

PAZILDA: LA MUJER RESILIENTE EMPRENDEDORA Y LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL ADULTO MAYOR

Pazilda: the resilient enterprising woman and physical activity in the elderly

Dr. C. Maizie Fuentes Sánchez*, <https://orcid.org/0000-0001-8562-2439>

Yuzhina Fuentes Sánchez

Universidad de Oriente, Cuba

*Autor para correspondencia. email mfuentes@uo.edu.cu

Para citar este artículo: Fuentes Sánchez, M. y Fuentes Sánchez, Y. (2023). Pazilda: la mujer resiliente emprendedora y la actividad física en el adulto mayor. *Maestro y Sociedad*, (Monográfico Educación Médica), 460-466. <https://maestrosociedad.uo.edu.cu>

RESUMEN

El objetivo del artículo es elaborar un proyecto para la atención al adulto mayor denominado Pazilda Cuidados a Domicilio en la que se realce el empoderamiento de la mujer resiliente como vía de empleo y la actividad física. Entre los antecedentes Dumas (2008) y Aldana (2022) los cuales se refieren a la capacidad de trabajo en el adulto mayor, por su parte también la creación de actores económicos que favorecen el modelo de desarrollo económico social y se reconocen las Micro Pequeñas y Medianas Empresas (MIPYMES) en el sector privado a partir de DL 46 de 2021, y con ello se le amplía el abanico de actividades que pueden realizar. De ahí, la necesidad de este proyecto.

Palabras clave: Pazilda, cuidados, mujer resiliente, empoderamiento, actividad física.

ABSTRACT

The objective of the article is to develop a project for the care of the elderly empowerment of resilient women is enhanced as a way of employment and physical activity. Among the antecedents Dumas (2008) and Aldana (2022) the acules refer to the work capacity of the elderly, for their part also the creation of economics actors that favor the model of social economic development and Micro Small and Medium enterprises (MIPYMES) in the private sector as of Decree 46 of 2021, and whit this the range of activities that they can carry out is expanded. Hence the need for this project.

Keywords: Pazilda, care, resillient woman, empowerment, physical activity.

Recibido: 11/6/2022 Aprobado: 25/10/2022

INTRODUCCIÓN

Las tareas para el cuidado del adulto mayor en el proceso de envejecimiento constituyen premisa fundamental en la sociedad cubana. Las potencialidades del país han permitido a las mujeres ser independientes, innovadoras y creadoras. Es por ello que surge la necesidad de crear un proyecto denominado Pazilda Cuidados a Domicilio como vía para la atención al adulto mayor que a su vez permite el emprendimiento de la mujer. Por otra parte, la resiliencia en el adulto mayor permite la ampliación de la esperanza de vida, esto trae consigo el desafío de vivir una vejez con plenitud. Por ello, la resiliencia juega un papel vital en el proceso de envejecimiento para, que el ser humano pueda adaptarse de manera positiva ante situaciones adversas y aplicar este concepto en todas las etapas del ciclo vital.

El envejecimiento suele asociarse con situaciones de pérdida de seres queridos, deterioro físico y sensorial, limitación económica, profesional o abandono. La perspectiva de la resiliencia parte de un enfoque positivo, en el que la persona mayor mantiene sus niveles de funcionamiento de forma tal que le ayuda a afrontar circunstancias adversas.

Cuando se llega a la etapa de la vejez, la persona ha logrado acumular una serie de conocimientos, actitudes y experiencias a lo largo de su vida que le han otorgado habilidades y capacidades para afrontar situaciones de cotidianidad y adversidad. Para poder adaptarse a situaciones cambiantes y a nuevos entornos, es necesario llevar a cabo ajustes en la conducta, así como en los pensamientos y en las interrelaciones. Esto no solo se realiza durante la vejez, sino durante toda la vida, dado que en cada etapa debemos afrontar ciertas dificultades.

Durante la vejez los procesos de adaptación según lo referido por Dumas (2008) deben apoyarse en relaciones significativas y en actitudes positivas, dentro de un entorno social y físico saludable. A pesar de las limitaciones y de las dificultades que la persona mayor debe afrontar durante el proceso de envejecimiento, es necesario trabajar su resiliencia, porque esta es la herramienta que le ayudará a superar los siguientes cambios: biológicos, psicológicos y sociales (disminución de las habilidades físicas, cognitivas y sensoriales, continua añoranza por el pasado, estados de depresión o de estrés, sentimientos de frustración, la sensación de sentirse un estorbo, un mantenido, o poco productivo).

