



UNIVERSIDAD LAICA VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL

**“IMPACTO DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN IMPRESOS EN LA EDUCACIÓN
CIUDADANA DEL ADULTO MAYOR EN LA ZONA NORTE DE LA CIUADELA
ATARAZANA 2012”**

PROYECTO DE INVESTIGACION PREVIO A LA OBTENCION DEL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PERIODISMO

TUTOR:

MS. JORGE LOZADA SALAZAR

AUTORES:

SYLVANA ALMEIDA RUÍZ – ANDREA CORNEJO VAQUE

GUAYAQUIL - ECUADOR

2011 - 2012



CERTIFICACIÓN DE LOS AUTORES DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Guayaquil, _____

Certifico que el Proyecto de Investigación titulado: “Impacto de los medios de comunicación impresos en la educación ciudadana del adulto mayor en la zona norte de la ciudadela Atarazana 2012”, ha sido elaborado por las señoritas Sylvana Paola Almeida Ruíz y Andrea Victoria Cornejo Vaque, bajo mi tutoría, y que el mismo reúne los requisitos para ser defendidos ante el Tribunal Examinador que se designe al efecto.

Ms. Jorge Lozada Salazar



DECLARACIÓN AUTORÍA

Nosotras, Sylvana Paola Almeida Ruíz y Andrea Victoria Cornejo Vaque, declaramos que el presente trabajo descrito es de nuestra investigación y que no ha sido presentado previamente para ningún grado o calificación profesional, y lo consultado tanto referencias bibliográficas, electrónicas, así como investigación de campo que se incluyen en el trabajo.

Sylvana Almeida Ruíz

CI: 0923658082

Andrea Cornejo Vaque

CI: 0923578926

UNIVERSIDAD LAICA VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE PERIODISMO

HOJA DE CALIFICACIONES

El Tribunal Examinador, previo a la obtención del título de Licenciado en Periodismo, otorga al presente proyecto las siguientes calificaciones:

TRABAJO ESCRITO:	()
EXPOSICIÓN ORAL:	()
TOTAL:	()
EQUIVALENTE A:	()

PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

PROFESOR (A) DELEGADO

PROFESOR (A) DELEGADO

DEDICATORIA

A Dios principalmente por brindarme inteligencia y sabiduría para tomar mis decisiones con absoluta medida, a mis padres, porque creyeron en mí y porque me sacaron adelante, dándome ejemplos dignos de superación y entrega, porque en gran parte gracias a ellos, hoy puedo ver alcanzada mi meta, ya que siempre estuvieron impulsándome en los momentos más difíciles de mi carrera y mi vida.

A mi hija por ser el pilar de mi vida, la luz de mis ojos, mi motor para seguir cada día adelante, por ser mi pequeña bendición que hace latir mi corazón.

A mis hermanos, por haber fomentado en mí el deseo de superación y el anhelo de triunfo en la vida.

A mi Familia, mil palabras no bastarían para agradecerles su apoyo, su comprensión y sus consejos en los momentos difíciles.

SYLVANA ALMEIDA RUIZ

DEDICATORIA

A Dios,

El motor principal de mi vida, que cada día me da la fortaleza necesaria para avanzar y lograr mis objetivos en el momento justo.

A mi madre,

La Ingeniera Civil, Edith Vaque Mora, una mujer que con su amor y dedicación me ha formado en la mujer que soy.

A mi padre,

El Ingeniero Civil, Carlos Cornejo Vaca, que con su esfuerzo diario, ha procurado darme lo necesario para defenderme en esta vida y lograr mi meta profesional.

A mis mamitas,

Señoras Margarita Mora Torres y Victoria Vaca Iturrey, mujeres luchadoras que dieron lo mejor de ellas para que sus hijos salieran adelante y sean personas de bien.

A mis amigos,

Quienes fueron compañeros de aula y aquellos que conocí en el camino formativo; personas que han sido apoyo importante en este proceso de obtener nuestro título profesional.

ANDREA VICTORIA CORNEJO VAQUE

AGRADECIMIENTO

En primer lugar a Dios, por darme fuerzas y la inteligencia necesaria para tomar buenas decisiones.

A mis padres, quienes estuvieron pendientes de todos mis pasos, brindándome siempre consejos y apoyo en cada momento de mi vida.

A mi hija por ser el pilar muy importante de mi vida que sin su apoyo no hubiese podido alcanzar mi meta.

A mis hermanos, por confiar en mí y apoyarme proporcionándome esas ganas para no desmayar y luchar por lo que uno más anhela conseguir.

A mi Familia, por estar presentes en cada avance que he dado en la vida.

A mi amiga y compañera de tesis, por apoyarme con esfuerzo, dedicación y empeño en la realización de este proyecto.

A mi director de tesis Lcdo. Jorge Lozada quien con su experiencia y conocimiento guio toda la realización de este proyecto para culminarlo con éxito y a todas esas personas que de una u otra manera forma colaboraron en la realización del mismo, les hago saber mis más sinceros agradecimientos.

SYLVANA ALMEIDA RUIZ

AGRADECIMIENTO

A Dios,

Ser divino que me colma de bendiciones diarias y mostrándome su amor en cada cosa que me rodea me ha dado la energía para seguir mi camino y llegar a la meta, ser Licenciada en Periodismo.

A mis padres,

Ingenieros Civiles, Edith Vaque y Carlos Cornejo, profesionales que me han enseñado la responsabilidad al momento de realizar un proyecto. Gracias por la formación personal que hoy me permite llegar a mi primera meta como mujer.

A mis mamitas,

Margarita y Victoria, que me dejaron la mejor enseñanza para un ser humano; mientras caminemos de la mano de Dios, todo es posible. Gracias por su bendición desde el cielo, las amo.

A mis profesores,

Profesionales de calidad que compartieron sus conocimientos para impulsar el desarrollo de nuestra formación como Periodistas.

A mi compañera y amiga,

Sylvana Almeida Ruíz, quien ha sido mi respaldo en este proyecto de investigación y me ha brindado su sincera amistad.

A mi profesor, tutor y colega,

Licenciado Jorge Lozada, quien despertó en mí el entusiasmo por ser parte del periodismo televisivo. Gracias por sus enseñanzas y por poner a nuestra disposición su conocimiento para culminar con éxito este proyecto investigativo.

ANDREA VICTORIA CORNEJO VAQUE

ÍNDICE

Carátula	I
Certificación del Tutor	II
Declaración Autoría	III
Hoja de Calificaciones	IV
Dedicatoria	V
Agradecimiento	VII
Índice General	IX
Resumen	XII
Introducción	XIII

CAPÍTULO 1

1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

- 1.1 Descripción de la Situación Actual
- 1.2 Delimitación
- 1.3 Formulación del Problema
- 1.4 Justificación
- 1.5 Objetivos
 - 1.5.1 Objetivo General
 - 1.5.2 Objetivos Específicos

CAPÍTULO 2

2. MARCO TEÓRICO

- 2.1 Fundamentación del Problema
 - 2.1.1 Definición de Revista
 - 2.1.2 Reseña Histórica de la Revista
 - 2.1.3 Tipos de Revistas
 - 2.1.4 Revistas en Internet

- 2.1.5 Revista Impresa Vs. Revista Digital
- 2.1.6 Medios y Adulto Mayor
- 2.1.7 Fundamentación Comunicativa del Problema
- 2.1.8 Fundamentación Sociológica
- 2.2 Hipótesis y Variables
 - 2.2.1 Hipótesis General
 - 2.2.2 Hipótesis Específicas
 - 2.2.3 Variables

CAPÍTULO 3

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

- 3.1 Paradigma de Investigación
- 3.2 Tipo de Estudio
- 3.3 Población y Muestra
- 3.4 Técnicas de Recolección
 - 3.4.1 Observación
 - 3.4.2 Entrevista
 - 3.4.3 Encuesta

CAPÍTULO 4

4. ANÁLISIS INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

- 4.1 Tablas y Gráficos
- 4.2 Interpretaciones

CAPÍTULO 5

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CAPÍTULO 6

6. PROPUESTA

- 6.1 Título de la Propuesta
- 6.2 Justificación
- 6.3 Fundamentación
- 6.4 Objetivos
 - 6.4.1 Objetivo General
 - 6.4.2 Objetivos Específicos
- 6.5 Importancia
- 6.6 Ubicación Sectorial y Física
- 6.7 Factibilidad
 - 6.7.1 Factibilidad Económica
 - 6.7.2 Factibilidad Legal
- 6.8 Descripción de la Propuesta
 - 6.8.1 Slogan y Logo
 - 6.8.2 Descripción Editorial
 - 6.8.3 Actividades
 - 6.8.4 Recursos
 - 6.8.5 Cronograma
 - 6.8.6 Presupuesto
- 6.9 Impacto
- 6.10 Validación

BIBLIOGRAFÍA

REFERENCIAS ELECTRÓNICAS

ANEXOS

RESUMEN

En la ciudad de Guayaquil, principalmente en la zona norte de la ciudadela Atarazana, se puede observar un gran número de personas adultas mayores que desean conocer sobre actividades y lugares donde poder desarrollarse integralmente.

Esto motivó a las autoras del proyecto para realizar una investigación consensuada sobre la situación en que vive este grupo poblacional y desarrollar una propuesta acorde a sus necesidades.

El presente trabajo de investigación estará conformado por seis capítulos, en el que se analizará el impacto de los medios de comunicación impresos en la educación ciudadana del adulto mayor en la zona norte de la ciudadela Atarazana. El primer capítulo tratará la problemática identificada: ¿De qué manera afecta al adulto mayor de la zona norte de la ciudadela Atarazana la falta de información especializada?

En el capítulo dos se detalla la fundamentación teórica que abarca desde el antecedente histórico, la conceptualización, y análisis de la situación actual de la información que recibe el adulto mayor.

El capítulo tres comprende la descripción de la metodología y los instrumentos del levantamiento de información que se han aplicado.

En el capítulo cuatro se presentan los resultados de las encuestas, que compilaron criterios de los pobladores de la zona norte de la Ciudadela Atarazana. Estos resultados corroborarán la hipótesis planteada.

En el capítulo cinco se delinearán las conclusiones con sus respectivas recomendaciones.

Finalmente en el capítulo seis se desarrollará la propuesta, misma que será detallada por su solución.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, profesionales de diferentes áreas, entre ellas: informática, médica, y de construcción, cuentan con espacios comunicacionales especializados donde encuentran datos de su interés para desarrollar integralmente sus funciones.

También existen medios de comunicación para las madres, adolescentes, mujer emprendedora, bebés, niños en crecimiento, entre otros, pero tal parece que las empresas editoriales no están interesadas en brindar información focalizada en el adulto mayor.

Este grupo poblacional se encuentra en constante crecimiento y requiere mayor atención no solo de las personas más cercanas, sino también de aquellos que de una manera u otra pueden influir en un cambio sustancial para mejorar su calidad de vida.

En este trabajo investigativo se procurará establecer las necesidades del adulto mayor, y de las personas encargadas de su cuidado, con el único objetivo de incluir a estos individuos que en su momento fueron parte activa del crecimiento social y productivo del país.

CAPÍTULO I

1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN ACTUAL

La expresión tercera edad es un término antrópico-social que hace referencia a la población adulta mayor o de tercera edad. Este grupo está comprendido por personas jubiladas que tienen 65 años de edad o más, pasando por una etapa donde pueden disfrutar de lo que queda de la vida con mayor tranquilidad.

Las personas de la tercera edad han dejado de trabajar dando como resultado un decrecimiento en sus ingresos, lo que junto con los problemas de salud asociados a la edad pueden traer consecuencias en todos los ámbitos de su vida. Esta situación hace que los adultos mayores muchas veces sean considerados como un estorbo para sus familias y la sociedad, siendo relegados incluso por los medios de comunicación.

Las editoriales otorgan escuetos espacios de lectura que no abordan los suficientes temas de interés para este grupo poblacional que requiere más atención dentro y fuera de sus hogares.

Esta situación provoca un estado depresivo en estos seres que dieron lo mejor de sus vidas para sacar adelante la familia, que en su momento decidieron conformar para dejar un legado en la sociedad, que hoy se olvida de ellos, pero que necesita regresar la mirada para darse cuenta que las bases para su desarrollo están en el conocimiento de los ancianos, individuos con vastos conocimientos generales.



Fuente: Web Revista Hogar

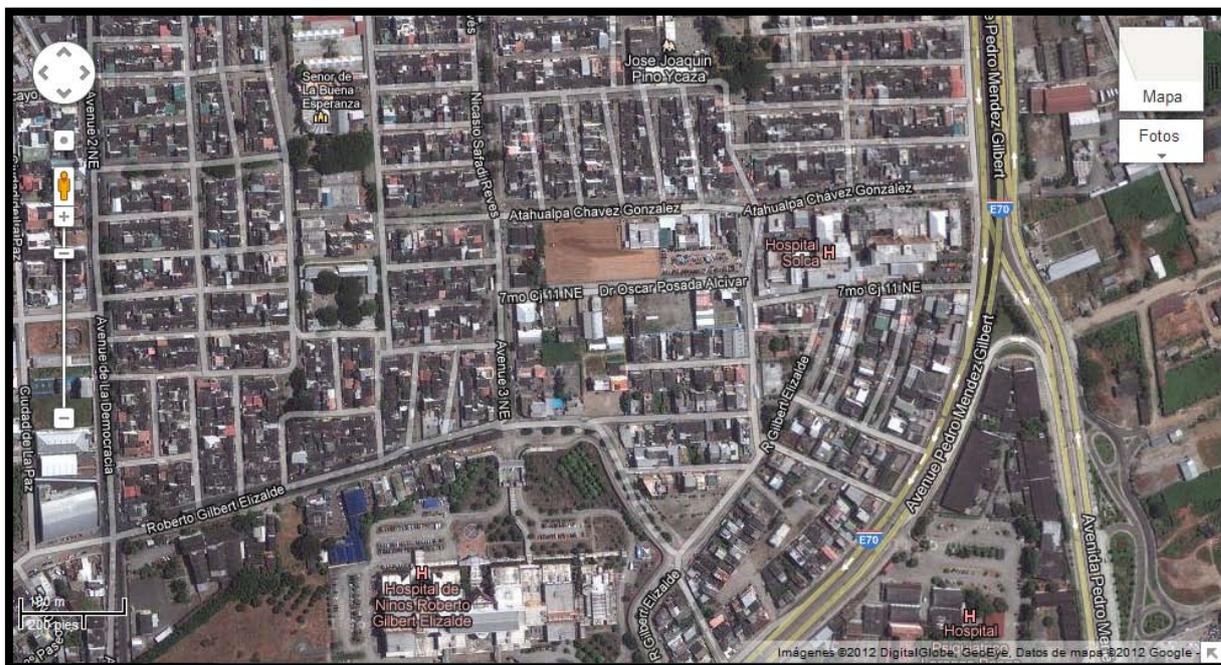
Imagen 1.- Muestra del escueto espacio para el adulto mayor en un medio tradicional.

Estas personas tienen muchas capacidades y se encuentran en busca de espacios para desarrollarlas, pero les resulta complicado obtener información de lugares que les ofrezcan actividades formativas y recreativas, porque los medios de comunicación tradicionales no publican de manera constante datos relacionados con la comunidad de la tercera edad.

1.2 DELIMITACIÓN

El presente trabajo de investigación se realizará en la zona norte de la ciudadela Atarazana, manzanas E1 a H6, donde habitan 80 personas de la tercera edad, que se han manifestado su inconformidad ante el trato de familiares y amigos, además

de la falta de información especializada en los medios de comunicación tradicionales.



Fuente: Google Maps

Imagen 2.- Mapa de la ciudadela Atarazana.

En la nueva Constitución ecuatoriana de 2008, capítulo tercero de los derechos de las personas y grupos de atención prioritaria, sección primera, se menciona que los adultos y adultas mayores recibirán atención prioritaria y especializada en los ámbitos público y privado, en especial en los campos de inclusión social y económica, y protección contra violencia.

A pesar de esto, en la zona norte de la ciudadela Atarazana, se perciben decenas de personas que se sienten relegadas por sus familias y medios de comunicación que no les dan un espacio representativo.

Los medios de comunicación tienen varias alternativas de lectura informativa, entre ellos revistas o periódicos dedicados a la mujer, bebés, salud, construcción, economía, diseño, alimentación, jóvenes, y demás; pero no existe nada dirigido para una parte importante de la sociedad, el adulto mayor.

Solo se habla de ellos para fechas especiales como el día del adulto mayor, el día del abuelo o navidad, pero sin llegar a ahondar en las problemáticas que los afectan, o lo que a ellos realmente les interesa y están buscando para desarrollar una vida plena.

Con lo que sucede en el hogar y fuera del mismo, se ha generado un sentimiento de olvido no solo por sus familiares sino también por los medios de comunicación que muestran cada vez más material por y para gente joven que tiene intereses distintos a los de un individuo de tercera edad, que busca datos sobre cómo sobrellevar alguna dolencia física o de actividades que les permitan sentirse útiles para la sociedad y su familia.

Por tanto, no se puede hacer caso omiso a la situación que viven nuestros adultos mayores de zona norte de la ciudadela Atarazana. No solo es cuestión de ofrecer charlas y desarrollar actividades informativas sobre cómo mejorar la relación con el adulto mayor, sino también de darlas a conocer de manera eficaz entre los interesados.

Es importante otorgar información especializada en afecciones médicas propias de los mayores de 65, actividades culturales dentro y fuera de la ciudad, sitios de interés para visitar, actividades religiosas, opciones de turismo, eventos sociales; y demás opciones que los ayuden a llevar con tranquilidad la última etapa de sus vidas.

1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

El problema de investigación para este proyecto se formulará en base al siguiente cuestionamiento:

¿De qué manera afecta al adulto mayor de la zona norte de la ciudadela Atarazana la falta de información especializada?

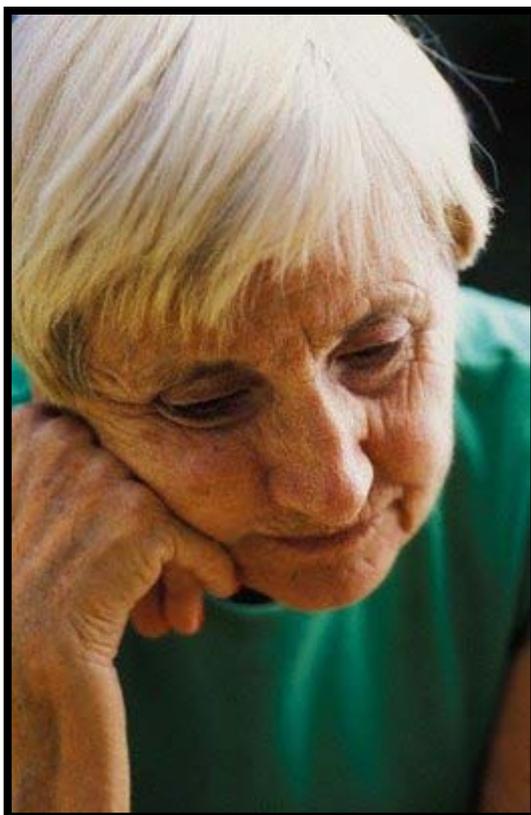
1.4 JUSTIFICACIÓN

La vida tiene un ciclo con varias etapas, siendo la adultez, de 65 años en adelante, la que requiere de mayores cuidados, no solo físicos sino también emocionales para que se desarrolle con tranquilidad, procurando que estas personas se sientan útiles dentro y fuera de su círculo familiar.

Para lograr la satisfacción, en todos los aspectos, de este grupo poblacional es necesario ofrecerles servicios de calidad con calidez en áreas de salud, vivienda, vestimenta, orientación familiar, y sobre todo información de las leyes que los protegen dentro y fuera del país.

Al conversar con un grupo de personas adultas mayores, habitantes de la zona norte de la ciudadela Atarazana, se puede percibir la necesidad de un espacio informativo donde encontrar temas relacionados a lo antes mencionado y además les ofrezca noticias económicas, políticas, comunitarias, pero sobre todo información de vital importancia para mantenerse siempre activos y saludables.

Agregan que si bien es cierto existen lugares destinados para su desarrollo integral, estos no son lo suficientemente difundidos por medios de comunicación masivos que tan solo dan a conocer productos varios y no servicios relacionados al adulto mayor.



Fuente: Andrea Cornejo

Imagen 3.- Habitante de la ciudadela Atarazana, triste por la situación que vive dentro y fuera del hogar.

Ante esta situación, los adultos mayores no pueden evitar sentirse relegados en sus hogares cuando solo se acuerdan de ellos para cuidar al nieto en las horas que trabaja la pareja o al necesitar una habitación disponible para el cuarto de estudio.

En los medios de comunicación la situación es similar cuando solo dan espacio a los ancianos en fechas específicas como el día del abuelo, el día del adulto mayor o

cuando se habla de alguna enfermedad que afecta mayormente a este sector de la población.

De esta manera se justifica el presente proyecto de investigación que no puede hacer oídos sordos a las peticiones de este grupo vulnerable de personas en la zona norte de la ciudadela Atarazana, que solo buscan tener un espacio informativo especializado que les permita sentirse incluidos en una sociedad que avanza cada más rápido sin mirar atrás y olvidando las raíces de su progreso.

1.5 OBJETIVOS

1.5.1 OBJETIVO GENERAL

Informar adecuadamente al adulto mayor de la zona norte de la ciudadela Atarazana con el propósito de incluirlo efectivamente en la sociedad.

1.5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Identificar las necesidades e intereses del adulto mayor en la zona norte de la ciudadela Atarazana.
- ✓ Conocer el entorno en que se desenvuelve el adulto mayor de este sector.
- ✓ Establecer fuentes y puntos de desarrollo para el adulto mayor.
- ✓ Promover la creación de medios comunicacionales especializados en el adulto mayor.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DEL PROBLEMA

2.1.1 DEFINICIÓN DE REVISTA

Una revista es una publicación de aparición periódica, a intervalos mayores a un día. A diferencia de los diarios o periódicos, orientados principalmente a ofrecer noticias de actualidad más o menos inmediata, las revistas ofrecen una segunda y más exhaustiva revisión de los sucesos, sea de interés general o sobre un tema más especializado. Típicamente están impresas en papel de mayor calidad, con una encuadernación más cuidada y una mayor superficie destinada a la gráfica.

El origen de las revistas se remonta al año 1663, cuando comenzó a editarse “Erbauliche Monats-Unterredungen” (“Discusiones mensuales edificantes”) en Alemania. En los años siguientes, Francia, Italia e Inglaterra también empezaron a editar distintos tipos de revistas.

Al igual que los periódicos, las revistas obtienen ingresos por la venta de ejemplares (es decir, lo que paga el lector para comprar la publicación), las suscripciones y las publicidades.

En la actualidad, existen revistas sobre una amplia variedad de temas y dirigidas a distintos tipos de público. Hay revistas infantiles, femeninas, para hombres, de

interés general, de espectáculos, deportivas, de análisis político, económico y humorístico, entre otras.

Por otra parte, la revista es un género teatral que combina música, baile y escenas de humor. Suelen incluir críticas políticas o de actualidad, y se caracterizan por la presencia de mujeres con poca ropa. Las figuras femeninas de la revista se conocen como vedettes.

Por último, cabe destacar que la expresión pasar revista hace referencia al ejercicio de una función de inspección o al examen detallado de una serie de cosas: “Vamos a pasar revista sobre los acontecimientos que llevaron a la renuncia del ministro”, “Debo pasar revista para encontrar dónde está la falla que nos ha costado miles de dólares”.



Fuente: Web

Imagen 4.- “Erbauliche Monats-Unterredungen” de Alemania, la primera revista.

2.1.2 RESEÑA HISTÓRICA DE LA REVISTA

Se puede partir como un inicio de la revista, la aparición de publicaciones periódicas que no fueran solamente informativas, en forma de almanaques; es que hayan incorporado a sus páginas una variedad de lecturas.

Las primeras revistas reunían una gran variedad de material que era de interés para los lectores. Una de las primeras fue una publicación alemana: “Erbauliche Monaths-Unterredungen” (Discusiones Mensuales Edificantes), que apareció entre los años 1663 y 1668.

Pronto fueron surgiendo (con cierta peridiocidad) más, en otros países de la misma Europa como: Francia, Inglaterra e Italia. Ya para la década de 1670 se dieron a conocer al público algunas revistas de contenido ligero (o de entretenimiento) y divertidas. La más conocida de todas ellas para esa época fue “Le Mercure Galant”, que se conoció en el año de 1672. Más tarde esta cambió de nombre a “Mercure de France”.

A comienzos de siglo XVIII Joseph Addison y Richard Steele crearon “The Tatler” (1709-1711), que se editaba tres veces por semana. La Enciclopedia Británica las define como: “una colección de textos (ensayos, artículos, reportajes, poemas), muchas veces ilustradas”.

La publicación de revistas se fue consolidando como actividad altamente rentable en todo el planeta a medida el tiempo transcurría y su consumo se volvía más diverso o hasta especializado. Ahora bien, es importante señalar que las revistas a pesar de ser tan especial, tuvieron un surgimiento similar al de los periódicos de noticias.

Hoy es uno de los medios escritos más vendido, diverso y consultado tanto por jóvenes como por adultos, mujeres, ancianos, científicos, profesionales o no; cuyo requisito mínimo de comprensión la hace un artículo de fácil uso y difusión.

