



## La atención a la condición física del adulto mayor no incorporado al Círculo de Abuelos (Cuba)

Ms. C. Elida Balbuena Imbernón\*  
Universidad de Castilla-La Mancha, Albacete, España

### Dirección

Dr. C. Bergelino Zaldivar Pérez  
Vicepresidente del tribunal permanente de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte en Cuba, perteneciente a la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte.

Fecha de lectura: 5 de diciembre de 2017



### Editado por:

© Generalitat de Catalunya  
Departament de la Presidència  
Institut Nacional d'Educació  
Física de Catalunya (INEFC)

ISSN: 2014-0983

### \*Correspondencia:

Ms. C. Elida Balbuena  
Imbernón  
ebalbuena@ult.edu.cu

### Sección:

Tesis doctorales

### Idioma del original:

Castellano

### Portada:

Nuevos deportes olímpicos  
en Toquio 2020. Escalada.  
Foto: Escalada. Juegos  
Asiáticos 2018. Finales  
combinadas femeninas.  
Compite Kim Ja-in de  
Corea del Sur.  
Escalada líder.  
JSC Sport Climbing.  
Palembang, Indonesia.  
REUTERS / Edgar Su.

### Resumen

La atención al adulto mayor constituye un problema de singular importancia y actualidad, tanto a nivel internacional como en las condiciones de Cuba. Muchos son los adultos mayores que realizan actividad física de manera independiente; en la mayoría de los casos con conocimientos empíricos, sin una correcta individualización que responda a sus demandas orgánicas y psíquicas, sin una dosificación que favorezca los procesos adaptativos que deben ocurrir en esta etapa de la vida. El cuidado de la condición física del adulto mayor, a partir de los combinados deportivos y de las áreas de Salud, no ha superado el enfoque tradicional, fundamentalmente de carácter institucional, en detrimento de un enfoque integral que conlleve la práctica de actividad física de forma independiente.

Para llevar a cabo la investigación se utilizaron métodos tanto de nivel teórico como empírico. Se empleó la estadística básica y descriptiva, para la organización y caracterización de los datos registrados en el estudio. Para realizar las comparaciones, se aplicaron pruebas de hipótesis para muestras relacionadas, prueba Wilcoxon y en el caso de las comparaciones de dos muestras independientes la prueba U de Mann-Whitney.

La investigación se desarrolló en el municipio Las Tunas (Cuba). Para conocer el comportamiento de la condición física se dispuso de una muestra seleccionada de forma intencional de 1015 adultos mayores, 100 médicos de familia y 52 profesores de actividad física comunitaria. La realización del diagnóstico permitió identificar las necesidades que se manifiestan en la atención a la condición física del adulto mayor, lo que propició distinguir las diferencias que subsisten entre los que forman parte de los Círculos de Abuelos y los que no se han incorporado a los mismos.

Se diseñó una estrategia de intervención que contempla tres niveles: institucional, comunitario e individual, con acciones dirigidas a la atención de la condición física de los adultos mayores, con énfasis en aquellos que no están incorporados en los Círculos de Abuelos. Se destacó la labor profesional en la intervención educativa, decisiva para lograr la transformación de los modos de atención motriz.

A partir de los sustentos teóricos definidos en la investigación emergen los principios particulares que soportan la estrategia: comunicación coordinada y sistemática; sensibilización, y carácter sustentable de las acciones.

El diseño de la propuesta de intervención para la mejora de la atención a la condición física del adulto mayor no solo recoge sus necesidades, sino que también tiene en cuenta el desempeño profesional de los especialistas encargados de su aplicación y de los responsables de su puesta en práctica y control, que se identifican en los tres niveles citados.

El comportamiento de la condición física de los adultos mayores no incorporados reflejó resultados más cercanos a los registrados en sus coetáneos incorporados a los Círculos de Abuelos.

**Palabras clave:** adulto mayor, atención, condición física.