

**INTERVENCIÓN GERONTOLÓGICA: ADULTOS MAYORES DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE MEDIANA SEGURIDAD Y CARCELARIO
DE CARLARCÁ – QUINDÍO**

ERIKA MABEL HERRERA GRAJALES

**UNIVERSIDAD DEL QUINDÍO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y BELLAS ARTES
PROGRAMA DE GERONTOLOGÍA**

ARMENIA

2009

**INTERVENCIÓN GERONTOLÓGICA: ADULTOS MAYORES DEL
ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE MEDIANA SEGURIDAD Y CARCELARIO
DE CARLARCÁ – QUINDÍO**

ERIKA MABEL HERRERA GRAJALES

Trabajo de grado

LUZ DARY SALAZAR

Asesora de pasantía

UNIVERSIDAD DEL QUINDÍO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y BELLAS ARTES

PROGRAMA DE GERONTOLOGÍA

ARMENIA

2009

Nota de aceptación:

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

DEDICATORIA

A Dios y a todas las personas que de una u otra forma estuvieron a mi lado brindándome el apoyo y comprensión necesarios para la culminación de las tareas iniciadas hace varios años. Esta va dirigida muy especialmente a mi Abuela

AGRADECIMIENTOS

A mi familia, especialmente a mis padres Luz Stella Grajales y Francisco Eladio Herrera por acompañarme en este proceso educativo con su esfuerzo y dedicación.

A mi asesora de trabajo de grado Luz Dary Salazar Álvarez por haberme guiado en este proceso fortaleciendo mi perfil profesional y por haber aportado en mi crecimiento personal.

A la Psicóloga Tatiana Yela Orozco por guiarme y apoyarme como amiga y profesional en momentos de dificultad.

Al Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío por haber permitido hacer mi trabajo de pasantía en dicha institución lo cual fue satisfactorio y constructivo para mi vida.

A todos muchas gracias

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	9
1. JUSTIFICACIÓN	11
2. OBJETIVOS	14
3. CARACTERIZACIÓN DEL CONTEXTO	15
4. CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN	39
5. DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN	45
6. SUSTENTACIÓN TEÓRICA	57
6.1. INTRODUCCIÓN AL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO	59
6.2. PERSPECTIVA DEL CICLO VITAL	61
6.3. ESTILOS DE VIDA	70
6.4. PARTICIPACIÓN Y REDES SOCIALES	81
6.5. TIEMPO LIBRE: LÚDICA Y RECREACIÓN	83
6.6. PROYECTO DE VIDA	87
7. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN	96
7.1. CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN	96
7.2. PROYECTO DE VIDA	97
7.3. TIEMPO LIBRE	97
7.4. TÉCNICAS Y DESARROLLO DE LAS ESTRATEGIAS	98
8. DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES	101
8.1. CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN	101

8.2.	PROYECTO DE VIDA	105
8.3.	TIEMPO LIBRE: LÚDICA Y RECREACIÓN	118
8.4.	ACOMPañAMIENTO Y APOYO EN OTRAS ACTIVIDADES	129
9.	CONCLUSIONES	136
	BIBLIOGRAFÍA	139
	ANEXOS	144

INTRODUCCIÓN

El presente informe final de pasantía contiene un recuento del proceso de intervención realizado en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, en el período comprendido entre febrero y octubre de 2008. Durante dicho proceso se apoyó al Establecimiento en el trabajo de reinserción social de los internos participantes en los Grupos de Crecimiento Personal, Grupo de Apoyo y Grupo del Adulto Mayor, mediante estrategias de intervención basadas en: primero una caracterización de la población, segundo una orientación para la construcción de un proyecto de vida dentro y fuera de la Institución y tercero el fomento de un adecuado uso del tiempo libre.

En el transcurso de la pasantía se logró que los participantes en las diferentes actividades complementaran sus conocimientos en temas relacionados con el respeto a la vida, los derechos y deberes, las relaciones intrafamiliares, condiciones de vida y estilos de vida saludables, entre otros. Además, los internos comprendieron la importancia de diseñar un proyecto de vida y empezar a construirlo, para mejorar sus estilos de vida desde los ámbitos familiares y económicos, dentro y fuera del Establecimiento Penitenciario.