2.1.3 TIPOS DE REVISTAS

En la actualidad se conocen muchos tipos de revistas, las cuales sirven a audiencias diversas desde infantiles hasta adultas. Entre los tipos de revistas se señalan las especializadas en algún tema en particular: cristianas, juveniles, para niños, para segmentos, o especializadas en cocina, deportes, o algún otro tema de interés, como lo son las revistas culturales, políticas, científicas o literarias.



Fuente: Web

Imagen 5.- Variedad de Revistas a nivel internacional.

Las revistas se clasifican en:

- ✓ Especializadas

- ✓ Informativas

- ✓ De entretenimiento

- ✓ Científicas

2.1.4 REVISTAS EN INTERNET

Este tipo de ediciones son comúnmente basadas en las ediciones publicadas en papel. La tecnología hace que estas revistas puedan tener diseños más atractivos así como múltiples funciones que ayudan a tener una mayor interacción con los lectores. Es una de las opciones desarrollada por la tecnología y forma parte de un nuevo periodismo.

Una de las revistas decanas en la web es La Guirnalda Polar (1996 a la fecha), en discusión con el grupo de Español Urgente, de la agencia de Noticias EFE, acuñó el término "redvista" para las publicaciones de este tipo en Internet.

En 2002, el grupo editorial Hachette Filipacchi comenzó con la digitalización de sus revistas. Tendencia a la que se unieron el resto de los principales grupos editoriales, como RBA Revistas, G+J, Grupo Zeta y la popular ¡HOLA!. Por ejemplo, Pronto

(revista) no tiene página en Internet a pesar de ser la más vendida en la historia de España.



Fuente: Página Web Revista HOLA

Imagen 6.- Revista ¡HOLA! de España, una de las pioneras en tener versión digital.

A medida que fue creciendo la penetración de internet en España, según Estudio General de Medios, las editoriales vieron la posibilidad de monetizar su audiencia mediante la inserción de publicidad en Internet y de acuerdos de comercio electrónico.

2.1.5 REVISTA IMPRESA VS REVISTA DIGITAL

Montserrat Martínez, Licenciada en Comunicación Gráfica, indica en su blog que las revistas, impresas o digitales, se utilizan como un medio de experimentación visual, gracias a los elementos diseñados para su estructura o retícula. Dado el desarrollo

de la tecnología, en la actualidad, son muy amplias las propuestas de diseño para este medio de comunicación. Ya que ha permitido la generación de nuevas tipografías, técnicas para editar imágenes y procesos de impresión. Sin embargo, las diferentes características del medio (papel o computadora) han creado divergencias para estructurar y abordar el contenido de las revistas. Por ejemplo, el uso del hipertexto y la integración de multimedia no sólo incrementan la carga semántica de un texto, sino que imponen una distinta forma de diseñar una revista.

De acuerdo con Owen William, en *Diseño de revistas*, se puede definir una revista impresa desde dos ámbitos: su periodicidad y la forma de diseñarla. El primero la define como aquella publicación periódica que, dadas sus circunstancias de temporalidad, es efímera, pero la información publicada presenta mayor durabilidad que la de un periódico. El segundo retoma los rasgos exclusivos que presenta el diseño de una revista; ya que su forma técnica se desarrolla entre la abstracción artística del diseñador, respecto al contenido de cada artículo, y la flexibilidad para jugar con una forma visual categórica –la retícula. Todo esto se manifiesta porque el principal objetivo de una revista es mantener, a través de su contenido y diseño editorial, una relación intelectual entre la revista y sus lectores. Por lo mismo, dicho diseño editorial –basado en una estructura constante– permite que cada una de sus páginas o secciones presente una interpretación propia del tratamiento gráfico sobre su contenido.

Por su lado, una revista digital se define como una publicación periódica (lo cual comparte las características con toda revista impresa) que es accesible en un formato electrónico. No obstante, como se dijo en un principio, de acuerdo con los rasgos del medio podemos decir que la única constante, en la forma como se diseña una revista digital, es que existen muchas maneras de generar su diseño.

La concepción del diseño de las revistas digitales ha retomado muchos de los principios utilizados en el diseño de las revistas impresas. No obstante, con el tiempo se han generado principios que solamente se aplican a las publicaciones digitales.

Como por ejemplo, las secciones de una revista digital deben tener el mismo estilo o tratamiento –situación que no pasa con lo impreso– para que así la navegación entre ellas no se vuelva confusa; esto debido a que en el diseño de interfaz se parte del principio de mantener el mismo estilo en toda la publicación para que el usuario no se sienta extraviado mientras navega.

Por otro lado, tenemos revistas digitales que utilizan la multimedia para presentar sus contenidos, como es el caso de la revista Moho, publicación mexicana, –que por el tratamiento reticular es una de mis revistas impresas favoritas. Sin embargo, su versión en línea mantiene una sola estructura y tiene una navegación un poco confusa, aunque no desagrada por los efectos de animación.

Otro ejemplo son aquellas publicaciones que usan al máximo la animación para sus contenidos como FlashTV. En caso contrario, existen revistas que la versión en línea está hecha de las imágenes de la revista impresa en jpg o pdf como Colors de Benetton, aunque usa un poco de video y animaciones en el home. Hay otras que tratan de mantener un parecido al formato impreso, el estilo flip page –como es el caso de la versión facsimilar de Revista de Libros– o que combinan este formato con multimedia y así en cada página despliegan animaciones y videos como la revista Spyker.



Fuente: Página Web Revista Spyker

Imagen 7.- Ejemplo de revista digital en Europa, Spyker.

En cierto modo el objetivo de ambos formatos (impresa o digital) es utilizar al máximo los recursos y materiales para ejercer una comunicación clara entre los contenidos de la revista y una gama muy definida los lectores. Sin embargo, existen diferencias que se toman en cuenta antes de diseñar una revista digital. Como es la forma de organizar la información, la navegación y sobretodo en el tratamiento y manejo de la información. Es por eso, que existen diferencias en la presentación y el diseño.

Aun así, existe una serie de pasos en el proceso de estructuración que tiene el mismo orden creativo que una revista impresa. No obstante, los rasgos específicos de una revista digital son el tratamiento de la información, textual y visual, a partir de las posibilidades interactivas de los dispositivos digitales (como animaciones, video y sonido); el poder usar un número ilimitado de colores y la nula restricción para su difusión en línea. Ya que estos elementos no los puede ofrecer el medio impreso y, por lo tanto, es claro que debe cambiar su estructura y diseño, así como de su comunicación.

Por último, Martínez, indica que es claro que ambos formatos (digital e impreso) han desarrollado lenguajes propios y que no pueden compararse tal cual entre sí, ya que cada uno cumple diversas funciones. Sus diferencias hacen que al momento de diseñarlas el proceso creativo juegue con elementos disímiles y, por lo mismo, funcionen con distintas reglas al momento de enfrentarse con el lector. Si bien comparten la periodicidad y el nombre de revistas, hay que decir que como medios de información generan muy distintas relaciones con su lector. Por lo mismo, un asiduo lector de revistas impresas no precisamente será un asiduo lector de revistas digitales y viceversa.

2.1.6 MEDIOS Y ADULTO MAYOR

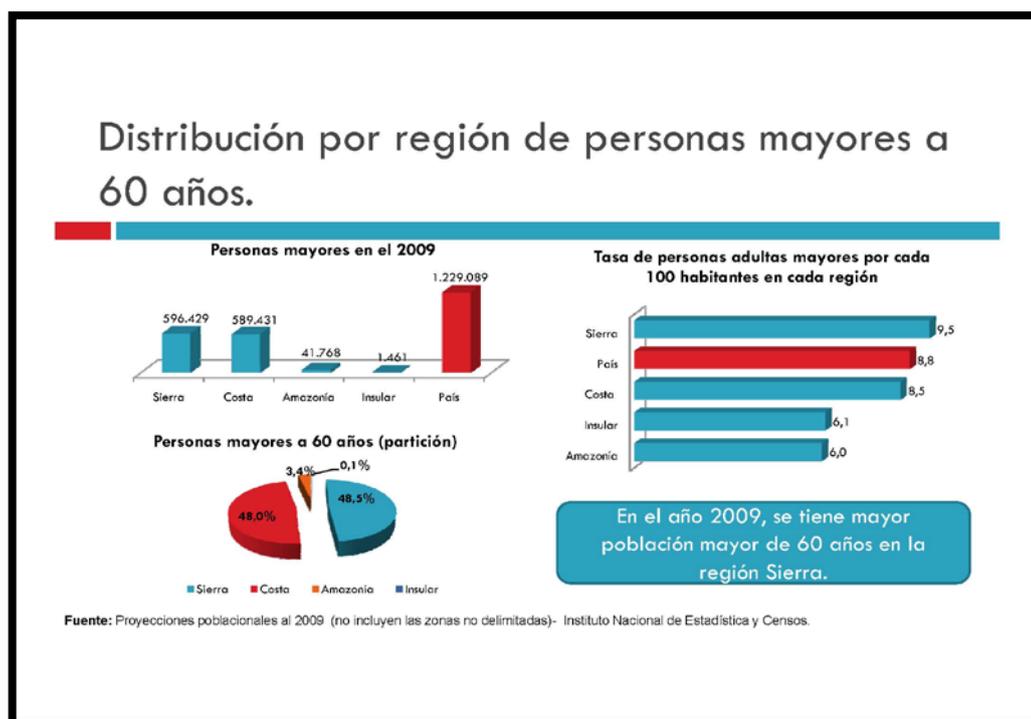
El Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) en su censo realizado en el año 2009, señala que en el Ecuador hay 1'229.089 adultos mayores, que en su mayoría reside en la sierra del país con 596.429 personas, seguido de la costa que tiene 589.431 individuos mayores de 60 años. El 53,4% son mujeres que se encuentran en un rango entre 60 y 65 años de edad.

Los datos del INEC revelan que el 28% indica que se siente desamparado, que su vida está vacía o que algo malo le puede suceder; y en el tema de salud señalan que las enfermedades más recurrentes en este grupo poblacional dentro del área urbana son: osteoporosis (19%), diabetes (13%), problemas del corazón (13%) y edades pulmonares (8%).

En el ámbito de educación y trabajo el Instituto Ecuatoriano de Estadísticas y Censos, indica que el 42% no trabaja y su nivel de educación es primario. Los hombres desean trabajar, pero en un 50% han dejado de hacerlo por problemas de salud, 23% por jubilación y un 8% porque su familia no quiere que trabaje.

Esta situación incrementa el sentimiento de relegado en la sociedad debido a su edad, que según muchos manifiestan, no es impedimento para realizar labores cotidianas o colaborar en actividades que los más jóvenes no están dispuestos a realizar.

Esto es corroborado por la página web, Palabra Mayor, que es un proyecto ecuatoriano en desarrollo. El administrador del interfaz indica en un artículo por el día del adulto mayor, que el Gobierno actual está trabajando más por este grupo poblacional, pero otros sectores de atención y comunicación solo recuerdan a estas personas en fechas conmemorativas.



Fuente: INEC

Imagen 8.- Estadísticas del INEC sobre el número de personas mayores a 60 años en casa región del País.

Además menciona que actualmente estas personas son motivo de reportajes, entrevistas, caminatas, análisis sobre su situación de desamparo, y demás temas generales, convirtiéndose en parte de las agendas de los medios de comunicación, pero hace falta un verdadero espacio de información que esté enfocado en actividades y programas de atención para este sector.



Fuente: Página Web Palabra Mayor

Imagen 9.- Proyecto web, Palabra Mayor, que a finales en mayo ofreció su primer número web con 16 páginas digitales.

Agrega que existen suplementos comerciales, que circulan con determinados periódicos, donde los mayores encuentran consejos sobre nutrición y cuidados, pero que también están repletos de publicidad para que sean “felices” porque existe un pegamento para sus dentaduras y cuentan con un producto para que la incontinencia no sea un problema que incomode sus vidas.

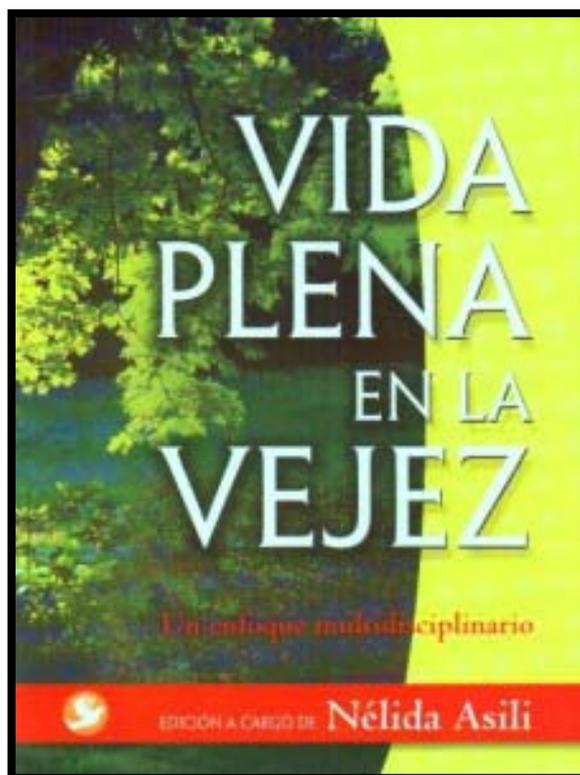
Y esto no es lo que ellos necesitan; lo que en realidad requieren es información especializada que esté avalada por profesionales con amplios conocimientos en personas mayores y que los productos para llevar una vida plena no ocupen un espacio relevante dentro del medio informativo.

Destacan que los adultos mayores son individuos productivos, soñadores y con experiencia acumulada, que tienen como objetivo dejar sus valores en la nueva generación que pronto llegará a los 65 años, teniendo que pasar por lo mismo que ahora viven los ancianos. Esto debe ser resaltado en un espacio informativo para este sector poblacional.

Además, según dice el Dr. Claude B. Blauin, en su libro Enciclopedia Médica Familiar, el envejecimiento es algo que comienza desde la primera infancia, y nos llega a todos a partir de los treinta años. Llegar a la tercera edad significa el cese de toda actividad profesional y el estatus de jubilación, pero no puede estar marcado con el sello de la fatalidad de la vejez, pues tiene su función en la sociedad aunque se haya desconectado de la noción de productividad.

De la misma manera, Nélide Asili, editora del libro Vida Plena en la Vejez, indica que la vida es un sendero por el cual caminamos todos (...) la adultez representa un estado de culminación y un proceso de desarrollo. El adulto es alguien que ha avanzado mucho, dedicándose al desarrollo pleno de su humanidad.

Por su parte, René González, participante del libro Vida Plena en la Vejez, manifiesta que la variable que más ha afectado a la vejez hoy día es el constante cambio que la sociedad maneja y que debido a la crisis económica de México y el mundo, repercute y modifica de manera sustancial los estatus socioeconómicos en los que vive la vejez.



Fuente: Andrea Cornejo

Imagen 10.- Portada del libro Vida Plena en la Vejez.

Los procesos tecnológicos y científicos han modificado otras muchas variables que inciden en la mejor calidad de vida del adulto mayor y le aseguran un incremento en la posibilidad de vida. Estas variables le brindan un nuevo horizonte de esperanza de vida, que antaño no podía contemplar la vejez.

Actualmente a las personas mayores se las observa diferente y acorde con las posibilidades de cada persona; así el hombre viejo puede hacer cosas que antes eran inimaginables, como transportarse a lugares a los que por su edad era imposible acceder y que los medios de comunicación actuales le lleguen cómodamente y sin fatiga.

Haciendo referencia a la relación de la sociedad y el adulto mayor, González manifiesta que es obvio que en la sociedad siempre han existido ancianos y que los comportamientos han variado con el transcurso del tiempo. En la actualidad, las personas de la tercera edad desempeñan un gran papel en diferentes centros de interés.

2.1.7 FUNDAMENTACIÓN COMUNICATIVA DEL PROBLEMA

Los medios de comunicación segmentados son aquellos que se dirigen a un grupo de ciudadanos determinados (televidentes, oyentes o lectores) a quienes los une un interés común, y para ello tratan diversos aspectos de un tema general, según indica el periodista profesional, Fausto Lara.

“Esta clase de medios, aquellos dirigidos a un mercado o público específico, siempre son una buena opción, pues cubren un espacio de información que los medios nacionales no satisfacen, debido a su característica general”.

Agrega que en nuestro país hay varios medios de comunicación segmentados. Revistas especializadas de pesca, seguros, deportes, medicina, mujer, niños, etcétera; espacios radiales que hablan de política, de orientación familiar y más; y canales de televisión especializados (aunque esto pasa más en canales locales y no de alcance nacional).

Pero a pesar de contar con una amplia variedad de medios especializados en diversos temas de interés, no se conoce de un medio escrito, programa radial o televisivo, y menos un espacio web, que cubra el área de los adultos mayores, un grupo poblacional que ha manifestado el deseo e interés de contar con un medio de comunicación que les brinde información especializada.



Fuente: Andrea Cornejo

Imagen 11.- Revistas especializadas en mujer, padres y jóvenes de Guayaquil.

Por su parte el Lcdo. Alejandro Álvarez, Jefe de Redacción del Sistema Oficial de Información El Ciudadano, considera que los medios de comunicación tradicional mantienen una deuda histórica con las personas de la tercera edad, mal llamados adultos mayores (estamos redundando al hablar con dos palabras sinónimo).

“No existen espacios adecuados en las plataformas comunicacionales donde se aborde el tema de los ancianos, se los invisibiliza al considerarlos no productivos olvidando que como seres humanos necesitan la atención adecuada y oportuna para de esta forma poder ayudarlos a suplir sus necesidades o requerimientos”.

Además agrega que esta situación afecta sustancialmente a este grupo poblacional, porque si bien es cierto las personas de la tercera edad han dejado de ser parte productiva del país, más cierto es que no por eso deben ser invisibilizados de tal manera que incluso este rechazo generalizado u olvido mediático afecta a su desempeño funcional y emocional.

La invisibilización, como lo describe Álvarez, es muy notoria en las calles de Guayaquil, donde se observan kioscos de revistas y periódicos, con publicaciones para mujeres, niños, adolescentes y profesionales, pero nada para los adultos mayores, que deben conformarse con leer las noticias de los diarios.

Lo mismo sucede en los kioscos móviles en las calles de la ciudad o en los supermercados y locales comerciales, que copan sus estantes de libros y revistas, que tienen supermodelos, bebés hermosos, artistas de moda, políticos, deportistas, pero nada que sea de un verdadero interés para los mayores de la familia.

Y es que esta realidad es muy normal y aceptada en nuestro país, donde al adulto mayor se lo utiliza para resaltar la labor de un personaje público o para llenar un espacio de fin de semana en algún medio escrito.



Fuente: Andrea Cornejo

Imagen 12.- Puesto de periódicos y revistas ubicado en centro de Guayaquil, Av. 9 de Octubre y Boyacá.

Al contrario de otros países, que siendo vecinos, tienen otra visión de lo que representa el adulto mayor en la sociedad. Conocen y destacan lo importante que ha sido la labor de estas personas, que en su momento fueron parte activa de la producción local y nacional.

Tenemos el ejemplo de México, Argentina y Chile, que no solo les dan espacio en los medios comunicacionales, sino también en partidos políticos que les ofrecen ser parte activa de la sociedad.

En estos países cuentan con medios de comunicación impresos, televisivos, programas radiales y medios web que tienen por objeto brindar información de calidad a los adultos mayores.

Esto es posible según, Alexandra Pacheco, Relacionista Pública, porque “la formación en esos países es diferente, tienen otro nivel educativo que permite contar con adultos mayores conocedores de sus derechos y de la tecnología para informarse de lo que necesitan”.

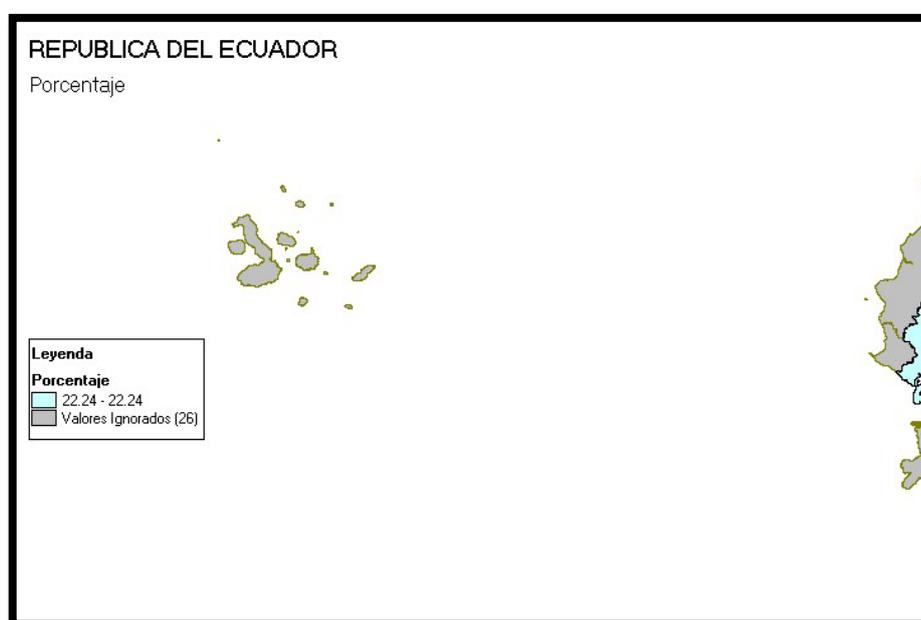


Fuente: Web

Imagen 13.- En países vecinos como Chile y Argentina, los adultos mayores reciben formación en computación.

Menciona que en nuestro país es complicado ofrecer un programa televisivo porque, “simplemente es un espacio acaparado por los jóvenes y mujeres de la casa; no tendría el rating necesario para continuar al aire”.

En lo referente a un espacio web, comenta que solo estaría al alcance de personas con un nivel socioeconómico medio alto y alto, que es el grupo poblacional con las posibilidades para tener una computadora y acceso a internet, además de tener conocimientos web que les permita contar con un correo electrónico, perfil en redes sociales y demás opciones actuales que ofrecen información ágil y rápida sobre temas de su interés.



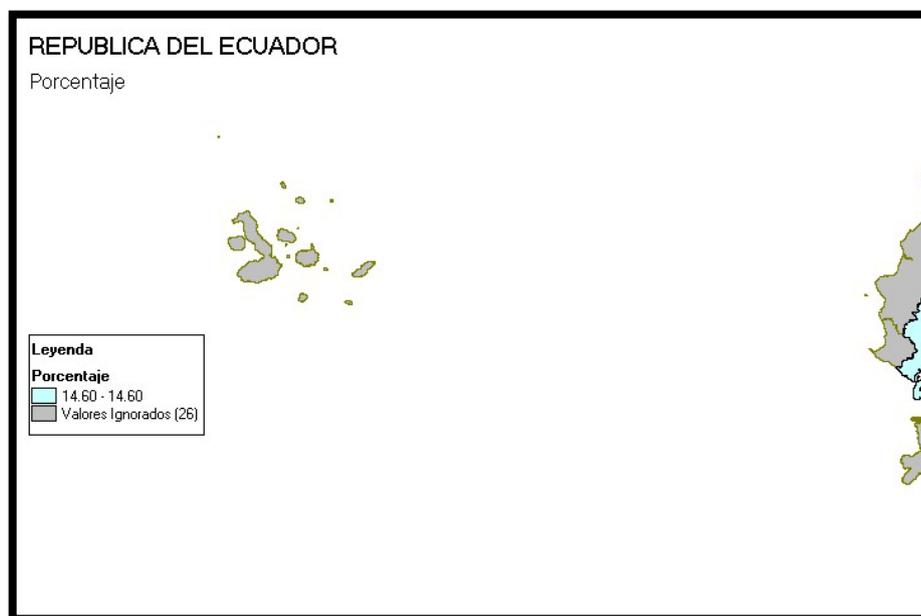
Fuente: INEC

Imagen 14.- Solo un 22.24% de personas en Guayas poseen una computadora.

Habiendo conocido esto; al referirse a la mejor opción para desarrollar un medio de comunicación especializado en el adulto mayor de Guayaquil, profesionales en periodismo indican que lo mejor es un periódico o revista, que puede ser complementado con un programa radial.

Álvarez menciona que existen estudios sobre las personas de la tercera edad y en ellos destacan que esta población encuentra mayor satisfacción en la lectura, “por lo

cual me inclinaría a un medio impreso que llegue y satisfaga sus necesidades y en el cual puedan visibilizarse”.



Fuente: INEC

Imagen 15.- El 14.60% de personas en Guayas disponen de internet.

