que si los toman en cuenta.

Será importante para los centros de encuentro establecer estrategias que integren a las personas mayores en la toma de decisiones, ya que, donde haya una participación de la ciudadanía, se estaría frente a una comunidad equitativa e inclusiva donde se cubran las necesidades.

Por otro lado, y en relación con las necesidades de este grupo social están las transformaciones tecnológicas en cuanto a la información y comunicación. De esta manera, se plantea la necesidad de comprender la interacción de las personas mayores con las nuevas tecnologías y conocer si durante la pandemia por Covid-19 estas formas de comunicarse e informarse se vieron alteradas.

TABLA 11

**DISTRIBUCIÓN SEGÚN EL MEDIO POR EL CUAL OBTIENEN INFORMACIÓN LAS PERSONAS MAYORES, 2023**

		Respuestas		Porcentaje de casos
		N	Porcentaje	
¿Por cuál medio obtiene información?	Teléfono fijo	9	4.8%	8.3%
	Teléfono móvil	60	31.7%	55.6%
	Correo electrónico	12	6.3%	11.1%
	Radio	5	2.6%	4.6%
	Redes Sociales	35	18.5%	32.4%
	Televisión	44	23.3%	40.7%
	Comunicación verbal	15	7.9%	13.9%
	Periódico	3	1.6%	2.8%

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Esta tabla muestra cómo se ha pasado de una comunicación y formas de obtener información antigua (periódico, radio, comunicación verbal) a una más moderna (teléfono móvil, redes sociales, correo electrónico). De esta manera, con el paso de los años las personas mayores están adoptando nuevas tecnologías a pesar de la brecha tecnológica que esto ha significado y de los estereotipos sociales en cuanto al envejecimiento y la limitante de habilidades para enfrentar la nueva era digital.

Estas personas expresaron que el medio que utilizan en mayor medida es el teléfono móvil, obteniendo 60 de las 189 respuestas. Seguido de las redes sociales (WhatsApp y Facebook) con un 32,4%. Estas redes sociales las utilizan en su mayoría del tiempo para comunicarse con sus familiares, amigos y conocidos al mismo tiempo que funcionan como medio de información para enterarse de lo que sucede día con día.

Este cambio evidenciado mediante datos, significan no solamente los avances tecnológicos, sino también nuevas formas de interacción social, integración y entretenimiento que han adoptado las personas mayores en una sociedad cambiante.

Solamente se obtuvo que un 1.6% de las personas utilizan el periódico como medio de información. Al igual que el radio (2.6%) estos medios han sido reemplazados radicalmente.

De los medios de información antiguos, solamente la televisión con 44 de las respuestas totales ha logrado mantener su influencia sobre la población mayor y sigue significando un medio de uso constante en estas personas.

**TABLA 12**

***DISTRIBUCIÓN SEGÚN EL MEDIO POR EL CUAL OBTUVIERON INFORMACIÓN LAS PERSONAS MAYORES DURANTE LA PANDEMIA, 2023***

¿Cómo se informó usted de lo que pasaba durante la pandemia?		Respuestas		Porcentaje de casos
		N	Porcentaje	
¿Cómo se informó usted de lo que pasaba durante la pandemia?	Teléfono fijo	3	1.6%	2.8%
	Teléfono móvil	26	13.6%	23.9%
	Correo electrónico	3	1.6%	2.8%
	Radio	8	4.2%	7.3%
	Redes sociales	26	13.6%	23.9%
	Televisión	99	51.8%	90.8%
	Comunicación verbal	12	6.3%	11.0%
	Periódico	14	7.3%	12.8%

Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

Por otro lado, fue relevante observar cómo las formas de obtener información se vieron afectadas con la pandemia por Covid-19, pues los resultados arrojaron una variación considerable en este aspecto. De este modo, la tabla anterior (12), expone los cambios drásticos de los medios utilizados durante este periodo.

Se observa que el uso de la televisión disminuyó después de la pandemia más del doble, pues se pasó de un 90.8% en periodo de pandemia a un 40,7% en la actualidad. Esto significa que, durante este periodo de restricciones y aislamiento social, las personas aumentaron considerablemente su tiempo en los hogares, lo que conduce a buscar las formas más sencillas de comunicación e información sin salir de casa.

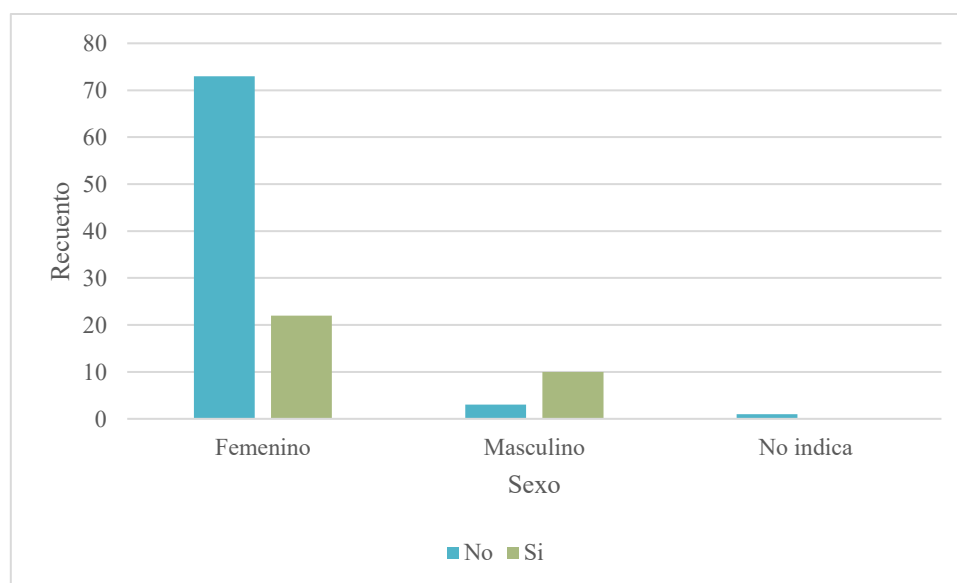
Además, estas personas al no tener la posibilidad de salir de sus casas por el riesgo a contraer covid-19, se vieron obligadas a buscar nuevas formas de entretenimiento, reflejado en las redes sociales. El uso de estas redes sociales aumentó luego de la pandemia, pues pasó de un 23.9% a un 32.4% en la actualidad. También se pasa de un 23.9% a un 55.6% en cuanto al uso de los teléfonos móviles (celulares)

En conclusión, la llegada de la pandemia favoreció la adaptabilidad de las personas mayores a las transformaciones tecnológicas, lo que significó un proceso acelerado del uso de los aparatos electrónicos en esta población. Es decir, aunque la pandemia tuvo impactos negativos en la vida cotidiana de las personas mayores, en cuanto a la tecnología se logró un avance significativo hacia la disminución de las brechas digitales.

Respecto a las brechas digitales, otra de las dificultades de las personas mayores es el manejo de sus recursos económicos por medio de aplicaciones bancarias y cajeros automáticos. Muchas de estas personas a lo largo de su vida no estuvieron familiarizados con el dinero virtual, por lo que, es de esperar que no estén familiarizados con aplicaciones bancarias y, por lo tanto, se sientan más cómodos utilizando el dinero en efectivo.

#### GRÁFICO 19

##### ***DISTRIBUCIÓN SEGÚN EL NIVEL DE FAMILIARIZACIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES CON APLICACIONES BANCARIAS Y CAJEROS AUTOMÁTICOS, 2023***



Nota: Elaboración propia con datos del centro de encuentro de Hatillo y Zapote, 2023

El gráfico muestra cómo 77 personas de las 109 dicen no estar familiarizadas con el uso de aplicaciones bancarias y cajeros automáticos, de las cuales 73 son femeninas, tres masculinas y una persona que no indicó su sexo. Por otro lado, 22 mujeres y 10 hombres si saben manejar las aplicaciones bancarias y cajeros automáticos.

Estos resultados se podrían producir por la falta de capacitación en cuanto a aplicaciones bancarias y uso de cajeros automáticos. También puede afectar la accesibilidad

y el diseño que incluya dentro de sus plataformas un sistema que sea más sencillo de comprender para las personas mayores.

Por lo tanto, para abordar de manera integral estos desafíos, es crucial desarrollar iniciativas que guíen a las personas mayores al momento de acudir a un cajero automático, promover diálogos con las entidades bancarias para establecer una interfaz amigable con las personas mayores. Estas acciones servirán de base para la adaptabilidad de las personas mayores a la realidad actual, donde la tecnología toma cada vez mayor preponderancia respecto a las actividades cotidianas de las personas mayores. Por esta razón, es necesario intervenir en las formas de integración social para que estas personas puedan acceder de manera equitativa y sin barreras a todos los aspectos de la vida social.

Por ende, generar espacios de capacitación tecnológica será crucial para mejorar la calidad de vida de las personas mayores, pues estas dependen en su mayoría de otras personas para desarrollar actividades cotidianas de comunicación e información. La independencia es planteada como el acto de decidir por sí mismo y tener la capacidad de realizar actividades cotidianas de manera integral bajo su propia responsabilidad y utilizando sus habilidades. Por ende, estas acciones generarían nuevos roles en las personas mayores en una sociedad cada vez más compleja.

#### **5.4 Plan de acción direccionado hacia la prevención y atención integral de las personas mayores.**

El plan de acción está dirigido a garantizar el bienestar y la atención integral de las personas mayores en los centros de encuentro. Dicho plan surge luego de la realización de un diagnóstico social que tuvo como objetivo identificar las características de las personas mayores y, describir las principales necesidades como grupo social en una sociedad compleja.

Se busca mediante una perspectiva inclusiva, generar iniciativas que conduzcan a reforzar las acciones del programa, para mejorar la atención brindada en dichas instalaciones. Por esta razón, se procura garantizar la calidad de vida y promoción de la participación en la sociedad de las personas mayores. Esto se lograría mediante la implementación de medidas que contribuyan a mejorar la calidad de vida, la participación social y el bienestar físico y mental de estas personas.