En cuanto al proceso de reinserción social, los internos lograron identificar intereses que les permitieron definir un proyecto de vida. El proceso de reinserción se refiere al trabajo que se desarrolla con los internos mediante diferentes programas, que contribuyen al crecimiento personal y fortalecimiento de la autoestima de los internos,

de acuerdo a los lineamientos del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario Colombiano y que deben cumplir todos los Establecimientos Penitenciarios y Carcelarios en el país.

1. JUSTIFICACIÓN

El siguiente informe de pasantía se presenta como requisito para optar el título de Gerontólogo en el Programa de Gerontología de la Universidad del Quindío, en él se exponen los resultados alcanzados con el programa “Intervención Gerontológica: Adultos Mayores del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío”, alcanzados en los diferentes componentes aplicados durante los meses de febrero y octubre de 2008, en dicha institución. Los resultados fueron importantes tanto para la pasante, puesto que contribuyeron a su formación como profesional y fortalecieron sus conocimientos teóricos y prácticos; de igual forma para los adultos mayores de cincuenta (50) años y más recluidos en el Establecimiento porque los guió en la construcción de sus proyectos de vida dentro y fuera del penal.

Dentro del programa de intervención que se desarrolló con los adultos mayores, se realizaron actividades que buscaban orientar a los internos en la construcción de proyectos de vida, mejorando el uso del tiempo libre y la comprensión del proceso de envejecimiento y la vejez como etapa del ciclo vital.

El Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío tiene bajo su custodia, vigilancia y atención a personas que han cometido delitos contra la vida, la integridad, la prosperidad o criminalidad económica-política. La mayoría de internos están condenados desde cuarenta y ocho (48) meses en adelante a la pena

privada de la libertad que no debe ser mayor a cuarenta años, como lo indica el Código Penal Colombiano en el Art. 31¹.

En el contexto donde se realizó la pasantía se encuentran reclusos 956 personas, de las cuales 85 son adultos mayores. Las actividades con los internos se realizaron fuera de los patios, entre éstas: actividades enfocadas a la orientación para la construcción de un proyecto de vida, talleres educativos, actividades deportivas, actividades lúdico-recreativas, trabajos manuales, talleres de crecimiento personal, evaluaciones psicológicas y cine-foros. Este “cambio de ambiente” se convirtió en un espacio que les permitió alejarse un poco de su realidad de reclusos (según lo manifestaron los mismos internos).

La intervención gerontológica con la población adulta mayor de cincuenta (50) años y más, recluida en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, se desarrolló dentro del contexto de la política de reinserción social del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario de Colombia. En el área social, se trabajó el acceso carnal violento, ya que un alto número de adultos mayores está recluido por este delito, mostrándoles el daño que han causado en sus víctimas desde los diferentes puntos de vista (social, físico, psicológico y familiar, entre otros), con el objetivo de que se concienticen de la magnitud de sus actos y eviten cometer estas y otras acciones castigadas social y legalmente.

El Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío no cuenta con un Gerontólogo, razón por la cual se hizo necesario el acompañamiento

¹ Congreso de Colombia. Ley 599 de 2000. Por el cual se expide el Nuevo Código Penal Colombiano. Art. 31

de una pasante de Gerontología capaz de diseñar estrategias de intervención enfocadas al mejoramiento de la calidad de vida de adultos mayores en estado de detención. Realizar el trabajo de pasantía dentro del Establecimiento Penitenciario, resultó ser un reto interesante y exigente, dada la situación social, psicológica y económica a la que se enfrentan los internos dentro del mismo y el latente rechazo social al que se exponen al obtener su libertad. Estas son tareas que fortalecen a la estudiante como una futura profesional y como ser humano. En el presente documento se hace una presentación detallada del trabajo realizado dentro del establecimiento, relacionando la teoría con la práctica.

2. OBJETIVOS

Objetivo general:

Realizar una intervención gerontológica con los adultos mayores de cincuenta (50) años del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, con el fin de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida en la institución y en su vejez.

Objetivos específicos:

- Caracterizar la población del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío.
- Orientar a los adultos mayores en temas como: familia, vejez, educación, salud, envejecimiento activo y estilos de vida saludables, con el fin de proporcionarles las herramientas necesarias para que construyan un proyecto de vida orientado a su crecimiento personal al interior de la institución y fuera de ella.
- Fomentar el buen uso del tiempo libre de los internos adultos mayores del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío por medio de actividades lúdicas, manuales y artesanales.

3. CARACTERIZACIÓN DEL CONTEXTO

A continuación se hace una descripción de los Establecimientos Penitenciarios y Carcelarios de Colombia y del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá – Quindío.

