



TEC

UNA
UNIVERSIDAD
NACIONAL
COSTA RICA



UTN
Universidad
Técnica Nacional

SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS:

UNA MIRADA AL TRABAJO INTERUNIVERSITARIO DESDE LA EXTENSIÓN Y LA ACCIÓN SOCIAL

LEIDY JIMÉNEZ DALORZO
LEDA LILLY DÍAZ GAMBOA
GUISELLE BLANCO CHAVARRÍA

MARIANELA NAVARRO VALVERDE
ELENA MONTOYA UREÑA

COMPILADORAS

378.122

S622s

Sistematización de experiencias: una mirada al trabajo interuniversitario desde la extensión y la acción social / Leidy Jiménez Dalorso, comp., Leda Díaz Gamboa, comp., Guiselle Blanco Chavarría, comp. [et. al.] -- 1ª ed. -- Heredia, Costa Rica: Editorial del Norte, 2017.

Pdf. 150x225mm

(Democratizando experiencias de extensión universitaria).

ISBN 978-9968-831-21-5

1. EDUCACION 2. CIENCIAS SOCIALES 3. TIERRA Y MAR

4. CIENCIAS DE LA SALUD I. Título II. Navarro Valverde,

Mariana, comp. III. Montoya Ureña, Elena, comp.

Consejo Editorial

M.Sc. Marcia Silva Pereira

Universidad Nacional, Vicerrectoría de Extensión, Directora, Costa Rica

Lic. María Eugenia Restrepo Salazar

Universidad Nacional, Vicerrectoría de Extensión, Editora de Gestión, Costa Rica

M.Sc. Tirso Maldonado Ulloa

Universidad Nacional, Vicerrectoría de Extensión, Editor Académico, Costa Rica

M.A.U. María Elena Camacho Villalobos

Universidad Nacional, Centro de Investigación y Docencia en Educación, Asesora de Edición, Costa Rica

M. Ed. Yadira Cerdas Rivera

Universidad Nacional, Vicerrectoría de Extensión, Costa Rica

Publicación electrónica e impresa

Primera edición 2017



Gerente editorial: Fabio Rojas Carballo



frojas@editorialdelnorte.com



(506) 8392-7381

Diseño gráfico y diagramación: Esteban Ocampo



estebanocampocr@gmail.com

Presentación

Los trabajos que se ponen en las manos del lector pueden considerarse el primer esfuerzo articulado de la educación pública costarricense en el tema de la sistematización de experiencias en el área de extensión y acción social. La iniciativa fue acogida por la Comisión de Vicerrectores y la Subcomisión de Capacitación Universitaria, que funcionan como parte del Consejo Nacional de Rectores (CONARE).

El libro nació de la preocupación por potenciar la reflexión y la conceptualización de los programas, proyectos y actividades de la extensión universitaria.

El contenido de los diecisiete trabajos que conforman este compendio es el fruto de varios años de trabajo realizado por diversos académicos de las cuatro universidades públicas que se sometieron a un estricto programa de trabajo dirigido por el reconocido facilitador en educación popular Oscar Jara. Durante los años 2013 y 2014 se reunieron para desarrollar un programa metódico que permitiera escribir experiencias del quehacer extensionista en nuestras universidades.

Si bien es cierto que, como se puede observar en estas entregas, hay diversas maneras de sistematizar lo más relevante, es su fundamentación epistemológica la que las convierte en maneras válidas de producir conocimiento. En otras palabras, su cultivo se separa de una extensión universitaria concebida como mero activismo y asistencialismo, y se acerca a nosotros como transferencia de conocimiento.

En estas páginas se encuentran estudios que dialogan, se interrelacionan con los agentes para que en el proceso pasen de objetos a sujetos activos, permitiendo químicas de trabajo democratizadoras del conocimiento, desde una lógica y una epistemología incluyente.

Estas metodologías permiten generar conocimientos desde la experiencia social, se trata entonces de procesos de reflexión e interpretación crítica, es una manera de producir y gestar conocimiento a partir de experiencias vividas. Con ello se mejoran las prácticas y, en el mejor de los casos, se promueven y plantean contribuciones a la política pública con el propósito de pasar de simples logros en las geografías sociales donde se actúa a provocar impactos reales en aquellos sectores involucrados y en la propia institucionalidad universitaria. Hoy en día a estos procesos se les conoce también como ecología de saberes.

Por último, quiero agradecerles a todos los participantes por mostrar una vez más la enorme capacidad y el rigor con el que emprendieron el trabajo y con estos resultados tener una pequeña muestra de la labor extensionista de las universidades públicas en el país.

Dr. Mario Oliva Medina

Catedrático, Universidad Nacional



mario.oliva.medina@una.cr

ISBN 978-9968-831-21-5

Empoderamiento y protagonismo en las personas adultas mayores: La experiencia del Taller Literario del PAIPAM

María Sancho Ugalde

Máster en Lingüística de la Universidad Nacional. Académica del
Centro de Estudios Generales de la Universidad Nacional, Costa Rica.

 mariaangelessancho@gmail.com

Licencia Creative Commons
Atribución-no-comercial
SinDerivadas 4.0 Internacional



Resumen

La experiencia de trabajo que se muestra en el presente artículo se refiere al empoderamiento y protagonismo que han logrado obtener las personas adultas mayores participantes del Taller Literario del Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) del Centro de Estudios Generales (CEG) de la Universidad Nacional de Costa Rica. Dicho taller está integrado por veinticinco personas adultas mayores con un rango de edad de cincuenta años en adelante, pensionadas de muy diversas disciplinas y residentes de diversas partes del país.