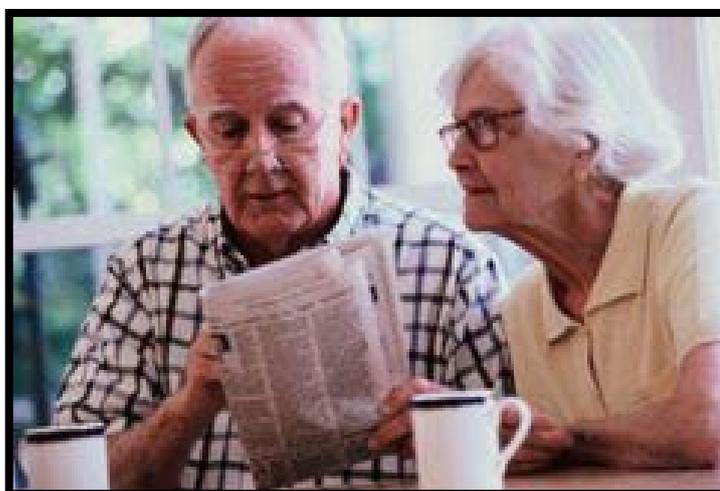
De la misma manera, Henry Ortiz, periodista de diario El Telégrafo, menciona que una revista es una excelente opción porque las personas de la tercera edad son asiduos lectores que buscan información sobre actividades que pueden desarrollar en diferentes sitios de la ciudad de Guayaquil.

Además agrega que una alternativa ideal, es hacer un periódico semanal donde se ofrezca no solo información relacionada al adulto mayor sino también se muestre la situación actual a nivel nacional e internacional, dándoles una visión más abierta de las cosas que suceden a su alrededor.

En el caso de una revista mensual, vale destacar que se tendría mayor tiempo de edición logrando recolectar mayor información de interés para las personas mayores

de 65 años. Además existe un gran potencial, pues en la actualidad las empresas están creando productos especiales para las personas de la tercera edad: pañales, viajes, autos y hasta seguros médicos.

Un claro ejemplo a nivel internacional, es la revista mexicana, Letra Plateada, que busca dar a conocer las leyes que protegen al adulto mayor y que este grupo poblacional sea parte activa de la revista participando con sus historias de vida.



Fuente: Web

Imagen 16.- Adultos mayores disfrutan más de la lectura que de otra actividad.

El objetivo de este medio comunicacional es hacer visible la cultura de la vejez y difundir los derechos plenos de los adultos mayores, repartiendo en los hogares la revista Letra Plateada por parte del Gobierno del Distrito Federal.

La publicación se especializa en los temas relativos a la problemática de salud, nutrición, pensiones, transporte, asuntos jurídicos y tópicos e historias de vida de las personas de la tercera edad.

La directora general del Instituto, Rosa Icela Rodríguez, explicó que esta revista, pionera en su tipo, es un elemento más para hacer del conocimiento de los adultos mayores las leyes que los amparan, protegen y sobre todo las obligaciones que cada parte de la sociedad tienen para con ellos, así como todos y cada uno de los programas y servicios que el Gobierno mexicano les ofrece.

La revista abre las puertas para que los adultos mayores participen con sus historias de vida, anécdotas, comentarios, sugerencias y opiniones diversas. Pero además pone a su disposición entrevistas, reportajes, crónicas y notas informativas referentes a las actividades que realiza el Instituto en materia de salud, procuración de justicia, asuntos jurídicos, culturales, artísticos, entre otros, explicó.

El número 1 de la revista tuvo un tiraje de 250 mil ejemplares, los cuales fueron entregados a los derechohabientes de la pensión alimentaria.

Su distribución busca contribuir al mejoramiento integral de las condiciones de vida y bienestar de la población adulta mayor, a multiplicar una cultura de respeto a los derechos humanos y no discriminación de las personas adultas mayores. Lo que en síntesis significa promover que los adultos mayores logren tener una vejez digna.

Rodríguez confía en que este instrumento de comunicación ayude a que los adultos mayores se apropien de conocimientos que les permitan acceder a una mejor calidad de vida, más enriquecedora, gratificante y plena, involucrando a la familia y a la comunidad en este proceso.

Agrega que dicha revista, pionera en su tipo, es un elemento más para hacer del conocimiento de los adultos mayores las leyes que los amparan, protegen y las obligaciones que la sociedad tiene con ellos.

Por otra parte es importante destacar que en otros países no solo existen medios de comunicación impresos sino también espacios en las redes sociales y páginas web.

Es así que revisando publicaciones multimedia, se ha podido determinar que hace aproximadamente tres o cuatro años, las redes sociales Facebook y Twitter, y blogs con temas de actualidad para el adulto mayor son un campo ampliamente explotado para mantener informadas a estas personas.

En las redes es fácil encontrar grupos sociales preocupados por brindarles información de calidad a estas personas que representan parte importante de la sociedad. En Facebook tenemos grupos y organizaciones como: Adultos Mayores Colima, Adultos Mayores Proactivos y Profesionales, Alfabetización Digital para Adultos Mayores, Informática para Adultos Mayores; espacios que publican información de interés y mensajes de aliento para llevar con dignidad el día a día.

Pero en twitter es donde se han creando espacios de ayuda, información, trabajo y medicina para los mayores.

Es así que encontramos espacios como: @sermayores, @solomayores, @trabajo3edad, @VidaAbuelo, @amigosdemayores, @abueloactual, @adultomayorperu, @clubadultomayor, entre otros que facilitan datos interesantes, noticias, tips, opciones de voluntariado y empleo, y demás información relevante para el adulto mayor actual.

@SoloMayores, es el twitter oficial del blog solomayores.net de España donde publican noticias actuales referente a familia, viajes, ocio, diversión, amor. El blog de la actualidad senior cuenta con un directorio de geriatría con información de

profesionales, una tienda virtual donde los adultos encuentran todo para una vida plena, y foros dirigidos a cuidadores familiares, profesionales geriátricos y seniors, donde interrelacionan con expertos en temas de mayores.

@revistaSERMayor, muestra información para las personas que se dedican al cuidado de personas en plenitud o adulto mayores de México. Además de dar a conocer cursos, también destacan artículos que han sido publicados en su revista impresa y su versión web en www.sermayor.com.mx

SER Mayor es una revista especializada, novedosa y única dirigida a todas aquellas personas que voluntaria o profesionalmente están encargadas del cuidado de uno o más adultos en plenitud.

Su misión es contribuir a la mejora de la calidad de vida de los adultos en plenitud y sus cuidadores a través de la difusión de conocimiento especializado; ser una herramienta integral que cubra las expectativas y necesidades de información de los cuidadores voluntarios y profesionales de adultos en plenitud; impulsar el desarrollo de recursos humanos especializados y fomentar un mercado de atención social y sanitaria alrededor del adulto en plenitud y sus cuidadores; desarrollar una cultura de respeto y dignificación de la población adulta en plenitud.

@a_adulto_mayor, es un sitio creado para ofrecer alternativas de entretenimiento, aprendizaje y relajación para los adultos mayores que viven en Santiago de Chile, cuentan con página web, www.actividadesadultomayor.com.

Tienen como principal objetivo entregar un servicio de calidad, con variadas opciones que permitan mantener un estado de salud óptimo, una vida activa, y así mismo, fortalecer el crecimiento intelectual de quienes visitan su sitio web y son parte de la red social.

@Clinica_geria, que es el espacio interactivo de la clínica geriátrica de México, especializada en atender al adulto mayor y la única que cuenta con el concepto de atención biopsicosocial.

En este espacio se informa sobre las enfermedades que afectan mayormente a este grupo poblacional y se ofrecen consejos prácticos para el diario vivir de estas personas que necesitan mayores cuidados por parte de la familia y amigos.



Fuente: Red Social Twitter.

Imagen 17.- Portada de la página clínica Geriátrica en México en Twitter.

@amigosdemayores, es una organización de voluntariado con el objetivo de paliar la soledad, el aislamiento y las carencias afectivas de las personas mayores que viven solas en Madrid.

En su twitter además de mencionar datos sobre buenas prácticas para envejecimiento y pedir ayuda de personas que deseen ser voluntarios, muestran información interesante sobre las enfermedades que afectan mayoritariamente a los adultos mayores.



Fuente: Web

Imagen 18.- Los amigos de mayores son voluntarios que brindan atención desinteresada a este grupo poblacional.

También cuentan con una página web, www.amigosdelosmayores.org, donde se pueden realizar donaciones o hacerse voluntario para ayudar en las actividades de sensibilización y acompañamiento.

Manifiestan que su principal misión es mejorar la calidad de vida de las personas mayores con actividades como:

- Tertulias a domicilio: actividad en la que un grupo de tres/cuatro voluntarios realiza visitas al domicilio de las personas mayores que están a la espera de recibir la visita semanal de un voluntario.
- Encuentros en el local: actividad que se organiza cada quince días. Es una invitación a los mayores que acompañan para que disfruten, charlando y tomando algo con otras personas mayores y otros voluntarios. Un grupo de voluntarios se encarga exclusivamente de organizar esta actividad y la animación de la misma. Para los mayores que no puedan desplazarse se les facilita el transporte.
- Fiesta de Navidad: una época del año emotiva en la que más se echa de menos la falta de compañía y de cariño. Por ello, se propone a los mayores y voluntarios celebrar estos momentos juntos con una gran fiesta.
- Fiesta de San Isidro: para celebrar la llegada de la primavera y el día del patrón de Madrid, organizan una fiesta en la que los mayores y los voluntarios disfrutan de una buena merienda con música de fondo (y algún baile que otro).
- Salidas de un día: durante el verano se organizan salidas con los mayores a museos, terrazas, excursiones, etc. con el fin de aprovechar las buenas temperaturas y potenciar el contacto con el exterior así como la relación con los voluntarios y las otras personas mayores.
- Vacaciones de verano: unos días fuera de la ciudad para convivir con otros mayores y voluntarios de todas las edades y disfrutar de unas buenas vacaciones en compañía. Con esta actividad buscan que la persona mayor salga de su aislamiento y comparta momentos del día como las comidas,

paseos o juegos con otros mayores y voluntarios, creándose espacios y momentos favorecedores de intercambios intergeneracionales.

En cuanto a la sensibilización de la población con este grupo de personas, cuentan con campañas y eventos organizados por voluntarios de la organización. Entre esas actividades constan:

- Día Internacional de las Personas Mayores: “Stop Soledad”

Bajo el lema “Stop soledad: Sociedad en construcción”, el Día Internacional de las personas mayores (1 de octubre), Amigos de los Mayores organizó un encuentro festivo para rendir homenaje a las personas mayores con el reparto de más de 500 flores. Esta iniciativa, que se llevó a cabo en coordinación con otras delegaciones europeas, ha logrado unir a más de 13.000 voluntarios que trabajan para paliar la soledad y el aislamiento de las personas mayores.

- Blog sobre Grandes Mujeres

Con motivo del día internacional de la mujer (8 de marzo) realizan cada año distintas actividades intergeneracionales dirigidas a recoger y visibilizar testimonios de mujeres mayores. Este año un grupo de alumnos y alumnas de un colegio han colaborado en la realización de entrevistas y redacción de historias de vida que se publicarán en el Blog sobre Grandes Mujeres.

- Concurso de fotografía “La diversidad de las personas mayores”

La primera edición del concurso fotográfico “La diversidad de las personas mayores”, enmarcado en la campaña 2010 de voluntariado de la Fundación Nelson Mandela, tenía el objetivo de sensibilizar sobre la situación de las personas mayores y cambiar los estereotipos que existen sobre ellas. Por ello, la propuesta consistió en convocar a las personas a participar en un concurso para crear, gracias a la fotografía, algunas imágenes nuevas que revelen la diversidad de las personas mayores.

Otro espacio internacional y que también se encuentra en la web para informar no solo de sus actividades sino dar datos de importancia para los adultos mayores es la Red Latinoamericana de Gerontología (RLG).



Fuente: Web Red Latinoamericana de Gerontología

Imagen 19.- Web de la Red Latinoamericana de Gerontología donde se presentan notas de varios países, entre ellos Ecuador.

La RLG es una organización de la sociedad civil, sin fines de lucro, con carácter pluralista, que trabaja a favor de las personas adultas mayores y por una valoración positiva del envejecimiento.

Conformada como red virtual, se creó durante el Año Internacional de las Personas Mayores, en mayo de 1999, en Montevideo, Uruguay, con el apoyo de Cáritas Alemana y el respaldo de Cáritas Uruguay, para ser una red abierta, sin restricciones de credos religiosos ni de posturas ideológicas.

Sus orígenes se remontan al año 1996, cuando instituciones que, con la cooperación de Cáritas Alemana, trabajaban en la promoción de las personas adultas mayores, se reunieron en Madruga, Cuba, para imaginar mejores formas de intercambio de experiencias, capacitación y formación.

A partir del año 2004, la Red Latinoamericana de Gerontología cuenta con el patrocinio de Cáritas Chile y forma parte del Programa Regional del Adulto Mayor de Cáritas (PRAM) que ejecuta el Proyecto “Trabajo Social a Favor de los Adultos Mayores en América Latina y el Caribe”. Son parte integrante del PRAM: Cáritas Cubana, Cáritas Chile, Fundación Cáritas para el Bienestar del Adulto Mayor-México DF, Cáritas Perú, Red Latinoamericana de Gerontología y Cáritas Alemana.

Sus principales objetivos son:

- ✓ Ser un enlace entre la teoría gerontológica actualizada y su aplicación a las diferentes realidades locales.

- ✓ Aumentar el intercambio y la participación activa de todos los interesados.

- ✓ Ser un centro de referencia, de capacitación, formación y contacto.

2.1.8 FUNDAMENTACIÓN SOCIOLÓGICA

Los espacios para el adulto mayor no solo ofrecen un tratamiento adecuado de enfermedades y actividades que colaboren al crecimiento de estas personas, sino también de las oportunidades que pueden tener para seguir siendo parte activa de la economía y política en su país.

Es así que existe la cuenta Trabajo Tercera Edad, @trabajo3edad, que es la primera bolsa de empleo y consultora especializada en personas mayores de 50 años y tercera edad en Chile.

Ellos también cuentan con una web, <http://www.trabajoterceraedad.cl>, que tiene como principal objetivo colaborar para que los adultos puedan retomar o iniciar actividades productivas que contribuyan a su propio desarrollo y al enriquecimiento del capital humano de pequeñas, medianas y grandes organizaciones.

Además buscan facilitar el encuentro entre mayores y jóvenes, y de esta forma potenciar y enriquecer los lugares de trabajo de las organizaciones dispuestas a romper con los estereotipos y paradigmas que asocian el desempeño laboral con la edad de las personas.

Así también encontramos @CelebrateAging de Madrid que es una empresa social en busca de ayuda a personas mayores jubiladas, a punto de hacerlo o en paro (desempleo) a crear experiencias únicas con el talento y pasión acumulada a lo largo de su vida.

Ofrece un marketplace (plaza de mercado) donde los adultos mayores viven experiencias únicas con el talento y pasión acumulada a lo largo de tu vida y ganar dinero haciendo lo que más les gusta.

También existe un partido político, PDMA, Partido de los Mayores y Autónomos de Madrid, que desde finales del 2007, gracias al ciudadano radicado en Cataluña, Mario Turu, y su llamamiento a ciudadanos “mayores” quieran implicarse en la constitución de un partido político en defensa primordialmente de las personas de la tercera edad, constituye el denominado partido “Acción Política de la Tercera Edad”.



Fuente: Página en Red Social, Twitter.

Imagen 20.- Imagen representativa del Partido Chileno Adulto Mayor.

En el 2008, considerando que los estatutos del nuevo partido no son suficientemente democráticos, se reúnen en enero unas cuantas personas, inicialmente atraídos por la idea y acuerdan constituir un nuevo partido político, bajo el nombre de Partido de los Mayores (PDMA).

Este partido pasó su primera prueba en el 2011 presentándose en las elecciones municipales y autonómicas del 22 de Mayo por las circunscripciones de Madrid, Valencia y Algeciras. Con una campaña de 0 euros, y listas completas, obtiene entre las tres una suma de 1.562 votos.

Otra de las formas en que se puede brindar información y atención de calidad para este grupo poblacional son las fundaciones, clubes, centros gerontológicos e instituciones especializadas.

Entre esos establecimientos encontramos al Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS), que cuenta con un club de adultos mayores, donde se desarrollan actividades recreacionales y salud que aportan al bienestar de estos individuos.

Una de las actividades más importantes es la organización de grupos para realizar deportes en áreas verdes de la ciudad, como el parque de la Ferroviaria donde se reúnen hombres y mujeres de la tercera edad para ejercitarse.

“Tener un espacio donde hacer ejercicios con una persona que se preocupa de mantenernos activos y saludables es muy importante para nosotros, porque hemos dejado de trabajar y necesitamos sentir que aún podemos desarrollar actividades extracurriculares”, dice doña Alicia, una de las 35 personas que acuden diariamente al parque de la ciudadela Ferroviaria.

Además el IESS, cuenta con un centro gerontológico, ubicado en Luque y Av. Del Ejército, donde organizan viajes de confraternidad dentro y fuera del país como una actividad de recreación y relajación para los adultos mayores.

Estos paseos contribuyen a una integración social y familiar, porque sus parientes pueden acompañarlos, según indica un reportaje publicado por diario El Universo de Guayaquil.

Otras actividades que realizan en este centro son: bailoterapia, pintura, gimnasia para diabéticos e hipertensos, neuropsicoestimulación y manualidades, con el objetivo que los adultos aprendan a manejar sus enfermedades y sean útiles consigo mismos y quienes los rodean.



Fuente: Andrea Cornejo.

Imagen 21.- Adultos mayores de fundación Guayaquil Tercera Edad, disfrutan de bailoterapia.

De la misma manera la universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil, brinda un espacio al adulto mayor con la Escuela de Docencia y Vida en la Tercera Edad, donde realizan actividades de danza, folklore y arte.

Las clases se desarrollan entre los meses de mayo y diciembre de 8 a 10 de la mañana, donde los inscritos disfrutan de compartir en un ambiente ameno de diferentes programas que buscan mejorar su calidad de vida en lo físico y espiritual.

Teresa de Montenegro, una de las beneficiadas, comenta que ser parte de este espacio ha sido vital para mantenerse saludable y sentirse útil. Desde que me jubilé como maestra, empecé a deprimirme porque no encontraba nada que hacer, mis hijos no me permitían ni lavar un plato en la casa, pero cuando me enteré de las actividades en la Laica y me uní al grupo mi vida cambió.

Este grupo poblacional también cuenta con la fundación Guayaquil Tercera Edad, que realiza actividades varias para el bienestar no solo de sus integrantes sino de aquellos que no cuentan con los recursos para llevar una vida digna en esta etapa de sus vidas.

Lola Plaza Loor, ex presidenta de la fundación, menciona que efectúan mini-bingos el último martes de cada mes, con la finalidad de juntar recursos monetarios que les sirvan para adquirir medicina, vestimenta y demás utensilios que ayudan a quienes se encuentran internados en casas de salud o ancianatos.

“Hay personas que no tienen nuestras posibilidades, y es grato poder colaborarles con un granito de arena que significa mucho para ellos”, dice esta mujer de 84 años, que a pesar de sus dolencias físicas y limitaciones para trasladarse de su hogar

hasta la fundación, no duda en esforzarse cada mes para conseguir recursos y darles un poquito de felicidad a quienes más lo necesitan.

Otro de los programas en la fundación es un espacio de ejercicios para las personas mayores que por alguna enfermedad requieren actividad física para mantenerse sanos.



Fuente: Andrea Cornejo.

Imagen 22.- Norka Vergara de Gómez, actual presidenta de la Fundación Guayaquil Tercera Edad y un grupo de señoras que organizan actividades manuales para el desarrollo de mujeres mayores.

Además en fechas especiales; como día del amor y la amistad, día de la madre, aniversario de la fundación, realizan celebraciones temáticas donde participan en su mayoría mujeres que desean colaborar de alguna manera con la labor de Guayaquil Tercera Edad.

El Municipio también aporta en algo a este grupo de la tercera edad, con el Centro Gerontológico, Arsenio de la Torre Marcillo, ubicado frente al centro comercial Albán Borja, donde realizan actividades físicas y recreativas dependiendo de sus patologías.

Por ejemplo, realizan ejercicios en la piscina para la relajación y flexibilidad de su columna vertebral y fortalecen sus músculos, ayudándolos con la rigidez de su cuerpo a causa de diversas enfermedades en sus huesos.



Fuente: Gerontológico Municipal

Imagen 23.- Adultos mayores realizan ejercicios de relajación en la piscina del Gerontológico Municipal, Arsenio de la Torre Marcillo.

También desarrollan terapias ocupacionales que los ayudan a mantener activa su memoria y estar despiertos en el horario correspondiente, porque llegando a cierta edad, el cuerpo siente cansancio en horarios matutinos y está activo por las noches, volviéndose una complicación para quienes deben cuidar de los mayores.

La universidad Católica Santiago de Guayaquil, también cuenta con un centro gerontológico de cuidado diario, pensado para que los adultos mayores encuentren

un espacio adecuado donde se promueva su autonomía e interactúen un grupo igualitario en edad y condiciones de bienestar.

En este espacio de interacción se promueve la visibilización y la integración social de los usuarios, por lo cual el servicio se basa en tres componentes:

1. Atención Integral al adulto mayor mediante la oferta de servicios que promuevan su integralidad bio-psico-social y espiritual.
2. Fortalecimiento de sus relaciones familiares y sociales haciendo énfasis en la prestación de servicios relacionados con un sistema familiar que debe prepararse para asumir las características del envejecimiento de sus miembros, así como la preparación que debe tener el individuo que envejece para buscar nuevas formas de relacionamiento con su sistema familiar y otros actores del contexto social.
3. Visibilización social y dignificación de adultos mayores en el cantón apuntando a un tratamiento del tema de los adultos mayores en un sistema más amplio: el socio-político, donde esperamos convertir al centro gerontológico en el punto donde converjan las iniciativas que a nivel cantonal puedan incorporarse para lograr la defensa de los derechos de los adultos mayores y el mejoramiento de su calidad de vida.

El centro está integrado por un equipo de profesionales; médicos, enfermeras, psicólogos, trabajadores sociales, terapeutas físicos y ocupacionales, que se encargan de ejecutar diversos programas y servicios especializados en el adulto mayor.



Fuente: Gerontológico Universidad Católica Santiago de Guayaquil

Imagen 24.- Parte del Staff que trabaja en el centro gerontológico de la universidad Católica Santiago de Guayaquil.

Para formar parte de este centro gerontológico deberán cumplir requisitos básicos como:

- Hombre y/o Mujer de 65 años o más
- Vivir en la ciudad de Guayaquil
- Que habite solo o con una familia que por diversas situaciones no pueda acompañarlo en el día.
- De cualquier nivel socio-económico

- Con independencia para la realización de las actividades básicas de su vida diaria
- Que exprese su deseo de participar en esta experiencia

El horario de atención del Centro Gerontológico es desde las 08h00 hasta las 17h00, donde los mayores pueden participar en los programas y servicios elegidos por ellos de acuerdo a sus intereses y a sus condiciones de salud.

Entre los objetivos principales de este centro de atención al adulto mayor, están:

- Brindar una atención integral, eficaz y de calidad, al adulto mayor que participa en el Centro Gerontológico, así como retardar su deterioro psico-físico y prevenir la aparición de enfermedades o discapacidades.
- Generar espacios de participación, recreación y relacionamiento del adulto(a) mayor del Centro con su entorno.
- Promover la valoración y la inclusión del adulto mayor en su espacio familiar.
- Desarrollar una cultura local que respete la dignidad de los adultos mayores, y valore su presencia en las familias y localidades.
- Fortalecer la formación y capacitación de profesionales/voluntarios especializados en adultos mayores, así como la articulación de las organizaciones sociales y públicas que les atienden.



Fuente: Gerontológico Municipal

Imagen 25.- Manualidades, como la pintura, ayudan a mantener activos a los adultos mayores y los hace sentir útiles para la sociedad.

Dentro de sus programas para mantener el bienestar de los adultos mayores constan:

- Programas de apoyo psicológico y social
- Servicio de atención psicológica
- Programas educativos para estilos de vida saludable

- Programas de preparación para el envejecimiento
- Programa de relajación y meditación
- Programas de arte y culturales: teatro, danza, música, etc.
- Programa de huertos
- Programa de terapia ocupacional
- Programa de acompañamiento espiritual
- Servicio de rehabilitación
- Programa de Fisioterapia
- Programa de Nutrición y Estética
- Servicio de podología
- Programa de apoyo socio-educativo para las familias
- Programa de formación para familias y cuidadores

- Participación activa de usuarios y familiares
- Servicio de atención terapéutica familiar para el bienestar individual
- Servicio de Alimentación
- Programa de microemprendimientos
- Programa de recreación grupal
- Programa de intercambio intergeneracional
- Tiempo libre: juegos de mesa, paseos, cineforo, etc.
- Programa de aprendizaje de computación e Internet
- Programas culturales: arte, día del abuelo/a, conversatorios, etc.
- Programas de comunicación masiva
- Participación en programas abiertos y coyunturas nacionales y locales.

2.2 HIPÓTESIS Y VARIABLES

2.2.1 HIPÓTESIS GENERAL

Crear un medio de comunicación especializado facilitará el acceso a la información que interesa al adulto mayor de la zona norte de la ciudadela Atarazana.

2.2.2 HIPÓTESIS PARTICULARES

- ✓ Dar a conocer actividades para adultos mayores aportará para mejorar su calidad de vida.

- ✓ Incluir al adulto mayor en las actividades cotidianas del hogar los hará sentirse útiles.

- ✓ Informar sobre opciones de emprendimiento aportará en el crecimiento personal del adulto mayor.

- ✓ Crear un medio de comunicación especializado los hará sentirse importantes para la comunidad y recordados por los medios de comunicación.