En el ámbito nacional anteriormente, los Establecimientos Penitenciarios y Carcelarios (EPC) eran denominados centros de rehabilitación y prisión, los cuales pertenecían a una Rama del Ministerio de Justicia, con la Ley 65 de 1993 dictaminada en el mes de abril, se creó como Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario Colombiano (INPEC), con el fin de ejecutar la política de reinserción para las personas que se encuentran condenadas por diferentes delitos.²

Por otra parte, las penitenciarias son establecimientos destinados a la reclusión de condenados, donde se cumple la pena de prisión, mediante un sistema gradual y progresivo para el tratamiento de los internos. Los centros de reclusión son de alta, mediana y mínima seguridad (establecimientos abiertos: denominados así por el Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario Colombiano, puesto que maneja la detención o prisión domiciliaria, y no se encuentran dentro de un establecimiento penitenciario)³.

² LLANOS Garcés, Yury Lorena y SANCHES Molano, Yasmin Andrea, informe final de práctica profesional realizada en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío. Programa de Gerontología. 2005. O. 25

³ Presidencia de la República, Senado de la República, Cámara de Representantes de la República y Ministerio de Justicia. Ley 65 de 1993. Agosto 19 Código Penitenciario y Carcelario. Art. 22.

El Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario Colombiano (INPEC) es quien lidera el sistema penitenciario colombiano haciendo presencia estratégica a través de sus regionales en todo el territorio colombiano. Díaz, Ramírez y Vélez (2004),⁴ señalan a dicha institución y sus regionales como entidades cuya función es la reinserción social, regidas por la normatividad consagrada en los lineamientos carcelarios de la Constitución Nacional, y teniendo en cuenta las transformaciones universales y las nuevas tendencias mundiales en el tratamiento penitenciario, pero el Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario Colombiano, al igual que cualquier institución tiene sus propios lineamientos.

Los lineamientos del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario son:

- **Misión:** administrar el Sistema Penitenciario y Carcelario, garantizando el cumplimiento de la pena privativa de la libertad, la detención precautelativa, la seguridad, la atención social y el tratamiento penitenciario de la población reclusa, en el marco de los derechos humanos.

- **Visión:** construcción de una nueva política penitenciaria, con una organización moderna, humanizada, altamente efectiva y comprometida con el estado y sus instituciones, mediante la gerencia de los recursos, orientada a la problemática penitenciaria en el campo de la seguridad y la reinserción.

⁴ DÍAZ GÁLVIS, María, RAMÍREZ López, Hernando, VÉLEZ Gutiérrez, Liliana María. Plan de acción y sistema de oportunidades P.A.S.O: Una estrategia para el tratamiento penitenciario. Bogotá: 2004. p. 9

➤ **Valores institucionales:**

- ✓ **Lealtad:** firmeza en la defensa de los intereses del instituto, representándolo con honor y sirviéndole con vocación.
- ✓ **Respeto:** actuar, reconociendo en sí mismo y en el otro, sus valores, derechos y diferencias.
- ✓ **Honestidad:** hacer lo que se debe hacer, obrando con rectitud, ética y moral.
- ✓ **Responsabilidad:** compromiso integral con el instituto.
- ✓ **Solidaridad:** unión de esfuerzos en el cumplimiento de los objetivos del instituto.

➤ **Metas:**

- ✓ Incrementar la ocupación laboral y cobertura en educación.
- ✓ Renovación administrativa del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario (INPEC).
- ✓ Privatización de algunos servicios del sistema.
- ✓ Montaje y consolidación del sistema de inteligencia.
- ✓ Capacitar y sensibilizar funcionarios penitenciarios en derechos humanos.
- ✓ Definir los perfiles de la población interna y los establecimientos de reclusión.

- ✓ Consolidación de un sistema interconectado, estadístico, confiable y funcional.
- ✓ Participación ciudadana a través del programa Gobierno en Línea.
- ✓ Incentivar el desarrollo de competencias individuales e institucionales.

El Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío presta el servicio de custodia, vigilancia y atención de aquellas personas que han infringido la ley por diversos delitos; sin embargo, propende por el servicio de la comunidad, ya que además de derivar su presupuesto económico del Estado a través del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario Colombiano, posee una caja especial de microempresas o proyectos donde participan los internos. Actualmente está bajo la Dirección, Subdirección, Dactiloscopia, Jurídica, Investigaciones, Comando y Vigilancia, y el Consejo de Tratamiento y Desarrollo.