El objetivo principal de este documento es sistematizar la experiencia de trabajo desarrollada en el proyecto de Grupos Artísticos y Culturales del PAIPAM para lograr el empoderamiento y el protagonismo de las personas adultas mayores. Se abarca el periodo de sistematización de experiencias correspondiente al II ciclo, 2012 y al I ciclo, 2013: ciclos lectivos comprendidos entre julio de 2012 y junio de 2013.

Palabras clave: Empoderamiento, protagonismo en personas adultas mayores, talleres literarios, grupos culturales.

Abstract

The work experience shown in this article refers to the empowerment and protagonism that senior citizens achieved in the Integral Attention Program for Senior Citizens (PAIPAM, its Spanish acronym) Literary Workshop of the General Studies Center (CEG, its Spanish acronym) of the Universidad Nacional de Costa Rica. A total of 25 senior citizens participated in this workshop; all of them are 50 or older and retired from a variety of fields and living in different parts of the country.

The main objective of this paper is to systematize the work experience undertaken by the PAIPAM artistic and literary group project to achieve the empowerment and protagonism of senior citizens. The systematization period includes the second term of 2012 and the first term of 2013; i.e., from July 2012 to June 2013.

Keywords: Empowerment, senior citizen protagonism, literary workshops, cultural groups.



Introducción

La experiencia de trabajo que se muestra en el presente artículo se refiere al empoderamiento y protagonismo que han logrado obtener las personas adultas mayores participantes del Taller Literario del Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) del Centro de Estudios Generales (CEG) de la Universidad Nacional de Costa Rica. Dicho taller está integrado por veinticinco personas adultas mayores con un rango de edad de cincuenta años en adelante, pensionadas de muy diversas disciplinas, como educación, biología, agronomía, administración, entre otras, residentes de diferentes partes del país: Alajuela, San José, Guanacaste y, principalmente, Heredia. El objetivo principal de este documento es sistematizar la experiencia de trabajo desarrollada en el proyecto de Grupos Artísticos y Culturales del PAIPAM para lograr el empoderamiento y el protagonismo de las personas adultas mayores. Se abarca el período de sistematización de experiencias correspondiente al II ciclo, 2012 y al I ciclo, 2013: ciclos lectivos comprendidos entre julio de 2012 y junio de 2013.

La extensión universitaria se realiza a través del proyecto denominado La cultura y la expresión artística como ente de desarrollo en las personas adultas mayores, el cual posee dos variables de trabajo: la primera es de promoción y fortalecimiento del aprendizaje en personas adultas mayores, y corresponde al denominado Taller Literario del PAIPAM, donde se aprenden técnicas y estrategias para la lectura y la escritura de obras literarias. El propósito del taller es ofrecer espacios para el análisis de textos representativos de la literatura universal, latinoamericana y costarricense. A partir de obras importantes se muestran estilos y tendencias literarias mediante bases teóricas para el análisis, la lectura y la interpretación de las obras de autores reconocidos. Asimismo, se da la presentación de escritores, la implementación de una serie de estrategias discursivas y sesiones de clase de tipo comunicativo, entre otros procesos pedagógicos, que poseen como fundamento las experiencias literarias y de vida de los participantes.

La segunda variable del presente proyecto se refiere a la divulgación de los Grupos Artísticos y Culturales del PAIPAM, los cuales representan a este programa y a la Universidad Nacional a través de presentaciones de cuentacuentos y recitales de poesía, dentro y fuera del campus universitario. El Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) posee como fin primordial ayudar en la creación de una imagen más positiva de las habilidades y capacidades de la población adulta mayor, así como promover oportunidades de participación social,

por ejemplo, mediante encuentros, conversatorios y clases de literatura entre jóvenes universitarios y personas mayores, en los cuales, a través del diálogo, se estrechen lazos entre las generaciones.

El objetivo general del proyecto es contribuir al bienestar y desarrollo integral de las personas adultas mayores a través del aprendizaje en talleres de expresión artístico-literaria. Entre los objetivos específicos se encuentran los siguientes:

1. Capacitar a las personas adultas mayores en conocimientos literarios para desarrollar en ellas sensibilidad, emotividad, pensamiento, creatividad e integración social.
2. Lograr el disfrute, aprecio, interés y gusto de las personas adultas mayores por lo artístico-literario para propiciar en ellas la creación y la narración de cuentos.
3. Promover actividades culturales para que las personas adultas mayores a través de la creación literaria puedan lograr el empoderamiento y protagonismo.

Metodología del Taller Literario del PAIPAM

En la ponencia titulada «Aprendizaje creativo en personas adultas mayores: la experiencia del Taller Literario del PAIPAM», presentada en el IV Congreso Iberoamericano de Universidades para Mayores, Sancho (2011) expuso algunas estrategias y técnicas que le pueden ayudar al facilitador en el desarrollo de las sesiones de clase de talleres literarios que promuevan tanto el aprendizaje individual como el grupal de los participantes, para tal efecto, es necesario considerar el desarrollo de capacidades, principalmente las relaciones interpersonales en el entorno institucional, el trabajo en equipo y el compromiso académico, pues se considera al participante del taller como una persona con actitud creativa ante los nuevos conocimientos literarios, de manera que se propicie una percepción positiva y el interés hacia la literatura. Entre las estrategias didácticas que se promueven en el PAIPAM con el fin de ser desarrolladas en talleres literarios se destacan las expuestas a continuación:

1. **El facilitador puede formular preguntas generadoras** con el objetivo de aprovechar los saberes previos de las personas adultas mayores y estimular con ello la curiosidad; de esta manera, en caso de que un participante quiera explorar alguna temática determinada será a razón de que le preocupa o la considera de utilidad para su vida diaria, lo cual representa un elemento motivacional hacia el aprendizaje.