Para visualizar el plan de acción completo revisar el anexo 4.

## CAPÍTULO VI

### CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES Y LIMITACIONES

#### 6.1. Conclusiones

Al analizar los resultados obtenidos del trabajo de campo, se concluye que involucrar activamente a los ciudadanos mayores en la participación comunitaria y toma de decisiones contribuye a mejorar el sentido de pertenencia y cohesión social dando paso a mejorar la calidad de vida.

El trabajo permitió identificar las principales características que se destacan de las personas mayores que asisten a los centros de encuentro. Se obtuvo una población mayoritariamente femenina, con un promedio de edad de 69 años y donde la edad más frecuente de toda la población es la de 67 años. Esta edad expresa que estas personas suelen involucrarse en las actividades comunitarias luego de su jubilación, pues en esta etapa suelen sentir la sensación o la motivación por satisfacer sus necesidades de relación e interconexión social con otras personas. Asimismo, otra característica es que, un número importante posee una edad inferior a los 65 años. Esto resulta beneficioso desde el punto de vista de fortalecer los vínculos sociales antes de ser adultos longevos y de esta manera, mitigar las problemáticas en cuanto a inclusión social en la etapa de la vejez.

También, se concluye que la mayoría de la población participante en este diagnóstico reside cerca de los centros médicos y no poseen una preferencia clara por un único centro médico. Sin embargo, existe cierta inclinación hacia los hospitales en especial hacia el Hospital Nacional de Geriatria y Gerontología Dr. Raúl Blanco Cervantes y los centros médicos privados, principalmente por su especialización y atención personalizada. De esta manera, los adultos mayores poseen una mala percepción en su mayoría hacia los EBAIS, principalmente por los tiempos de espera y malos tratos.

Por otro lado, los desafíos para las personas mayores en términos de acceso a los espacios físicos y a las nuevas tecnologías se fundamentan en la necesidad por mejorar la accesibilidad en las comunidades, pues, estas personas se enfrentan a desafíos diarios en relación con la accesibilidad a los espacios físicos y a las nuevas tecnologías. Un ejemplo de ello es que, la mayoría de la población dice no poseer dificultades para salir de casa. Sin embargo, la mayoría expresa también que en sus comunidades no existen zonas peatonales

ni aceras en buenas condiciones, por lo que, se podría afirmar que sí poseen problemas de movilidad e infraestructura en sus comunidades. También se obtuvo una distribución inclinada hacia las mejoras que tienen que ver con su movilidad, ya que, las respuestas que obtuvieron mayor incidencia son las relacionadas con las mejoras de aceras, pasos peatonales y rampas de accesibilidad.

Se evidencia también, la falta de adaptación de espacios públicos y privados a las necesidades de las personas mayores puede limitar su participación en la comunidad y puede ser una de las razones por la cual las personas masculinas no participan de las actividades comunitarias. Las personas que sí participan lo suelen hacer por los vínculos de amistad producidos por las relaciones sociales.

Por otro lado, las nuevas tecnologías han significado una brecha digital en cuanto a que muchas personas mayores tienen dificultades para aprender a utilizar dispositivos electrónicos, acceder a internet y comunicarse por medio de las redes sociales (medio tradicional en la actualidad). Además, la rápida evolución tecnológica se vuelve preocupante, pues el avance es acelerado no solo para la tecnología, sino también para la población mayor futura que también crece a un ritmo bastante rápido. Por esta razón, para abordar estos desafíos, es crucial implementar políticas y programas que promuevan la inclusión y la accesibilidad para las personas mayores. De este modo, se fomenta la participación y la inclusión social de las personas mayores en los centros de encuentro y en la vida social.

El diagnóstico permitió concluir que, por medio de la implementación de estrategias inclusivas y participativas desde el Programa de la Persona Adulta Mayor, se puede contribuir a mejorar el compromiso cívico colectivo hacia esta población. Cabe destacar que, más de la mitad de las personas dicen querer prestar algún servicio a la comunidad, por lo que, se deben generar iniciativas y proyectos comunitarios donde se involucre a toda esta población que desea participar activamente en su comunidad.

Asimismo, a la brecha digital señalada anteriormente se identifican otras dos brechas entre hombres y mujeres. La primera es la social, puesto que, las mujeres poseen mayor participación en actividades sociales por encima de los hombres. Y por el otro lado, está la perspectiva económica, ya que, los hombres poseen mayor posibilidad de poseer un emprendimiento y obtener por medio de ellos recursos económicos. De esta manera, los roles

sociales en las personas mayores en su etapa de la vejez siguen estando muy marcados. Por esto, es fundamental garantizar el acceso equitativo a recursos y servicios públicos tanto para hombres como para mujeres, para que posean la oportunidad de satisfacer sus necesidades de manera integral y se promueva la equidad de género.

Una de las principales iniciativas para fomentar un envejecimiento activo y saludable en los centros de encuentro es promover el involucramiento a actividades de esta población, no solo para que contribuyan a mejorar su capacidad cognitiva, sino también la capacidad física. En la cotidianidad de las personas mayores, otras actividades están por encima de su bienestar físico, siendo un aspecto preocupante para garantizar el bienestar.

Aunque los niveles de participación son altos y esto beneficia a esta población, se debe incentivar una participación mucho más activa donde se incluyan actividades para mejorar la capacidad física en conjunto con las manualidades y artesanías que es la actividad favorita.

Una conclusión general señala que, la población adulta mayor que asiste a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José enfrenta dinámicas sociales marcadas por desigualdades de género, acceso a oportunidades y participación social. Desde una perspectiva sociológica, se evidencia que factores como la socialización, los roles asignados y las estructuras urbanas afectan directamente su calidad de vida. Sin embargo, los centros de encuentro logran mitigar el aislamiento, promoviendo un envejecimiento activo y la integración social, especialmente para las mujeres, quienes predominan en estos entornos.

El diagnóstico alcanzó los objetivos propuestos al identificar las características y necesidades de esta población, además de diseñar un plan de acción que impulsa políticas inclusivas y mejora la atención integral. Este logro refuerza la posibilidad de que San José sea acreditada como una ciudad amigable para las personas mayores, consolidando una estrategia centrada en el bienestar y la equidad social.

Se motiva a futuras personas investigadoras a seguir contribuyendo al estudio de las relaciones sociales de las personas mayores, puesto que, en un futuro estos desafíos estarían más marcados debido al crecimiento acelerado de la población mayor.

## **6.2 Recomendaciones**

### **6.2.1. Centros de encuentro para personas mayores**

Se recomienda realizar estrategias en los diferentes centros de encuentro que incentiven la participación de población adulta mayor en los diferentes centros de atención, puesto que, las personas que participan son las que residen cerca de los centros. Una de las acciones sería la promoción de los centros por medio de actividades informativas que permitan el acercamiento directo con la población que habitan lejos de los lugares donde se realizan las actividades.

Asimismo, se les recomienda proporcionar más actividades que promuevan la inclusión del sexo masculino en las actividades de los centros de encuentro. Un ejemplo de ellos con las actividades relacionadas con los juegos de mesa, donde las personas adultas mayores pueden convivir e interactuar entre ellos y ellas por medio de juegos. Con esta actividad se podría lograr que más población masculina asistan a los centros de encuentro.

Por otro lado, una ruta de traslado para personas mayores que no poseen recursos económicos es una recomendación para los centros de encuentro de la Municipalidad de San José. Esta recomendación es posible visualizarla en el plan de acción y el objetivo principal es disponer de transporte para las personas mayores que deseen asistir a las actividades que ofrecen los centros, pero no poseen los medios económicos para costear los gastos de traslado.

Con respecto a la atención médica, se recomienda generar un mapeo de centros médicos cerca de los centros de encuentro y crear un registro médico de las enfermedades que sufren las personas mayores con el objetivo de actuar de manera eficiente ante una situación de emergencia.

Otra de las recomendaciones es establecer políticas de prevención y cuidado, por medio de programas donde se les enseñe a las personas mayores cómo prevenir enfermedades y lesiones, por medio de talleres y cursos en relación con el área de nutrición, ejercicio, manejo controlado del estrés, prevención de caídas, seguridad e importancia del uso adecuado de los medicamentos con el objetivo de fortalecer uno de los ejes principales del diagnóstico “Salud y prevención a largo plazo”, siendo los centros de encuentro un lugar para enriquecer sus conocimientos sobre autocuidado.

Realizar actividades donde se involucren más a los familiares de las personas mayores, es importante incentivar el sentido de pertenencia de los adultos longevos con sus familias. Esto se lograría mediante reuniones o convivios donde los individuos de tercera edad puedan llevar a un familiar a la actividad realizada.

También, se obtiene que las personas mayores fuera de su casa deciden otras actividades por encima de la actividad física, por lo que, es recomendable incorporar actividades que mejoren la salud. No necesariamente se deben abrir más cursos de actividad física, ya que, es posible que la matrícula sea muy baja. Lo que se debe hacer es unificar las actividades que mejoren el bienestar físico y mental con los demás cursos. Un ejemplo de esto es que al iniciar con un curso (pintura, manualidades, dibujo, entre otros), se tomen unos minutos para realizar una serie de estiramiento, momento de respiración y relajación, yoga o movimientos de movilidad.

Por último, es recomendable generar espacios de capacitación en cuanto a aplicaciones bancarias y el uso de los cajeros automáticos para incentivar el automanejo de los recursos económicos de las personas mayores y de esta manera evitar que otras personas sean quienes manejen su dinero. Esto se podría generar por medio de voluntariados, capacitaciones y charlas por parte de 51% de la población que está de acuerdo con brindar algún tipo de servicio a la comunidad y que posea este tipo de conocimiento. Por lo tanto, se deben identificar a las personas que si desean brindar un servicio y que sí estén familiarizados con el uso de aplicaciones bancarias y cajeros automáticos.

### **6.2.2. Programa de la Persona Mayor de la Municipalidad de San José**

Debido al aumento de la población mayor, se le recomienda al Programa Municipal de Adulto Mayor, realizar programas de investigación para una posible atención futura de los demás distritos del cantón.