A través de la resiliencia, la persona mayor será capaz de mantener su identidad a pesar de todos estos cambios, puesto que será el vehículo que le ayudará a compensar sus habilidades, así como a afrontar las situaciones sociales que les son adversas. La resiliencia es la facultad que debe tener la persona mayor para quererse a sí misma, autorealizarse y superar el estrés, elevando su calidad de vida. De esta forma, su proceso de envejecimiento será satisfactorio.

En otro orden, la neuroplasticidad tiene lugar cuando el sistema nervioso logra reducir los efectos de alteraciones que se dan como consecuencia de influencias internas y externas según refiere Marin (2006). Es normal que durante la vejez la neuroplasticidad sufra cierto declive. Por ello, es importante seguir programas de mantenimiento y mejora de la memoria, de llevar a cabo actividades de reforzamiento de la inteligencia, así como participar en procesos de aprendizaje.

Con respecto al sistema inmunológico Marín (2006) expresa “Este depende del sistema nervioso” (p.26). Por lo tanto, los pensamientos y emociones inciden en la aparición de enfermedades y predispone la recuperación. Es por ello que el aislamiento social que sufren algunos ancianos los dispone a contraer enfermedades.

Las personas mayores que gozan de gran resiliencia tienen la ventaja de poseer un sistema inmunológico regulado, dado que han acumulado experiencias favorables de superación de dificultades, tienen mayor capacidad cognitiva y han superado situaciones de estrés emocionales. Esto favorece la longevidad y retrasa el envejecimiento biológico.

El envejecimiento positivo según Aldana (2022) permite durante la etapa de vejez utilizar algunos recursos personales que favorecen potenciar la resiliencia y contribuir con un envejecimiento positivo o satisfactorio. En tal sentido, el control personal contribuye con la imposición de metas, reforzando la motivación. El anciano necesita ejercer el control sobre su propia vida, así sea de forma real o percibida. Este tipo de actitud es una fortaleza psicológica necesaria para vivir el resto de nuestros días en forma plena y esperando lo mejor del futuro. Además, el optimismo incide favorablemente en la salud mental y física.

Los adultos mayores tienden a ser más tolerantes con los demás, y son menos prejuiciosos. Las emociones positivas como el altruismo, el amor, el perdón, la solidaridad y la gratitud generan un gran valor en la construcción de la resiliencia. Dentro de este proceso, este factor juega un papel importante, dado que a lo largo de su vida el anciano ha hecho evolucionar su espiritualidad. Esta le ayuda a afrontar los cambios y proporcionar un sentido de bienestar.

La correcta adaptación de las personas mayores a la etapa de vejez depende de ciertas condiciones que la favorecen, tales como: aceptar los cambios físicos derivados de la falta de fuerza, agilidad, productividad, y de cambios corporales visibles como las arrugas. También, la disminución de rendimiento en otras áreas, y por ello la resiliencia ayuda a aceptar esos cambios a través de un buen nivel de autoestima.

Durante la vejez es necesario organizar la vida con cosas importantes a realizar, como por ejemplo, seguir con ciertas rutinas: ver a hijos y nietos, cuidar la casa. La persona mayor dispone de mucho tiempo que puede emplear para participar en nuevos aprendizajes. La resiliencia predispone a la persona a seguir aprendiendo, en vez de dedicar su tiempo libre a pasar el rato o a dar vueltas.

Los mayores resilientes se interesan por cultivar sus redes de amistades, así como las relaciones familiares y sociales. De esta manera, los afectos y la autoestima se retroalimentan. La estabilidad emocional contribuye a vivir más años porque evita caer en pensamientos negativos que ponen barreras a la adaptación. Esto no

significa olvidar el pasado, porque siempre se añoran otros tiempos. Gracias al poder de la resiliencia, el mayor logra estar en paz con su pasado, perdona, elimina el rencor o la culpabilidad, y olvida de forma consciente. Los mayores resilientes son aquellos que conservan su identidad propia a pesar de los elementos que cambian, como su rol social, imagen corporal y la sexualidad.