“El municipio de Calarcá donde se encuentra el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, está localizado a 4° 32´ Longitud Norte y 75° 39´ Longitud Oeste. Se encuentra a una altura, sobre el nivel del mar de 1.536 metros, con una temperatura promedio de 20° C. Fundada el 9 de julio de 1886 por Segundo Henao, Ramón Franco, Pedro Flórez y otros y creada en 1905. Para el 2004, se estimó aproximadamente una población de 100.000 habitantes, ocupando el segundo lugar poblacional en el departamento”⁵. El Establecimiento Penitenciario está ubicado al sur occidente del municipio de Calarcá, kilómetro 1 vía al Valle y el actual director es el Mayor Retirado de la Policía Nacional Fabián Cortes.

⁵ LLANOS Garcés, Yury Lorena y SANCHES Molano, Yasmin Andrea, informe final de práctica profesional realizada en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío. Programa de Gerontología. 2005. O. 18.

El Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá-Quindío conocido comúnmente como “Peñas Blancas”, inició sus labores en el año 1964. La construcción fue realizada por el ingeniero Juan Martín Bernal en el año 1963, período durante el cual fueron Ministros de Justicia los Doctores Raimundo Ramos, Francisco Posada y siendo director el Mayor Bernardo Echeverri Ossa⁶.

El Dragoneante Yilber Santos, como jefe de Planeación del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá-Quindío ha recolectado datos sobre la estructura, modificaciones y distribución de internos en los patios de la institución, entre estos, se encuentran los siguientes:

La antigua estructura del establecimiento permitía el alojamiento de 508 internos distribuidos en cinco pabellones clasificados de la siguiente manera: Leones, Balcones, La bella, Recreo, Quinto (5), recientemente fue creado un pabellón denominado Sexto (6), lo amplía la capacidad de alojamiento a 890 internos. Actualmente el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá-Quindío, cuenta con una población de 926 internos, distribuidos en los pabellones nombrados.

En la penitenciaría existe una zona administrativa donde funcionan diferentes oficinas: dirección, Subdirección, Pagaduría, Comando de vigilancia, Jurídica, Tratamiento y Desarrollo, Reseña y Dactiloscopia. Dentro de la Oficina de Jurídica funciona registro y control de horas, y en la Oficina de Subdirección, investigaciones contra internos y funcionarios. En la parte exterior hay un alojamiento para los internos que disfrutan del permiso de hasta 72 horas, allí funcionan proyectos productivos (agrícola, porcícola, avícola, vacuna, piscícola, apícola). También la Casa Fiscal del Director y Subdirector del Establecimiento, un casino donde se suministran alimentos al personal administrativo y de vigilancia, el almacén general, expendio central de víveres, taller de metalistería y panadería. En la parte interna se encuentra el área educativa, y laboral (talleres en madera y cerámica), sanidad, aula múltiple o capilla. De forma vertical se ubican los patios y

⁶ SANTOS Yeiner, Jefe de Planeación. Establecimiento Penitenciario y Carcelario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío. Archivos Sistematizados de la Institución. Historial de la Penitenciaría. 2008

celdas de establecimiento cuyas medidas se estiman en: 1.50 de metros de ancho con 2.37 metros de alto por 2.20 metros de largo.

En el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá la gran parte de los internos están condenados por delitos contra la vida e integridad, contra el patrimonio económico, la libertad individual y otras garantías. Se cuenta también con un pabellón Quinto (5) especial para la población vulnerable como indígenas, extranjeros, discapacitados, afro colombianos y adultos mayores⁷.

POLÍTICAS DEL INSTITUTO NACIONAL PENITENCIARIO Y CARCELARIO

El Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario Colombiano establece los lineamientos y normas legales que rigen el funcionamiento de los Establecimientos Penitenciarios y Carcelarios en el país, y direccionan los diferentes Programas de Tratamiento y Desarrollo de la política de reinserción social.

Dentro de este tipo de políticas se inscribe el proceso de pasantía desarrollado al interior del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá-Quindío, pues al complementar y apoyar los Programas de Tratamiento y Desarrollo se contribuyó en el proceso de reinserción de los internos, es decir, los Programas de Grupo de Apoyo, Crecimiento Personal y Adultos Mayores se convirtieron en espacios donde se desarrollaron actividades referentes a la caracterización de la población, la orientación del proyecto de vida, uso del tiempo libre, entre otras, las actividades ocupacionales.