Además, se recomienda dar un seguimiento desde una perspectiva post pandemia, pues esta población fue una de las que más sufrió este periodo, por su estado de vulnerabilidad y de contagio. En este seguimiento se sugiere una atención psicológica en colaboración con el servicio de orientación e intervención terapéutica de la Municipalidad de San José para conocer las afectaciones que tuvieron durante esa etapa en convivencia con sus familiares.

Se le recomienda al Programa Municipal de Adulto Mayor realizar un análisis de la necesidad poblacional en el distrito del Carmen, pues se caracteriza por poseer la mayor cantidad de personas longevas y es de esperar que la atención a estas sea necesaria.

Para el Programa de la Persona Mayor se le recomienda aplicar alguna técnica que permita identificar a quienes poseen una rutina muy marcada. Esto con el objetivo de evitar las emociones negativas, el aislamiento y la soledad e incentivarlos a participar más de las actividades que ofrecen los centros de encuentro. Pues los días rutinarios tienen un impacto negativo en el bienestar y la calidad de vida

También, se le recomienda al programa de la Persona Mayor de la Municipalidad de San José, generar un plan de acción en caso de emergencia para cada centro, aplicarlo y realizar simulacros para que la población esté preparada ante eventuales eventos que pongan en riesgo la integridad física de las personas presentes en los centros de encuentro. Sumado a esto se recomienda incluir cursos de capacitación en primeros auxilios

Por último, se le recomienda al programa identificar los intereses y habilidades de la población mayor que reside cerca de los centros de encuentro con el objetivo de generar cursos y actividades atractivas para toda la población. Esto se lograría mediante encuestas, entrevistas y técnicas que permitan recolectar la información

### **6.2.3. Municipalidad de San José**

A la Municipalidad se le recomienda realizar un mapeo de actores para determinar cuáles entidades aparte de la Municipalidad de San José ofrecen servicios gratuitos (cursos, talleres, reuniones), ya que, la mayoría de la población no tiene conocimiento de ello.

Generar políticas de seguridad cerca de los centros de encuentro es una recomendación para la Municipalidad, de este modo, se aumentaría la seguridad ciudadana y permitiría que las personas mayores puedan desplazarse de un lugar a otro sin ningún temor (aumentar la presencia policial en los alrededores de los centros de encuentro)

## **6.3 Limitaciones**

Una de las limitaciones principales que surgió en el proceso del diagnóstico es que la utilización del cuestionario, que otorga la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores (GNFACC) de la Organización Panamericana de la Salud (OPS), está constituido por preguntas cerradas y de respuesta múltiple, por lo tanto, no reflejan la diversidad de experiencias y necesidades de los adultos mayores. Para evitar este

problema se recomienda por lo general realizar preguntas abiertas y entrevistas a profundidad.

La falta de participación por parte de los adultos mayores también fue una limitante clave en la recolección de información. Algunas de las personas presentes decidieron no colaborar en el proceso de diagnóstico, posiblemente por temas de desconfianza de la información, a pesar de haber realizado una introducción por parte de la persona investigadora, donde se les informó de la confidencialidad de la información y que no se les iba solicitar ningún dato personal. Además, se les entregó junto con el cuestionario un consentimiento donde se les explicaba todo lo relacionado con la confidencialidad y uso de datos e información.

Otro obstáculo que limitó el desarrollo del proceso de recolección de información fue la limitante de recursos disponibles, principalmente económicos. Estos recursos fueron clave para asistir a los diferentes centros de encuentro por temas de traslado, impresión de cuestionarios y alimentación por los tiempos de espera entre un curso y otro.

## Referencias

- Alvarado A. y Salazar A. (2016). Descubriendo los sentimientos y comportamientos que experimenta el adulto mayor con dolor crónico benigno. *Gerokomos*, 27(4), 142-146.  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-928X2016000400003](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2016000400003)
- Barahona, P. (2011). *Factores determinantes de la esperanza de vida en Chile*. 72 (4), 255-259. Facultad de Medicina.  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-55832011000400006](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832011000400006)
- Barros, C. (2010). Sociología gerontológica. *Rumbos TS. Un Espacio Crítico Para La Reflexión En Ciencias Sociales*, (5), 23-41.  
<https://revistafacso.ucecentral.cl/index.php/rumbos/article/view/161>
- Brenes, E, N. (s.f). *Doce municipios se comprometen a ser ciudades amigables con las personas mayores*. Ministerio de Salud, Costa Rica  
<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/noticias/noticias-2019/294-doce-municipios-se-comprometen-a-ser-ciudades-amigables-con-las-personas-mayores#:~:text=Los%20municipios%20de%20Cartago%2C%20El.y%20sociales%20asociados%20al%20envejecimiento.>
- Calenti, M. (2010). *Gerontología y geriatría*. Madrid: Médica Panamericana.  
[https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/59855262/1111Principios\\_de\\_geriatria\\_y\\_gerontologia\\_millan\\_booksmedicos.org20190624-48268-9g2gvf.pdf?1561419269=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPrincipios\\_de\\_geriatria\\_y\\_gerontologia.pdf&Expires=1717012953&Signature=J7YfGZ23wvR6Wjv9cd~Ps6PJriNnyydKXifp~QtERzGasbgwmlizr8nNj~jg9NI38GX6Sw4Wh-I6z~ShXliWhhaLkDNm5s~sfcCa7qLh7C1n2XnKjHzyxs5FFb8gFJdWXIqZW5joBEOWN2ZfCYzyxdbdbV3BJMnzuiXIcdW3IHZHcYcFzhai5mT9tiFXWrw2QsrGneku1JoU6Z9jqThKInJbHnorfKvz1CLhD~mj4UVqtepkixQ99VYdrnri7h0NG2Wj4Tnkd4hk5YNpopxo746c4fVbAMVnfOCHhuLmfvVAQ4QrTCWjpSFiehdRmtc~x](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/59855262/1111Principios_de_geriatria_y_gerontologia_millan_booksmedicos.org20190624-48268-9g2gvf.pdf?1561419269=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPrincipios_de_geriatria_y_gerontologia.pdf&Expires=1717012953&Signature=J7YfGZ23wvR6Wjv9cd~Ps6PJriNnyydKXifp~QtERzGasbgwmlizr8nNj~jg9NI38GX6Sw4Wh-I6z~ShXliWhhaLkDNm5s~sfcCa7qLh7C1n2XnKjHzyxs5FFb8gFJdWXIqZW5joBEOWN2ZfCYzyxdbdbV3BJMnzuiXIcdW3IHZHcYcFzhai5mT9tiFXWrw2QsrGneku1JoU6Z9jqThKInJbHnorfKvz1CLhD~mj4UVqtepkixQ99VYdrnri7h0NG2Wj4Tnkd4hk5YNpopxo746c4fVbAMVnfOCHhuLmfvVAQ4QrTCWjpSFiehdRmtc~x)

[C9BEe5B2kCGZbMUY0g\\_\\_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA#page=16](https://www.redalyc.org/pdf/2310/231018676003.pdf)

- Durán, A., Valderrama, L., Uribe, A. F., González, A., y Molina, J. M. (2010). Enfermedad crónica en adultos mayores. *Universitas Médica*, 51(1), 16-28.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2310/231018676003.pdf>
- Durand, P. (2013). *La Arquidiócesis de San José: Ámbito territorial*. Archivo Eclesiástico.  
<https://ahabat.blogspot.com/2013/03/la-arquidiocesis-de-san-jose-ambito.html>
- García, V. (2020) *¿Cuáles son las principales condiciones y necesidades de los adultos mayores en el país?* Universidad de Costa Rica.  
<https://www.ucr.ac.cr/noticias/2020/10/12/cuales-son-las-principales-condiciones-y-necesidades-de-los-adultos-mayores-en-el-pais.html>
- González, O., González, M., Perdomo, J. (2012). Consideraciones éticas en la investigación pedagógica: una aproximación necesaria. *SciElo*. 4(1),1-5  
<http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v4n1/edu01112.pdf>
- Grande, R., Pereira, M., Mato, V., y Pazos, A. (2008). Accesibilidad de las personas mayores a las tecnologías de la información y la comunicación: Situación actual en España. *Tecnologías de la Información y las Comunicaciones en la Autonomía Personal, Dependencia y Accesibilidad*. Santiago de Compostela. 93-114..  
[https://www.researchgate.net/profile/Alejandro-Pazos/publication/240633776\\_Accesibilidad\\_de\\_las\\_Personas\\_Mayores\\_a\\_las\\_Tecnologias\\_de\\_la\\_Informacion\\_y\\_la\\_Comunicacion\\_Situacion\\_actual\\_en\\_Espana/links/00b7d5375bc68d1fa1000000/Accesibilidad-de-las-Personas-Mayores-a-las-Tecnologias-de-la-Informacion-y-la-Comunicacion-Situacion-actual-en-Espana.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Alejandro-Pazos/publication/240633776_Accesibilidad_de_las_Personas_Mayores_a_las_Tecnologias_de_la_Informacion_y_la_Comunicacion_Situacion_actual_en_Espana/links/00b7d5375bc68d1fa1000000/Accesibilidad-de-las-Personas-Mayores-a-las-Tecnologias-de-la-Informacion-y-la-Comunicacion-Situacion-actual-en-Espana.pdf)
- Grasso, L. (2006). Encuestas: elementos para su diseño y análisis. Encuentro Grupo editor.  
[https://books.google.com.co/books?id=jL\\_yS1pfbMoC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.co/books?id=jL_yS1pfbMoC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false)
- Hammond Ron, J y Cheney, P. (2008). *Teorías sociales*. LibreTexts español.  
[https://espanol.libretexts.org/Ciencias\\_Sociales/Ciencias\\_Sociales/Sociologia/Introducci%C3%B3n\\_a\\_la\\_Sociolog%C3%ADa/Introducci%C3%B3n\\_a\\_la\\_Sociolog%C3](https://espanol.libretexts.org/Ciencias_Sociales/Ciencias_Sociales/Sociologia/Introducci%C3%B3n_a_la_Sociolog%C3%ADa/Introducci%C3%B3n_a_la_Sociolog%C3)