2.2.3 VARIABLES

Independiente (X)	Dependiente (Y)
Medio Especializado En Adulto Mayor	Facilita Información
Conocer actividades	Mejora calidad de vida
Inclusión en actividades	Sentimiento de utilidad
Opciones de emprendimiento	Crecimiento Personal
Creación de Revista	Sentimiento de Importancia

Elaborado por: las autoras

2.3 DEFINICIONES CONCEPTUALES

AFECCIÓN: Término utilizado para referirse a una enfermedad que afecta al ser humano.

AHONDAR: Escudriñar lo más profundo o recóndito de un asunto.

ANTAÑO: En tiempo pasado.

ANTRÓPICO: Creado por el hombre. Hace referencia a la población adulta mayor o anciana.

CABIDA: Bien admitido, estimado.

DIABETES: Enfermedad metabólica caracterizada por eliminación excesiva de orina, adelgazamiento, sed intensa y otros trastornos generales.

ESTATUS: Posición que una persona ocupa en la sociedad o dentro de un grupo social.

INHÓSPITO: Lugar incómodo, poco grato.

RELEGADO: Apartar, posponer. Desterrar de un lugar.

REPERCUTIR: Trascender, causar efecto en otra persona u objeto.

VULNERABLE: Que puede ser herido o recibir lesión, física o moralmente.

JUBILADO: Persona que ha dejado de trabajar y percibe una pensión.

ESCUETO: Sin adornos o sin ambages, seco, estricto. Sinónimo de breve.

GERIÁTRICO: Hospital o clínica donde se trata a ancianos enfermos.

INCIDENCIA: En el área de salud, número de casos ocurridos.

INVISIBILIZAR: Ocultar algo que está a vista de muchos.

SUPLIR: Cumplir o integrar lo que falta en algo, o remediar la carencia de ello.

RATING: Cifras que muestran la aceptación del público por un programa radial o televisivo.

TERTULIA: Reunión de personas que se juntan habitualmente para conversar o recrearse.

SENSIBILIZAR: Dotar de sensibilidad o despertar sentimientos morales, estéticos, etc.

DIGNIFICAR: Hacer digno o presentar como tal a alguien o algo.

INTERFAZ: Conexión física y funcional entre dos aparatos o sistemas independientes.

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 PARADIGMA DE INVESTIGACIÓN

Los paradigmas son el conjunto de procedimientos y mecanismos que ayudarán a efectuar la investigación. Pueden ser cualitativos o cuantitativos dependiendo del tipo de técnicas que se utilicen.

Cuantitativo hace referencia a la parcialización de la realidad para facilitar el análisis y pretender estudios extensivos sobre muestras representativas de sujetos. Tiene como características:

- ✓ Se basa en muestras grandes y representativas de sujetos.
- ✓ Sus estudios utilizan la estadística en el análisis de los datos.
- ✓ Establece relaciones causales que supongan una explicación del fenómeno.
- ✓ Su concepción de la realidad social se mueve dentro de la óptica positivista.
- ✓ Es fundamentalmente nomotética, es decir, que su objetivo es llegar a formular leyes o por lo menos amplias generalizaciones.

- ✓ Admite que se aplican a las ciencias sociales los mismos métodos de las ciencias naturales para la investigación.
- ✓ Concibe al objeto de estudio como externo, es decir, fuera del investigador, con idea de ser imparcial y objetivo.
- ✓ Utiliza pruebas objetivas, test, encuesta, entrevistas, etc.
- ✓ Utiliza una medición objetiva de las variables.
- ✓ Constituyen ejemplos de investigación cuantitativa los estudios descriptivos, históricos, experimentales, analíticos, exploratorios, de causalidad, etc.

Conociendo estas características determinamos que este será el paradigma utilizado para el proceso investigativo del proyecto de tesis y procederemos a establecer el tipo de estudio.

3.2 TIPO DE ESTUDIO

Los tipos de investigación son clasificaciones relacionadas con paradigmas y son mutuamente excluyentes, en este proyecto de investigación utilizaremos varios teniendo en cuenta los objetivos, el lugar, la naturaleza, el alcance y su factibilidad de aplicación.

Es así que será aplicada porque los conocimientos adquiridos se utilizarán en beneficio de las personas de la tercera edad y se buscará encaminarlos a resolver los problemas prácticos sin llegar a leyes.

También será de campo porque se realiza en el mismo lugar donde se producen los acontecimientos, zona norte de la ciudadela Atarazana, y para la toma de decisiones teniendo en cuenta que se conoce la realidad de un hecho y plantea alternativas de solución.

Será descriptiva y factible porque los estudios van dirigidos a determinar ¿cómo es? Y ¿cómo está? la situación de las variables propuestas, describe un hecho real, buscando el desarrollo de una propuesta que brinde soluciones a los problemas prioritarios detectados luego de un diagnóstico.

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

Este estudio tiene como finalidad mostrar la importancia de informar adecuadamente al adulto mayor de la zona norte de la ciudadela Atarazana, donde se ha podido determinar con una observación simple que se siente relegados (olvidados) por los medios de comunicación tradicionales.

Previo a la realización de encuestas de mercado se seleccionará el tamaño de muestra adecuada que nos permita obtener estimaciones y criterios más cercanos a la realidad, partiendo de la población existente. Para identificar y calcular el tamaño de la muestra que es necesaria para realizar este proyecto se va a utilizar la siguiente fórmula para población finita:

$$n = \frac{N}{\epsilon^2 (N-1) + 1}$$

Dónde:

n= Tamaño de la muestra

N= Tamaño de la población

E= Error máximo admisible al cuadrado

3.4 TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN

Existe una variedad de técnicas de recolección de información que se pueden realizar y pueden ser primarias o secundarias, teniendo en cuenta que se entiende por técnicas a los medios o instrumentos que emplean procesos sistemáticos en el registro de observaciones y datos.

En este trabajo de investigación utilizaremos las técnicas primarias, que toman información de primera mano, van directo a la fuente y son:

✓ Encuesta

✓ Entrevista

✓ Observación

3.4.1 OBSERVACIÓN

La observación es la más antigua y a la vez la más moderna de las técnicas de investigación empleada y ejecutada por la humanidad en todos los tiempos, mediante procedimientos programados e intencionales.

Esta técnica está sujeta a la intervención de una serie de factores subjetivos que inciden en el acto cognoscitivo, como:

✓ Lugar en que se encuentra el observador.

✓ Los hábitos de observación.

✓ Capacidad de atención.

✓ Capacidad de retención del cerebro humano.

Todos estos elementos tienen injerencia directa en la facilidad o dificultad ante el descubrimiento de la realidad objetiva. No se puede dejar de mencionar dos aspectos que están íntimamente vinculados a esta técnica: a) el tipo de conocimiento que supone la observación y b) las características de los elementos a ser registrados.

Esta observación es consciente con un fin determinado, que es parte fundamental del proceso de investigación y se centra en todos los elementos que se considera inciden en el problema de estudio.

Es sistemática, teniendo un proceso que debe estar sujeto a una planeación, asignando tareas y plazos respectivos de ejecución, con una supervisión correspondiente.

Además es objetiva porque tiene que llegar a un conocimiento apegado a la realidad, y para ello no se puede considerar elementos que poco o nada tengan que ver con el fenómeno que se está investigando.

Se realiza una observación no estructurada, es decir, sin utilizar implementos técnicos especiales, pero se efectúa en grupo procurando corregir las distorsiones en las que pueda incurrir algún participante.

3.4.2 ENTREVISTA

La entrevista que relaciona directamente al investigador con el objeto de estudio mediante individuos o grupos de individuos con el fin de obtener información relevante y significativa.

Ayuda a establecer un clima de confianza y de esta manera reunir la mayor cantidad de información válida del problema de estudio, por lo que todos los elementos que intervienen son relevantes en esta técnica.

Entre sus ventajas podemos mencionar:

- ✓ Los mismos actores sociales proporcionan la información acerca de sus conductas, opiniones, deseos, actitudes, expectativas.
- ✓ Permite percibir las motivaciones humanas, interacción social para elaborar hipótesis provechosas o plantear alternativas de solución.
- ✓ Permite obtener información de carácter cuantitativa y cualitativa, facilitando el análisis estadístico.
- ✓ Es más profunda y amplia que el cuestionario, porque puede cubrir otros aspectos no previstos.
- ✓ El entrevistador tiene la oportunidad de explicar el sentido de las preguntas y controlar la validez de las respuestas.
- ✓ Se puede obtener mayor número de información.

Existen varios tipos de entrevista y en este trabajo de investigación se utilizará la focalizada que nos ayudará a enfocar el interrogatorio en aspectos precisos. El entrevistador debe saber escuchar y ayudar a expresarse al interrogado, pero sin incidir en sus respuestas.

3.4.3 ENCUESTA

Es una técnica que se sirve de un cuestionario debidamente estructurado, mediante la cual se recopilan datos provenientes de la población frente a una problemática determinada.

Es un formulario de preguntas que llena el encuestado sin ningún tipo de presión o intervención del encuestador.

Las características principales son:

- ✓ No interviene el encuestador.
- ✓ Las preguntas son contestadas a voluntad del investigado.
- ✓ Por el anonimato la información puede ser confiable.

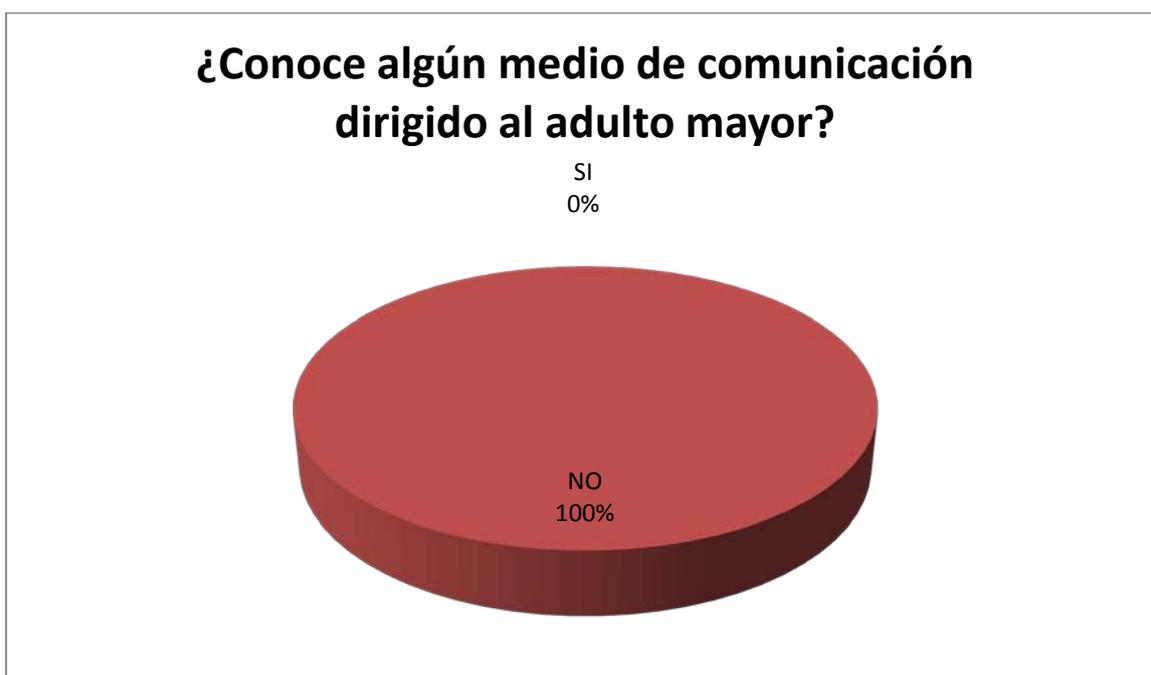
CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 TABLAS Y GRÁFICOS

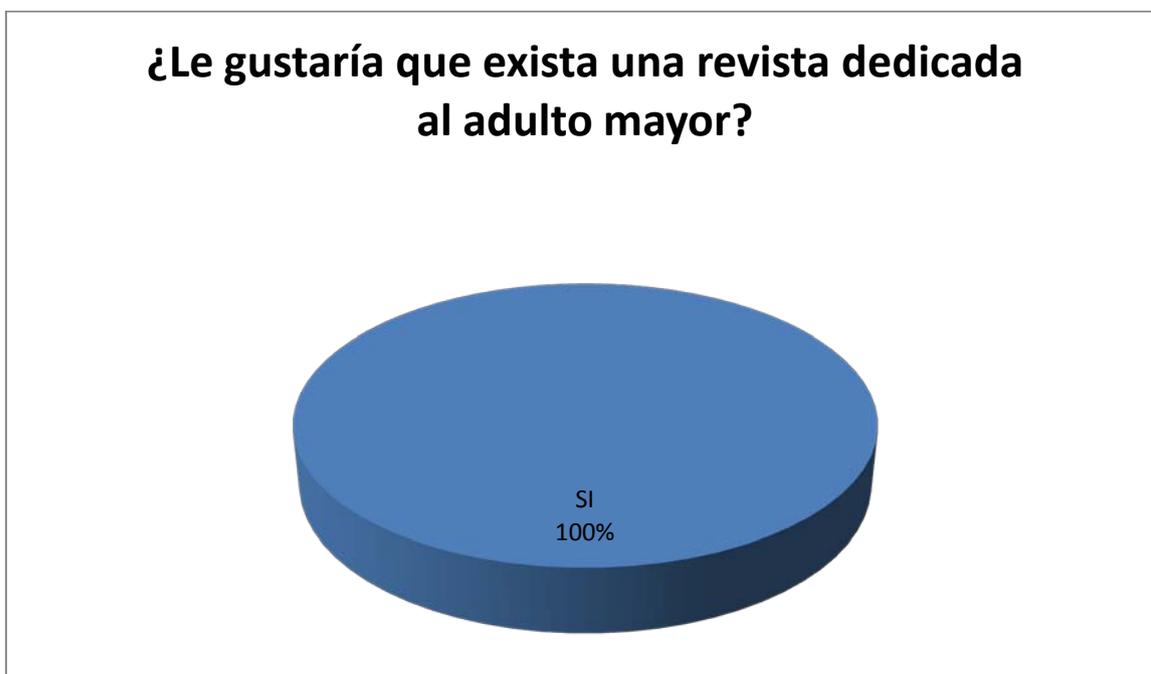
1.- ¿Conoce algún medio de comunicación dirigido al adulto mayor?

Opción	%
SI	0
NO	100
TOTAL	100



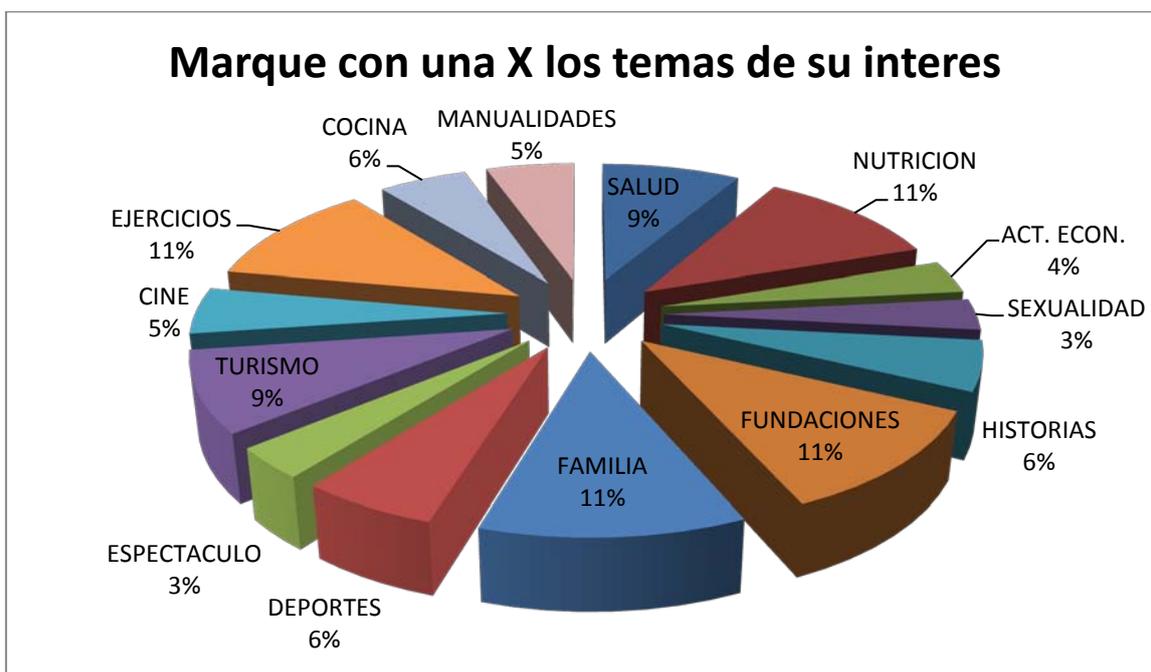
2.- ¿Le gustaría que exista una revista dedicada al adulto mayor?

Opción	%
SI	100
NO	0
TOTAL	100



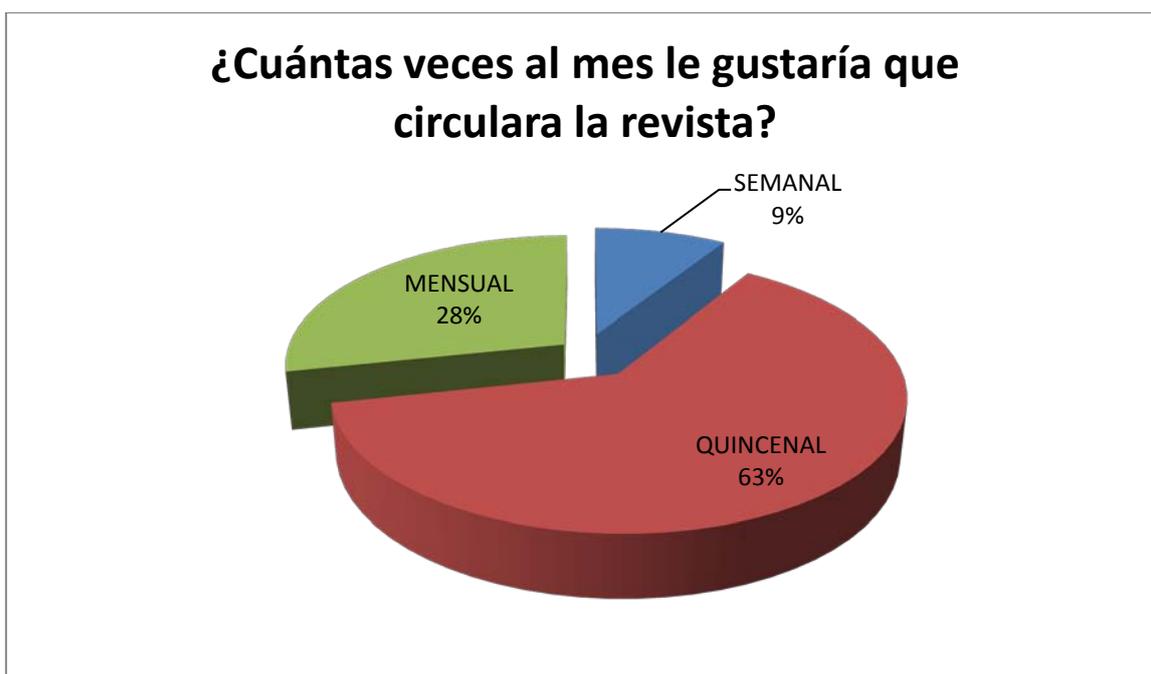
3.- Marque con una X los temas de su interés

Opción	%
SALUD	9
HISTORIAS	6
ESPECTÁCULO	3
COCINA	6
NUTRICIÓN	11
FUNDACIONES	11
TURISMO	9
MANUALIDADES	5
ACT.ECONÓMICAS	4
SEXUALIDAD	3
DEPORTES	6
EJERCICIOS	11
CINE	5
FAMILIA	11
TOTAL	100



4.- ¿Cuántas veces al mes le gustaría que circulara la revista?

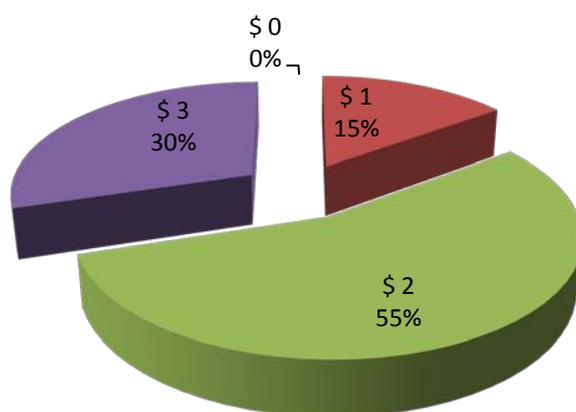
Opción	%
SEMANTAL	9
QUINCENAL	63
MENSUAL	28
TOTAL	100



5.- ¿Hasta cuánto está dispuesto a pagar por una revista que le de toda la información que usted necesita?

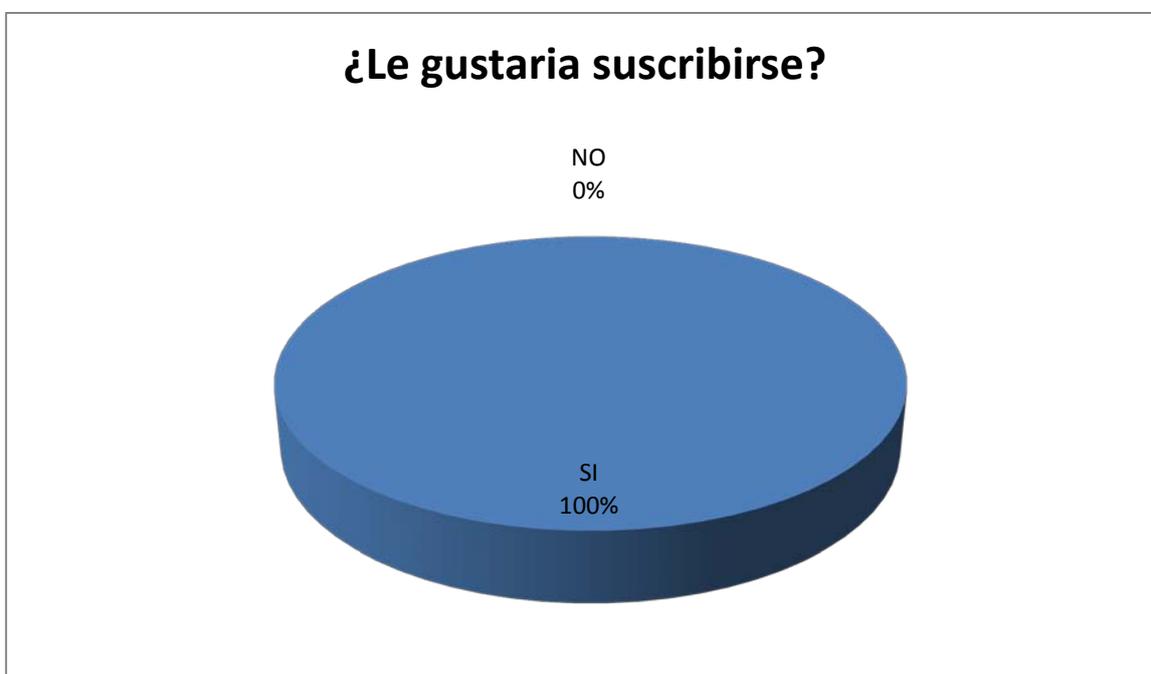
Opción	%
CERO	0
UN DÓLAR	15
DOS DÓLARES	30
TRES DÓLARES	55
TOTAL	100

¿Hasta cuánto esta dispuesto a pagar por una revista que le de toda la información que usted necesita?



6.- ¿Le gustaría suscribirse?

Opción	%
SI	100
NO	0
TOTAL	100



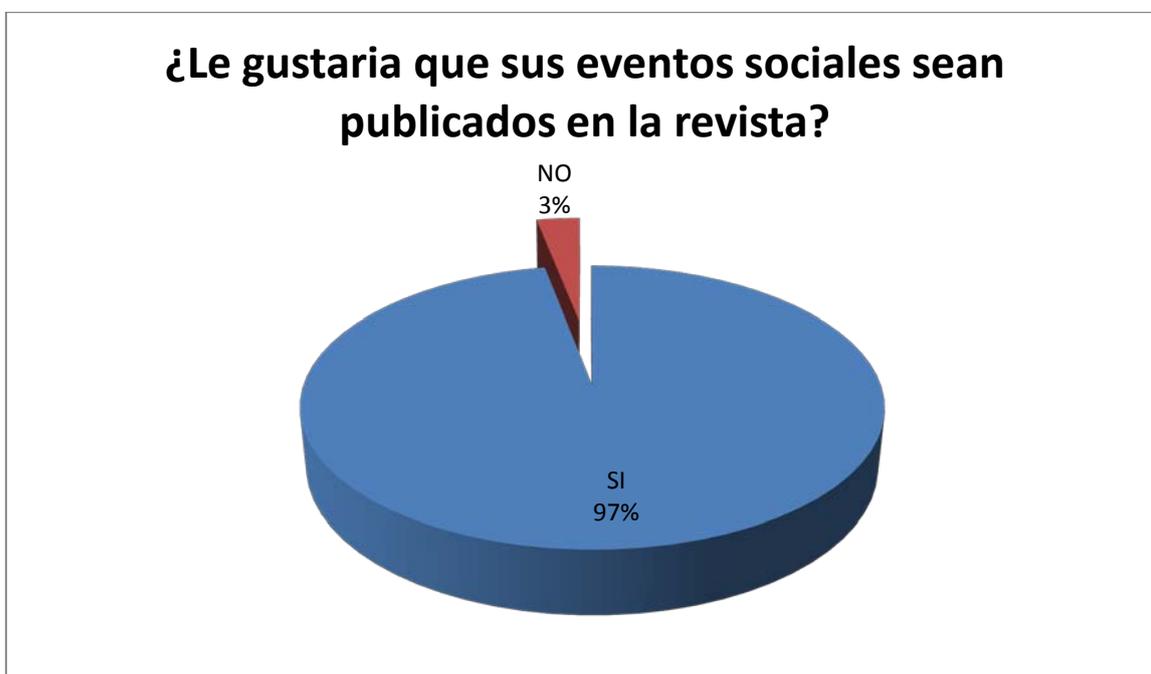
7.- ¿Le gustaría ser parte activa de la revista? Por ejemplo, escribiendo editoriales.