2. **Trabajo en equipo:** En las sesiones de clase es necesario fomentar que las personas adultas mayores se conozcan entre ellas, esto crea un clima de confianza y facilita la comunicación entre las mismas personas cuando se organizan en pequeños grupos. El trabajo en grupo no constituye la suma de individualidades, sino una labor de equipo que favorece las relaciones de comunicación mediante el reconocimiento de los saberes de los compañeros como fuentes de aprendizaje para sus iguales.
3. **Fomentar la participación de las personas adultas mayores** para evitar que sean siempre los mismos participantes los que intervengan en las discusiones de clase; es viable establecer técnicas dinámicas que atraigan el interés de todos los participantes, por ejemplo: lluvia de ideas, puestas en común, auto organización de tareas, entre otras, que permitan compartir variedad de reflexiones o de diferentes puntos de vista.
4. **Fomentar un pensamiento independiente:** Los facilitadores pueden analizar la función social que problematizan las obras literarias según las diversas interpretaciones que sugiere el texto en estudio y a partir de la promoción de un pensamiento independiente de los participantes, de manera tal que ellos aporten posibles soluciones. Lo anterior mediante la solicitud del docente para que cada participante aporte ideas de manera individual; posteriormente, se puede dividir el grupo y solicitarles a los participantes compartir con los compañeros sus planteamientos. Al final de la técnica se le puede indicar a cada grupo que le comunique las ideas principales al resto de la clase.
5. **Organizar debates:** En algunas clases se puede estimular a las personas adultas mayores para que realicen discusiones sobre temáticas literarias controversiales. Por ejemplo, en el análisis del poema «Mi patria es dulce por fuera» de Nicolás Guillén el facilitador puede preguntar cuántos en la clase piensan que la situación política de Cuba es favorable para los ciudadanos de esa isla. Cuando levanten la mano para responder se les pide que se unan e investiguen sobre sus puntos de vista; de igual forma, se les brinda la oportunidad a aquellos que creen que no debe implementarse ese sistema político. En la siguiente clase todo el grupo debate sus argumentos y defiende sus posiciones.

6. **Interpretación dialógica:** Los lectores (estudiantes adultos mayores) deben ser libres de aceptar o rechazar las obras literarias según sus gustos o preferencias. Al final del comentario, y después de dilucidar el tema, el género literario, el contexto socio histórico y los recursos estilísticos que conforman el entramado del texto literario, los participantes deben reunir sus observaciones y concretar si la obra posee o no las cualidades que le dan valor estético, es decir, integrando todos sus componentes anteriormente descritos se puede plantear un sentido global de la obra. La estrategia de la interpretación dialógica tiene como meta propiciar la participación dentro del ambiente de una clase dialéctica.
7. **Escritura en lírica o narrativa:** En las sesiones de clase del taller se deben abrir espacios en los que se propicie la escritura de poemas y cuentos por parte de los participantes, para tal proceso se requieren técnicas, métodos y recursos sobre cómo escribir un texto literario. Además, es necesaria la búsqueda de inspiración interior precedida por el razonamiento, la pasión e intuición, sin dejar de lado el enfoque educativo de dicha actividad; por ejemplo, el participante puede reflexionar y criticar los problemas de su entorno, esto sirve como temática para la escritura, debido a que es el medio para manifestarse sobre sí mismo y sobre el mundo donde vive.
8. **Creación colectiva de un poema:** Con el objetivo de desarrollar esta técnica es necesario contar con varios pliegos de papel periódico, más o menos de 60 centímetros de ancho y 50 metros de largo, adheridos al piso o a la pared con cinta adhesiva. Posteriormente, se motiva a todos los participantes del grupo a crear colectivamente un poema. Con el previo acuerdo entre el facilitador y las personas adultas mayores se establece una temática según los intereses del equipo de trabajo. El poema inicia con un par de versos que el profesor escribe y luego invita a los adultos mayores a que lo continúen libremente. Según la organización establecida para participar, cada estudiante empieza su creación poética a partir del último verso que ha escrito su compañero anterior. La sucesión de los versos con los que se construye el poema gira en torno a las particularidades, las perspectivas, los intereses y las visiones de mundo de cada integrante. Al finalizar la dinámica se lee el poema completo y se comenta acerca de los diferentes mensajes y emociones que cada uno logró comunicar.