[3%ADa\\_\(Hammond\\_et\\_al.\)/01%3A\\_Cap%C3%ADtulos/1.03%3A\\_Teor%C3%ADas\\_sociales#:~:text=Estos%20incluyen%20Conflicto%2C%20Funcionalismo%2C%20Interaccionismo,social%20muy%20espec%C3%ADfico%20o%20problema.](#)

Huenchuan, S., Guzmán, J. y Montes de Oca, Z. (2003). Redes de apoyo social de las personas mayores: marco conceptual. <https://repositorio.cepal.org/items/d77edfec-51d8-4981-bf4e-9449cab3219b>

Huenchuan, S., y Sosa, Z. (2003). Redes de apoyo y calidad de vida de las personas mayores en Chile. <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/4febaf2a-771f-40b2-b7fe-194f68a56e87/content>

Instituto Nacional de Aprendizaje. (2017). *Ley Integral para la Persona Adulta Mayor y su Reglamento*. <https://piam.ucr.ac.cr/sites/default/files/documentos/Ley%207935.pdf>

Linuesa, S. (2021). *¿A qué nos referimos cuando hablamos de «calidad de vida?»* Federación Autismo Madrid. <https://autismomadrid.es/noticias/a-que-nos-referimos-cuando-hablamos-de-calidad-de-vida/>

Ludi, M. (2013). *Envejecimiento activo y participación social en sectores de pobreza*. X Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://cdsa.aacademica.org/000-038/387.pdf>

Madoz V. (1997). Soledad, en “10 palabras clave sobre los miedos del hombre moderno”. Verbo Divino, Estella. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=161841>

Maranto, M. y González, M. (2015). *Fuentes de información*. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. <https://repository.uaeh.edu.mx/bitstream/bitstream/handle/123456789/16700/LECT132.pdf>

Ministerio de Trabajo y Seguridad Social. (2019). *Guía para la elaboración de políticas institucionales*. Dirección General de Planificación del Trabajo: Departamento de Desarrollo Organizacional. [https://www.mtss.go.cr/perfiles/lineamientos\\_circulares\\_directrices\\_politicas\\_intern](https://www.mtss.go.cr/perfiles/lineamientos_circulares_directrices_politicas_intern)

[as/lineamientos-circulares-directrices-politicas%20internas/guia\\_politicas\\_institucionales\\_MTSS.pdf](#)

Montejano, S. (2019). *La soledad y el aislamiento social*. Psicoglobal.  
<https://www.psicoglobal.com/blog/soledad-aislamiento-social>

Municipalidad de San José. (2016). *Diagnostico cantonal. Dirección de planificación y evaluación*.  
<https://www.msj.go.cr/docu/Informes%20y%20Estudios%20de%20Desarrollo%20Urbano/Diagn%C3%B3stico%20Cantonal%202016.pdf>

Municipalidad de San José. (2021). *Plan de Desarrollo Municipal 2020-2024*.  
<https://msj.go.cr/cant/Documents/Plan%20de%20Desarrollo%20Municipal%202020-2024.pdf>

Municipalidad de San José. (s.f). *Centros de Encuentro para Personas Adultas Mayores*.  
[https://www.msj.go.cr/servciud/servsoci/Paginas/centro\\_encuentro.aspx](https://www.msj.go.cr/servciud/servsoci/Paginas/centro_encuentro.aspx)

Muñoz, T. (2003). EL CUESTIONARIO COMO INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN/EVALUACIÓN. <http://surl.li/vwvngf>

Ockham, G. (2021). *Teorías de la sociología del envejecimiento y la vejez*. Scielo.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-192X2020000100095&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-192X2020000100095&script=sci_arttext)

Organización Panamericana de la Salud. (s.f). *Ciudades y comunidades amigables con las personas mayores*. <https://www.paho.org/es/temas/ciudades-comunidades-amigables-con-personas-mayores>

Pérez, A. (2021). *¿Qué es un diagrama de Gantt y para qué sirve?* OBS Business School.  
<https://www.obsbusiness.school/blog/que-es-un-diagrama-de-gantt-y-para-que-sirve>

Pérez, L. (2011). *Los temas de la sociología de la vejez*. Universidad Autónoma de Madrid.  
<https://documentacion.fundacionmapfre.org/documentacion/publico/pt/media/group/1068213.do>

- Pérez, L. (2022). *LA COMPLEJIDAD DE LAS INTERACCIONES HUMANAS*. Calidad mental. <http://www.calidadmental.com/blog/interacciones-y-emociones#:~:text=Las%20emociones%20son%20poderos%C3%ADsimas%20en,sentimientos%20de%20venganza%20intranquilidad%2C%20resentimiento.>
- Piña, M. y Gómez, V. (2019). *Envejecimiento Y género: Reconstruyendo Los Roles Sociales De Las Personas Mayores En Los Cuidados*. Revista Rupturas 9 (2), 23-38. <https://doi.org/10.22458/rr.v9i2.2521>
- Piña, M., Olivo, M., Martínez, C., Poblete, M., y Guerra Guerrero, V. (2022). Envejecimiento, calidad de vida y salud. Desafíos para los roles sociales de las personas mayores. *Rumbos*. 17(28), 7-27. [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0719-77212022000200007&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0719-77212022000200007&script=sci_arttext)
- Política Nacional de Desarrollo Urbano 2018-2030. (s.f). consejo nacional de planificación urbana. [https://www.mivah.go.cr/Documentos/politicas\\_directrices\\_planes/PNDU-2018\\_Politica\\_Plan\\_Pags\\_001-028.pdf](https://www.mivah.go.cr/Documentos/politicas_directrices_planes/PNDU-2018_Politica_Plan_Pags_001-028.pdf)
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2020). *La próxima frontera: desarrollo humano y el Antropoceno*. Informe de desarrollo humano. <https://hdr.undp.org/sites/default/files/Country-Profiles/es/CRI.pdf>
- Quesada, F. (2013). *Historia de San José: Ciudad hace 200 años*. La Nación <https://www.nacion.com/el-pais/historia-de-san-jose-ciudad-hace-200-anos/QVMJQ6J4ARAJJAQNNSNNB4B5SE/story/>
- Quezada, P. y Pardo, V. (2018). *El entorno social y el aprendizaje*. Universidad Nacional de Loja [https://www.researchgate.net/publication/327403136\\_El\\_entorno\\_social\\_y\\_el\\_aprendizaje](https://www.researchgate.net/publication/327403136_El_entorno_social_y_el_aprendizaje)
- Robledo, C., Orejuela, J. (2020). Teorías de la sociología del envejecimiento y la vejez. Rev. Guillermo de Ockham, 18(1), 95-102. <https://doi.org/10.21500/22563202.4660>

- Roda, F., Pacheco, G. (2020). Grupos Focales: Marco de Referencia para su Implementación. 5 (3), 182-195. <https://doi.org/10.33890/innova.v5.n3.2020.1401>
- Rubio, D., Rivera Martínez, L., Borges , L y González , F. (2015). *Calidad de vida en el adulto mayor*. VARONA, (61) 1-7. <https://www.redalyc.org/pdf/3606/360643422019.pdf>
- Sanabria, G. (2001). *Participación Social y Comunitaria. Reflexiones*. Revista Cubana de Salud Pública. 27 (2), 89-95. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-34662001000200002&script=sci\\_arttext&lng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-34662001000200002&script=sci_arttext&lng=en)
- Sanabria, G. (2001). Participación social y comunitaria: reflexiones. *Revista cubana de salud pública*, 27(2), 89-95. <http://scielo.sld.cu/pdf/rcsp/v27n2/spu02201.pdf>
- Sánchez, A. (2019). *Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos*. Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria, 13 (1), 101–122. <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Sánchez, M. y Díaz, P. (2009). Análisis sociológico de la vejez en las sociedades occidentales actuales. *La ancianidad en nuestro mundo: Más allá de los tópicos*. 13-44. [https://wpd.ugr.es/~marianos/wp-content/uploads/LECTURA-RECOMENDADA\\_2.pdf](https://wpd.ugr.es/~marianos/wp-content/uploads/LECTURA-RECOMENDADA_2.pdf)
- Sánchez, M. y López, J. (2017). "Presente y futuro de la sociología de la vejez en España. Conclusiones de un estudio Delphi". *Revista Internacional de Sociología* 75(2). <http://dx.doi.org/10.3989/ris.2017.75.2.15.44>
- Sociología Inquieta. (2022). Vejez y sociología: una mirada hacia la tercera edad. <https://www.xn--sociologainquieta-kvb.com/2022/05/vejez-y-sociologia-una-mirada-hacia-la.html>
- Tendero, A. (2011). Estudios de Población y enfoques de Gerontología Social en México. *SciELO*, 49-79. <https://www.scielo.org.mx/pdf/pp/v17n70/v17n70a4.pdf>
- Vargas P., Mora I. y Cordero J. (2022). Cuidados perioperatorios en el paciente adulto mayor. *Rev. méd.sinerg*. 7 (6).

<https://revistamedicasinergia.com/index.php/rms/article/view/814>

Verdeza. (2015). Importancia de actividades sociales y recreativas en los adultos mayores.

<https://verdeza.com/es/2015/06/26/importancia-de-las-actividades-sociales-y-recreativas-en-los-adultos-mayores/?gclid=CjwKCAjw79iaBhAJEiwAPYwoCHQVeYmtc6UUg9LvCt4qKJEq8vLdl>

Zepeda, R. (2004) *¿Qué es la discriminación y cómo combatirla?*

<https://sindis.conapred.org.mx/wp-content/uploads/2018/09/CI002.pdf>

## ANEXO 1. CARTA DE ENTENDIMIENTO

**UNIVERSIDAD NACIONAL  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA DE SOCIOLOGÍA**

**MODALIDAD PRÁCTICA DIRIGIDA  
CARTA DE ENTENDIMIENTO**

Entre nosotros Kendall Stward Sanabria Zamora, estudiante de licenciatura en sociología de la Universidad Nacional y la Municipalidad de San José, suscribimos la presente carta de entendimiento para el desarrollo de la práctica dirigida titulada: **Diagnóstico social de las personas mayores, para el Programa Municipal de Adulto Mayor de la Municipalidad de San José en el año 2023**, desarrollada en el Departamento de Servicios Sociales para el programa de la persona mayor.