Opción	%
SI	36
NO	64
TOTAL	100



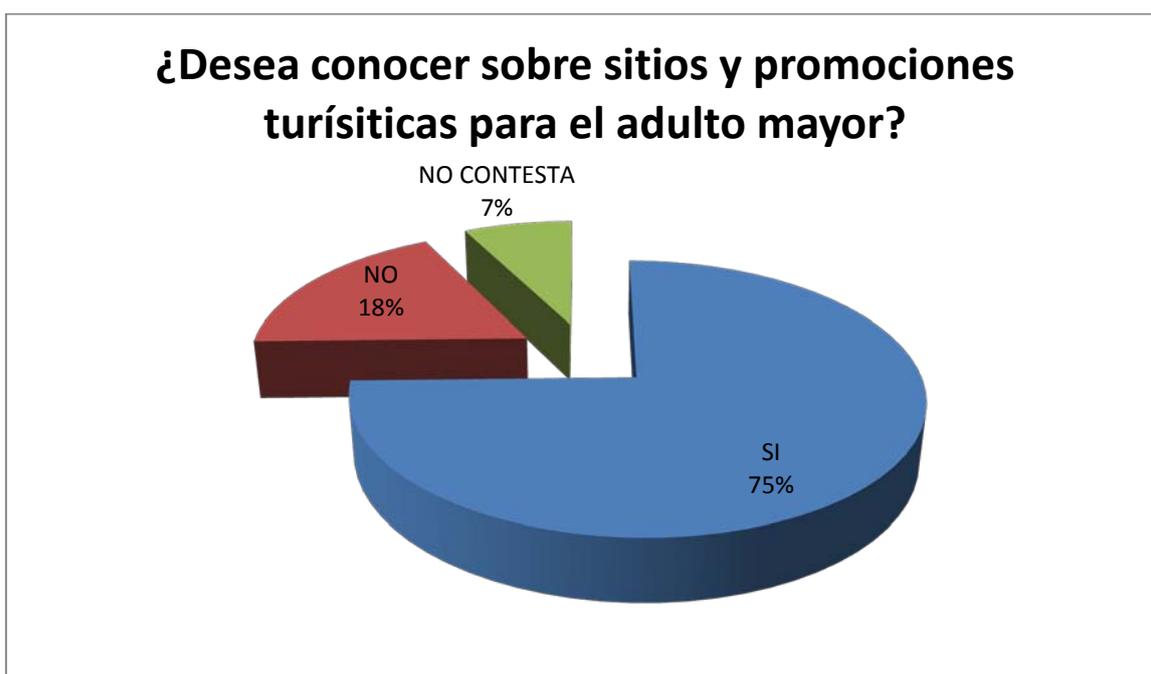
8.- ¿Le gustaría que sus eventos sociales sean publicados en la revista?

Opción	%
SI	97
NO	3
TOTAL	100



9.- ¿Desea conocer sobre sitios y promociones turísticas para el adulto mayor?

Opción	%
SI	75
NO	18
NO CONTESTA	7
TOTAL	100



10.- ¿Si tiene una microempresa, le gustaría darla a conocer en la revista a un precio módico?

Opción	%
SI	75
NO	25
TOTAL	100



4.2 INTERPRETACIONES

Habiendo realizado las respectivas encuestas en las manzanas E1 hasta H6 de la zona norte de la ciudadela Atarazana, analizamos los resultados y determinamos que no se conoce sobre un medio de comunicación especializado en el adulto mayor.

Este grupo poblacional manifiesta la necesidad de un espacio informativo donde puedan encontrar historias de personas que se encuentren en la misma situación que ellos, temas de salud, recetas e información nutricional, sexualidad, relaciones familiares, actividades económicas, turismo, y datos sobre actividades de cultura y cine.

Sobre la posibilidad de suscribirse al medio comunicacional y ser parte activa del mismo, señalaron que es una gran opción tener un espacio donde pueden aportar con información de interés para otros adultos mayores.

Quienes cuentan con un negocio señalaron querer un espacio para publicitar y dar a conocer sus eventos para aumentar la clientela, y aportar con el crecimiento del medio de comunicación.

Con esta información procederemos a desarrollar nuestra propuesta para dar un espacio que brinde lo necesario para satisfacer las necesidades comunicacionales del adulto mayor de la zona norte de la ciudadela Atarazana en la ciudad de Guayaquil.

CAPITULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Luego del proceso de entrevistas y encuestas que se han realizado en la zona norte de la ciudadela Atarazana, presentamos las conclusiones y recomendaciones a este trabajo investigativo.

Se ha llegado a la conclusión que las personas de la tercera edad necesitan un espacio de calidad donde se ofrezca información relacionada a su salud, desarrollo personal y familiar, crecimiento económico, entre otros temas de interés para este grupo poblacional.

Por otra parte, según lo expuesto por los profesionales de Comunicación Social, es preferible desarrollar un medio escrito porque las personas de la tercera edad prefieren la lectura.

Además se concluye que al ofrecer un medio de comunicación para los adultos mayores se logrará terminar con el silencio mediático al que han sido sometidos por décadas.

En cuanto a las recomendaciones, primero es importante señalar que el objetivo principal es mejorar la calidad de vida de los mayores que actualmente se sienten relegados no solo por sus familiares sino también por los medios de comunicación tradicionales que brindan pequeños espacios informativos para este grupo de personas.

La recomendación es crear una revista especializada en el adulto mayor donde se relacionen historias de superación de personas de la tercera edad; se ofrezcan datos relevantes sobre fundaciones, tratamientos médicos, actividades religiosas y culturales; y demás temas que interesan a estos individuos.

La revista deberá tener contenido desarrollado por personas mayores de 50 años, que puedan dar un consejo o hablar sobre temas de los adultos mayores con conocimiento de causa, para ofrecer la veracidad necesaria en toda noticia.

Los jóvenes pueden escribir sobre temas informativos de cualquier índole, pero no tendrán el mismo impacto en este grupo poblacional que históricamente se ha sentido olvidado por los menores de 30 años.

CAPITULO VI

6. PROPUESTA

6.1 TITULO DE LA PROPUESTA

Diseño e implementación de la revista para el adulto mayor de la zona norte de la ciudadela Atarazana en la ciudad de Guayaquil.

6.2 JUSTIFICACIÓN

Desde siempre se ha podido percibir un sentimiento de relego en el grupo de personas de la tercera edad que se muestran conformes ante sus familiares para no sentir que son una carga para sus hijos o nietos, que son los encargados de su manutención en esta etapa de sus vidas.

Los adultos mayores manifiestan que es desagradable no realizar alguna actividad dentro o fuera de la casa, algo que muestre a quienes los rodean que aun pueden ser útiles para la sociedad.

Además esta situación se complica cuando los medios de comunicación tradicionales los muestran como personas débiles, que deben tener cuidados especiales y no pueden esforzarse demasiado. Pero las personas de la tercera edad, no siempre se encuentran en condiciones de salud que les prohíben realizar todo tipo de actividades, hay cosas que pueden desarrollarse sin mucho esfuerzo, pero esto no es muy conocido.



Fuente: Web

Imagen 26.- Los adultos mayores necesitan sentirse útiles dentro y fuera de casa.

Es así que las personas mayores de 65 años han sido por años obligadas a mostrarse conformes con una vida llena de cuidados excesivos cuando ellos quieren información sobre actividades recreativas y funcionales para desarrollarse plenamente en lo que ellos llaman, la mejor etapa de sus vidas, por tener la oportunidad de dedicarse completamente a ellos sin la preocupación de mantener un hogar o cuidar de unos hijos.

6.3 FUNDAMENTACIÓN

Mujeres, niños, adolescentes, deportistas, y profesionales en diferentes ramas, cuentan con medios de comunicación donde se pueden informar sobre las novedades de cada tema específico; pero las editoriales han dejado olvidado a un grupo poblacional muy importante, los adultos mayores.

Esta población que en su momento fue parte activa de la sociedad requiere una atención especializada por parte de los medios de comunicación, y como señala la Constitución tienen derecho a contar con programas que fomenten su autonomía personal, disminuir su dependencia y conseguir su plena integración social.

Por este motivo es relevante que tanto la sociedad circundante como aquellos que observan desde lejos las vivencias de estas personas, señaladas como adultos mayores y vulnerables, acepten que ellos no se han vuelto una parte inactiva o improductiva de la ciudad sino más bien son la fuerza de apoyo para la mano de obra que recién empieza dentro del campo laboral, donde se requiere de cierta experiencia para avanzar y lograr sobresalir ante los demás.

Además deben recordar que se debe procurar el desarrollo de programas destinados a fomentar las actividades recreativas y espirituales de este grupo poblacional que tienen otros intereses del día a día. Ellos buscan vivir con tranquilidad y darle paz a quienes los rodean, porque lo que menos desean es convertirse en un problema para sus familiares o amigos.

Para poder otorgarles todo esto y cambiar la forma en que son vistas las personas de la tercera edad es necesario un espacio informativo que contenga reportajes con vivencias destacadas sobre adultos mayores que continúan siendo productivos para la sociedad y sus familias.

Un espacio donde se publiquen no solo las problemáticas que viven sino también donde se ofrezcan soluciones reales y de fácil acceso para todo el público adulto de la zona norte de la ciudadela Atarazana de Guayaquil.

Procurar notas que contengan información dirigida a las personas de la tercera y quienes se encargan de ellas, para lograr un verdadero cambio, un cambio integral de la situación actual en que viven los adultos mayores de esta zona guayaquileña.

6.4 OBJETIVOS

6.4.1 OBJETIVO GENERAL

Difundir información de interés para los adultos mayores de la zona norte de la ciudadela Atarazana, que buscan conocer datos y lugares donde desarrollarse integralmente.

6.4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- ✓ Lograr que el adulto mayor se sienta identificado y logre mejorar su calidad de vida.

- ✓ Procurar dar respuesta a las diferentes inquietudes del adulto mayor.

- ✓ Visibilizar al adulto mayor dentro de los medios de comunicación y la sociedad.

6.5 IMPORTANCIA

Un medio de comunicación especializado en el adulto mayor es de suma importancia para dejar en claro que se toma muy en serio el desarrollo de espacios y programas que buscan mejorar la calidad de vida de estas personas que actualmente se muestran poco conformes con las relaciones que mantienen con sus familiares o amigos más cercanos.

El ofrecer un medio de comunicación especializado es relevante porque ayudará en el proceso de visibilización de las personas de la tercera edad en la zona norte de la ciudadela Atarazana, para que esto sea el punto de partida donde los medios tradicionales encuentren la guía para dar verdadero espacio a este grupo poblacional que espera un cambio significativo en el proceso informativo que ahora conocen.

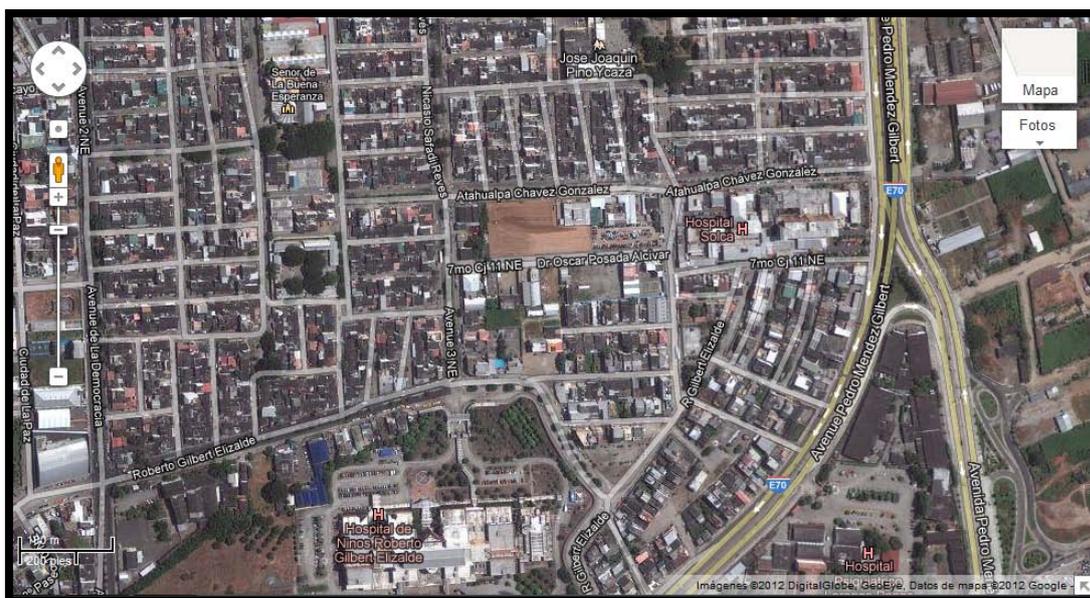
Con una revista o periódico, los mayores de 65 años, tendrán acceso a la información básica sobre las afecciones médicas más comunes a su edad, las actividades que se desarrollan en la ciudad, lugares donde pueden recibir atención especializada y noticias sobre cómo manejar la relación con quienes los rodean.

Al tener un espacio informativo, las personas de la tercera edad, sentirán que son escuchados y pueden demostrar que aun son parte activa de una sociedad que avanza a pasos agigantados.

6.6 UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA

Este proyecto comunicacional se desarrollará de manera exclusiva en la zona norte de la ciudadela Atarazana, de la ciudad de Guayaquil, manzanas E1 hasta H6.

Está dirigido específicamente a las personas de la tercera edad o adultos mayores, pero también contará con información esencial para quienes los cuidan y viven con ellos esta etapa.



Fuente: Google Maps

Imagen 27.- Mapa del sector Norte de la ciudadela Atarazana.

En cuanto al establecimiento del medio de comunicación, tendrá su oficina en la misma ciudadela, procurando estar más cerca de quienes serán los potenciales lectores. Además contará con una razón social empresarial; equipos necesarios para

realizar las entrevistas, redactarlas y diseñarlas hasta llegar a su impresión en una imprenta especializada.

6.7 FACTIBILIDAD

Después de definir la problemática en la población adulta mayor la zona norte de la ciudadela Atarazana y establecer las causas que ameritan la creación de un medio de comunicación especializado, es pertinente realizar un estudio de factibilidad para determinar la capacidad económica y administrativa que implica la implementación de una revista mensual, así como los beneficios y el grado de aceptación de la propuesta en general.

Este análisis permite determinar las posibilidades de la puesta en marcha del nuevo medio de comunicación.

6.7.1 FACTIBILIDAD ECONÓMICA

Se efectuó un estudio para conocer la factibilidad económica del nuevo medio de comunicación especializado en los adultos mayores de la zona norte de la ciudadela Atarazana, en la ciudad de Guayaquil. Se determinaron los recursos para el desarrollo, implementación y manutención de la revista.

A continuación presentamos un resumen de los costos generales de material para oficina (hojas, plumas, libreta de apuntes, cartuchos de tinta, marcadores, etc), y papelería en general, que será utilizada en el desarrollo del medio de comunicación especializado en el adulto mayor.

COSTOS MATERIAL DE OFICINA Y PAPELERÍA			
GASTOS GENERALES	COSTO APROXIMADO	CONSUMO MENSUAL	MONTO EN DÓLARES
Bolígrafos	0	4	1
Marcadores	1	4	2
Libretas de Apuntes	2	3	5
Hojas Membretadas	90	1	90
Cartuchos para Impresora	25	2	50
Cartuchos de Respaldo	25	2	50
Torre de CDs	4	1	4
Resmas de papel	4	2	8
Pilas para Grabadoras	6	2	12
TOTAL	155,75	21	221

En cuanto al gasto generado por el recurso humano, que será el encargado de la elaboración mensual de la revista, tenemos a los redactores que también serán los encargados de organizar la agenda de entrevistas y tendrán la responsabilidad de la Edición y Jefe de Información, respectivamente.

COSTOS SALARIO PERSONAL		
RECURSO HUMANO	SALARIO MENSUAL	SALARIO ANUAL
Redactor 1	600	4.200
Redactor 2	600	4.200
Fotógrafo	400	3.120
Diseñador Gráfico	700	4.200
Corrector Ortográfico por Edición	150	3.120
TOTAL	2.450	18.840

Estos valores serán sustentados con la organización de charlas y talleres de micro empresas que tendrán un costo por persona o grupos interesados en asistir a los mismos. Además para la realización de estas actividades contaremos con la colaboración de la Fundación Guayaquil Tercera Edad que nos facilitará las instalaciones con todos los implementos necesarios.

En cuanto a los sueldos del personal, estos serán asumidos durante el primer año por la empresa Generamedios que ha expresado su interés en el proyecto y es una joven editora de medios segmentados con experiencia en el campo de la construcción y la mujer emprendedora.

6.7.2 FACTIBILIDAD LEGAL

Conociendo la factibilidad económica de la propuesta, procedemos al análisis de la creación de un nuevo medio de comunicación dedicado al adulto mayor en la zona norte de la ciudadela Atarazana, con una periodicidad mensual.

Para el correcto funcionamiento de una empresa comunicacional es importante recordar que al momento de instituir la no pueden constar como socios personas pertenecientes al ámbito bancario o que ya poseen un medio de comunicación.

Según indica la Superintendencia de Compañías entre los requisitos para constituir una empresa de responsabilidad limitada constan:

- ✓ La presentación de tres copias certificadas de la escritura de constitución de la compañía, a las que se adjuntará la solicitud, suscrita por abogado, requiriendo la aprobación del contrato constitutivo.

- ✓ El número de socios debe ser mínimo dos y llegar a un máximo de quince.

- ✓ Deberá tener un capital mínimo de cuatrocientos dólares de los Estados Unidos de América (...) Las aportaciones pueden consistir en numerario 2(dinero) o en especies (bienes) muebles o inmuebles e intangibles, o incluso,

en dinero y especies a la vez. En cualquier caso las especies deben corresponder a la actividad o actividades que integren el objeto de la compañía.

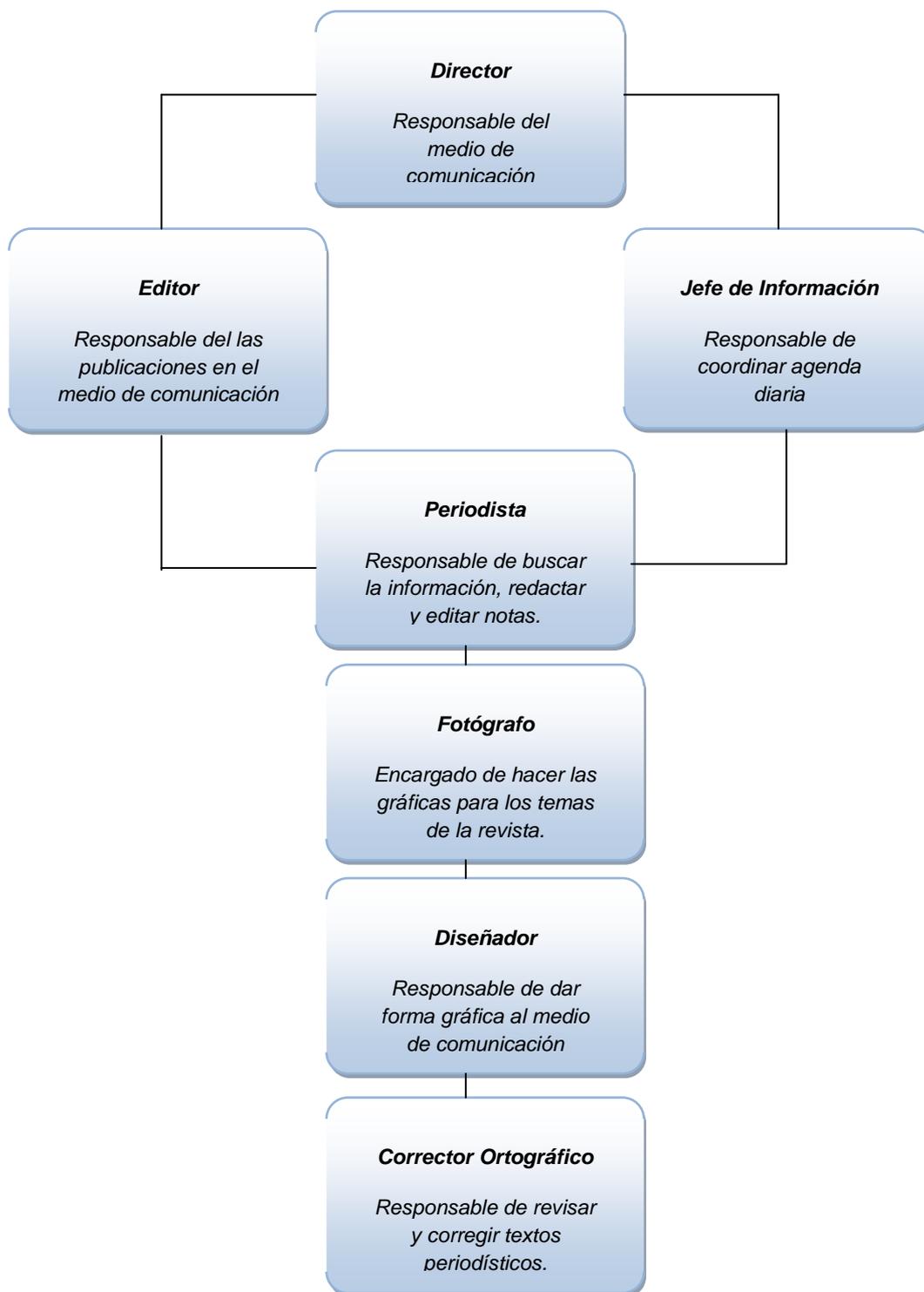
- ✓ La compañía de responsabilidad limitada podrá tener como finalidad la realización de toda clase de actos civiles o de comercio y operaciones mercantiles permitida por la Ley, excepción, hecha de operaciones de banco, segura, capitalización de ahorro. Artículo 94 de la Ley de Compañías.

Habiendo cumplido con estos parámetros debemos obtener el RUC como personas jurídicas, obligadas a emitir y entregar comprobantes de venta autorizados por el SRI por todas sus transacciones y presentar declaraciones de impuestos de acuerdo a su actividad económica.

Los requisitos son:

- ✓ Copia del estatuto de la persona jurídica con certificación de inscripción correspondiente; Ley de Creación o Acuerdo Ministerial de creación, según corresponda.
- ✓ Nombramiento del Representante Legal, inscrito en el Registro Mercantil cuando así lo exija la Ley.
- ✓ Copia de la Cédula de Identidad y Papeleta de Votación del Representante Legal.

Teniendo los requisitos legales, se debe organizar la empresa internamente para lograr un funcionamiento sincronizado y sin problemas. Es así que presentamos el organigrama empresarial y el detalle de responsabilidades para cada cargo.



6.8 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

Se propone crear una revista especializada que contenga vivencias, historias de superación personal, información especializada de salud, moda, belleza, turismo y cultura para facilitarles su desarrollo integral y ayudarlos a tener una vida de calidad durante sus últimos años.

La revista *Adulto Activo*, será una publicación mensual con un tamaño de 21 x 30 cm, en papel de 115 gr. a full color, grapado, con un paginado de 24 páginas (incluido las portadas), de distribución local en la ciudad de Guayaquil, con un valor de 3 dólares, a partir del mes de julio del 2012.

Contará con la colaboración de profesionales en periodismo, medicina geriátrica, psicológica, psiquiátrica, y demás especialidades relacionadas con el adulto mayor.

Adulto Activo es una revista que tiene como visión ser pionera en publicar un medio especializado en el adulto mayor del Ecuador con objetivos claros en responsabilidad social y ética profesional.

En su misión espera ser reconocida por este grupo poblacional que al momento se siente relegado por los medios de comunicación a nivel nacional. Además de buscar la dignificación de sus lectores incentivando la lucha por hacer reconocer y valor sus derechos para mejorar su calidad de vida mediante entrevistas a hombres y mujeres, adultos mayores que generan inspiración y ejemplo.

6.8.1 SLOGAN Y LOGO

La revista contará con un slogan de acuerdo a su nombre y el mismo será socializado mediante campañas de expectativa publicitaria para el medio de comunicación.

Para darle más dinamismo y lograr mayor conexión con los lectores proponemos tres slogans que serán intercalados durante el primer año de publicación.