⁷ Íbid..., p. 13.

En la Resolución N° 4105 de 1997 de septiembre 25, la Dirección del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario (INPEC) expide las pautas de educación penitenciaria y el reglamento de las fases de tratamiento penitenciario.

En ella se determina que el cumplimiento de la pena se debe regir por los principios del Sistema Progresivo, el cual debe ser programado e individualizado hasta donde sea posible. Los Consejos de Evaluación y Tratamiento determinan durante la fase de observación, diagnóstico y clasificación que internos requieren tratamiento penitenciario y que internos no lo requieren. Con el fin de brindar el tratamiento penitenciario ordenado por la ley se expiden las guías científicas, las pautas educativas y el reglamento general por parte del INPEC, dejando a cada centro de reclusión la función de aplicarlas de acuerdo con las instrucciones que imparta la Dirección General. La pena tiene una función protectora y preventiva, pero su fin fundamental es la reinserción social, siendo necesario que las Direcciones Regionales, el Consejo de Evaluación y Tratamiento observen, diagnostiquen y clasifiquen la población condenada en los establecimientos de reclusión de la respectiva regional, y además haga seguimiento de las fases de tratamiento y de la aplicación del Sistema Progresivo.

El objetivo del tratamiento penitenciario a través del Sistema Progresivo consiste en preparar al condenado mediante su resocialización para la vida en libertad, bajo los siguientes principios:

1. El respeto a la dignidad humana.
2. La convivencia y concertación.
3. La gradualidad y progresividad.
4. La equidad.

5. La ocupación.
6. La pacificación.
7. El seguimiento periódico.

Los Consejos de Evaluación y Tratamiento son los grupos interdisciplinarios encargados de realizar el tratamiento progresivo a los condenados. Estos grupos interdisciplinarios están integrados por un mínimo de tres y máximo 6 profesionales en algunas de las siguientes áreas del conocimiento:

Ciencias Sociales: trabajador social, sociólogo, pedagogo, antropólogo

Ciencias del Comportamiento y la Salud: Psiquiatra, Psicólogo, Médico, Terapeuta

Ciencias Penitenciarias: abogado, criminólogo, penitenciarista, miembro del cuerpo de custodia y vigilancia

El Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario de Colombia, establece unas pautas educativas donde señala que la educación penitenciaria se fundamenta en lo establecido en la Ley 115 de 1994 y Decreto 114 de 1996, y está dirigida a aquellas personas o grupos cuyo comportamiento individual y social exige procesos educativos integrales que le permitan su reinserción social. Se estructura a partir del Proyecto Educativo Institucional, (PEI), elaborado por cada establecimiento carcelario conforme a sus características particulares y las determinaciones del Consejo de Evaluación y Tratamiento en cuanto a programas, que debe ser aprobado por la Subdirección de Tratamiento y Desarrollo del INPEC.

En cuanto a los **métodos pedagógicos**, da las pautas educativas con el fin de establecer los programas y métodos pedagógicos propios del sistema penitenciario, estas son:

1. Educación formal.
2. Educación no formal, conforme al Decreto 114 de 1996.
3. Educación informal.
4. Educación superior a distancia.
5. Actividades culturales.
6. Actividades deportivas y recreativas.
7. Comités de Internos.
8. Actividades realizadas por los núcleos de dignidad humana. Estas pautas serán adecuadas en cada centro de detención, de acuerdo con sus disponibilidades materiales, infraestructura, docentes y material didáctico.

En el Artículo 6, establece el **reglamento general** de las fases del tratamiento penitenciario, que son:

1. Fase de observación, diagnóstico y clasificación

Observación

Momento en el cual el grupo interdisciplinario observa en forma conjunta y científica al interno, preservando su dignidad.

Diagnóstico y clasificación

Es la conclusión científica a partir de los conceptos de las tres áreas al que se refiere el artículo tercero de la presente resolución (Sociales, del Comportamiento y la Salud y Penitenciarias) respecto del sujeto evaluado, orientada a su reinserción social, con el fin de determinar y clasificar individualmente al interno y establecer si requiere o no de Tratamiento Penitenciario.

Con los internos clasificados que requieran tratamiento, el Consejo de Evaluación implementa las fases restantes en forma gradual, verificando su proceso de transformación por lo menos cada doce meses.