El trabajo tiene como objetivo diagnosticar la situación de las personas mayores, que asisten a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José (MSJ), para la promoción de un plan de acción que contribuya a mejorar las condiciones de la población mayor del cantón de San José.

Las actividades se desarrollarán de manera híbrida, es decir, de manera presencial y virtual según se requiera. Además, el proceso de diagnóstico se subdivide en tres momentos importantes: Creación del diseño de investigación, recolección de datos y una última etapa de evaluación. Estas actividades deben desarrollarse en un total 300 horas a lo largo del presente año e inicios del 2024.

El diagnóstico se genera en el marco de conocer la realidad y las necesidades de las personas mayores que asisten a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José, contribuyendo con el desarrollo comunal, con el fin de mitigar el impacto social de las personas mayores, por medio del programa de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Los datos o información recolectados en el diagnóstico, serán de uso público para la Municipalidad de San José y de uso académico para la persona investigadora, siempre otorgando los derechos de autor a la persona estudiante sobre el diseño de investigación. Además, las identidades de las personas colaboradoras serán de manera anónima, por lo que la recolección de datos se realizará bajo principios éticos.

Cabe destacar que, el estudiante Kendall Stward Sanabria Zamora realiza el diagnóstico como parte del trabajo final de graduación para el grado de licenciatura en la carrera de sociología, por lo que, no se realizará ningún tipo de remuneración por las actividades que este realice.

Kendall Stward Sanabria Zamora  
1-1807-0581

Cynthia  
Fallas Vargas

Firmado digitalmente por  
Cynthia Fallas Vargas  
Fecha: 2023.08.25  
11:49:10 -0600'

M Sc. Cynthia Fallas Vargas  
1-0826-0121

21 de agosto del 2023

## ANEXO 2. CONSENTIMIENTO INFORMADO

### UNIVERSIDAD NACIONAL FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES ESCUELA SOCIOLOGÍA

Estimado/a participante

Le pedimos de la manera más amable su apoyo en la realización de un diagnóstico realizado por *Kendall Stward Sanabria Zamora*, estudiante de Sociología de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Costa Rica.

El trabajo, denominado “Diagnóstico poblacional de las personas mayores, para el Programa Municipal de Adulto Mayor de la Municipalidad de San José en el año 2023”, tiene como objetivo diagnosticar la situación de las personas mayores, que asisten a los centros de encuentro de la Municipalidad de San José (MSJ), para la promoción de un plan de acción que contribuya a mejorar las condiciones de la población mayor del cantón de San José.

Su participación en el diagnóstico es completamente voluntaria. Usted puede interrumpir la misma en cualquier momento, sin que ello genere ningún perjuicio. Además, si tuviera alguna consulta sobre las preguntas, puede formularla cuando lo estime conveniente, a fin de clarificarla oportunamente. Además, su identidad será tratada de manera anónima, es decir, el investigador no conocerá la identidad de quién completó la encuesta. Asimismo, su información será analizada de manera conjunta con la respuesta de sus compañeros

Si usted accede a participar en este cuestionario, se le solicitará responder diversas preguntas sobre el tema antes mencionado, lo que tomará aproximadamente entre 30 y 60 minutos

En caso de tener alguna duda sobre el diagnóstico, puede comunicarse al siguiente correo electrónico: [Kendall.sanabria.zamora@est.una.ac.cr](mailto:Kendall.sanabria.zamora@est.una.ac.cr) o al número 62312106.

Yo, \_\_\_\_\_, doy mi consentimiento para participar en el estudio y autorizo que mi información se utilice en este. Asimismo, estoy de acuerdo que mi identidad sea tratada de manera confidencial

---

Nombre completo del (de la) participante

---

Firma

---

Fecha

## ANEXO 3. CUESTIONARIO



<b>Declaro que estoy de acuerdo de participar voluntariamente en este cuestionario y que, estoy consciente que las respuestas serán de manera anónima para uso público y académico</b>		
() Si      () No		
<b>Datos demográficos</b>		
<b>Género</b>	<input type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Femenino <input type="checkbox"/> Preferiría no contestar	
<b>Edad</b>	_____	
<b>N.º</b>	<b>Pregunta</b>	<b>Respuesta</b>
<b>A. Salud y atención a largo plazo: Programa de atención para las personas mayores</b>		
1	<b>¿Cómo es el trato que usted recibe cuando llega a sacar una cita médica?</b>	<input type="checkbox"/> Muy bueno <input type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo <input type="checkbox"/> Muy malo
2	<b>¿Dónde se siente mejor recibir atención médica?</b> <i>Seleccione solo una opción</i>	<input type="checkbox"/> EBAIS <input type="checkbox"/> Clínica <input type="checkbox"/> Hospital <input type="checkbox"/> Centro médico privado <input type="checkbox"/> Otro
3	<b>¿A cuál servicio de salud no le gusta ir y por qué?</b> <i>Seleccione solo una opción</i>	<input type="checkbox"/> EBAIS <input type="checkbox"/> Clínica <input type="checkbox"/> Hospital <input type="checkbox"/> Centro médico privado <input type="checkbox"/> Otro  <b>¿Por qué?</b> <input type="checkbox"/> Malos tratos <input type="checkbox"/> Tiempo de espera <input type="checkbox"/> Personal incapacitado <input type="checkbox"/> Costos elevados <input type="checkbox"/> Otros
4	<b>¿Le queda cerca ir a consultas médicas?</b>	<input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No
5	<b>¿Le gusta asistir al centro de encuentro para personas adultas mayores?</b>	<input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No
6	<b>¿Qué es lo que más le gusta de asistir al centro de encuentro para personas mayores de la Municipalidad de San José?</b> <i>Respuesta múltiple</i>	<input type="checkbox"/> Las actividades sociales <input type="checkbox"/> Los cursos <input type="checkbox"/> Los vínculos de amistad <input type="checkbox"/> La alimentación <input type="checkbox"/> El cambio de rutina <input type="checkbox"/> Otro

7	<b>¿Qué es lo que más le gusta hacer para divertirse fuera de su casa?</b> <i>Respuesta múltiple</i>	<input type="checkbox"/> Asistir al centro de encuentro <input type="checkbox"/> Actividad física <input type="checkbox"/> Actividades recreativas <input type="checkbox"/> Actividades familiares <input type="checkbox"/> Otras
8	<b>¿Quiénes cree usted que deberían recibir más ayudas de parte de la municipalidad o del Estado para solventar sus necesidades?</b> <i>Respuesta múltiple</i>	<input type="checkbox"/> Personas mayores <input type="checkbox"/> Migrantes <input type="checkbox"/> Personas con discapacidad <input type="checkbox"/> Personas en condición de calle <input type="checkbox"/> Población en pobreza, pobreza extrema y vulnerabilidad <input type="checkbox"/> Población desempleada <input type="checkbox"/> Otros
9	<b>¿Cuándo está solo(a) y requiere de alguna asistencia o ayuda a quién acude?</b> <i>Seleccione una opción</i>	<input type="checkbox"/> Hija (o) <input type="checkbox"/> Nietos (as) <input type="checkbox"/> Bisnietos (as) <input type="checkbox"/> Hermana (o) <input type="checkbox"/> Tía (o) <input type="checkbox"/> Amiga (o) <input type="checkbox"/> Empleada (o) <input type="checkbox"/> Vecino (a) <input type="checkbox"/> Esposo (a) <input type="checkbox"/> Otro (a)
10	<b>¿La comunidad o los servicios de salud realizan actividades públicas (charlas, grupos, talleres, entre otros) en los que usted pueda participar y que sean temas interesantes para usted?</b>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
11	<b>¿Participa usted de algún grupo o actividad de la comunidad que le ayude en su salud?</b>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
12	<i>Si la respuesta fue positiva</i> <b>¿En cuál grupo o actividad de la comunidad que le ayude en su salud participa usted?</b> <i>Si la respuesta fue negativa, pasar a la próxima pregunta</i>	<input type="checkbox"/> Actividades para el bienestar físico <input type="checkbox"/> Juegos al aire libre <input type="checkbox"/> Actividades con dinámica de grupo (Reuniones, charlas y talleres) <input type="checkbox"/> Juegos para la memoria <input type="checkbox"/> Tiempo de calidad con familia y amigos <input type="checkbox"/> Actividades recreativas <input type="checkbox"/> Otras
13	<b>¿Conoce usted sobre planes de acción en caso de alguna emergencia en los centros de encuentro?</b>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
<b>B. Educación y trabajo</b>		
14	<b>¿Qué es lo que más les gustaría aprender?</b> <i>Respuesta múltiple</i>	<input type="checkbox"/> Cocina <input type="checkbox"/> Artesanías (manualidades) <input type="checkbox"/> Nuevos idiomas <input type="checkbox"/> Capacitación en redes sociales <input type="checkbox"/> Actividad física <input type="checkbox"/> Canto <input type="checkbox"/> Baile <input type="checkbox"/> Otro
15	<b>¿Conoce si en su localidad se ofrecen cursos gratuitos para las personas mayores?</b>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No