Además, de moverse físicamente a través del ejercicio físico, es necesario que el mayor persiga actividades recreativas y culturales según lo planteado por Abizanda y Rodríguez (2015). El estilo de vida activo también se refiere al autocuidado, así como al mantenimiento de su entorno y seguir una dieta saludable. Es por ello, Aldana (2022) afirma que al mejorar la actividad física aumentan la salud y el bienestar. Por ello, resulta significativo implementar diseños en las políticas de cuidados de los adultos mayores que incluyan actividades físicas en la comodidad de su hogar.

Se plantea como problema científico ¿Cómo empoderar a la mujer resiliente en el cuidado del adulto mayor y la actividad física en el contexto cubano actual?

El objetivo del trabajo es: elaborar un proyecto para la atención al adulto mayor denominado Pazilda Cuidados a Domicilio en la que se realce la mujer resiliente emprendedora en la tarea de cuidados y la actividad física.

MATERIALES Y MÉTODOS

Realmente, la mayor de las Antillas exhibe altos índices de envejecimiento, similares a países de Europa. En 2021, con 2 millones 328 mil adultos mayores, lo que representa el 20,8 % del total de la población, con una provincia como Villa Clara que ya alcanza el 24 %, a la vez que el municipio Plaza de la Revolución en La Habana, con 28,3 % de su población con 60 años y más, es el más envejecido del país.

Cuba posee 300 casas de abuelos, de ellas seis se abrieron en 2020, tres en la provincia de Matanzas y el resto en La Habana, Cienfuegos y Las Tunas con una capacidad de 10 mil 258 plazas, de las cuales se destinaron 39 a quienes presenten deterioro cognitivo, modalidad de atención que se ha extendido a todas las instituciones de salud.

En cuanto a la tasa de mortalidad en el grupo de edad de 60-74 años en 2019 alcanzó un 19,9 por ciento y se estima que el 2020 reporte un ligero incremento de 0,5, lo que representa una tasa de 20,4 fallecidos.

Para el 2021, el Programa Nacional de Atención Integral al Adulto Mayor continuará atendiendo las necesidades de esta creciente población, sin dejar de fomentar su inclusión en las tareas económicas, políticas y sociales, y el empleo mayoritario de las personas aptas para trabajar. Esto último también direcciona e doble sentido nuestro emprendimiento.

Por una parte, los adultos mayores, y por otra la posibilidad de acceso al empleo de personas, principalmente mujeres, aptas para tan noble tarea. El trabajo de cuidados no remunerado y la desigualdad de género en el trabajo ha generado que se susciten otras maneras de empleo es por ello la necesidad de la implementación del proyecto.

Las mujeres realizan el 76,2 por ciento de todo el trabajo de cuidados no remunerado, dedicándole 3,2 veces más tiempo que los hombres. El trabajo de cuidados no remunerado realiza una contribución importante a las economías de los países, así como al bienestar individual y de la sociedad. Las cuidadoras y cuidadores no remunerados satisfacen la gran mayoría de las necesidades de cuidado en todo el mundo. Sin embargo, su trabajo de cuidados no remunerado sigue siendo mayormente invisible, no reconocido, y no se tiene en cuenta en la toma de decisiones. Las estimaciones basadas en datos de encuestas sobre uso del tiempo llevadas a cabo en 64 países (que representan el 66,9 % de la población mundial en edad de trabajar), muestran que cada día se dedican 16 400 millones de horas al trabajo de cuidados no remunerado. Esto corresponde a 2000 millones de personas trabajando ocho horas por día sin recibir una remuneración.

En un mundo tan cambiante, se impone actuar para hacer frente a estas realidades. Los cambios en las estructuras familiares, los índices más elevados de dependencia de los cuidados y las necesidades de cuidado en continua evolución, unidos al incremento de la tasa de empleo de las mujeres en ciertos países, han reducido la disponibilidad de la prestación de cuidados no remunerada y conducido al aumento de la demanda de trabajo de cuidados remunerado. En 2015, había 2 100 millones de personas necesitadas de cuidados (1 900 millones de niñas y niños menores de 15 años de edad, de los cuales 800 millones eran menores de 6 años, y 200 millones de personas mayores que habían alcanzado o superado la esperanza de vida sana). De aquí a 2030, se prevé que el número de receptores de cuidados ascenderá a 2300 millones, lo que estará impulsado

por 100 millones más de personas mayores y por 100 millones más de niñas y niños de edades comprendidas entre los 6 y los 14 años.