Con aquellos internos clasificados que no requieran de tratamiento penitenciario se observará el siguiente reglamento:

El Consejo de Evaluación considerará, las razones por las cuales el interno no requiere el Tratamiento Penitenciario y procederá a orientarlo para que se integre a los programas de prevención, asistencia y protección existentes en el establecimiento carcelario respectivo. Igualmente hará seguimiento por lo menos cada doce meses de su conducta y desempeño en el centro de reclusión, a través de las Juntas de Evaluación de Trabajo, Estudio y Enseñanza y del Consejo de Disciplina creados por el Acuerdo 0011 de 1995.

Cuando un interno rechace el tratamiento penitenciario se dejará constancia de ello y se le prestará la atención y asistencia básica ordenada por la ley.

2. Fase de alta seguridad (Período cerrado)

Se clasificarán los internos de acuerdo con los siguientes criterios:

Seguridad: internos cuyas circunstancias jurídicas ameriten espacio y tratamiento restrictivo, por protección o prevención, de acuerdo con lo establecido en el parágrafo del artículo 17 del Acuerdo 0011 de 1995.

Personalidad: internos que según el concepto de Consejo de Evaluación requieran tratamiento penitenciario, precaución y prevención de seguridad especiales.

De acuerdo con el diagnóstico y clasificación que se efectúa, se orienta a estos internos hacia una educación formal, no formal y otras actividades que no contraríen las restricciones de circulación y seguridad del establecimiento. Con esta población se realizan procesos de atención terapéutica individual y grupal con seguimientos periódicos y consignando en la cartilla biográfica su evolución.

De conformidad con el artículo 91 del Acuerdo 0011 de 1995 la Dirección del establecimiento podrá incluir estrategias de prevención para ser aplicadas por el personal de custodia y el personal administrativo.

Las actividades laborales de esta población deberán encaminarse hacia el desarrollo de habilidades y destrezas en el campo artístico y artesanal; así mismo podrán desarrollar, actividades culturales, deportivas, en espacios cerrados, recreativos, espirituales y literarios, restringiendo el uso de elementos que representen riesgo para él o para la comunidad penitenciaria.

El consumo y posología de medicamentos será estrictamente regulado por el personal de sanidad del establecimiento.

A la población violenta o agresiva que rechace toda forma de convivencia pacífica, proyecto de resocialización o alternativa de tratamiento, el Consejo de Evaluación y Tratamiento en coordinación con el Director del establecimiento le impondrá las restricciones razonables y legales que por motivo de seguridad permita el cumplimiento de la pena, sin perjuicio de la asistencia básica a la que tiene derecho por mandato legal.

3. Fase de mediana seguridad (período semiabierto)

Se clasificarán los internos con base en los siguientes criterios:

Seguridad: tendrán las restricciones de movilidad dentro del espacio penitenciario, de conformidad con el reglamento interno del establecimiento.

Personalidad: internos que por sus circunstancias jurídicas y características personales requieren tratamiento preventivo de integración al sistema progresivo son internos con proyección amplia hacia la redención en cualquier actividad laboral, educativa, de enseñanza, terapéutica (individual y/o grupal), recreativa, deportiva, literaria y espiritual previa autorización de la junta de evaluación de trabajo, estudio y enseñanza fundamentada en las Resoluciones 2376 del 17 de junio de 1997 y 3889 del 11 septiembre de 1997.

En esta etapa se incrementará la participación en los comités establecidos por el Acuerdo 011 de 1995, artículo 83.

En esta fase se hará también el reconocimiento de los internos por su perfil humanista y aportes al proceso de pacificación carcelaria, como agentes multiplicadores del sistema progresivo o líderes de apoyo de los núcleos de dignidad humana, el cual se realizará a través de la Junta de Evaluación de Trabajo, Estudio y Enseñanza.

Aquellos internos que durante su proceso han demostrado un cambio positivo de actitud, un espíritu de superación constante o que tengan el nivel académico requerido y que se desempeñen como monitores o agentes multiplicadores, podrán acceder a la educación superior a distancia, recibiendo un auxilio económico del INPEC, conforme a las disponibilidades presupuestales existentes.

4. Fase mínima seguridad (período abierto)

Se clasificarán los internos con los siguientes criterios:

Seguridad: internos cuyo diagnóstico, clasificación y seguimiento concluyan que requieren baja seguridad.