16	<p><b>¿Conoce qué entidad ofrece estos servicios?</b></p> <p><i>Respuesta múltiple</i></p>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No <p><i>Si la respuesta es positiva ¿Quién lo ofrece?</i></p> <input type="checkbox"/> CCSS <input type="checkbox"/> Municipalidad de San José <input type="checkbox"/> Comité Cantonal de Deportes <input type="checkbox"/> Asociaciones de desarrollo comunal <input type="checkbox"/> Asociaciones solidaristas <input type="checkbox"/> Otras entidades <input type="checkbox"/> NO APLICA
17	<p><b>¿Le gustaría trabajar o prestar algún servicio a la comunidad? (Capacitaciones, charlas o voluntariados)</b></p>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
18	<p><i>Si la respuesta fue positiva</i></p> <p><b>¿Qué servicio le gustaría brindar a su comunidad?</b></p> <p><i>Si la respuesta fue negativa, pasar a la próxima pregunta</i></p>	<input type="checkbox"/> Capacitaciones <input type="checkbox"/> Charlas <input type="checkbox"/> Voluntariados <input type="checkbox"/> Otras
19	<p><b>¿Tiene algún emprendimiento personal (negocio)?</b></p>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
<b>C. Desarrollo urbano, transporte y vivienda</b>		
20	<p><b>¿Se le dificulta salir de su casa para dar un paseo y tomar el aire, hacer mandados o una visita?</b></p>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
21	<p><b>¿Hay presencia de policías en los espacios de su localidad?</b></p>	<input type="checkbox"/> Muy frecuentemente <input type="checkbox"/> Frecuentemente <input type="checkbox"/> Ocasionalmente <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Nunca
22	<p><b>¿Existen en su localidad lugares que permitan a las personas reunirse?</b></p>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
23	<p><b>¿Las aceras de su comunidad se encuentran en buen estado?</b></p>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
24	<p><b>¿En su comunidad existen zonas peatonales que faciliten el paso de calles?</b></p>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
25	<p><b>¿Siente que su casa sea accesible para personas mayores?</b></p>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
26	<p><b>¿Qué mejorara haría en su casa?</b></p> <p><i>Seleccione una opción</i></p>	<input type="checkbox"/> Adaptaciones en el baño para accesibilidad <input type="checkbox"/> Pisos antideslizante <input type="checkbox"/> Barandas y agarraderas <input type="checkbox"/> Rampas <input type="checkbox"/> Otras
27	<p><b>¿El lugar en el que habita es?</b></p>	<input type="checkbox"/> Propio <input type="checkbox"/> Prestado <input type="checkbox"/> Alquilado <input type="checkbox"/> Otro

28	<p><b>¿Qué medios utiliza para trasladarse al centro de encuentro?</b></p> <p><i>Respuesta múltiple</i></p>	<input type="checkbox"/> Autobuses <input type="checkbox"/> Taxi <input type="checkbox"/> Uber <input type="checkbox"/> Tren <input type="checkbox"/> Bicicletas <input type="checkbox"/> Vehículo propio <input type="checkbox"/> Vehículo familiar <input type="checkbox"/> A pie <input type="checkbox"/> Otro
29	<p><b>¿Cómo son los servicios de transporte públicos?</b></p> <p><i>Seleccione una opción</i></p>	<input type="checkbox"/> Muy buenos <input type="checkbox"/> Buenos <input type="checkbox"/> Regulares <input type="checkbox"/> Malos <input type="checkbox"/> Muy malos
30	<p><b>¿Cuánto es su tiempo promedio de traslado al centro de encuentro?</b></p>	<input type="checkbox"/> De 5 minutos a 20 minutos <input type="checkbox"/> De 25 minutos a 40 minutos <input type="checkbox"/> De 45 minutos a 60 minutos <input type="checkbox"/> Una hora o más
31	<p><b>¿Qué tipo de espacios públicos le gustaría tener?</b></p>	<input type="checkbox"/> Abiertos ( <i>Plazas, calles, parques, bosques, lagunas entre otros</i> ) <input type="checkbox"/> Cerrados ( <i>Salón comunal, centros de recreación, centro cultural entre otros</i> )
32	<p><b>Si pudiera hacer mejoras al espacio físico de la comunidad ¿qué haría?</b></p> <p><i>Respuesta múltiple</i></p>	<input type="checkbox"/> Aceras <input type="checkbox"/> Rampas <input type="checkbox"/> Pasos peatonales y semáforos <input type="checkbox"/> Zonas recreativas <input type="checkbox"/> Parada de autobús inclusivas <input type="checkbox"/> Servicio sanitarios <input type="checkbox"/> Otros
<b>D. Información y comunicación</b>		
33	<p><b>¿Recibe usted información por algún medio, de los servicios o eventos que ofrece su comunidad?</b></p>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
34	<p><b>¿Por cuál medio usted obtiene información?</b></p> <p><i>Respuesta múltiple</i></p>	<input type="checkbox"/> Teléfono fijo <input type="checkbox"/> Celular <input type="checkbox"/> Correo electrónico <input type="checkbox"/> Radio <input type="checkbox"/> Redes sociales <input type="checkbox"/> Televisión <input type="checkbox"/> Comunicación verbal <input type="checkbox"/> Periódico <input type="checkbox"/> Otros
35	<p><b>¿Cómo se informó usted de lo que pasaba durante la pandemia?</b></p> <p><i>Respuesta múltiple</i></p>	<input type="checkbox"/> Teléfono fijo <input type="checkbox"/> Celular <input type="checkbox"/> Correo electrónico <input type="checkbox"/> Radio <input type="checkbox"/> Redes sociales <input type="checkbox"/> Televisión <input type="checkbox"/> Comunicación verbal <input type="checkbox"/> Periódico <input type="checkbox"/> Otro
36	<p><b>¿Está familiarizado con aplicaciones bancarias y cajeros automáticos?</b></p>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
37	<p><b>¿Considera que ha sido tomado o tomada en cuenta para la toma de decisiones en su cantón por parte de la Municipalidad de San José?</b></p>	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No

## ANEXO 4. PLAN DE ACCIÓN



Universidad Nacional de Costa Rica  
Facultad de Ciencias Sociales  
Escuela de Sociología

Plan de acción para la prevención y atención integral de las personas mayores  
del Programa del Adulto mayor de la Municipalidad de San José

Trabajo Final de Graduación I: Modalidad Práctica Dirigida

Kendall Stward Sanabria Zamora  
*1-1807-0581*

1 de mayo 2024

## Índice

1.	Nombre del Plan	121
2.	Introducción	121
3.	Cambios por conseguir	122
4.	Participantes	122
4.1.	Autoridades municipales	122
4.2.	Departamento de Servicio Sociales	122
4.3.	Centro de Encuentro para Personas Adultas Mayores	122
4.4.	Centro Municipal de Desarrollo Familiar	123
4.5.	Personas mayores	123
4.6.	Dirección Seguridad Ciudadana y Policía Municipal	123
4.7.	Oficina Municipal de Gestión del Riesgo a Desastres	123
5.	Objetivo general	123
6.	Objetivos estratégicos	124
7.	Principios de procedimiento	124
8.	Plan de acción	125
9.	Seguimiento al plan de acción	125
10.	Bibliografía	140

## **Plan de acción para la prevención y atención integral de las personas mayores en los centros de encuentro de la Municipalidad de San José**

### **1. Introducción**

Este plan de acción está dirigido a garantizar el bienestar y la atención integral de las personas mayores en los centros de encuentro. Dicho plan surge luego de la realización de un diagnóstico social que tuvo como objetivo identificar las características de las personas mayores y, describir las principales necesidades como grupo social en una sociedad compleja.

Se busca mediante una perspectiva inclusiva, generar iniciativas que conduzcan a reforzar las acciones del programa, para mejorar la atención brindada en dichas instalaciones. Por esta razón, se procura garantizar la calidad de vida y promoción de la participación en la sociedad de las personas mayores. Esto se lograría mediante la implementación de medidas que contribuyan a mejorar la calidad de vida, la participación social y el bienestar físico y mental de estas personas.

La Municipalidad de San José, mediante el Departamento de Servicios Sociales realiza acciones para garantizar la calidad de vida de sus ciudadanos. Por ende, mediante el presente documento se establecen y brindan las pautas para la ejecución de acciones, con el objetivo de promover el envejecimiento saludable en las comunidades del cantón.

Este plan es la base para enfrentar los desafíos sociales y de este modo, prevenir las situaciones de vulnerabilidad y riesgo a las que se enfrentan las personas mayores. Por esta razón, se busca involucrar a diferentes actores sociales identificados, que contribuyen en la construcción de un entorno favorable para el bienestar de las personas mayores y en la transformación social.

El Programa de Atención para las Persona Mayores asume el compromiso de trabajar para garantizar que los adultos longevos puedan disfrutar de una vida plena y digna en su etapa de envejecimiento. Por lo cual, por medio del plan de acción se pretende abarcar las problemáticas que se obtuvieron del diagnóstico social.

## **2. Cambios por conseguir**

Con el plan de acción se espera conseguir cambios positivos y significativos en la perspectiva de los centros de encuentro para abordar a las personas mayores. Se espera pasar de una perspectiva física hacia una inclusiva donde las acciones no sean materiales, sino contributivas hacia la transformación social. Cabe destacar que, el plan de acción contiene mayoritariamente acciones dirigidas a implementar la inclusión social y trabajar hacia la consecución de comunidades y centros de encuentro amigables con las personas mayores.

Principalmente, luego de la implementación del plan de acción se espera que la población mayor participe en niveles más altos de las actividades comunitarias y que se sientan seguras acudiendo a centros de encuentro que integren políticas de seguridad, prevención y cuidado personal.

Asimismo, el fomento del envejecimiento activo y saludable será clave para generar cambios sociales que acompañado con el reforzamiento de las atenciones psicológicas mejoren el bienestar físico y mental de las personas mayores.