- Adulto Activo, en busca de su desarrollo integral.
- Adulto Activo, vive plenamente.
- Adulto Activo, un espacio exclusivo para mayores.

En cuanto al logo del medio de comunicación, hemos decidido que sea una imagen significativa que podrá cambiar de color cada mes, según el tema central a tratarse y las fechas especiales.

Cabe destacar que la forma del logo se mantendrá en todas las ediciones cambiando solo los colores de acuerdo a los temas y fechas especiales tratados.



Fuente: Andrea Cornejo.

Imagen 24.- Logo de revista Adulto Activo.

6.8.2 DESCRIPCIÓN EDITORIAL

A continuación detallamos la descripción editorial de cada una de las secciones que conforman la Revista Adulto Activo:

Adulto y Familia.- Sección donde se publicarán temas con enfoque psicológico sobre la vida cotidiana de un adulto mayor, la relación con los integrantes de su familia. Expertos en Psicología y Relaciones Interpersonales hablarán sobre las situaciones positivas o negativas que pueden vivir estas personas en el seno hogareño y quienes viven a su alrededor.

Aquí se presentarán artículos de gran interés para mantener la armonía dentro de nuestras familias con cada uno de sus miembros, donde niños, jóvenes, adultos y personas de la tercera edad, son importantes.

Personaje Mayor.- Mostrará historias de adultos mayores que trabajan por ayudar a otras personas en su misma condición. Individuos que forman parte de grupos o fundaciones en la ciudad de Guayaquil, y realizan diversas actividades con la única finalidad de conseguir fondos económicos suficientes para dar una colaboración significativa a quienes más lo necesitan.

Emprendimiento.- Los adultos mayores, que se encuentran jubilados, son considerados personas que han dejado de ser productivas, pero en esta sección esperamos demostrar lo contrario, publicando reportajes con opciones para emprender un negocio y tener éxito, porque las personas de la tercera edad tienen habilidades que muchos jóvenes desearían.

El ser emprendedores para estas personas es algo que en su gran mayoría desean ser y es por ello que esta sección les sirve de guía técnica para saber cómo poner un negocio, mantenerlo firme y conseguir que sea exitoso.

Vencedores.- Presentaremos historias de adultos mayores que han luchado por desarrollar un negocio y lograr el éxito.

Positivismo, consejos y motivación es lo que se destacará en las historias contadas por los vencedores de cada mes, hombre y mujeres que pese a no contar con los recursos económicos necesarios tienen la fortaleza para sobresalir y actualmente cuentan con sus propias y exitosas microempresas.

Moda y Belleza.- En esta sección se publicarán consejos de expertos en belleza para la mujer mayor de 60 años, porque estar bellas y a la moda es importante no solo para las jovencitas y féminas maduras, sino también para aquellas damas adultas mayores que buscan verse siempre hermosas.

En cada edición se publicarán consejos, nuevas tendencias y técnicas para lucir siempre regias para todo tipo de ocasión, con la colaboración de estilistas, maquilladores y modistas con experiencia en personas de la tercera edad no solo por el tiempo en esta labor sino porque conocen de primera mano las mejores opciones para estas mujeres porque son parte de ese grupo poblacional, es decir, serán especialistas adultos mayores.

Aquí también mostraremos el cambio de look de una adulta mayor, a quien se le realizará una sesión de fotos procurando hacerla sentir como reina con las atenciones necesarias durante un día completo.

Salud Adulta.- Se tratarán temas médicos sobre las enfermedades que afectan mayormente al adulto mayor.

Estar sanos es fundamental para vivir una vida a plenitud. Salud Adulta mostrará a los lectores las distintas enfermedades que pueden afectarlos en esta etapa de sus vidas, como prevenirlas y de ser el caso cómo combatirlas o sobrellevarlas.

Sexualidad.- Ser adulto mayor, no quiere decir que se ha terminado la vida sexual, al contrario es una etapa en la que se redescubre el cuerpo sexualmente y se pueden vivir nuevas experiencias con la pareja de toda la vida.

Aquí mostraremos reportajes realizados a médicos y adultos mayores sobre la sexualidad en esta etapa de la vida, procurando mostrarles a los lectores que la edad no es un impedimento para disfrutar a plenitud de su sexualidad.

Nutrición.- Porque la cocina y comer sano son importantes, en esta sección mostramos consejos sobre comida sana para mantener la salud del adulto mayor, mostrando deliciosas y sanas recetas para cada ocasión, mientras transmitimos tips y consejos sobre cocina saludable.

Una experta en nutrición para este grupo poblacional publicará una columna mensual con dietas y consejos saludables para los adultos mayores que requieren una alimentación especial para mantener su salud.

Ejercítate.- Es una sección donde mostraremos ejercicios especializados para las personas de la tercera edad y consejos sobre actividades que pueden realizar para aliviar sus dolencias físicas propias de los adultos mayores.

Además ofreceremos un listado de lugares donde pueden acudir para realizar actividades como bailoterapia, gimnasia rítmica, entre otras.

Turismo.- El Ecuador es un país rico en flora y fauna, pero además es uno de los destinos turísticos más importantes en el mundo, por eso aquí destacaremos hermosos lugares que valen la pena ser visitados por turistas nacionales e internacionales.

También se dará a conocer sobre viajes nacionales e internacionales que organizan grupos de adultos mayores, en busca de distracción y tranquilidad.

Tu Religión.- En la ciudad de Guayaquil, como en todo el Ecuador, existe un número significativo de religiones que tienen distribuidos templos por toda la Urbe. Es así, que en esta sección publicaremos las actividades que se desarrollan mensualmente y en fechas especiales dentro de la zona norte de la ciudadela Atarazana.

Eventos.- Espacio de la revista donde publicaremos las celebraciones de nuestros lectores. Además de plasmar las actividades realizadas por las empresas que colaboran al desarrollo personal de los adultos mayores.

Guía Cultural.- En este espacio publicaremos actividades de interés para el adulto mayor. Una agenda cultural donde se darán a conocer los eventos relevantes para este grupo poblacional.

Guía de Fundaciones.- Será un espacio para mostrar un listado de lugares donde pueden encontrar información sobre varios temas relacionados al adulto mayor.

6.8.3 ACTIVIDADES

Previo a la implementación de la revista Adulto Activo, en la zona norte de la ciudadela Atarazana, se realizarán varias actividades como establecer las necesidades básicas del medio de comunicación, determinando la cantidad de computadoras, escritorios y demás implementos de oficina que se requieren.

Establecer la cantidad de personal, considerando que una persona puede desempeñar más de una función para reducir costos. Contaremos con dos redactoras fijas que además se encargaran de coordinar actividades extracurriculares.

También será contratado un diseñador, un corrector y fotógrafo que serán parte fundamental para el desarrollo del proceso editorial.

Diseñar un proceso editorial eficaz, donde se establezcan los tiempos de entrega para los temas más relevantes, revisiones, diseño y llevada a imprenta para terminar el proceso de elaboración de la revista.

Además la revista realizará varias actividades de sostenibilidad y sensibilización de la sociedad con el adulto mayor de la zona norte de la ciudadela Atarazana en la ciudad de Guayaquil.

Entre la programación trimestral constan charlas para las personas encargadas de cuidar a la persona de la tercera edad; actividades por fechas especiales como el día de la madre, día de la mujer, etc.

Otras programaciones son charlas médicas y nutricionales donde se ofrecerá revisiones médicas gratuitas, además de recetas sencillas que colaboren en la correcta nutrición de estos individuos que requieren de una alimentación adecuada para mantenerse saludables.

También se ofrecerán capacitaciones micro-empresariales que tendrán como finalidad brindar opciones de emprendimiento que requieren de una inversión mínima con buenos ingresos económicos para colaborar en el hogar.

A continuación un calendario de actividades previstas para este 2012, a partir del mes de junio:

PROGRAMACIÓN		
Fecha	ACTIVIDADES	COLABORACIONES
Viernes 8 de Junio	Charla Nutricional	Dra. Sylvia Alejandro - Chef Estefania Robayo
Viernes 22 de Junio	Capacitación Micro Empresarial	Cooperativa De Todas
Jueves 13 de Septiembre	Charla Médica	Dr. Manuel Vásquez
Sábado 29 de Septiembre	Celebración Especial - Día Adulto Mayor	Fundación Guayaquil Tercera Edad
Jueves 20 de Diciembre	Celebración Especial - Navidad	Personal de la Revista

6.8.4 RECURSOS

Dentro de los recursos que se utilizaran para llevar a cabo la propuesta constan:

- ✓ 3 Computadoras
- ✓ 2 Grabadoras
- ✓ 1 Cámara Fotográfica
- ✓ 1 Impresora Laser
- ✓ 2 Redactoras
- ✓ 1 Corrector Ortográfico
- ✓ 1 Diseñador Gráfico
- ✓ 1 Fotógrafo

6.8.5 CRONOGRAMA

La elaboración de una revista especializada, como cualquier otro medio de comunicación debe estar regido por un cronograma de actividades que será acatado a cabalidad para cumplir con los tiempos y no se presenten complicaciones.

A continuación el cronograma editorial del mes de mayo para la publicación de junio:

No.	ACTIVIDAD	MAYO			
		1	2	3	4
1	REUNIÓN EDITORIAL	X			
2	BUSQUEDA DE INFORMACIÓN	X	X		
3	PAUTA DE ENTREVISTAS	X	X		
4	REALIZACIÓN DE ENTREVISTAS	X	X		
5	DESARROLLO DE LOS TEMAS	X	X		
6	ENTREGA DE TEMAS		X	X	
7	CORRECCIONES ORTOGRÁFICAS		X	X	
8	ENTREGA DE CORRECCIONES		X	X	
9	DISEÑO DE TEMAS		X	X	
10	REVISIÓN DE DISEÑO Y TEXTO		X	X	
11	ÚLTIMA REVISIÓN GENERAL			X	
12	ENTREGA A IMPRENTA			X	
13	IMPRESIÓN			X	X
14	DISTRIBUCIÓN				X

6.8.6 PRESUPUESTO

Para implementar la revista Adulto Activo en la zona norte de la ciudadela Atarazana es importante contar con un presupuesto inicial y establecer las formas en que se financiará el proyecto a futuro.

Aquí presentamos los principales puntos del presupuesto para llevar a cabo la propuesta.

PRESUPUESTO PROPUESTA			
IMPLEMENTOS	CANTIDAD	VALOR	TOTAL
Computador	3	\$ 720	\$ 2.160
Mini Laptop	2	\$ 334	\$ 668
Impresora	1	\$ 86	\$ 86
PenDrive	2	\$ 12	\$ 24
Cable USB	2	\$ 7	\$ 14
Disco Duro Externo	1	\$ 120	\$ 120
Router	1	\$ 30	\$ 30
Teléfono Inalámbrico	1	\$ 76	\$ 76
Cámara Fotográfica	1	\$ 170	\$ 170
Escritorio para Laptop	2	\$ 20	\$ 40
Escritorio	3	\$ 35	\$ 105
Silla	5	\$ 32	\$ 160
Regulador de Voltaje	3	\$ 45	\$ 135
Aire Acondicionado	1	\$ 890	\$ 890
Pizarra	1	\$ 35	\$ 35
Archivadores	2	\$ 80	\$ 160
Movilización Mensual		\$ 80	\$ 80
Servicios Básicos		\$ 150	\$ 150
Difusión Actividades		\$ 600	\$ 600
Campaña Expectativa		\$ 600	\$ 600
Impresión Revista	10.000	\$ 5.500	\$ 5.500
Distribución		\$ 350	\$ 350
TOTAL	10031	\$ 9.972	\$ 12.153

6.9 IMPACTO

El actual trabajo de investigación, realizado en la zona norte de la ciudadela Atarazana en la ciudad de Guayaquil, tiene como finalidad otorgar información especializada para el adulto mayor.

La propuesta de crear una revista especializada en la población de la tercera edad espera tener un impacto positivo facilitando datos de salud, cultura, turismo, deporte, entre otras temáticas relevantes.

De esta manera se espera que las personas de la tercera edad de la zona norte de la ciudadela Atarazana se sientan incluidas en el crecimiento de la sociedad, dejando atrás el sentimiento de relego por parte de sus familiares y los medios de comunicación tradicionales.

Además se espera hacer conciencia en la actual sociedad sobre el trato que le damos a los adultos mayores y su importancia dentro de la misma.

6.10 VALIDACIÓN

CATEDRÁTICOS EXPERTOS	CRITERIOS	OBSERVACIONES
Economista José Alcivar Bowen Catedrático de la Facultad de Periodismo Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil	➤ La temática de la revista es pertinente y aborda una de las necesidades prioritarias de la sociedad ecuatoriana.	Debe Mantenerse
	➤ Los objetivos responden a los requerimientos de la zona.	
	➤ La revista evidencia creatividad y originalidad.	
	➤ La propuesta responde a la problemática investigada.	
Licenciado Juan De la Cruz Ormaza Catedrático de la Facultad de Periodismo Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil	➤ Da respuesta a las diferentes inquietudes del adulto mayor.	Debe Mantenerse
	➤ Destaca la importancia de que exista un medio de comunicación especializado en las personas de la tercera edad.	
Licenciada Hortensia Carranza Rojas Catedrática de la Facultad de Periodismo Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil	➤ La fundamentación aborda los elementos teóricos que sustentan la creación del medio comunicacional impreso.	Debe Mantenerse
	➤ En cuanto a recursos presupuestarios es factible el diseño de la revista.	
	➤ La justificación da respuesta a los cuatro componentes que deben constituirla.	

BIBLIOGRAFÍA

- 1.- Asili, N. (2004) Vida plena en la vejez. Un enfoque multidisciplinario.
- 2.- Blauin, C. (2006) El libro de la salud, Enciclopedia médica familiar.
- 3.- Constitución (2008) Capítulo Tercero, derechos de las personas y grupos de atención prioritaria.
- 4.- Diario El Universo (2012) Gran Guayaquil, Viejos son los caminos.

AA

Adulto Activo



Adulto y Tecnología
Post55: -Red -Social
Adulta

Salud
Cuidado con tu Corazón

Ejercítate
Bailoterapia

editorial



Hoy en día los profesionales, jóvenes, mujeres y hasta los niños tienen un periódico o revista donde informarse de acontecimientos relevantes para su forma de vida.

Los profesionales obtienen datos sobre avances para mejorar su actividad económica, los jóvenes pueden tener noticias de sus artistas favoritos, las mujeres aprenden sobre decoración y relaciones amorosas, mientras que las revistas para niños o bebés son perfectas para las nuevas madres que buscan orientación para formar a sus hijos integralmente.

Pero hasta el momento nadie había pensado en nosotros, los mayores de la casa, que también necesitamos información adecuada para tener una vida tranquila y sin preocupaciones en nuestros últimos años.

Lo que más queremos es conocer sobre actividades para mantenernos ocupados y sentirnos útiles con quienes nos rodean, porque lo más doloroso es vernos como un estorbo dentro de nuestros hogares, donde los hijos ahora son padres de familia y buscan encontrar el equilibrio perfecto para mantener a flote su relación de pareja y de padres.

Por lo antes mencionado, es una alegría saber que un grupo de jóvenes se han preocupado por darnos un espacio dentro de los medios de comunicación y volvernos parte activa del mismo para ayudarnos con las actividades cotidianas y aconsejarnos sobre cómo mantenernos saludables para desempeñarnos con normalidad.

Es el primer número de esta nuestra revista, Adulto Activo, y sabemos que encontrarán información muy interesante sobre las relaciones familiares, salud, nutrición, turismo, actividades culturales y una guía especial de fundaciones y lugares donde podemos encontrar atención de calidad.

Finalmente quiero felicitar y desear lo mejor a estas jóvenes profesionales del Periodismo que trabajan arduamente para sacar adelante esta gran obra social, porque un espacio para el adulto mayor, no es otra cosa que una actividad social, que nos ayudará a ser parte integral de la sociedad guayaquileña.

Un abrazo,
Ricardo Montero

contenido

Adulto y Familia

El rol que debe y puede cumplir el adulto mayor
pág. 4

Adulto y Tecnología

Post55: Red para el adulto mayor. pág. 7

Emprendimiento

Pinceladas que atrapan el tiempo pág. 9

Turismo

Conoce Cuenca, ciudad histórica pág. 12

Nutrición

Atento a tu alimentación pág. 14

Ejercítate

Baila para divertirte y estar saludable pág. 16

Salud

Cuidado con tu presión arterial pág. 18

Sexualidad

La edad no impide tener sexo pág. 20

Cultura

Agenda cultural Teatro Sánchez Aguilar
pág. 21

El dato

Universidad para adultos mayores pág. 22

Eventos

Convenio MIES para el desarrollo de
microempresas. pág. 23

portada



staff

Andrea Cornejo
Sylvana Almeida
Dirección y Gerencia General

Andrea Cornejo
Director Editorial

Sylvana Almeida
Redacción y coordinación
Juan Carlos Alava
Diseño y Diagramación

Karly Torres
Fotografía

Solange Villalta
Jefe de Marketing y
Servicio al Cliente

Jazmin Quijije
Coordinadora de Ventas

Raúl Mustafá
Promotor

Generamedios - Urbano
Express
Distribución



El Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social preocupado por sus afiliados, principalmente los adultos mayores, informa sobre sus espacios de atención en:

*Gerontología
Traumatología
Club de Diabetes
Club de Hipertensión*

Rol del adulto mayor en la familia

La familia funciona como un sistema formado por un conjunto de unidades interrelacionadas, con estructura y dinámica propias, con reglas y roles establecidos, donde sus integrantes interactúan con propia adaptabilidad y comunicación en factores biológicos, psicológicos y sociales.

Este sistema social ha ido evolucionando en

las últimas décadas, pero sigue representando el principal soporte del adulto mayor brindando un apoyo psicoafectivo y emocional; al mismo tiempo el anciano actúa como un elemento de estabilidad en el interior de la familia, como nexo de unión y reflexión entre generaciones.

Los cambios que sufren los adultos mayores de hoy se refieren a un rol sin rol, es decir donde el



adulto mayor ocupa una posición social pero sin obligaciones laborales que le representen un estatus económico y una vida digna.

En esta etapa de la vida, el desempeño de roles establecidos como marido, padre, trabajador se cambia por abuelo, viudo, jubilado, etc., y la familia como apoyo informal se convierte en el único sustento y satisfactor de necesidades básicas, físicas, psíquicas y sociales del anciano.

La relación con los hijos y nietos es alta no viéndose diferencias por estatus social, edad, sexo y estilo de vida; asimismo la asignación de tareas en la familia va a disminuir el sentimiento de inutilidad al igual que compartir

situaciones estresantes haciendo que estas se relativicen.

Así entre el adulto mayor y su familia se establece una relación de ayuda mutua, basada en las actividades de la vida cotidiana que le permitan seguir sintiéndose útil. Estas relaciones juegan un papel primordial en el anciano y en su bienestar psicológico, ya que les ayuda a mantener la salud y la autoestima y disminuyen el sentimiento de soledad.

Participar activamente

Según el psicólogo Samuel Merlano, los adultos mayores necesitan sentirse parte activa de la familia, por ello es importante que se les otorgue



actividades dentro del hogar.

“Colaborar con el cuidado de los nietos, participar de las decisiones importantes para el círculo familiar, entre otras pequeñas actividades que los hagan sentirse útiles dentro de casa son de vital importancia para mantener el equilibrio psicológico de estos individuos que en algún momento fueron los principales pilares de producción en el hogar” señala Merlano.

Además comenta que ofrecerles opciones de desarrollo económico desde casa, también es una forma de decirles que siguen siendo parte fundamental para el crecimiento económico de la familia.

En el caso de ser los encargados o colaborar con el cuidado de los pequeños en el hogar, es importante dejar claro que ellos son los abuelos y no los padres. “Si bien es cierto, tienen autoridad para decirles que hacer o que no hacer en el tiempo que están juntos, pero no pueden olvidar que sobre su autoridad están los padres, que son quienes ponen las reglas y delimitan los espacios para el desarrollo integral de los menores”.

Agrega que es necesario organizar una reunión donde se establezcan las reglas y limitaciones de cada integrante de la familia.

Otra de las actividades en la que puede participar el adulto mayor es mantener al día los

pagos de los servicios básicos en el hogar, sin que esto signifique convertirse en mensajero o el encargado de los mandados.

La intención es que ellos tengan la oportunidad de llevar adelante la economía interna del hogar, permitiendo que los ocupados padres de familia tengan un respiro de ocupaciones cotidianas que pueden ocasionar estrés.

Actividades Productivas

En el caso que quienes se encarguen del adulto mayor no sean hijos sino nietos que se encuentran solos o están por formar su familia, el Dr. Merlano, señala que es necesario que durante las horas en que el adulto mayor estará solo en casa, tenga la posibilidad de realizar actividades productivas que lo ayuden a mantenerse activo físicamente y lo alejen de la monotonía hogareña.

Una opción son las manualidades, que van desde pintura, hasta la preparación de una rica cena familiar. Además están los cursos en fundaciones o centros gerontológicos que ofrecen no solo manualidades sino también espacios para ejercitarse y mantenerse saludables.

Además que en estas actividades hacen nuevas amistades y tienen la posibilidad de compartir las experiencias vividas a lo largo de su vida.



“Comodidad y seguridad con tu estilo.”



Incontinencia Leve

Productos diseñados para escapes de orina pequeños



Incontinencia Fuerte

Productos diseñados para escapes de orina abundante



Toallas Húmedas

Con vitamina E y extracto de avena que protege la piel de irritaciones.



Cremas para el cuidado de la piel.

Tres productos diferentes para limpiar, proteger y restaurar la piel.

Post 55: Red social adulta

Se demoraron en subirse al tren de las nuevas tecnologías, pero cada vez son más las personas mayores que disfrutan de Internet y, por supuesto, las redes sociales, ya que les dan una vía más cercana y expedita para comunicarse con sus seres queridos.

Pensando en lo que los más mayores buscan en la web 2.0, nació Post55, una red social exclusiva para las personas que ya pasaron su cumpleaños 55 y que no le tienen miedo a la tecnología. De origen español, viene dispuesta a conquistar personas en todo el mundo.

Si bien la cantidad de usuarios que tiene es baja (sólo 4500), Post55 no se ha hecho ninguna promoción en los meses que lleva en Internet.

Su premisa es clara. Ofrecer herramientas de socialización virtual y comunicación orientadas específicamente a los mayores de 55.

Por ello, en Post55 todo es simple de entender y, además, tienen su propio canal en YouTube con tutoriales para aprender a utilizarla bien.

Acá la idea es comunicarse y compartir, en un universo creado para personas que tienen inquietudes similares en el uso de las redes sociales.

Post55 está abierta a personas de habla hispana de todo el mundo y espera posicionarse en un segmento que no es para nada pequeño. Tan sólo en España, el 19% de las personas tiene más de 60 años, tendencia que va en crecimiento y se repite en todo el mundo.

Hoy, los mayores son gente activa y que se está integrando al universo virtual y allí estará Post55, para acogerles y acompañarlos. Quién sabe, quizás un día tu abuelo te dé lecciones acerca de cómo usar algún servicio online.



España es pionera en tener red social para el adulto mayor.

POST 55

ACTIVIDADES GENTE GRUPOS FOTOS VÍDEOS BLOGS IDEAS CONCURSOS NOTICIAS AYUDA DIRECTORIO

Bienvenido a tu Comunidad
Haz nuevas amistades y comparte tus experiencias

Talleres gratis
Aprende a utilizar diferentes herramientas de informática e internet de forma gratuita

Juegos
Juega y pasa un buen rato en post55

Chistes
Los mejores chistes y el mejor humor de la comunidad los encontrarás en este grupo. Entra disfruta y comparte tus chistes

Tertulias
Entra en este grupo para opinar sobre temas de actualidad

Grupos
Encuentra grupos de diferentes temáticas y comparte con gente afín a tus gustos

Envejecimiento Activo
2012 es el año Europeo del Envejecimiento Activo.

Encuétranos en tus medios sociales: Facebook Twitter YouTube LinkedIn

6737 posts 6716 fotos 1966 vídeos 11540 usuarios 177 grupos 103 ideas

REGÍSTRATE





100% confianza

Adeshivo para protesis dental



Adeshivo para protesis dental



Pinceladas para atrapar al tiempo

Todos superan las seis décadas y sus pasos ya son lentos; la gente diría que tienen el peso de los años sobre sus hombros, pero ellos no sólo cargan el peso de los años, sino que son los ancianos y ancianas que buscan alternativas para no pensar en lo que pudo haber sido.

En Ipiales los programas de inclusión a las personas de la tercera edad se basan en capacitaciones en la elaboración de manualidades.

Una botella desechable y acrílicos de diferentes colores cobran vida a través de las manos de don Manuel Temac y Mercedes Solarte.



Mientras modelan rosas y flores, sonríen un poco, sus conversaciones se basan en el pasado, y lo importante que fue la vida cuando ellos eran jóvenes.

Algunas manos temblorosas se detienen cuando la instructora se acerca a ellos, esperan instrucciones como los niños que afanosamente realizan las tareas. Juegan con sus manos pintadas como el arco iris y poco a poco sus posibles sueños van cobrando formas.

Don Manuel dejó de trabajar hace años, ya no recuerda cuántos pero ríe porque esta feliz de mantenerse ocupado.

Más de 120 familias fueron parte de una iniciativa de la secretaría de desarrollo humano en Ipiales, que tenía como objetivo aprovechar las habilidades innatas de las personas e iniciarlos en proyectos productivos en base a manualidades.