9. **Cuento inacabado:** Una estrategia metodológica del facilitador puede ser la omisión de la última parte de un cuento, lo cual suscita un ambiente de suspenso y de mayor expectativa entre los participantes, a diferencia de si conocieran la totalidad del contenido de la obra literaria. Así, según la perspectiva de cada participante, la imaginación se dirige hacia distintas direcciones de acuerdo con la interpretación textual, de manera que con base en la experiencia particular cambia la escritura del final del cuento. En una sesión de clase posterior el profesor ofrece la palabra a cada uno de los participantes del grupo para que relaten el final del cuento que crearon; así se pueden conocer las similitudes y diferencias de criterios que forman parte de la diversidad que se encuentra en los grupos de clase; seguidamente, se propicia el comentario y análisis de ideas por parte de las personas adultas mayores con base en la propuesta de creación del final del cuento.
10. **Asignación de investigaciones:** El trabajo investigativo corresponde a la asignación de un trabajo expositivo, el cual consiste en presentar a un autor modelo y alguna de sus obras más representativas, con el objetivo de que sea la base para el análisis, la interpretación y la crítica literaria en las discusiones de clase.
11. **Invitados especiales:** En el taller se comparte el trabajo literario a través de la invitación de escritores en condición de modelos: poetas, novelistas o cuentistas. La presencia de los invitados especiales tiene como objetivo que ellos nos hablen acerca de la génesis y la percepción que asumen de su literatura, además del contexto histórico, social o autobiográfico que encierra la misma. Entre los escritores que han tenido la anuencia de participar en una sesión de clase del taller del PAIPAM se encuentran: Julieta Dobles, Ani Brenes, Quince Duncan, Pedro Chavajay, Julio Serrano, Carlos Rubio, Adriano Corrales, Carlos Díaz Chavarría y Rafael Ángel Herra, entre otros.

Por lo antes descrito, en el Taller Literario del PAIPAM se motiva a los participantes a que sugieran las obras de autores reconocidos y las estrategias y técnicas metodológicas para los estudios literarios; dicha oportunidad desarrolla la autonomía y la responsabilidad académica, le permite al grupo tomar decisiones e insta al aporte de sugerencias para el desarrollo de la clase; en consecuencia, se generan un mayor compromiso académico, el empoderamiento y el protagonismo de sus participantes.

La historia del proceso de la experiencia

Los recitales de poesía o lectura oral de cuento son presentados por parte de los participantes del Taller Literario del PAIPAM en el marco de la organización de diversas actividades culturales desarrolladas dentro y fuera del campus universitario. Las siguientes actividades son las más representativas, en las cuales las personas adultas mayores han logrado el empoderamiento y protagonismo a través de las presentaciones en público de sus creaciones literarias:

1. Participación del Taller Literario del PAIPAM en la creación de un «Poema Gigante» con el escritor español Miguel Ángel Arenas, el lunes 30 de julio de 2012, frente a la Municipalidad de Heredia. Evento organizado por la Dirección de Extensión de la Universidad Nacional, la Municipalidad de Heredia y la Dirección Regional de Educación de Heredia del Ministerio de Educación Pública. Los participantes de todos los grupos etarios (niños, jóvenes, adultos y personas adultas mayores) lograron plasmar sus poemas sobre un papel de doscientos metros colocado desde la Municipalidad hasta el edificio del Correo en la ciudad de Heredia.
2. Participación del Taller Literario del PAIPAM en la actividad denominada Ciudad Libro, la cual consistía en escribir poemas, frases célebres o pensamientos en las aceras y paredes de la ciudad de Heredia; se desarrolló el martes 31 de julio de 2012 en las aceras aledañas a la UNA. Evento organizado por la Dirección de Extensión de la Universidad Nacional, la Municipalidad de Heredia y la Dirección Regional de Educación de Heredia del Ministerio de Educación Pública.
3. Festival de Poesía, Danza y Música Popular, con motivo de la celebración de la Semana de las Humanidades. Recital de poesía a cargo de personas adultas mayores del Taller Literario del PAIPAM, jóvenes del Taller Literario UNA y estudiantes del Colegio Humanístico Costarricense. El jueves 23 de agosto de 2012 a las 2:00 p.m., en el Auditorio Clodomiro Picado de la Universidad Nacional.
4. Celebración de la Semana Cívica. Presentación de un recital de poesía ambiental en la actividad denominada Reconocimiento estudiante Carta a la Tierra, el jueves 13 de setiembre de 2012 a las 8:30 a.m. en la Sala de Ex Decanos del Centro de Estudios Generales de la UNA.