## **3. Participantes**

### **3.1. Autoridades municipales**

La asignación de recursos es primordial para efectuar el plan de acción, por esta razón, las autoridades municipales toman un papel clave para la ejecución de acciones que mejoren la calidad de vida de las personas mayores

### **3.2. Departamento de Servicio Sociales**

Este departamento es el encargado de brindar los servicios en relación con la atención social. Las personas mayores son atendidas por este departamento de la Municipalidad de San José

### **3.3. Centro de Encuentro para Personas Adultas Mayores**

Los centros tienen como principal objetivo “habilitar espacios de convivencia, de esparcimiento y de formación orientados a la promoción del envejecimiento activo y pleno, al desarrollo personal y a la participación e inclusión de la persona mayor de San José.”. (Municipalidad de San José, 2022, párr. 1). Este envejecimiento activo es lo que se busca con el plan, por esta razón, los cuatro centros de encuentro son claves para implementar las medidas

### **3.4. Centro Municipal de Desarrollo Familiar**

Mediante este centro se brindan servicios en relación con actividades socioeducativas y de capacitación en relación con el desarrollo y fortalecimiento personal y familiar. Por esta razón, este fortalecimiento es vital para que las personas mayores puedan tomar roles importantes en la sociedad y de este modo, generar la integración social.

Otra de las actividades del Centro Municipal de Desarrollo Familiar es la orientación e intervención terapéutica. Las medidas en temas psicológicos son importantes para contribuir a mejorar la calidad de vida y el bienestar mental de las personas mayores

### **3.5. Personas mayores**

Son los participantes más importantes del plan, pues son los que se beneficiarán directamente con su implementación. Además, pueden tomar un rol relevante respecto a su experiencia y conocimiento, siendo las capacitaciones, voluntariado y talleres, actividades que puedan desarrollar

### **3.6. Dirección Seguridad Ciudadana y Policía Municipal**

Dirección encargada de mantener el orden público y la seguridad ciudadana. Por esta razón, se pretende implementar medidas en relación con la seguridad ciudadana en los alrededores de los centros de encuentro y de esta manera, las personas mayores puedan participar de los centros de manera segura y confiada.

### **3.7. Oficina Municipal de Gestión del Riesgo a Desastres**

Esta oficina es la encargada de “generar las recomendaciones para orientar la inversión presupuestaria de forma eficiente y eficaz en las áreas de prevención, preparación, atención, rehabilitación y recuperación en caso de emergencias o desastres, con base en la Ley de Emergencias 8488” (Municipalidad de San José, 2022, párr. 1). De este modo, se encarga de planificar todo lo relacionado con la prevención de riesgo ante desastres naturales en todas las instalaciones de la Municipalidad de San José.

## **4. Objetivo general**

Mejorar la calidad de vida y bienestar de las personas mayores en los centros de encuentro de la Municipalidad de San José, por medio de la promoción de la atención integral en los años 2024-2026

## 5. **Objetivos estratégicos**

- Implementar programas que aborden las necesidades físicas, emocionales y sociales de las personas mayores.
- Garantizar que los centros de encuentro sean accesibles para todas las personas mayores en términos de seguridad, transporte y
- Impulsar la adopción de hábitos de vida saludables entre las personas mayores, mediante la promoción de la actividad física y programas de capacitación que conduzca al mejoramiento de la salud física de la población y el mejoramiento de la calidad de vida
- Realizar evaluaciones del bienestar de las personas mayores en los centros de encuentro, utilizando indicadores específicos, para identificar áreas de mejora y ajustar las intervenciones según las necesidades detectadas.

## 6. **Principios de procedimiento**

- Toda persona que se involucre en la ejecución y seguimiento del plan de acción deberá actuar de manera profesional y bajo estándares éticos responsables que contribuyan con el compromiso de la Municipalidad y el Departamento de Servicios Sociales de generar centro de encuentro amigables con las personas mayores
- En cada una de las capacitaciones, charlas, talleres, sesiones y grupos de apoyo se deberá tomar lista de las personas participantes para tener un control de la población atendida mediante las acciones del plan de acción.
- Garantizar que las personas mayores que participen de los programas y acciones se sientan en un ambiente de confianza y respeto mutuo con las personas profesionales
- En el caso de los mapeos, se deberá realizar un registro de la información para que le sea más fácil a las personas responsables de los centros de encuentro acceder a la información correspondiente.
- Se deberán respetar las decisiones de las personas mayores de participar o no de las capacitaciones, charlas, talleres, sesiones y grupos de apoyo.
- Siempre se le deberá informar a las personas participantes sobre la privacidad, confiabilidad y uso de la información.

## 7. Seguimiento al plan de acción

Para dar seguimiento al plan de acción será necesario implementar una serie de acciones con el objetivo observar los avances y generar conclusiones de la efectividad de cada una de las ejecuciones

- Definir indicadores para evaluar el avance del plan de acción tomando en cuenta los objetivos estratégicos. Además, se deben establecer indicadores que permitan medir la satisfacción de la población en cuanto a las acciones ejecutadas
- Medir la cantidad de personas mayores atendidas para conocer la demanda de personas que requieren de las acciones del plan
- Se deben realizar evaluaciones constantes, con el objetivo de identificar posibles problemas para ejecutar las acciones en los centros de encuentro de la Municipalidad de San José
- Luego de ejecutar cada una de las acciones se deben diseñar instrumentos de recolección de datos para analizar los resultados obtenidos en términos de satisfacciones
- Identificar por medio del análisis de los resultados, posibles tendencias a futuro, patrones que siguen las personas mayores y áreas de mejora a futuro para garantizar el bienestar de las personas mayores a largo plazo
- Por medio del seguimiento es posible brindar a la ciudadanía los resultados obtenidos y la evaluación realizada a cada una de las acciones para fortalecer la transparencia y la rendición de cuentas

## 8. Plan de acción

Meta	Objetivo	Actividades	Descripción	Recursos humanos	Recursos materiales	Responsables	Tiempo	Presupuesto
<b>Capacitaciones sobre el uso de cajeros automáticos</b>	Capacitar a la población mayor en términos del uso efectivo de aplicaciones bancarias y cajeros automáticos, con el objetivo de fomentar la autonomía financiera y el automanejo de recursos económicos en el presente año	<p>Diseñar material audiovisual para la capacitación de redes sociales</p> <p>Realizar talleres para uso de celulares y redes sociales</p> <p>Realizar sesiones de capacitación prácticas y participativas en términos de cajeros automáticos</p>	<p>Generar espacios de capacitación en cuanto a aplicaciones bancarias y el uso de los cajeros automáticos para incentivar el automanejo de los recursos económicos de las personas mayores y de esta manera evitar que otras personas sean quienes manejen su dinero. Esto se podría generar por medio de voluntariados, capacitaciones y charlas por parte de 51% de la población que está de acuerdo con brindar algún tipo de servicio a la</p>	<p>Coordinadores y colaboradores</p> <p>Personas trabajadoras de los centros de encuentro</p> <p>Personal administrativo</p> <p>Persona especialista en uso de redes sociales y manejo de cajeros automáticos</p>	<p>Equipos tecnológicos</p> <p>Suministros de oficina</p> <p>Material didáctico</p>	<p>Departamento de Servicio Sociales</p> <p>Centros de encuentro</p>	5 meses	400.000 colones

			comunidad y que posea este tipo de conocimiento. Por lo tanto, se deben identificar a las personas que si desean brindar un servicio y que si estén familiarizados con el uso de aplicaciones bancarias y cajeros automáticos.					
<b>Actividades inclusivas para el sexo masculino</b>	Incrementar la participación masculina en actividades de los centros de encuentro, por medio de la implementación de estrategias comunicativas, promoción y creación de actividades inclusivas y atractivas para la población masculina para el presente año.	Realizar encuestas dirigidas exclusivamente a la población masculina, para comprender sus intereses, necesidades y razones del porqué no se incorporan a actividades comunitarias  Realizar talleres y grupos de	Es recomendable este tipo de actividades, para garantizar el envejecimiento saludable en la población masculina	Coordinadores  Personas mayores de las comunidades de San José  Personas trabajadoras de los centros de encuentro  Personal administrativo  Personas trabajadoras	Equipos tecnológicos  Recursos destinados a transporte y organización  Suministros de oficina  Viáticos  Redes sociales	Autoridades municipales  Departamento de Servicio Sociales  Centros de encuentro  Departamento de comunicación institucional	3 meses	300.000 colones

	<p>apoyo con temáticas interesantes dirigido a personas mayores masculinas</p> <p>Promoción y marketing por medio de las redes sociales vinculadas a la Municipalidad de San José dirigidas a invitar a las personas mayores masculinas a participar de los centros de encuentro</p> <p>Implementar cursos y actividades llamativas para los hombres como por ejemplo los juegos de mesa, donde las personas</p>		del departamento de comunicación				
--	--	--	----------------------------------	--	--	--	--

		adultas mayores pueden convivir e interactuar entre ellos y ellas por medio de juegos.						
<b>Programas de investigación social</b>	Desarrollar un programa de investigación social en cada uno de los centros de encuentro de la Municipalidad de San José, para conocer las principales necesidades de las personas mayores en términos físicos para el año 2025	Identificar las principales problemáticas en relación con las personas mayores Revisiones documentales con el objetivo de consultar fuentes de información que permitan contextualizar la problemática Diseño de instrumentos de investigación Aplicación de instrumentos de	Debido al aumento de la población mayor, se recomienda realizar programas de investigación social de las personas mayores en los centros de encuentro, para la posible atención futura de los demás distritos del cantón.	Investigadores Estudiantes pasantes Personal administrativo Personas trabajadoras de los centros de encuentro Personas mayores de los distritos de San José Personas colaboradoras	Equipos tecnológicos y software para análisis de datos Recursos destinados a transporte y organización Suministros de oficina Fuentes de información Viáticos	Departamento de Servicio Sociales  Centros de encuentro	Depende del objeto de estudio (8 meses a un año)	1.500.000 colones por las cuatro investigaciones

		investigación Análisis de datos por medio de técnicas estadísticas cualitativas Presentación de los resultados obtenidos						
<b>Participación comunitaria de las personas mayores</b>	Fomentar la participación de las personas mayores en actividades comunitarias, culturales o de voluntariado para incentivar la inclusión social para el año 2025	Promoción de los centros de encuentro por medio de actividades informativas que permitan el acercamiento directo con la población que habitan lejos de los lugares donde se realizan las actividades.  Ejecución de talleres donde se reúna a un número importante de personas mayores	Se recomienda realizar estrategias que incentiven la participación de población mayor en los diferentes centros de atención, puesto que, las personas que participan son las que residen cerca de los centros.	Personas mayores de las comunidades  Personas trabajadoras de los centros de encuentro  Personal administrativo	Equipos tecnológicos  Recursos destinados a transporte y organización  Suministros de oficina	Departamento de Servicio Sociales  Centros de encuentro	4 meses	500.000 colones