El plan no necesitó de altos costos y generó interés en los adultos mayores que buscan un momento de distracción a las largas jornadas de soledad y abandono.

Doña Michita solloza al recordar que ya no puede

EN IPIALES LOS PROGRAMAS DE INCLUSIÓN A LAS PERSONAS DE LA TERCERA EDAD SE BASAN EN CAPACITACIONES EN LA ELABORACIÓN DE MANUALIDADES.

valerse por sí sola y necesita que sus hijos le ayuden en los quehaceres de la casa.

“Es como si yo fuera la niña”, dice mientras le da color a las botellas recicladas. Sus manos hábilmente juegan con los colores. Cuando la veo me doy cuenta que de verdad parece una niña. “Me siento útil y me recreo un poco”.

“La tarde pasa rápido cuando estamos ocupados”, dice doña María, que mira cómo trabajan sus compañeros, dice que ya acabó de realizar su trabajo y espera que la pintura seque para darle el acabado a la pieza.

La casa de artes y oficios es una alternativa para que las personas de la tercera edad se distraigan

Sacar algo de dinero

La comercialización de estos productos en la feria son el objeto del proyecto, son artículos hechos a mano y con delicadeza, elaborados por personas que enfrentan día a día la vida.

Estos hombres y mujeres solo esperan que su trabajo sea apreciado y con lo que logren recaudar poder solventar algunos de sus gastos más urgentes, como medicina y necesidades básicas para subsistir.

Unos ya no creen en el futuro y trabajan por el placer de ser útiles, como indica don



Manuel, uno de los pocos hombres que asiste al programa de inclusión.

“Sólo quiero que reconozcan ahora mi trabajo. Eso nos hace sentir que todavía somos útiles para esta sociedad que avanza a pasos agigantados”, sonríe y con una brocha le da sentido a las figuras.

Parece dibujar su alma y soñar con la vida que aún quiere mantener entre sus manos.

Paso del tiempo

Los adultos mayores buscan alternativas para su tiempo libre, más aún cuando parece que por los años su trabajo pasó a ser una labor más.

La casa de artes y oficios es una alternativa para que las personas de la tercera edad se distraigan, una tarde basta para saber que ellos siempre tiene algo que contar.

• • • •



Sentirse útiles hace felices a los adultos mayores.



Nuevos

Plenitud[®]

Classic[®]

Pañales Desechables para Adultos

TECNOLOGÍA FIBRASEG[®]
mejor absorción de líquidos

PAÑALES DESECHABLES PARA ADULTOS

M MEDIANO
70-110 cm
40-75Kg / 88-165lb



Pérdidas abundantes

8

Unidades Unisex

INDUSTRIA ARGENTINA



CUENCA

Una de las más bellas en Ecuador

Cuenca, considerada una de las ciudades más bellas del Ecuador, por su arquitectura colonial y republicana, es cuna de intelectuales, hombres de ciencia, arte y artesanos que forjaron el desarrollo de la ciudad y la provincia. Es por eso que cuando decimos Cuenca, recordamos a la ciudad famosa por su artesanía, o las joyas de oro y plata.

Pero Cuenca en un principio no se llamaba así, sino Guapondélic o "Llano Grande como el cielo". Pero el Inca Túpac Yupanqui hizo degollar a 8 mil prisioneros y la llamo "Tomebamba" que quería decir "Llano del Cuchillo". Más tarde los españoles la fundaron como Cuenca.

Su conquista más reciente fue la declaratoria por parte de la UNESCO como Patrimonio Cultural de la Humanidad. Este mérito se sustenta en sus bienes patrimoniales tales como las Catedrales Nueva y Vieja y sus casas tradicionales.

Cabecera Cantonal: Cuenca

Fecha de Cantonización: 12 de abril de 1.557

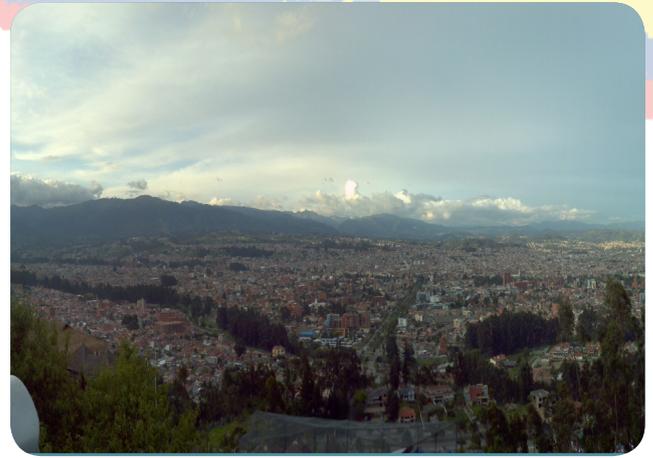
Fiestas más Importantes: Cantonización: 12 de Abril; Independencia de Cuenca: Noviembre; Fiesta de las cruces el 2 de mayo. En diciembre el Pase del Niño.

Actividades de las Fiestas: En diciembre se celebra el Pase del Niño, fiesta en la que se mezcla el folclor local con las tradiciones ancestrales y la fe religiosa.

El Septenario comienza con las fiestas del Corpus Cristi y tiene una duración de ocho días. Se realizan procesiones con fuegos artificiales y bandas de pueblo.

Centro Histórico de Cuenca

El centro histórico de Santa Ana de los Ríos de Cuenca es Patrimonio de la Humanidad declarado por la UNESCO, desde 1999,



pertenciente a la provincia del Azuay de Ecuador.

Su fundación data de 1557 por el historiador español Diego Hurtado de Mendoza, y su independencia fue declarada en 1820. Sin embargo, la historia del local se remonta a la aldea nativa de Cañari de Guapondeleg («tierra tan grande como el cielo», del año 500), más tarde conquistada por los incas y llamada Tomebamba.

Parque Nacional El Cajas

El Parque Nacional El Cajas está situado en los Andes, al sur del Ecuador, en la provincia de Azuay, a 33 km al noroccidente de la ciudad de Cuenca.

Los accesos más comunes al parque inician todos en Cuenca: Desde allí, la vía Cuenca-Molleturo atraviesa en Control de Surocucho en poco más de 30 minutos de viaje; más adelante, esta misma carretera pasa a orillas de la laguna La Toreadora donde están el Centro Administrativo y de Información del Parque. Siguiendo de largo hacia Molleturo, por esta vía se conoce el sector norte del Cajas y se serpentea entre varias lagunas mayores y menores. Para acceder al Parque desde la costa, la vía Molleturo-Cuenca es también la mejor opción.

Con el marco fundamental de un ecosistema paramero, existen en el Parque 232 lagunas bien definidas ubicadas sobre sus extensos valles; entre las más importantes están Lagartococha, Osohuaycu, Mamamag ó Taitachungo, Quinoascocha, La Toreadora, Sunincocha, Cascarillas, Ventanas y Tinguishcocha. Esta gran cantidad de lagunas regula y conserva a los riachuelos de la zona a través de su drenaje; ríos como el Tomebamba, el Mazán, el Yanuncay y el Migüir nacen en el Cajas y abastecen de agua potable a la ciudad de Cuenca; son, a la vez, principales aportadores del Complejo Hidroeléctrico Paute, que provee de electricidad a casi todo el país.

En las alturas de la Cordillera Occidental de los Andes, al oeste de la ciudad de Cuenca, se halla el Parque Nacional Cajas, formado principalmente por grandes elevaciones que guardan en su interior sistemas lacustres a manera de enormes cajas interconectadas, de aquí su nombre —Cajas—. En el área no existe una marcada regularidad del clima; se dan frecuentes heladas y hay presencia permanente de lloviznas (garúa) y neblina.

Fauna

Se encuentran venados de cola blanca, oso de anteojos, puma, ocelotes, venados del páramo, conejos de páramo y el tapir an-



dino. Las aves más importantes son el caracara, el cóndor, el tucán andino, patos y colibríes. El ratón de agua de Cajas es una especie endémica de parque. Al igual que la noroesteña Reserva Ecológica de El Ángel, las lagunas del Cajas son reconocidas y muy concurridas por sus truchas.

Atractivos

Laguna de Lagartococha: En sus orillas es posible acampar y el lugar es muy concurrido para la pesca deportiva. Al lado de Lagartococha está situada la “Cueva de los Muertos”, llamada así porque viajeros de hace más de un siglo habrían perecido en el sitio víctimas del paludismo.

Avilahuayco: Hace las veces de un mirador natural ó atalaya; el panorama que ofrece desde su cumbre es muy atractivo ya que desde allí se observan “las cajas” que dominan toda la zona.

Loma de Tres Cruces: Es una de las partes más altas del Parque donde se encuentra la divisoria de aguas entre aquellas que van hacia el Amazonas y las que avanzan hacia el Pacífico. El Camino de García Moreno cruza por allí y la tradición cuenta que debe su nombre a los muchos muertos que intentaron pernoctar el lugar en su viaje desde la costa, pero que por el intenso frío de la noche no lograron ver el amanecer.

Laguna Taitachungo (Mamamag): Partiendo de la Toreadora hay algunos senderos que conducen a ella. Desde aquí se puede seguir un trecho del Ingañán ó Camino del Inca hacia la cueva de Luspa. En Mamamag se han encontrado otros restos de construcciones preincaicas representados por gradas de piedra y cimientos de algún tipo de edificación, presumiblemente cuartos para pernoctar; más que viviendas, estas construcciones parecen haber servido de tambos, refugios de viaje, dado que el sitio es clave para el paso hacia la costa.

Actividad Cultural

Cuenca es conocida por su actividad cultural, tanto por su pasado histórico como por la gran cantidad de actividades que realiza como El Festival de Artes Escénicas y es sede del único evento de artes plásticas oficial del país la Bienal Internacional de Cuenca. También goza de una extensa variedad de programas culturales y tradicionales a lo largo del año como la fiesta del Corpus Christi que es celebrada en junio y la Fiesta de los Fieles Difuntos que se celebra en el Ecuador a nivel nacional el día 2 de Noviembre y se hace una sola festividad con las festividades del 3 de Noviembre durante las fiestas de conmemoración de la independencia, en

la cual se realiza un certamen patrocinado por el Municipio en el que se elige a la “Chola cuencana” del año que presidirá la Fundación del mismo nombre, entidad que impulsa varias obras sociales en las parroquias rurales. Otra gran festividad carga de tradición es el Pase del Niño Viajero que se realiza el día 24 de diciembre en las calles del Centro Histórico (aunque muchas personas también lo realizan durante el transcurso de los meses de Diciembre y Enero, llegando en algunas ocasiones hasta Febrero), en el que niños disfrazados de personajes de la Biblia, pastores, mayorales, cholos, gitanos, y otros, recorren las calles, organizados por familias, comunidades educativas, barriales, religiosas y parroquiales.



Museos

Museo de Arte Moderno.

En Cuenca existen numerosos museos, entre los que se pueden destacar:

Museo de Tierra y Artes del Fuego. Se sitúa en la “Casa de Chahuar-chimbana”, uno de los edificios patrimoniales de la ciudad. Su nombre significa “Lugar menos profundo del río”, por situarse en uno de esos puntos, a la orilla del río Yanuncay, uno de los 4 ríos que cruzan la ciudad.

Museo del sombrero de paja toquilla, (Carludivica palmata) también conocidos como “Sombrero Panamá”. Cuenca se sitúa entre los principales fabricantes de este tipo de sombrero.

Museo Municipal de Arte Moderno. Funciona en un edificio construido en 1876. Esta edificación funcionó como hogar de reclusión para alcohólicos, cárcel de varones y escuela, entre las más importantes funciones que cumplió la antigua Casa de la Temperancia.

Museo de la Antigua Catedral.

Museo de los Culturas Aborígenes. Cuenta con más de 8.000 piezas arqueológicas.

Museo del Banco Central. Data de los inicios de los años 80. Se encuentra ubicado en las ruinas de Pumapungo y tiene gran variedad de exposiciones.

Centro de Artes Populares Interamericano. Museo del CIDAP. Fundado en el 2004, el museo posee cerca de 7.000 piezas de colección, que comprenden artesanías de varios países latinoamericanos.

Museo de Jefferson Pérez. Tiene más de 200 fotos del nombrado campeón olímpico, ganador de la medalla de oro en los Juegos Olímpicos de 1996.



Adultos bien nutridos

La principal preocupación de quienes están encargados del cuidado del adulto mayor en casa, es su nutrición, por ello les presentamos una guía completa para la buena alimentación de los mayores de 60 años.

Agua:

La deshidratación es un riesgo en los adultos mayores, la sensación de sed se encuentra disminuida y por otro lado en muchos disminuye el control de la vejiga, por lo que el consumo de agua disminuye, es por eso importante un control en el consumo de líquidos, 8 vasos aproximadamente es lo recomendable, si se consumen jugos, leche u otros, estos se tomarían también en cuenta en estos 8 vasos de líquidos que necesitan a diario para una correcta hidratación.

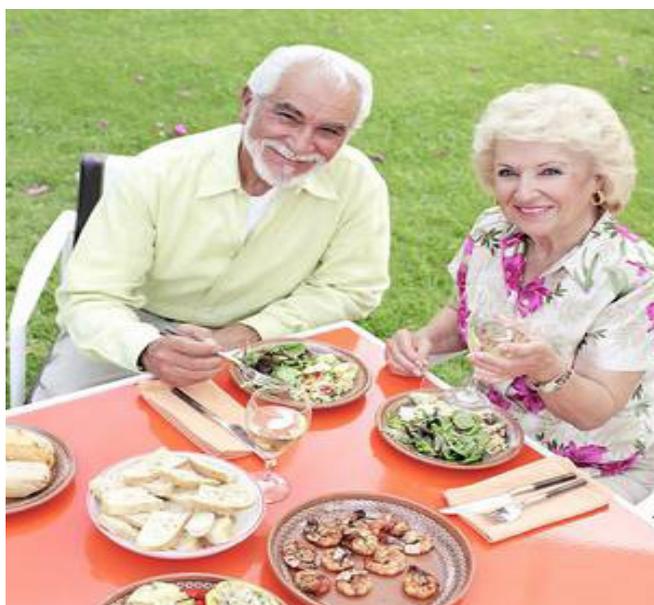
Energía y Actividad física:

El consumo energético disminuye con la edad, además la actividad física también disminuye, por lo que las calorías diarias consumidas disminuyen 5% por cada década, también hay pérdida de masa muscular y ósea.

Para evitar la pérdida de masa muscular y mantenerse saludables, se recomienda ejercicio físico moderado como caminar, nadar, bailar, tres días a la semana, 30 a 45 minutos. Y realizar a diario actividades cotidianas activas por lo menos 60 minutos, como jardinería, subir escaleras, salir a pasear, ordenar la casa, etc.

Proteínas:

Problemas de masticación por falta de piezas dentales o problemas de encías, hacen que el consumo de proteínas disminuya, pequeñas porciones, desgrasadas y troceadas de carnes magras, pollo, pescado, granos, queso, leguminosas son de crucial relevancia



Es importante que el adulto mayor consuma frutas a diario para mantenerse saludable y activo.

en la dieta diaria del anciano, respecto al consumo de lácteos esto dependerá de la tolerancia que les tengan o si no preferir los productos lácteos deslactosados y bajos en grasa.

Carbohidratos:

Se recomienda el consumo de carbohidratos variados y en porciones moderadas, arroz, fideos, pan integral y no se debe olvidar de alimentarse diariamente con vegetales y frutas. Los carbohidratos simples, postres, azúcar, mermeladas, miel, deben consumirse ocasionalmente y evitarse si sufren alguna enfermedad que los prohíba. El consumo de alcohol debe evitarse ya que deshidrata y deprime.

Grasas:

Los ancianos necesitan comer grasas saludables como el aguacate, nueces, almendras, aceite de oliva en porciones adecuadas.

Vitaminas y minerales:

Una alimentación balanceada provee vitaminas y minerales en los adultos, pero en los ancianos la suplementación es necesaria respecto a cierto grupo de microelementos tales como: Vitamina A, B12, D y minerales como el hierro, calcio y zinc.

Alimentación balanceada y ejercicio

Naturalmente el adulto mayor experimenta cambios biológicos y esto hace que sea un grupo con riesgo de desnutrición, por lo cual

Hidratación y ejercicios

es necesaria una alimentación adecuada para sus necesidades y actividad física para que puedan tener una mejor calidad de vida. Según datos del Centro Latinoamericano de Demografía (CELA-DE), la población de 60 años y más está aumentando sostenidamente en todos los países de América Latina y el Caribe.

Advierten que para 2025 habrá 57 millones de adultos mayores, adicionales a los 41 millones registrados en 2000, y mencionan que entre 2025 y 2050, este incremento será de 86 millones de personas.

Este aumento de la población de adultos mayores ha provocado interés de investigadores en identificar los factores que pueden influir en un envejecimiento saludable. Uno de estos factores clave es el estado nutricional, un componente fundamental para que el adulto mayor conserve su independencia y autonomía.

Correcta hidratación

El doctor y especialista en nutrición panameño, Alfredo Matos, señala que debemos procurar una alimentación balanceada en todas las etapas de la vida, y que esta deberá ser suficiente en cantidades, completa en porciones de los diferentes grupos de alimentos, variada y adecuada para las condiciones físicas de cada persona.



También advierte que algunos cambios ambientales que llevan a la desnutrición en el adulto mayor son pocos recursos económicos, abandono de familiares, el hecho de que comen solos y algunos no pueden cocinarse sus alimentos. Por otro lado, están los cambios fisiológicos como la pérdida de dientes, la disminución del apetito debido a anorexia patológica del envejecimiento y gran pérdida de masa muscular y masa ósea que les lleva a debilidad progresiva.

“El problema es que hemos aprendido que ser adulto mayor es sinónimo de estar delgado y, en verdad, gran parte de esa delga-

dez significa desnutrición severa que puede llegar a su máxima expresión conocida como “fragilidad” en este grupo etario.

Es necesario quitarnos el tabú de que los adultos mayores son gente muy delgada y tener claro que requieren de una nutrición balanceada, acorde a sus necesidades y estilo de vida”, agregó el especialista.

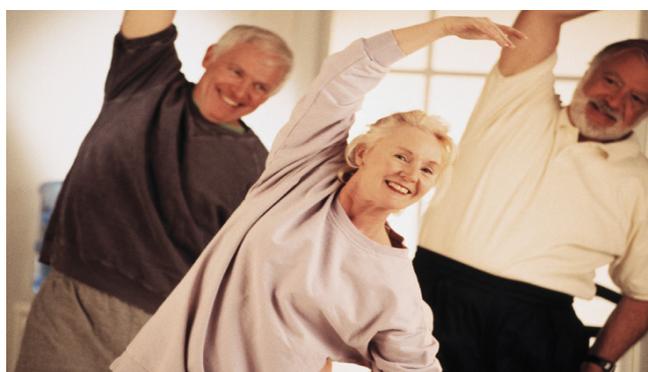
El doctor Matos, señala que es muy importante la ingesta de proteínas porque son fundamentales para mantener la formación de proteínas en el cuerpo. Por otro lado, es necesaria la ingesta de antioxidantes para controlar los daños en las estructuras celulares, el cual se expresa mucho más en las personas de la tercera edad.

Además, menciona que como en todas las etapas de la vida, una correcta hidratación resulta esencial para mantener un buen estado de salud. Ante la presencia de insuficiente cantidad de agua en el organismo se presenta la deshidratación que puede provocar caídas, infección del tracto urinario, enfermedad dental, trastornos broncopulmonares, cálculos renales, constipación y deterioro de la función cognitiva. Indica que existen diferentes fuentes de hidratación a partir de los alimentos y bebidas, entre las que se encuentran el agua potable, jugos, refrescos, leche, café, té, frutas y verduras.

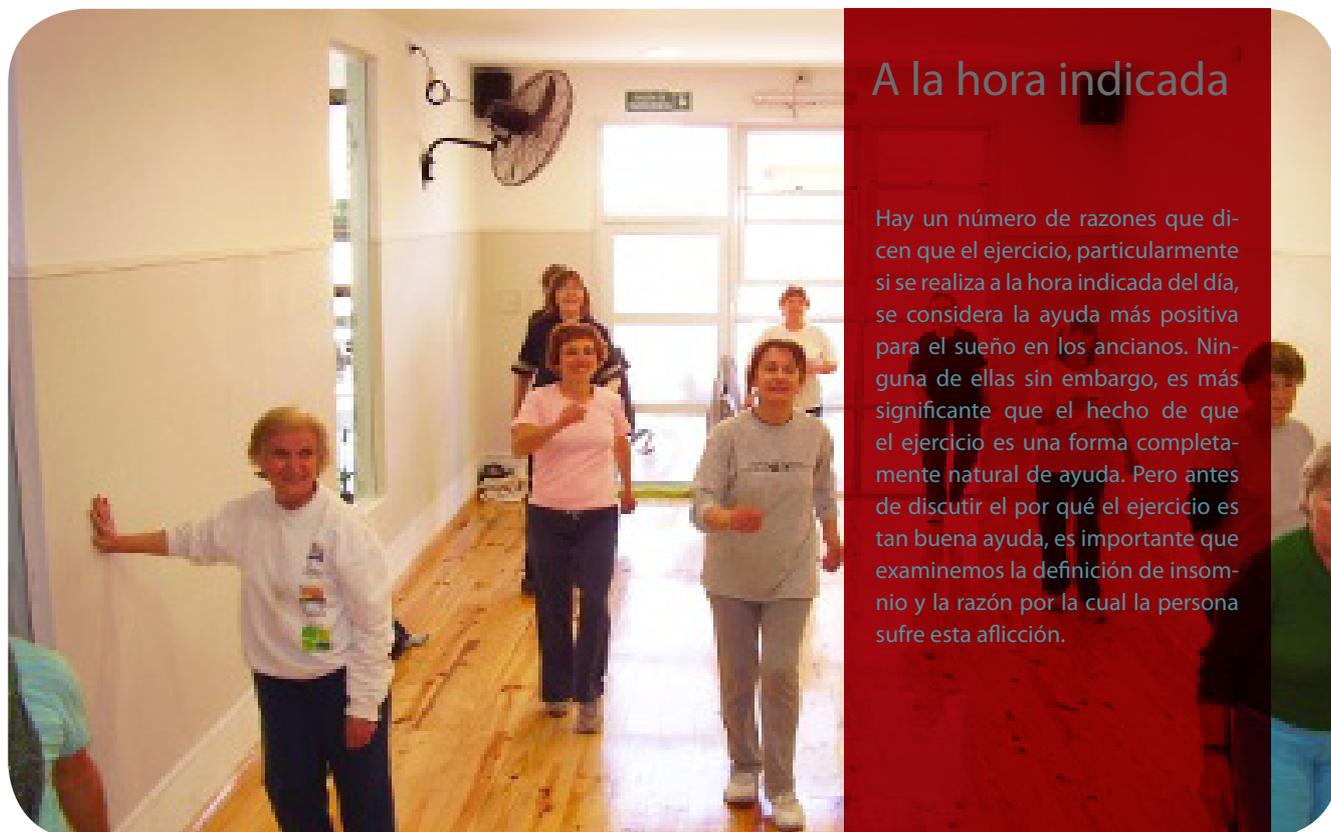
Por último, para el diabético, el doctor Matos recomienda el consumo de alimentos y bebidas endulzados con edulcorantes no calóricos, ya que pueden ayudar a que la dieta sea más variada y que el paciente se apegue a ella con mayor facilidad.

Recomendaciones para una adecuada alimentación del adulto mayor:

- Garantizar un adecuado aporte de proteínas en las 3 comidas del día.
- Carbohidratos: cuidando que no se eleve la glucemia si son diabéticos.
- Grasas: cuidando que no se eleve el colesterol y los triglicéridos.
- Hierro: muchos tienen anemia.
- Calcio: para prevenir o tratar la osteoporosis.
- Sodio: algunos son hipertensos y deben bajar su consumo.
- Vitaminas: muy necesarias por sus funciones antioxidantes.
- Fibra: para evitar el estreñimiento.



Siempre en movimiento



A la hora indicada

Hay un número de razones que dicen que el ejercicio, particularmente si se realiza a la hora indicada del día, se considera la ayuda más positiva para el sueño en los ancianos. Ninguna de ellas sin embargo, es más significativa que el hecho de que el ejercicio es una forma completamente natural de ayuda. Pero antes de discutir el por qué el ejercicio es tan buena ayuda, es importante que examinemos la definición de insomnio y la razón por la cual la persona sufre esta aflicción.

En su nivel más básico, el insomnio se define como una dificultad para dormirse o quedarse dormido, o experimentar sueño que parezca inadecuado o fallo de producir el sentimiento de frescura que el sueño normal provee, a pesar de la longitud del tiempo que se pase haciéndolo.

El insomnio no se considera una enfermedad, sino más bien un síntoma de distintas causas. Entre las distintas cosas que pueden llevar al insomnio, los médicos notan que los desórdenes físicos, el beber grandes cantidades de alcohol por la mañana, los problemas emocionales y el estrés son las principales. La investigación también ha mostrado que algunas veces la falla de sueño simplemente se debe a la falta de fatiga.

Es importante notar que la dificultad de dormir es común entre todos los grupos de edad, desde los más jóvenes hasta los ancianos. La información indica que cerca del 10% de los adultos tienen brotes regulares o crónicos de insomnio.