5. Celebración del Mes de la Persona Adulta Mayor el jueves 04 de octubre de 2012 a las 10:00 a.m. en el Auditorio Clodomiro Picado. Presentaciones culturales por parte de jóvenes de la UNA y personas adultas mayores participantes de los Grupos Artísticos y Culturales del PAIPAM: belly dance, canto, baile popular, baile folklórico, poesía y cuentacuentos. Además, hubo exposición de manualidades. Este evento fue organizado por el PAIPAM.
6. Encuentro Intergeneracional en el Liceo Los Lagos. Presentaciones artísticas por parte de los estudiantes del colegio y los participantes del Taller Literario del PAIPAM. El lunes 29 de octubre de 2012 en Los Lagos de Heredia. Actividad organizada por el programa Acción Joven del Centro de Estudios Generales de la UNA.
7. Recital de poesía a cargo del escritor guatemalteco Julio Serrano, personas adultas mayores del Taller Literario del PAIPAM y jóvenes estudiantes del Taller Literario UNA, el jueves 07 de marzo de 2013 a las 4:00 p.m. en la Sala de Ex Decanos del Centro de Estudios Generales de la UNA.
8. Recital de poesía escrita por mujeres a cargo del Taller Literario del PAIPAM en el marco de la celebración del Día Internacional de la Mujer, el viernes 08 de marzo de 2013 a las 12:00 m. d. en la casa sindical del Sindicato de Trabajadores de la Universidad Nacional (SITUN).
9. Presentación de cuentacuentos y lectura de poesía a cargo del Taller Literario del PAIPAM y del Taller de Creación Literaria y Cuentacuentos (FANTASIPAM), el viernes 15 de marzo de 2013 a las 9:00 a.m. en la Casa de la Cultura Alfredo González Flores de Heredia en el marco de las actividades desarrolladas en la Feria Internacional del Libro Universitario (FILU, 2013).
10. Celebración del Día Mundial de la Poesía, dedicada al escritor costarricense Alfonso Chase, el 21 de marzo de 2013 a las 9:00 a.m. en el Teatro 1887 CENAC. Organizado por la Universidad Nacional (Centro de Estudios Generales, PAIPAM, Dirección de Extensión, Escuela de Literatura y Ciencias del Lenguaje), el Ministerio de Cultura y Juventud, el Sistema Nacional de Bibliotecas (SINABI) y la Dirección Regional de Educación de Heredia del Ministerio de Educación Pública.
11. Participación del grupo del Taller Literario del PAIPAM en el programa de radio Foro Radial Humanista, el miércoles 10 de abril de 2013 a las 6:00 p.m. en el Centro de Estudios Generales de la UNA.

12. Taller Residuos Hechos Arte en la celebración del Día de la Tierra, organizado por la Escuela de Ciencias Geográficas y el Programa UNA Campus Sostenible, el lunes 21 de abril de 2013 a las 10:30 a.m. en la explanada frente a la Escuela de Ciencias Geográficas de la UNA.
13. Participación de tres personas adultas mayores del PAIPAM en el curso Jubilación: un enfoque gero histórico de la profesora Idalia Alpízar, impartido el martes 07 de mayo de 2013 a la 1:00 p.m. en el Centro de Estudios Generales de la Universidad Nacional.
14. Participación del grupo del Taller de Creación Literaria y Cuentacuentos (FANTASIPAM) del PAIPAM en el programa de radio Foro Radial Humanista, el miércoles 08 de mayo de 2013 a las 6:00 p.m. en el Centro de Estudios Generales de la UNA.
15. Participación de cinco personas adultas mayores del PAIPAM en el curso Jubilación: un enfoque gerohistórico de la profesora Idalia Alpízar, impartido el miércoles 15 de mayo de 2013 a la 1:00 p.m. en el Centro de Estudios Generales de la UNA.
16. Presentación de poesía ambiental en la celebración del Día del Ambiente, organizada por el Programa UNA Campus Sostenible, el miércoles 05 de junio de 2013 a las 9:30 a.m. en la Sala de Ex Rectores de la Biblioteca Joaquín García Monge de la Universidad Nacional.
17. Presentación de cuentos y poesías por parte de los integrantes del Taller Literario del PAIPAM en el Colegio Rodrigo Hernández en Barva de Heredia, el miércoles 12 de junio de 2013, con motivo de la conmemoración del Día contra el Maltrato, la Marginación y la Negligencia en Personas Adultas Mayores.
18. Charla: ¿Maltrato? ¡Denúncialo! A cargo de la abogada Fanny Arce. Presentación de cuentos y poesías sobre el maltrato en personas adultas mayores por parte de los integrantes del Taller Literario del PAIPAM. Realizada el jueves 13 de junio de 2013 a las 10:00 a.m. en la Sala de Ex Decanos del CEG de la UNA.
19. Caminata en conmemoración del Día contra el Maltrato, la Marginación y la Negligencia en Personas Adultas Mayores el sábado 15 de junio. Salida a las 8:00 a.m. de la Explanada 11 de abril de la UNA hacia el parque central



de Heredia, donde se realizaron actividades artísticas y deportivas. Actividad organizada por el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM) en conjunto con el PAIPAM de la UNA, la Asociación Gerontológica Costarricense (AGECO) y la Municipalidad de Heredia. El siguiente es un afiche elaborado por el señor Eduardo Sánchez, participante del Taller Literario del PAIPAM, el cual colocó en su blog soloheredia.blogspot.com

Reflexión e interpretación crítica

Con el objetivo de reflexionar acerca de cómo las personas adultas mayores integrantes del Taller Literario del PAIPAM logran el empoderamiento y protagonismo, se debe iniciar este apartado con la definición de empoderamiento, en palabras de la M.Sc. Maribel León Fernández, coordinadora del PAIPAM:

Se utiliza el término empoderamiento para hacer referencia a la necesidad de que las personas pertenecientes a un grupo marginado de la sociedad, como es el caso de las personas adultas mayores, se fortalezcan en su capacidad de controlar su propia vida, garantizando sus derechos humanos y la justicia social. Es decir, poder hacer, ser capaz y sentirse con mayor control de las situaciones. De esta manera, la persona tiene un papel activo y pasa a ser un agente de cambio. (2013, p. 4)

Lograr ser ese agente de cambio mencionado en la cita anterior ha propiciado que, de manera individual, muchos de los participantes del Taller Literario del PAIPAM cuenten con publicaciones de sus obras literarias, realizadas en la mayoría de los casos con fondos propios. No obstante, como un objetivo general del taller, se asumió el compromiso de elaborar una antología poética y otra de cuentos, con base en la producción literaria escrita por los participantes durante las clases (actualmente en prensa). Como una experiencia previa a esta sistematización, ya se publicó la obra Huellas de la memoria. Cosecha literaria del PAIPAM (2010). En muchos de los poemas publicados las personas adultas mayores describen la experiencia positiva de ser mayores y su identificación con el PAIPAM, un ejemplo es el siguiente poema:

Y la vida se me volvió poesía

“Ejercemos ataque a nosotros mismos
cuando no perdonamos.
El resentimiento es para nosotros como
tomarnos un veneno
esperando que le haga efecto al otro”.