La prevalencia de discapacidades graves significa que entre 110 y 190 millones de personas con discapacidades podría necesitar cuidados o asistencia durante toda su vida.² También ha aumentado la demanda de trabajo de cuidados tanto remunerado como no remunerado prestados en el hogar para las personas con discapacidades. Los hogares se han hecho más pequeños y el papel tradicional de la familia ampliada se ha reducido considerablemente. En 2018, las familias nucleares representan el porcentaje más alto de la población mundial en edad de trabajar, a saber, el 43,5 por ciento, o 2400 millones de personas.

Esta misma cifra para las familias ampliadas representa casi una cuarta parte: el 24,3 por ciento o 1300 millones de personas (véase el gráfico 1). Otra clara expresión de estos cambios en las estructuras familiares es la prevalencia de los hogares monoparentales, que constituyen el 5,3 por ciento de la población mundial en edad de trabajar (representando a 300 millones de personas). A escala mundial, el 78,4 por ciento de estos hogares están encabezados por mujeres, que están asumiendo cada vez más las responsabilidades financieras y de cuidado de niñas y niños sin el apoyo de los padres. A menos que estas necesidades de cuidado adicionales sean abordadas por políticas de cuidado adecuadas, esta demanda adicional de trabajo de cuidados remunerado (OIT informe sobre trabajo de cuidados)

La fuerza de trabajo mundial dedicada a la prestación de cuidados está integrada por 249 millones de mujeres y 132 millones de hombres. Los trabajadores y trabajadoras del cuidado son las caras y las manos de la prestación de servicios de cuidado remunerados. La fuerza de trabajo mundial dedicada a la prestación de cuidados comprende asimismo a las trabajadoras y trabajadores del cuidado que trabajan en los sectores del cuidado (la educación, la salud y trabajo social) así como aquellos que trabajan en otros sectores, a las trabajadoras y trabajadores domésticos, y a quienes, sin prestar cuidados, trabajan en los sectores del cuidado brindando apoyo a la prestación de estos servicios.

El empleo relacionado con el cuidado es importante en todo el mundo, especialmente para las mujeres. En total, la fuerza de trabajo mundial dedicada a la prestación de cuidados asciende a 381 millones de trabajadores: 249 millones de mujeres y 132 millones de hombres. Estas cifras representan el 11,5 por ciento del empleo mundial total, el 19,3 por ciento del empleo femenino mundial, y el 6,6 por ciento del empleo masculino mundial. En la mayoría de los lugares, cuanto mayor es la fuerza de trabajo dedicada a la prestación de cuidados como porcentaje del empleo total, mayor es la proporción de mujeres en ella. Son mujeres aproximadamente dos tercios de la fuerza de trabajo mundial dedicada a la prestación de cuidados, y este porcentaje supera las tres cuartas partes en las Américas y en Europa y Asia Central. La mayoría de los trabajadores y trabajadoras del cuidado están ocupados en el sector de la educación (123 millones) y en el sector de la salud y del trabajo social (92 millones). Juntos, ascienden en total a 215 millones de trabajadores (143 millones de mujeres y 72 millones de hombres), que representan el 6,5 por ciento del empleo mundial total en 2018. Las trabajadoras y trabajadores domésticos constituyen al menos.

La mejor vía para hacer decente y digno el trabajo de cuidados, es reconocerlo. Los trabajadores y trabajadoras del cuidado, incluidos las trabajadoras y trabajadores domésticos y migrantes. Cuidar de los trabajadores y trabajadoras del cuidado exige invertir las tendencias descritas, ampliando la protección laboral y social a todas las trabajadoras y trabajadores del cuidado; promover la profesionalización evitando al mismo tiempo la erosión de las competencias profesionales; asegurar la representación y la negociación colectiva de los trabajadores y trabajadoras del cuidado, y evitar estrategias de ahorro de costos en los sectores del cuidado, tanto público como privado que reducen los salarios y el tiempo de cuidados.