Debido a que el ejercicio afecta al cuerpo de tantas maneras positivas, es claro que la opción más natural para ayudar tiene que ver con las cuestiones del sueño. El ejercicio regular primero ayudará a cansar al cuerpo físicamente, asegurando una forma natural de fatiga que el cuerpo responderá con la necesidad de irse a dormir.

La única consecuencia negativa de hacer ejercicio por la noche es que se puede estimular al corazón y al cerebro demasiado antes de irse a dormir. Este ejercicio ha dejado a la gente despierta.

Ejercicios para ancianos

El envejecimiento es un proceso natural y no una enfermedad. Recomienda a las personas dedicadas al cuidado del adulto mayor tener mucha paciencia y sobre todo conocimientos básicos de la biología del envejecimiento y los aspectos que pueden contribuir o no a un óptimo estado nutricional.

Además, indica que el cuidador debe incentivar la práctica de actividad física regular en el adulto mayor. Menciona que la actividad física es una de las prioridades en salud pública en todas las edades.

Para los adultos mayores es fundamental como forma de prevención de enfermedades crónico-degenerativas. En esta etapa de la vida están indicadas de preferencia las actividades aeróbicas de bajo impacto, como caminar, nadar, bailar o andar en bicicleta.

Agrega que los principales beneficios evidenciados científicamente de la actividad física regular para los adultos mayores son el aumento de la masa muscular, fuerza muscular, flexibilidad y densidad ósea, aumento del volumen sistólico, ventilación pulmonar, disminución de la frecuencia cardíaca y de la presión arterial y mejora del perfil de lípidos.

Existe también mejora del auto-concepto, auto-estima y disminución del stress, ansiedad, insomnio, consumo de medicamentos y mejora de las funciones cognitivas y de la socialización.

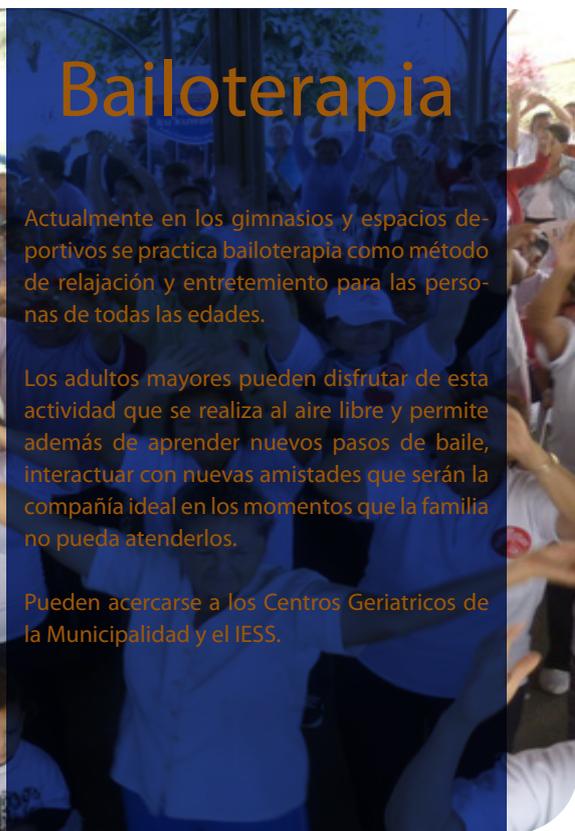


Bailoterapia

Actualmente en los gimnasios y espacios deportivos se practica bailoterapia como método de relajación y entretenimiento para las personas de todas las edades.

Los adultos mayores pueden disfrutar de esta actividad que se realiza al aire libre y permite además de aprender nuevos pasos de baile, interactuar con nuevas amistades que serán la compañía ideal en los momentos que la familia no pueda atenderlos.

Pueden acercarse a los Centros Geriátricos de la Municipalidad y el IESS.



Cuidado con tu Corazón

La presión arterial es una medición de la fuerza ejercida contra las paredes de las arterias a medida que el corazón bombea sangre a través del cuerpo.

Las lecturas de la presión arterial generalmente se dan como dos números. Por ejemplo, 120 sobre 80 (escrito como 120/80 mmHg). Uno o ambos de estos números pueden estar demasiado altos.

El número superior se denomina presión arterial sistólica y el número inferior presión arterial diastólica.

La presión arterial normal es cuando mide menos de 120/80 mmHg la mayoría de las veces.

La presión arterial alta (hipertensión) es cuando la presión arterial es de 140/90 mmHg o por encima la mayoría de las veces. Si los números de su presión arterial están entre 120/80 y 140/90 o superior, pero por debajo de 140/90, esto se denomina prehipertensión.

Causas

Muchos factores pueden afectar la presión arterial, como: Qué tanta cantidad de agua y sal uno tiene en el organismo Estado de los riñones, sistema nervioso o los vasos sanguíneos Los niveles de diferentes hormonas en el cuerpo

A usted muy probablemente le dirán que su presión arterial está demasiado alta a medida que vaya envejeciendo. Esto se debe a que sus vasos sanguíneos se vuelven más rígidos con la edad. Cuando esto sucede, su presión arterial se eleva. La hipertensión arterial aumenta la probabilidad de sufrir un accidente cerebrovascular, un ataque cardíaco, insuficiencia cardíaca, enfermedad renal y la muerte temprana.

La hipertensión causada por otra afección médica o medicamento se denomina hipertensión secundaria y puede ser por:

Enfermedad renal crónica.
Trastornos de las glándulas suprarrenales (feocromocitoma o síndrome de Cushing).
Embarazo (ver: preeclampsia).
Medicamentos como píldoras anticonceptivas, algunos medicamentos para el resfriado y medicamentos para la migraña.
Estrechamiento de la arteria que suministra sangre al riñón (estenosis de la arteria renal).
Hiperparatiroidismo

Síntomas

La mayor parte del tiempo, no hay síntomas. En la mayoría de las personas, la hipertensión arterial se detecta cuando van al médico o se la hacen medir en otra parte.

Debido a que no hay ningún síntoma, las personas pueden de-



sarrollar cardiopatía y problemas renales sin saber que tienen hipertensión arterial

Si usted tiene un dolor de cabeza fuerte, náuseas o vómitos, confusión, cambios en la visión o sangrado nasal, puede tener una forma grave y peligrosa de hipertensión arterial llamada hipertensión maligna.

El médico llevará a cabo un examen físico para buscar signos de cardiopatía, daño a los ojos y otros cambios en el cuerpo.

Se pueden hacer exámenes para buscar

Niveles altos de colesterol .
Cardiopatía, como ecocardiografía o electrocardiografía.
Nefropatía, como pruebas metabólicas básicas y análisis de orina o ecografía de los riñones.

Tratamiento

El objetivo del tratamiento es reducir la presión arterial, de tal manera que uno tenga un riesgo menor de complicaciones. Usted y su médico deben establecer una meta de presión arterial para usted.

Si usted tiene prehipertensión, el médico le recomendará cambios en el estilo de vida para bajar la presión arterial a un rango normal. Los medicamentos rara vez se utilizan para la prehipertensión.

Usted puede hacer muchas cosas para ayudar a controlar su presión arterial, como:

Consumir una alimentación cardiosaludable, incluyendo potasio y fibra, y tomar bastante agua. Ver: hipertensión arterial y

Contra la Hipertensión

dieta.

Hacer ejercicio regularmente (al menos 30 minutos de ejercicio aeróbico por día).

Si usted fuma, dejar de hacerlo (encuentre un programa que le ayude a dejar de fumar).

Reducir la cantidad de alcohol que toma (1 trago al día para las mujeres, 2 para los hombres).

Reducir la cantidad de sodio (sal) que consume (procure que sea menos de 1,500 mg por día).

Reducir el estrés. Trate de evitar factores que le causen estrés e igualmente puede ensayar meditación o yoga.

Permanecer en un peso corporal saludable (busque un programa para adelgazar que le ayude, si lo necesita).

Su médico puede ayudarle a encontrar programas para bajar de peso, dejar de fumar y hacer ejercicio. Usted también puede lograr que el médico lo remita a un nutricionista que pueda ayudarle a planear una dieta que sea saludable en su caso.

Hay muchos medicamentos diferentes se pueden emplear para tratar la hipertensión arterial.

A menudo, un solo fármaco para la presión arterial puede no ser suficiente para controlarla y es posible que usted necesite tomar dos o más. Es muy importante que usted tome los medicamentos que le recetaron. Si presenta efectos secundarios, el médico puede sustituirlos por un medicamento diferente.



Pronóstico

La mayoría de las veces, la presión arterial alta se puede controlar con medicamentos y cambios en el estilo de vida.

Posibles complicaciones

Cuando su presión arterial no está bien controlada, usted está en riesgo de:

Sangrado de la aorta, el vaso sanguíneo grande que suministra sangre al abdomen, a la pelvis y a las piernas

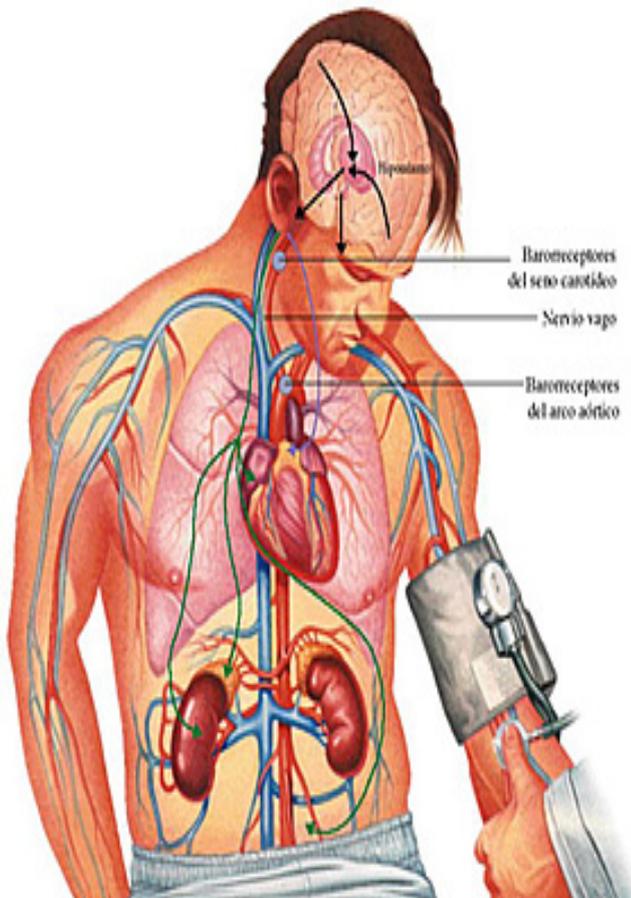
Enfermedad renal crónica

Ataque cardíaco e insuficiencia cardíaca

Mala circulación a las piernas

Accidente cerebrovascular

Problemas con la visión La principal preocupación de quienes están encargados del cuidado del adulto mayor en casa, es su nutrición, por ello les presentamos una guía completa para la buena alimentación de los mayores de 60 años.



Hacer ejercicio por 30 minutos al día puede contribuir a la pérdida de peso, lo cual a su vez puede reducir la presión sanguínea

Adulto Mayor y el Sexo

Un estudio norteamericano revela que los mayores de 65 años que practican sexo, al menos una vez al mes, son más felices con sus parejas que aquellos que nunca hacen deporte bajo las sábanas

La Razon.- No es recomendable practicarlo sólo como «quitapeñas», pero bien ejecutado, en sintonía con quien acompaña, el sexo nos hace más felices, especialmente cuando nos hacemos mayores. De hecho, cuanto más frecuentes son las relaciones sexuales en la tercera edad, más felices declaran éstos ser en su matrimonio.

Lo dicen científicos norteamericanos que han realizado un estudio al respecto y cuyos resultados fueron representados en el 64 Congreso Anual de la Sociedad Americana de Gerontología (GSA por sus siglas en inglés), celebrado en Boston. Según la autora del trabajo, Adrienne Jackson, de la Universidad de Florida, «este trabajo ayudará en el desarrollo y la organización de intervenciones específicas de salud sexual para este creciente segmento de la población».

Más y más

En el proyecto participaron más de 230 personas casadas mayores de 65 años y tuvieron en cuenta su edad, sexo, estado de salud, y satisfacción por la situación financiera. Jackson y sus colegas descubrieron que la frecuencia de la actividad sexual era un factor muy significativo tanto en la felicidad individual como en la matrimonial. Así, el 60 por ciento de los encuestados



que tenían sexo, al menos una vez al mes, aseguraban que eran «muy» felices. En cuanto a su vida marital, el 80 por ciento de los participantes aseguró estar encantado con su vida marital.

Y es que el sexo rejuvenece. Al menos así lo asegura el director de Medicina Conductual del Hospital de Beaumont, en Detroit (EE UU), Paul Pearsall en su obra «El Código del corazón» en el que habla del «sexo curativo». Pearsall asegura que el buen sexo «no sólo divierte, sino que reduce los dolores de cabeza, y los síntomas relativos a la artritis crónica». Y, en su justa medida, claro, ayuda a mantener en buena forma el corazón.

«Calladito» se lo tienen

De sobra conocen los beneficios de retozar en la cama, aunque se hagan los sorprendidos e incluso finjan escandalizarse con lo que ven y oyen de los jóvenes.

El último trabajo del Centro de Estudios del Envejecimiento de la Universidad de Duke revelaba que era pasados los 40 cuando las mujeres sentían mejorar sus orgasmos. De hecho, el 72% de las encuestadas afirmaron que habían comenzado a disfrutar más en la cama tras la llegada de la temida menopausia. Y ellos reconocieron que a los 50 tenían una mejor vida sexual que a los 30.

Ahora bien, el cómo lo consiguen tiene muchas variantes. Lo que es importante en todas ellas es intentar mantenerse en forma, no sólo física, sino mentalmente. Eso, y hacer cosas que se creían olvidadas o recrear aquellas que nunca se atrevieron a realizar. Desde la clásica cena romántica o una salida cultural, a preparar un viaje sorpresa. En definitiva, volver a «ser novios».



Cuanto más frecuentes son las relaciones sexuales en la tercera edad, más felices declaran éstos ser en su matrimonio.

TEATRO

SÁNCHEZ AGUILAR

SAMBORONDÓN - ECUADOR

Eventos del Teatro Sánchez Aguilar

	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
	1	2	3	4	5	6	7
27	7:30 Fragmentos de ...		7:00 Sofia - Café Co ...	4:00 Para oírte mejo ... 7:00 ¡Uhl! ¡ahl! Cuent ...		7:00 Karaoke (Orques ...	7:00 Karaoke (Orques ...
	8	9	10	11	12	13	14
28	7:00 Karaoke (Orques ...		7:00 VAM Jazz - Café ...	7:00 Los cuentos de ... 8:30 Richard Dowling ...	8:30 Mimi Lazo - Fes ...	8:30 William Díaz - ...	8:30 Julián Arango - ...
	15	16	17	18	19	20	21
29			7:00 Le Tangó - Café ...	7:00 Madame Aysatha ... 8:30 Juan Andrés Bar ...		8:30 Visa a los 90's ...	8:30 Visa a los 90's ...
	22	23	24	25	26	27	28
30			7:00 Guayabera Blues ...	7:00 De sirenas, mús ... 8:30 Juan Carlos Esc ...		8:30 Raúl di Blasio ...	8:30 Raúl di Blasio ...
	29	30	31				
31			7:00 Sofia - Café Co ...	1	2	3	4





Alistan universidad para adultos mayores

Judith es una de los 70 preinscritos en la Universidad del Adulto Mayor. Ella pertenece al hogar Miguel León.

Antes de firmar el convenio con la Universidad de Cuenca ya se han presentado muchas personas que preguntan por esta iniciativa que inició como un sueño el año anterior, dice sor Patricia Rodríguez, coordinadora del programa en el hogar Miguel León.

“La Universidad para el Adulto Mayor no es una cátedra académica es una universidad de la vida en donde los participantes compartirán experiencias”, expresó la religiosa. Por su parte, Judith Aguirre aguarda el momento en el que inicien las clases. Considera que “es una forma de progresar hasta el último momento y tener más conocimientos”.

Durante los cinco años de permanencia en el centro, Judith se siente feliz de poder estar en diversas actividades y a su edad continúa pensando “que nada es impedimento” cuando se quieren hacer las cosas. Además, su hijo la apoya.

Objetivo

El Departamento de Educación Continua de la Universidad de Cuenca firmará en los próximos días un convenio con el centro gerontológico Miguel León para llevar a cabo este programa educativo.

Mejorar la calidad de vida de los adultos mayores mediante estos procesos “es una forma para que ellos se involucren y se

sientan independientes”, dijo Marcelo Vázquez, director del departamento.

La mayoría de los aspirantes no pertenecen al centro gerontológico. Los adultos mayores que formarán parte de este grupo tienen como uno de los requerimientos mantener las capacidades físicas para su normal desempeño.

La meta es formar personas independientes, que al estar con la familia no sean una carga y puedan aportar económicamente. “Para ellos, dar un dólar en la casa los hace útiles”, según sor Patricia Rodríguez. (RET)

Programa tendrá cursos integrales de formación

La Universidad para el Adulto Mayor es una iniciativa que nació del centro gerontológico Miguel León, ubicado en las calles Bolívar y Estévez de Toral, y la Universidad de Cuenca.

Las clases son cursos integrales de formación en donde estarán integrados varios lineamientos como producción agrícola, mantenimiento de jardines, productos que generen recursos económicos.

No hay límite de edad, es un programa abierto que funcionará en el hogar Miguel León con un total de tres módulos cada uno. Tendrán una duración de tres meses y se espera iniciar en septiembre de este año.

Hay asignaturas como gerontología, el buen vivir, comunicación electrónica y más.

Alrededor de 15 son los profesores que impartirán las capacitaciones en el centro, entre ellos están Saúl Chalco y Flor María Salazar, catedráticos de la Universidad de Cuenca. El costo por módulo es de 50 dólares; para mayor información pueden acercarse al centro gerontológico Miguel León.

Convenio MIES - Organizaciones Sociales



El pasado 29 de junio 6 organizaciones sociales firmaron un convenio con la Ministra de Inclusión Económica y Social (MIES), María de los Ángeles Duarte, que les permitirá a través del Instituto Nacional de Economía Popular y Solidaria (IEPS) impulsar el crecimiento de sus microempresas y que beneficiarán a 578 familias.

El evento, que se realizó en el Embarcadero de la Cooperativa Madrigal de la Isla Trinitaria, reunió a varios sectores de Guayaquil, Durán y de la parroquia de Cauchiche, de la Isla Puná. Cada representante de las organizaciones acudió no solo para firmar el convenio, sino que explicó en qué consistía su proyecto.

Foto 1.- Presentación y firma de convenio

Foto 2.- Las socias de la Coop. de Todas junto a la gerente Mariana Giller



Graduación Erika Vanegas

Erika Isabel Vanegas Vélez obtuvo su título de Odontóloga de la Universidad Estatal de Guayaquil el pasado 8 de mayo. La ceremonia se efectuó en el Centro Cristiano y Erika estuvo junto a sus compañeros y familia.

Foto 1: Erika junto a sus compañeros.

Foto 2: Miguel Vanegas, Erika y su abuelita Gregoria Pacheco.

Foto 3: Erika lució muy sonriente y orgullosa.



zero

VISA  BANCO DE GUAYAQUIL
MULTIBANCO
SÓLIDAMENTE A SU LADO

¡FELICITACIONES!

A TODOS LOS GANADORES DE ESTA
EXPERIENCIA CON CERO COSTOS



GANADORA DEL VIAJE

María Carlota Lucín Burgos GUAYAQUIL

Un viaje para dos personas al Royal
Decameron Mompiche



GANADORES DE LOS IPADS

Tomás Ernesto Misas Pulido QUITO

Ricardo Antonio Zavala Mancero GUAYAQUIL

Un ipad por ganador



GANADORES DE LAS CENAS

Dario Germán Chico Barrionuevo QUITO

Diego Fernando Andrade Guzman QUITO

Jorge Luis Hidalgo Chasi LOJA

Una cena para 4 personas por ganador



Para mayor información comunícate al 3730100

AAA-

www.bancoguayaquil.com

ANEXOS

ANEXO 1

ENCUESTA

REVISTA PARA EL ADULTO MAYOR

Edad: _____

Sexo: _____

1) ¿Conoce algún medio de comunicación dirigido al adulto mayor?

SI ()

NO ()

2) ¿Le gustaría que exista una revista dedicada al adulto mayor?

SI ()

NO ()

3) Marque con una X los temas de su interés

Salud ()

Nutrición ()

Sexualidad ()

Familia ()

Cine ()

Cocina ()

Manualidades ()

Actividades Económicas ()

Historias de Emprendimiento ()

Fundaciones de Ayuda al Adulto Mayor ()

Deportes ()

Turismo ()

Ejercicios especializados ()

Otros _____

4) ¿Cuántas veces al mes le gustaría que circulara la revista? Marque con una X

Semanal () Quincenal () Mensual ()

5) ¿Hasta cuánto está dispuesto a pagar por una revista que le de toda la información que usted necesita?

\$0 () \$1 () \$2 () \$3 ()

6) ¿Le gustaría suscribirse?

SI () NO ()

7) ¿Le gustaría ser parte activa de la revista? Por ejemplo, escribiendo editoriales.

SI () NO ()

8) ¿Le gustaría que sus eventos sociales sean publicados en la revista?

SI () NO ()

9) ¿Desea conocer sobre sitios y promociones turísticas para el adulto mayor?

SI () NO ()

10) ¿Si tiene una microempresa, le gustaría darla a conocer en la revista a un precio módico?

SI () NO ()

ANEXO 2

ENTREVISTA DIRIGIDA A PROFESIONALES DE LA COMUNICACIÓN

REVISTA PARA EL ADULTO MAYOR

1.- ¿Considera que los actuales medios de comunicación de Guayaquil otorgan espacio suficiente a los adultos mayores?

2.- ¿Cree que la falta de información especializada para este grupo poblacional los afecta de alguna manera?

3.- ¿Considera factible crear un medio de comunicación especializado en el adulto mayor?

4.- ¿Cuál cree que sería el mejor medio de difusión para estas personas: impreso, televisivo, radial o página web? ¿Por qué?

5.- ¿Estaría dispuesto a ser parte activa de la revista?

ANEXO 3

ENTREVISTA DIRIGIDA A MAYORES DE 60 AÑOS

REVISTA PARA EL ADULTO MAYOR

1.- ¿Considera que los medios de comunicación ofrecen información de calidad para el adulto mayor? ¿Por qué?

2.- ¿Considera que los actuales medios de comunicación deben aumentar el porcentaje de notas relacionadas a su grupo poblacional?

3.- ¿Considera que la falta de información en los medios de comunicación afecta de alguna manera la relación del adulto mayor y su familia?

4.- ¿Cree necesario un espacio informativo especializado en el adulto mayor?

5.- ¿Prefiere un medio escrito, radial o televisivo? ¿Por qué?

6.- ¿Conoce de actividades para el adulto mayor?

7.- ¿Es parte de alguna fundación o centro que brinda atención al adulto mayor? ¿Nos comenta su labor?



COTIZACIÓN			
<i>Fecha</i>	Guayaquil, 26 de abril de 2012	<i>Vendedor</i>	Jonathan Castro
DESCRIPCIÓN			
1 Impresora multifunción HP			\$86
2 Cables USB tres puertos			\$14
3 Reguladores de voltaje			\$135
1 Split LG de 12000 BTU			\$890
1 Teléfono Inalámbrico Panasonic			\$72
3 Mesas para PC con niveles			\$105
5 Sillas para Oficina			\$160
TOTAL			\$1.466



FECHA	SOLICITADO POR	
Guayaquil, 25 de abril de 2012	ANDREA CORNEJO	

ITEM	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	VALOR	TOTAL
COMPUTADORA PC	HP 310-1126	3	\$720	\$2160
MINI LAPTOP	HP, 1 GB, 1.6 GHZ	2	\$334	\$668
CÁMARA FOTOGRÁFICA	NIKON 16 MP	1	\$170	\$170
DISCO DURO EXTERNO	750 GB MARCA WESTERN	1	\$120	\$120
ROUTER	2 ANTENAS MARCA AIRLINK	1	\$30	\$30
MINI MESA LAPTOP	COLOR BLANCO	2	\$20	\$40
PENDRIVE	8 GB	2	\$12	\$24
			Subtotal	\$1.406
			TOTAL	\$3.212



Diseñamos su oficina gratis

Oficinas Dirección: Alborada 6ta etapa Mz. 623 V.1 Diagonal al Centro Comercial "La Rotonda"

Teléfonos: 2249882 / 6040524 / 099195446 / 090777592 / 099405682

COTIZACIÓN

ITEM	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	VALOR	TOTAL
ARCHIVADOR	MEDIANO COLOR NEGRO	2	\$80	\$160
PIZARRA	ACRILICA MEDIANA BLANCA	1	\$35	\$35
TOTAL		3	\$115	\$195



COTIZACIÓN TRABAJOS GRÁFICOS

Cantidad	Descripción	Total
500	Volantes Full Color	\$500
500	Dípticos	\$500
500	Hojas Membretadas, Diseño e Impresión	\$90
10.000	Revistas Full Color, Grapadas	\$5.500
TOTAL		\$6.590