Personalidad: internos que por sus características actitudinales como responsabilidad, compromiso, liderazgo, adecuadas relaciones interpersonales, tolerancia, solidaridad y manejo adecuado de las normas internas, pueden asumir la etapa de preliberación durante esa fase, constituyéndose en agentes multiplicadores del sistema progresivo y demuestren la conformación de núcleos de dignidad humana con la implementación de acuerdos de convivencia y pacificación.

El tratamiento será enfocado a las actividades que rediman pena, como: laborales, educativas, de enseñanza, terapéuticas (individual y/o grupal), recreativas, deportivas, culturales y espirituales previa autorización de la Junta de Evaluación de Trabajo, Estudio y Enseñanza fundamentada en las Resoluciones 2376 de junio 17 de 1997 y 3889 de septiembre 11 de 1997.

5. De confianza (libertad condicional)

A esta etapa de confianza solamente podrán acceder aquellos internos que hayan sido previamente evaluados, clasificados, diagnosticados y que hayan cumplido las 2/3 partes de la pena conforme al artículo 72 del Código Penal, y al artículo 515 del Código de Procedimiento Penal y que hayan superado el período abierto o de mínima seguridad, previo el lleno de los requisitos legales.

Requisitos para el tránsito de una fase a otra (Artículo 7º). El Consejo de Evaluación y Tratamiento para autorizar al interno el tránsito de una fase a otra del tratamiento penitenciario, tendrá en cuenta los siguientes aspectos:

1. Análisis jurídico: comprenderá el estudio de la naturaleza y modalidad del hecho punible, atendiendo las circunstancias de tiempo, modo y lugar, personalidad y demás circunstancias particulares en torno al sujeto y el tiempo cumplido de la condena.
2. Informe del seguimiento realizado al interno durante la fase en que se encuentra, desde el punto de vista psicosocial, ocupacional y de seguridad.
3. Entrevista con el Consejo de Evaluación y Tratamiento y concepto consignado en el formato correspondiente.

Tiempo de implementación (Artículo 8º). De conformidad con el párrafo del artículo 144 de la Ley 65 de 1993 los directores de los establecimientos de reclusión donde exista población condenada, implementarán de forma gradual el Sistema Progresivo.

De acuerdo con el número de población condenada existente en cada centro, los Consejos respectivos deberán evaluar, diagnosticar y clasificar cuando menos 40 internos por semana.

Para el tratamiento penitenciario, el Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario establece dos guías científicas: la psicosocial y la de evaluación psiquiátrica.

Guía psicosocial

Guía orientada a establecer los valores, la situación integral del interno frente a la normatividad, evaluando su desarrollo y crecimiento como ser humano así como su proyección de sana perspectiva para la vida en libertad, con el fin de fundamentar el tratamiento penitenciario de lo cual el Consejo de Evaluación y Tratamiento, rendirá concepto sobre su caso particular que será destinado al Juez de Ejecución de Penas y Medidas de Seguridad.

La información sobre el interno sujeto de tratamiento, se recopilará a través de formatos reservados para el manejo de cada profesional; que hacen parte de su aplicación en las diferentes fases estipuladas por la ley.

Guía de evaluación psiquiátrica

El propósito de la valoración psiquiátrica es establecer científicamente el tipo de personalidad del interno y los principales aspectos de ésta implicados en el delito por el que se encuentran condenados, a partir de lo cual se formulará el modelo de tratamiento individual que se considere indicado acorde al diagnóstico.

Como el objeto del tratamiento es promover la integración del individuo y su adaptación específica al medio, los puntos de referencia para la valoración psiquiátrica tendrán en cuenta los aspectos biológicos, psicológicos, familiares, sociales y la conjunción de todos ellos.

PROGRAMAS DEL INSTITUTO NACIONAL PENITENCIARIO Y CARCELARIO

Con base en la política anterior la institución cuenta con varios programas de tratamiento y desarrollo que son coordinados por la Dra. Clara Inés Segura Fernández Psicóloga del Establecimiento Penitenciario y el Programa de Sanidad de la Secretaría de Salud de Calarcá. Sin embargo no todos los programas están funcionando actualmente puesto que no hay suficiente personal capacitado. A continuación se describen estos programas tal como lo concibe la institución.

Programa adultos mayores:

Objetivo general: desarrollar un programa con la tercera edad que propenda por la utilización adecuada del tiempo libre, mejorando las condiciones de vida de los internos

del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá-Quindío.