Los aspectos más significativos de la encuesta son los siguientes:

- La población de 50 años y más residente en Cuba ascendió a 4 022 616 personas, de ellas el 52,5 % son del sexo femenino, con una relación de 1 103 mujeres por cada mil hombres.
- El 78,5 % de la cifra total habita en zonas urbanas, mientras el 21,5 lo hace en áreas rurales.
- Con respecto al estado conyugal, se encuentran casadas o unidas el 58,1 % de las personas mayores de 50 años, en tanto las divorciadas o separadas representan el 18 % de la población encuestada, las viudas el 14,1 % y las solteras el 9,5 %.
- El 46,9 % de la población entrevistada, culminó estudios de la enseñanza media superior y nivel universitario, siendo esa cifra más elevada en el sexo masculino.

- Se constató, además, que los hombres disponen de mayor diversidad de fuentes de ingresos mensuales, con respecto a las mujeres. Así, nueve de cada diez personas del sexo masculino dispone de ingresos propios por concepto de salarios, jubilación, rentas y ahorros, lo cual está presente en seis de cada diez mujeres.
- Sobre el modo de convivencia, la investigación corroboró que la forma de residencia más generalizada entre los mayores de 60 años es en compañía de otras personas (el 82,6 %), frente al 17,4 % que lo hace en solitario.
- Fueron identificadas desigualdades de género relacionadas, en su mayoría, con la dependencia económica, dada por una incorporación menor al trabajo de las mujeres (76,3 % de las encuestadas) o a causa de un retiro más temprano, en comparación con los hombres.
- El estudio reveló que, como tendencia, los hombres se reincorporan a la actividad laboral con mayor frecuencia tras la jubilación y trabajan hasta edades más avanzadas. Alrededor del 26 % de las mujeres que dejaron de estar vinculadas laboralmente, por una causa diferente a la jubilación, lo hicieron por la necesidad de cuidar a los padres u otros familiares.
- La protección social de los que sobrepasan la barrera de los 60 años es elevada, el 68,5 % de ellos recibe pensiones a través de los regímenes de seguridad y asistencia social que tiene carácter universal. Esta proporción alcanza el 82 % entre las personas que alguna vez trabajaron y están ya en edad de jubilación
- El 80,6 % de las personas de 60 años y más padece al menos una enfermedad crónica, siendo la hipertensión arterial la más frecuente, en tanto el 50 % tiene como mínimo dos dolencias de ese tipo.
- La mayoría se mantiene en las actividades habituales, en las cuales el peso fundamental lo tienen las tareas no remuneradas de trabajo doméstico en el hogar y la provisión de cuidado a personas dependientes de la familia.
- Al cierre de 2020 el 21,3 % de la población cubana tenía 60 o más años. Las proyecciones indican que para 2030 los adultos mayores serán 3,3 millones de personas, lo cual impactará en la familia, los recursos laborales y la asistencia social.

RESULTADOS

Pazilda. Surge por la necesidad de crear una empresa de servicios de atención domiciliaria, orientada especialmente hacia la Tercera Edad, personas y familias, que presenten problemas para el desarrollo de las actividades elementales de su vida diaria. Ello ocurre en un entorno donde crece la esperanza de vida y disminuye la natalidad, produciéndose un proceso demográfico conocido como envejecimiento poblacional.

Se pretende proporcionar una atención directa en el propio hogar del cliente, mediante intervenciones que favorezcan su integración en su entorno habitual. De este modo, la empresa ofrecerá un conjunto de servicios que faciliten el cuidado y atención a personas en situación de dependencia, ya sea por edad, por su estado de discapacidad o enfermedad (crónica o puntual), así como prestaciones que se orienten a la satisfacción de sus necesidades domésticas.

En términos científicos, el objeto de este emprendimiento se alinea con las realidades siguientes: el incremento de la esperanza de vida, la cronificación de determinadas enfermedades, los efectos mortíferos de la pandemia por COVID-19, el flujo migratorio ascendente en los últimos dos años y los cambios en las estructuras familiares. Lo cual ha provocado que en la actualidad un mayor número de hogares formados por personas mayores viven solas y muchas de ellas, con algún grado de dependencia. Otros núcleos familiares tiene al menos un adulto mayor que requiere cuidados a distintos niveles, pero no es posible cumplir con ellos o hacerlo de forma óptima y a la vez vincularlo con la tareas de la vida diaria de los otros integrantes de la familia, tales como el mismo acto de trabajar. Ello se traduce en que muchos han dejado sus labores diarias para convertirse en cuidadores.