Gisela von Reehaagen

*Ser adulta mayor, en estos tiempos,
es lo mejor que me ha pasado en la vida.
La memoria se vuelve laxa,
destaca solo lo que quiero.
El paso se hace lento pues no hay prisas para llegar.
Me cubre de seguridad amar
todo lo que hago y me rodea,
así recibo solo sonrisas, gestos amables, bondad.
¡Y para rematar, me inscribí en la UNA,
pertenezco al PAIPAMI!,
recibo clases y tengo el privilegio de poder dar.*

*Empoderada, valiosa, radiante y feliz
tengo amigas nuevas por decenas*



y algunas por descubrir.

*De pronto me he convertido en ejemplo a seguir,
justo cuando yo misma estoy orgullosa de mí,
al esforzarme manteniendo límites
y cuidar mi alegría de vivir,
mi espacio, mis pasiones, y, escribir.
Flores frescas del jardín interior, fe, esperanza
y la ilusión adornan mi día con fragancia y color.*

*La belleza del rostro no es pasajera
como nos hacen creer los cirujanos de lo estético.
La armonía de líneas inicia dentro del ser,
aceptadas con reverencia
como trofeos ganados en etapas pasadas,
dan fe de mi plena existencia.*

*Ahora me piden la receta
y gustosa comparto la experiencia:
Inagotable gratitud, hasta del detalle más pequeño,
se mezcla con bastante tolerancia,
se agrega sonrisa espontánea y genuina,
asombro y entusiasmo, al gusto.
Se mantiene al calor del corazón,
por las siguientes veinticuatro horas.
Se reparte generosamente.
No perder el gozo, defenderlo con paz,
y amar sin barreras,
estos son los secretos para disfrutar
de salud y felicidad.*

(Von Reehaagen, 2010, pp. 85-86).

Además, la Universidad Nacional reconoce el derecho a la vida cultural de todas las personas adultas mayores, por lo que promueve la cultura a través del PAIPAM. En este programa dirigido a la comunidad, las actividades artísticas y culturales no se presentan a las personas como actividades de diversión, sino como espacios de participación creadora, así, la recreación cultural y artística contempla eventos que procuran la vivencia del proceso creativo mediante la construcción de obras literarias basadas en la cultura universal, en los valores y las tradiciones costarricenses, entre otros.

En consecuencia, el arte, el aprendizaje y la cultura enriquecen la personalidad y abren nuevas oportunidades a las personas adultas mayores. En particular, las actividades artísticas y culturales fortalecen la adquisición de competencias como creatividad, imaginación, expresión oral, concentración, memoria e interés por los demás, y llevan a interactuar con personas que comparten sus mismos intereses. Dichas habilidades se plantean en el poema «Primavera en otoño» del señor Eduardo Villalobos, quien creó una comunidad de personas adultas mayores identificada como Los paipamies («golondrinas»); en el poema «las flores azules» son la poesía que ellos escriben y su profesora es la «sembradora», además nuevamente aparece la identificación con el PAIPAM.

Primavera en otoño

*En un campo donde se siembra cultura
propiedad de un señor
llamado don Omar,
situado en las riberas del río Pirro,
al este de Cubujuquí,
una veintena de golondrinas
cansadas de veranos,
salpicadas de plata por el invierno
con muchas primaveras en la memoria
y el otoño en la mirada,
decidieron reposar en un árbol
con la esperanza de que alguien
les enseñara a volar de nuevo.*



*Pasaron por el lugar sin detenerse
las musas del Olimpo,
que después de haber trajinado durante siglos
con poetas griegos y latinos,
habían decidido disfrutar de su jubilación.*

*Posteriormente acudieron las valquirias
ofreciendo enseñar a las golondrinas
el arte de la guerra
y los secretos del oro del Rin.*

*Pero las golondrinas no querían
ni tenían fuerzas para luchar;
tampoco aceptaron el oro
porque al ser tan pesado
las amarraría a la tierra
y nunca más podrían remontar el vuelo.*

*Posteriormente,
apareció una joven jardinera
que se dedicó a abonar el árbol
con un compuesto
de sabiduría y paciencia.*

*A partir de ese momento,
las avecillas convirtieron
sus sueños en flores azules
cuyos aromas en el aire
transmutaban en versos;
de esa manera sin moverse
podían volar más alto que las nubes.*

*Desde aquel entonces,
la gente llamó PAIPAM al árbol florido,
a las golondrinas: paipamies,
a las flores azules: poesía
y a la sembradora:
María.*

(Villalobos, 2014, p. 94)

Con motivo de la presentación del libro *La otra mitad de mi diferencia* (2012) del escritor costarricense Carlos Díaz Chavarría, el escritor publicó el artículo de opinión «Banquete literario» (2013) en el periódico *Semanario Universidad*, donde destacó la labor del PAIPAM e instó al protagonismo de las personas adultas mayores:

Definitivamente, es un deber destacar la significativa labor que hace el Taller Literario PAIPAM en materia de producción, difusión y permanencia del arte literario, además hace que personas pensionadas se sientan productivas, se diviertan y compartan una serie de vivencias personales y sociales para lograr una mejor calidad de vida. No hay que olvidar que muchos de los adultos mayores fueron, y lo siguen siendo, los forjadores de una cultura caracterizada por la solidaridad, el esfuerzo, la perseverancia, la honradez y la justicia. De ahí que reconocer constantemente la importancia del adulto mayor en la sociedad es reafirmar e impulsar su autoestima y ofrecerle un nuevo significado a su existencia para prolongar sueños y esperanzas dentro de un contexto el cual les garantice una vida con calidad física, espiritual y mental más allá de centrarse solamente en los años. (p. 22)

Por último, con base en la experiencia obtenida en las clases del Taller Literario del PAIPAM, se promueve el acceso a la literatura y se trabaja la inclusión protagónica de las personas adultas mayores, lo cual propicia la interacción entre los participantes mediante la expresión de sus emociones, opiniones, críticas y, de este modo, el estímulo de la creatividad literaria. Para ello se implementan dinámicas que motiven y sensibilicen a los participantes en la creación de un ambiente que favorezca una percepción diferente de las distintas obras literarias. Mediante la organización de actividades culturales se pretende eliminar prejuicios, mitos y estereotipos acerca de la vejez y del envejecimiento. De esta manera, a través de la promoción de espacios literarios, se trabaja en la construcción de actores, por tanto, esto permite que en la experiencia se pueda vivenciar una vejez activa, un ejemplo es el poema «Soy una persona adulta mayor» del señor José Amadeo Víquez, presentado en la charla ¿Maltrato? ¡Denúncialo! a cargo de la abogada Fanny Arce, el jueves 13 de junio de 2013 en la Sala de Ex Decanos del CEG de la UNA. El autor denuncia los prejuicios de los que ha sido objeto y solicita el cumplimiento de sus derechos como persona mayor:



Soy una persona adulta mayor

Soy una persona en cambios. Cambios consecuentes y progresivos.

Según la nomenclatura, estoy etiquetado como anciano, viejo, adulto mayor, tercera edad o de edad dorada

Soy una persona adulta mayor, y no un concepto peyorativo

El mundo se ha dividido siguiendo conceptos filosóficos cartesianos y newtonianos que obedecen a sistemas económicos, donde la competencia implica paradigmas de fragmentación para la producción.

En este esquema, lo que hago no es visible ni rentable por lo tanto se me excluye.

Mis cambios están unificados, son consecuentes y progresivos.

Desde que nací estoy cambiando. El envejecimiento implica cambio de mentalidad.

Seré viejo si lo quiero ser, pero soy un cuidador de mi calidad de vida.

No perpetuaré la visión de la vejez, creada para hacer viejos inútiles.

Fomentada a través de los procesos de socialización que dictan normas a los grupos sociales, de modo que puedan funcionar dentro de ellos.

Son estereotipos que marcan negativamente y crean imágenes y conceptos deformados de la realidad.

No creo que con la vejez se llegue a la tercera edad. No hay evidencia científica cronológica.

El envejecimiento es un proceso integral que abarca todas las áreas.

Como adulto mayor puedo tomar decisiones, mientras tenga salud física y mental.

No soy una carga y aún no me voy a morir.

No aceptaré que se me valore por no ser productivo o no generar bienes materiales.

Lucharé contra los estereotipos que me encasillan como persona inflexible, desvinculada de todo tipo de relaciones interpersonales, asexual, que ya no tiene que preocuparse porque siempre está enfermo, de mal carácter, que no debe vestirse adecuadamente, pierde la memoria y es como un niño.

Tendré las herramientas necesarias para poder defenderme, ejercer mi soberanía y pedir mis derechos. (Viquez, 2013)

Además, con base en una entrevista aplicada a los participantes del PAIPAM, se presentan a continuación algunos aspectos de la experiencia de asistir al Taller Literario del PAIPAM, que según las personas adultas mayores les ha permitido lograr un mayor empoderamiento:

- «Vencer la timidez para hablar en público».
- «Realizar un esfuerzo para asistir a las lecciones, superarse en el aprendizaje y participar contribuyendo con ideas y trabajos».
- «Respetar las opiniones de los compañeros».
- «Valorar el aporte y las experiencias de vida de las personas adultas mayores».
- «Adquirir seguridad en la escritura literaria, lo que aumenta la autoestima».
- «Saber que la edad no es un obstáculo para escribir y aprender cada día».
- «Saber que se pueden realizar actividades que en otro tiempo se hubiera creído imposible de poder hacer».
- «Descubrir la posibilidad de que todavía se pueden aportar ideas a través de la escritura».
- «Mantener ocupada la mente en el desarrollo de habilidades que en otro momento de la vida no se consiguió realizar».