<b>Mapeo de entidades que ofrezcan atención social para personas mayores</b>	Identificar las entidades y actores sociales que brindan servicios de atención social para personas mayores en las comunidades de San José, para el año 2025	Realizar un mapeo de las entidades que ofrecen servicios sociales en los distritos de San José  Recolectar información sobre los servicios que brindan estas entidades y organizarlas según los intereses de las personas mayores  Generar un registro de dichas entidades en Excel	Realizar un mapeo de actores para determinar qué entidades a parte de la Municipalidad de San José ofrecen servicios gratuitos (cursos, talleres, reuniones), ya que, la mayoría de la población no tiene conocimiento de ello.	Investigadores  Personas trabajadoras de los centros de encuentro  Personal administrativo  Personal de entidades públicas o privadas	Equipos tecnológicos  Recursos destinados a transporte y organización  Suministros de oficina  Programas para almacenamiento de información	Departamento de Servicio Sociales  Centros de encuentro	3 meses	500.000 colones
--	--	---	---	---	---	---	---------	-----------------

<p><b>Plan de acción en caso de emergencia</b></p>	<p>Desarrollar un plan de acción en caso de emergencia para los centros de encuentro, con el objetivo de garantizar la seguridad y el bienestar de las personas mayores, reducir los riesgos y minimizar los impactos negativos de eventos imprevistos para el año 2025</p>	<p>Realiza un análisis de los riesgos y amenazas a los que están expuestas las personas mayores en los centros de encuentro</p> <p>Diseñar y establecer un plan de acción especializado por cada centro de encuentro para la prevención de riesgo ante posibles eventos que pongan en peligro la integridad física de las personas mayores</p> <p>Aplicar el plan de acción en los centros de encuentro</p> <p>Realizar</p>	<p>Generar un plan de acción en caso de emergencia, aplicarlo y realizar simulacros para que la población esté preparada ante eventuales eventos que pongan en riesgo la integridad física de las personas presentes en los centros de encuentro. Sumado a esto se recomienda incluir cursos de capacitación en primeros auxilios</p>	<p>Investigadores</p> <p>Personas trabajadoras de los centros de encuentro</p> <p>Personal administrativo</p> <p>Personal de entidades públicas o privadas</p>	<p>Equipos tecnológicos</p> <p>Recursos destinados a transporte y organización</p> <p>Suministros de oficina</p>	<p>Departamento de Servicio Sociales</p> <p>Centros de encuentro</p> <p>Oficina Municipal de Gestión del Riesgo a Desastres</p>	<p>7 meses</p>	<p>800.000 colones</p>
--	---	---	---	--	--	---	----------------	------------------------

		capacitaciones y simulacros para comprobar y asegurar que el plan de acción ante emergencias funcione de manera efectiva						
<b>Atención psicológica y actividad física</b>	Aumentar por medio de talleres, capacitaciones y atenciones psicológica, la conciencia sobre la importancia del cuidado de la salud mental y física en las personas mayores en los años 2025-2026	Realizar sesiones informativas sobre la importancia del cuidado de la salud mental y física en las personas mayores en los diferentes cursos brindados en los centros de encuentro  Talleres de concienciación y autocuidado en los cuatro centros de encuentro.	Se sugiere una atención psicológica en colaboración con el servicio de orientación e intervención terapéutica de la Municipalidad de San José, para brindar apoyo luego de la crisis social a causa de la pandemia. También se recomienda establecer políticas de prevención y cuidado, por medio de programas donde se les enseñe a las	Personas trabajadoras del Centro Municipal de Desarrollo familiar  Personas trabajadoras de los centros de encuentro  Personal administrativo  Psicólogos  Preparadores físicos  Colaboradores y voluntarios  Familiares	Equipos tecnológicos  Recursos destinados a transporte y organización  Suministros de oficina  Viáticos  Material didáctico	Autoridades municipales  Departamento de Servicio Sociales  Centros de encuentro  Centro Municipal de Desarrollo Familiar	4 meses	500.000 colones

			<p>personas mayores cómo prevenir enfermedades y lesiones, por medio de talleres y cursos en relación con el área de nutrición, ejercicio, manejo controlado del estrés, prevención de caídas, seguridad e importancia del uso adecuado de los medicamentos con el objetivo de fortalecer uno de los ejes principales del diagnóstico "Salud y prevención a largo plazo", siendo los centros de encuentro un lugar para enriquecer sus</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--

			conocimientos sobre autocuidado					
<b>Ruta de transporte</b>	Implementar una ruta de transporte segura y accesible para personas mayores que resida en áreas con limitado acceso a los centros de encuentro, para incrementar la participación de las personas mayores en las actividades, para el año 2026	Realiza encuestas a personas mayores para comprender sus necesidades de transporte  Analizar el nivel de demanda, horarios y posibles rutas de transporte  Búsqueda de contactos de	Se recomienda realizar una ruta de traslado para personas mayores que no poseen recursos económicos ni la facilidad de traslado a los centros de encuentro	Proveedores  Personas trabajadoras de los centros de encuentro  Personal administrativo  Personas mayores	Equipos tecnológicos  Recursos destinados a transporte y organización  Suministros de oficina	Autoridades municipales  Departamento de Servicio Sociales  Centros de encuentro	Tiempo para ejecución 1 año	500.000 colones (sin contar los pagos a la empresa encargada de brindar el servicio)

		<p>empresas de transporte público que puedan brindar el servicio en los centros de encuentro</p> <p>Diseñar la posible ruta de transporte que incorpore los lugares con mayor demanda de personas mayores</p> <p>Establecer acuerdos con la empresa que brindará los servicios o coordinar con el departamento encargado de brindar servicio de transporte en la Municipalidad de San José</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Mapeo de centros médicos y registro médico</b>	Establecer un sistema de respuesta ante emergencias para personas mayores, mediante la creación de un registro médico de las enfermedades de las personas mayores y realizar un mapeo de centros médicos cercanos a los centros de encuentro, con el objetivo de reducir el tiempo de respuesta en situaciones de emergencia para el año 2026	Realizar un mapeo de los centros médicos tanto públicos como privados cerca de los centros de encuentro  Recolectar información sobre las enfermedades o condiciones de las personas mayores que asisten a los centros de encuentro  Generar un registro médico por medio de Excel	Se recomienda generar un mapeo de centros médicos cerca de los centros de encuentro y crear un registro médico de las enfermedades que sufren las personas mayores con el objetivo de actuar de manera eficiente ante una situación de emergencia	Investigadores  Personas trabajadoras de los centros de encuentro  Personal administrativo	Equipos tecnológicos  Recursos destinados a transporte y organización  Suministros de oficina  Programas para almacenamiento de información	Departamento de Servicio Sociales  Centros de encuentro	8 meses	200.000 colones
---	---	--	---	--	---	---	---------	-----------------

<p><b>Políticas de seguridad</b></p>	<p>Implementar políticas de seguridad efectivas en las zonas cercanas a los centros de encuentro, con el objetivo de crear entornos seguros que promuevan la movilidad segura de las personas mayores en el 2026</p>	<p>Analizar las necesidades de las personas mayores en cuanto a la seguridad</p> <p>Realizar una evaluación del entorno físico cerca de los centros de encuentro para mejorar las condiciones urbanas que permitan gestionar políticas de seguridad integral</p> <p>Coordinar con las autoridades competentes en temas de seguridad para generar acuerdos y esfuerzos en cuanto a seguridad.</p>	<p>Generar políticas de seguridad cerca de los centros de encuentro para aumentar la seguridad ciudadana y permitir que las personas mayores puedan desplazarse de un lugar a otro sin ningún temor (aumentar la presencia policial en los alrededores de los centros de encuentro)</p>	<p>Investigadores</p> <p>Personas trabajadoras de los centros de encuentro</p> <p>Personal administrativo</p> <p>Personal de la dirección de Seguridad Ciudadana y Policía Municipal</p>	<p>Equipos tecnológicos</p> <p>Recursos destinados a transporte y organización</p> <p>Suministros de oficina</p>	<p>Autoridades municipales</p> <p>Departamento de Servicio Sociales</p> <p>Centros de encuentro</p> <p>Dirección Seguridad Ciudadana y Policía Municipal</p>	<p>1 año</p>	<p>1.500.000 colones</p>
--------------------------------------	--	--	---	--	--	--	--------------	--------------------------

### Referencias

- Municipalidad de San José. (2016). *Diagnostico cantonal. Dirección de planificación y evaluación.*  
<https://www.msj.go.cr/docu/Informes%20y%20Estudios%20de%20Desarrollo%20Urbano/Diagn%C3%B3stico%20Cantonal%202016.pdf>
- Municipalidad de San José. (2021). *Plan de Desarrollo Municipal 2020-2024.*  
<https://msj.go.cr/cant/Documents/Plan%20de%20Desarrollo%20Municipal%202020-2024.pdf>
- Municipalidad de San José. (s.f). *Centros de Encuentro para Personas Adultas Mayores.*  
[https://www.msj.go.cr/servciud/servsoci/Paginas/centro\\_encuentro.aspx](https://www.msj.go.cr/servciud/servsoci/Paginas/centro_encuentro.aspx)
- Región Administrativa y de Administración. (2022). *Procedimiento para la elaboración del plan de acción institucional.*  
[https://www.aulavirtual.una.ac.cr/pluginfile.php/168977/mod\\_resource/content/1/PRO-PE-01-Procedimiento-para-la-elaboracion-del-Plan-de-Accion-Anual-.pdf](https://www.aulavirtual.una.ac.cr/pluginfile.php/168977/mod_resource/content/1/PRO-PE-01-Procedimiento-para-la-elaboracion-del-Plan-de-Accion-Anual-.pdf)