El envejecimiento acelerado de la población, constituye el factor sociodemográfico más determinante de las últimas décadas, en los países desarrollados. Las empresas de servicios sociales y sanitarios, especialmente las dedicadas a la Tercera Edad, son fundamentales para el sustento de cualquier sociedad desarrollada, cuya población cuenta con un porcentaje alto de mayores y dependientes, que precisan de más atenciones. Se prevé que en 2023 residirán en Cuba, 2,4 millones de personas con 60 o más años. Por ello se requieren servicios para esa edad sensible y de atención priorizada.

En un mundo con unas variables demográficas, y frente a un mundo tan envejecido, la Asamblea General de las Naciones Unidas, el 14 de diciembre de 1990 en su reunión, declaró el 1° de octubre como el Día Internacional de las Personas de Edad o también conocido como Día Internacional del Adulto Mayor. Este se celebró por primera vez en 1991, y tuvo como finalidad reconocer el valor de las personas de la tercera edad y sensibilizar a la población en general sobre la importancia de proteger y hacer valer los Derechos de los Adultos Mayores y los problemas a los que se enfrentan constantemente.

Cada año aumenta la cifra de personas que rebasan el umbral de los 60 años, logro que puede traducirse en desafío si no se alcanzan las políticas sociales adecuadas. Envejecer no es sinónimo de estar enfermo, ni los adultos mayores son receptores pasivos de los servicios médicos; de ahí que la Organización Mundial de la Salud apueste en la Década del Envejecimiento Saludable (2020-2030) por estimular y mantener la capacidad funcional en este grupo de población.

En ese sentido, Cuba cuenta desde 1996 con un Programa Nacional de Atención Integral al Adulto Mayor, que tiene el propósito de garantizar una atención de salud ajustada a las necesidades de esas personas y lograr que vivan una vejez activa y saludable. En el año 2020, y encabezada por la OMS a nivel mundial se estableció La Década del Envejecimiento Saludable, que se propone como una colaboración mundial para trabajar en la mejora de la vida de los adultos mayores, sus familias y las comunidades en las que viven, a partir de la promoción de un envejecimiento activo y saludable. Como parte de un trabajo interdisciplinar y conjunto entre varias instituciones del país, la Oficina Nacional de Diseño (ONDI) y su Programa VIAS, proponen como lema este año: “Envejecer es Revolucionar” para celebrar el Día Internacional de las Personas Mayores.

Cuba en el año tomando en cuenta la importancia del asunto, entre noviembre de 2017 y enero de 2018 se realizó la II Encuesta Nacional sobre Envejecimiento de la Población (ENEP 2017), estudio asumido de forma conjunta por especialistas del Centro de Estudios de Población y Desarrollo, de la Oficina Nacional de Estadística e Información (ONEI), y del Centro de Investigaciones sobre Longevidad, Envejecimiento y Salud (Cited), del Ministerio de Salud Pública.

La clave para el modelo de negocio del proyecto Pazilda son: el trato digno, la investigación y la calidad así como, la preparación y motivación del personal. En este sentido, se recibe a los usuarios cuyas familias o ellos mismos, acuden a los servicios de la empresa con los signos de síndrome geriátrico, por caídas, por inmovilidad, significativa pérdida de peso o neumonía, que dificultan su movilidad.

A veces, están solos o se sienten solos y necesitan atención médica y cariño. Por ello, se debe darles apoyo psicológico, explicarles sobre la higiene y alimentación, a horas específicas, no por capricho, sino por su salud. A tales fines también se elaboran un conjunto de actividades físicas, culturales y recreativas que contribuyen a mejorar su calidad de vida.

DISCUSIÓN

Tal como se dispone en el Artículo No.1 de sus estatutos, la entidad se denomina “Pazilda, Sociedad de Responsabilidad Limitada”. Se crea como una empresa de propiedad privada, con personalidad jurídica, patrimonio propio y autonomía empresarial; usa, disfruta y dispone de sus bienes, gestiona y administra sus bienes, cubre sus gastos con los ingresos y responde de sus obligaciones con su patrimonio, que una vez constituida y debidamente registrada, podrá actuar y funcionar, según su objeto social en todo el territorio nacional, la cual prestará servicios y soluciones biopsicosociales y digitales asociadas a los cuidados a personas mayores, discapacitados y otras personas dependientes, a través de una atención integral y personalizada, incluyendo la alfabetización digital de la tercera edad, los cuales satisfacen necesidades de la Sociedad.