En los testimonios expresados por parte de las personas adultas mayores se visualizan dos componentes importantes:

1. Un nivel personal donde los participantes consiguen autoestima, motivación, toma de conciencia de sus capacidades, pensamientos positivos y una comunicación asertiva.
2. La existencia de instituciones educativas como la UNA que trabajan en procura del empoderamiento y protagonismo de las personas adultas mayores. Estos aspectos deben ser una información valiosa a tomar en cuenta para posteriores proyectos o trabajos similares, con el objetivo de mejorar y fortalecer las experiencias educativas de los talleres y cursos del Programa de Atención Integral de las Personas Adultas Mayores (PAIPAM) y del Centro de Estudios Generales de la Universidad Nacional.



Conclusiones

En la gestión de las experiencias expuestas anteriormente se promueve la identificación colectiva de la sensibilidad, la conciencia social, el gusto por la literatura y el humanismo, para fomentar un empoderamiento y protagonismo sin distinción de clases sociales ni diferencias etarias. Las actividades artísticas y literarias promueven el acercamiento de las personas adultas mayores a la Universidad Nacional con el objetivo de compartir y enriquecer las habilidades literarias a través del conocimiento de los mismos participantes. Para plantear un espacio que reúna este propósito es necesario estimular la hermandad y sensibilidad de las personas a través de sus emociones, la escritura literaria y sus experiencias de vida.

El reto que enfrentan los facilitadores de los talleres literarios dirigidos a personas adultas mayores gira en torno a la promoción de las particularidades de aprendizaje de cada estudiante, en especial adecuando los contenidos del programa en estudio a sus necesidades educativas, esto con el fin de progresar hacia una educación más equitativa y respetuosa de la diversidad, a través de los procesos de aprendizaje y de la articulación de diferentes técnicas y estrategias para desarrollar las lecciones de literatura, para que las personas adultas mayores logren aprendizajes significativos mediante la promoción de la lectura y la escritura creativa, la adquisición de nuevos conocimientos, el rescate de valores, la creación de espacios para la socialización y la apreciación de obras literarias, etc.

En conclusión, el trabajo de extensión realizado a través del proyecto La cultura y la expresión artística como ente de desarrollo en personas adultas mayores de la Universidad Nacional debe ser una experiencia valiosa para mejorar y fortalecer el diseño de propuestas futuras en el Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) y en otros programas dirigidos a personas adultas mayores a nivel universitario y nacional.

Recomendaciones

Mediante una entrevista se les solicitaron a las personas adultas mayores integrantes del Taller Literario del PAIPAM recomendaciones para lograr empoderamiento y protagonismo a través de la participación en actividades artísticas y literarias en la Universidad Nacional, a continuación, se presentan las más recurrentes:

1. «Promoción de los derechos y deberes de las personas adultas mayores para conocerlos y defenderlos».
2. «Propiciar la comunicación y motivación para que los participantes escriban y presenten sus obras literarias en público».
3. «Planificación de las clases del Taller Literario por parte de las personas adultas mayores y con ayuda del facilitador».
4. «Invitar a las clases a personas adultas mayores que hayan destacado a nivel nacional».
5. «Asignación de mayor presupuesto por parte de las autoridades de la universidad para atender las necesidades del programa».

Otra recomendación es la convocatoria a concursos de literatura (ensayo, cuento, poesía, novela, teatro) que incentive las habilidades, el empoderamiento y el protagonismo de las personas adultas mayores; el estímulo de los profesores es importante para propiciar la participación de los estudiantes en este tipo de actividades.

Por último, en los programas universitarios dirigidos a personas adultas mayores se debe promocionar los talleres literarios intergeneracionales, con los cuales se logre la convivencia entre jóvenes estudiantes y personas adultas mayores para erradicar mitos y estereotipos acerca de la vejez y del envejecimiento y propiciar con ello un envejecimiento activo en las personas participantes.



Referencias

- Díaz, C. (2013). Banquete literario en Semanario Universidad. p. 22. Recuperado de <http://semanariouniversidad.ucr.cr/opinion/banquete-literario/>
- León, M. y Jiménez, F. (2013). “Del empoderamiento al emprendimiento: el poder personal, comunal, intercomunal y las redes para envejecer activamente”. Ponencia presentada en el IV Congreso Internacional de Gerontología: Gerontología y políticas públicas: asumiendo compromisos para un envejecimiento activo. Posgrado en Gerontología. Universidad de Costa Rica.
- Sancho, M. [Compiladora] (2010). Huellas de la memoria. Cosecha literaria del PAIPAM. Heredia, Costa Rica: Programa de Publicaciones de la UNA.
- Sancho, M. (2011). Aprendizaje creativo en personas adultas mayores: la experiencia del Taller Literario del PAIPAM. Memoria de la ponencia presentada en el IV Congreso Iberoamericano de Universidades para Mayores (CIUUMM). Universidad Internacional Menéndez Pelayo, Asociación Estatal de Programas Universitarios para Personas Mayores. Alicante, España: Impresión COMPOBELL.
- Villalobos, E. (2014). Primavera en otoño. En M., Sancho (compiladora), Poemario del Taller Literario del PAIPAM. Heredia, Costa Rica: Programa de Publicaciones de la UNA.
- Viquez, J. (2013). Soy una persona adulta mayor. ¿Maltrato? ¡Denúncialo! [Charla]. Centro de Estudios Generales, Universidad Nacional. Heredia, Costa Rica.
- Von Reehaagen, G. (2010). Y la vida se me volvió poesía. En M., Sancho (compiladora), Huellas de la memoria. Cosecha literaria del PAIPAM. Heredia, Costa Rica: Programa de Publicaciones de la UNA.