Algunos de los fundamentos conceptuales de Pazilda sostienen la visión de gestionar empleo. Se complementa en que dicho empleo sea para sectores tradicionalmente excluidos como es el caso de las mujeres y de manera especial las de edades medianas. Se suma la contribución a satisfacer la necesidad de cuidados a personas mayores y otras dependientes, con un elevado grado de calidad en el servicio, y aportar a la resiliencia de la persona mayor en consonancia con la política de envejecimiento digno y positivo.

La filosofía de trabajo de Pazilda, ciertamente reconoce la importancia de que quienes vayan a laborar en la empresa, posean conocimientos en áreas relacionadas con la atención a adultos mayores y otras personas dependientes. Por ello, se incluyen en el proyecto personal proveniente de áreas de trabajo social, ciencias de la salud, psicólogos y otras afines.

Sin embargo, esto debe ir en equilibrio con otras virtudes, relativas a la importancia de las relaciones sociales (empatía, compromiso, amor por la labor). Además, de un estrecho vínculo con habilidades para ejecutar las tareas de cuidado directo e indirecto, más directamente las relacionadas con apoyar las tareas que el usuario no pueda desarrollar, contribuir a fomentar la autonomía del adulto mayor y apoyar a la familia, para que se cumpla las finalidades de retrasar la hospitalización o ingreso de estos a instituciones de salud, desarrollar la resiliencia y mantener la condición física.

En el sistema de salud, se encuentra la función pública de la asistencia médica, la cual tiene niveles desde la atención primaria. La labor de cuidar, por su parte esta relacionada con una construcción que integra acompañamiento y apoyo en las Actividades de la Vida Diaria. Por ello, el cuidador es complemento. Por tanto, el perfil del cuidador es de un significado multifactorial e implica, formación, capacidad, ética, idoneidad, responsabilidad, compromiso, disposición aceptación de indicaciones, realizar aportes y confidencialidad para trabajar en equipo.

CONCLUSIONES

La resiliencia eleva la calidad de vida del adulto mayor con ello contribuye a un proceso de envejecimiento satisfactorio. A través de la misma, la persona mayor será capaz de mantener su identidad a pesar de todos estos cambios, toda vez que dicha capacidad se erige en vehículo que le ayuda a compensar sus habilidades, así como a afrontar las situaciones sociales que les son adversas en esta edad.

La tarea de cuidados-tanto domésticas como de cuidado de adultos mayores- permiten reconocer la labor de mujer como cuidadora al generar empleos remunerados de conformidad con los objetivos de la Organización Internacional del Trabajo relativos al empleo decente.

En Cuba con la aprobación del proyecto Pazilda como micro empresa de Cuidados a Domicilio se contribuye a dignificar las labores de cuidados, se favorece la resiliencia en el adulto mayor en un país envejecido; al ofrecer empleo al sector vulnerable entre ellos las mujeres, incluidas las de la edad mediana.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Abizanda, P. y Rodríguez, L. (2015). Tratado de Medicina Geriátrica: Fundamentos de la atención sanitaria a los mayores. Elsevier.
2. Decreto Ley 46 de 2021 Micro Pequeñas y Medias Empresas (MIPYMES). Publicado en la Gaceta Oficial de la República Nro. 94 Ordinaria. De 19 de agosto de 2021.
3. Dumas, M. (2008). Sistema de acciones para lograr la participación de los Adultos Mayores en las actividades físico-recreativas en la comunidad Rural "El Castillito" del poblado el Cobre. [Trabajo de Diploma. ISCF].
4. Marín, P. (2006). Manual de geriatría y gerontología. Tercera edición. Editoriales Universidad Católica de Chile.
5. Organización Internacional del Trabajo. (2019). El trabajo de cuidados y los trabajadores del cuidado para un futuro con trabajo decente. (s.e.).
6. Prades, A. (2022). Ejercicios para mantener la coordinación y el equilibrio en el adulto mayor. Centro de Estudios de la Cultura Física y el Deporte.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.