Objetivos específicos:

- Propiciar un espacio atractivo para el desarrollo de las actividades propuestas.
- Realizar una valoración gerontológica para identificar el estado físico, mental, familiar, social y de pareja.
- Crear en los internos hábitos saludables y resaltar la importancia de la actividad física para reducir y prevenir enfermedades.

Actividades realizadas y en desarrollo:

- Diagnosticar población adulto mayor.
- Actividades lúdico-recreativas y deportivas.
- Características del envejecimiento.
- Taller de encuadernación.
- Cine-foros

Logros:

- Ha permitido mayor integración por parte de los adultos mayores además de mostrar su entusiasmo por continuar participando de las actividades programadas.
- Reconocimiento por parte de los internos sobre la importancia que ha tenido el aprendizaje de encuadernación, que además de servir como medio terapéutico, permite obtener ingresos económicos para su propio sustento y en parte el de su familia.

Compromiso: continuar realizando la labor que se viene llevando a cabo con la población de adultos mayores dentro del establecimiento, ya que se han evidenciado resultados interesantes.

Programa de inducción:

Objetivo general: contribuir de forma positiva a la adaptación del interno al sistema penitenciario, enmarcado dentro del plan de acción y sistema de oportunidades, con el fin de prevenir la adquisición de patrones de conducta inadecuada y lograr un buen desempeño durante el tiempo de prisionalización.

Objetivos específicos:

- Incentivar al interno para que se vincule a los diferentes programas que ofrece el centro carcelario.

- Crear conciencia en el interno sobre la importancia de fomentar hábitos, normas y costumbres que le permitan mejorar sus condiciones de vida.
- Fomentar en el interno el desarrollo de sus potencialidades y habilidades que le permitan orientarse hacia un adecuado proyecto de vida.

Actividades realizadas y en desarrollo:

- Se realiza una reunión con los internos que ingresan al establecimiento donde se les da a conocer el organigrama y el conducto regular que deben seguir para sus diferentes solicitudes a nivel de dependencias. Igualmente se les brinda información sobre los diferentes programas en los cuales pueden participar para su descuento de pena y crecimiento personal. Al final se realiza un panel de preguntas donde se aclaran inquietudes. Se apoya la actividad con un video institucional.

Logros:

- Instruir al interno sobre las directrices que están establecidas dentro del penal.
- Disminuir niveles de ansiedad.
- Motivar a los internos a participar en los diferentes programas que brinda la institución.

Compromiso: continuar con la realización de las reuniones de inducción con el fin de generar un ambiente de acogida para el interno recién llegado y disminuir su nivel de ansiedad frente al desconocimiento de la dinámica del establecimiento.

Grupo de apoyo:

Objetivo general: proporcionar un espacio psicoterapéutico que entregue los elementos necesarios para generar una transformación de los internos fármacodependientes en relación a sus sustancias psicoactivas.

Objetivos específicos:

- Realizar encuentros semanales donde se instauren valores de escucha y respeto por los otros.
- Reducir el consumo a través de actividades que evidencien lo perjudicial de las sustancias psicoactivas.
- Brindar un espacio donde los internos tengan la posibilidad de expresarse libremente, privilegiando las palabras como una herramienta para la cura.

Actividades realizadas y en desarrollo:

- Evaluación primer semestre 2007
- Actividades deportivas
- Cines Foro
- Celebración fiesta Nuestra señora de las Mercedes

- Conferencia sobre violencia intrafamiliar
- Taller: la droga y la delincuencia
- Actividades comunidad terapéutica
- Talleres sobre identidad y constitución de sí mismo
- Terapia ocupacional “Cerámica”

Logros:

- Incremento del promedio de asistencia
- Iniciación procesos psicoterapéuticos individuales
- Avances a nivel cualitativo con algunos integrantes del grupo
- Consolidación de actividades de comunidad terapéutica

Compromiso: continuar con las actividades que se vienen realizando e implementar nuevas herramientas terapéuticas como la terapia ocupacional.

Programa alcohólicos anónimos:

Actividades realizadas y en desarrollo:

- La estructura de Alcohólicos Anónimos depende de la participación de la conciencia de grupo. Actuando en forma autónoma, el grupo traza su propio derrotero. Cuanto más informados estén los miembros más cohesión existe en el

mismo y mayor es la seguridad para cuando un participante extiende su mano buscando ayuda.

- Reflexión grupal sobre la problemática (Enfermedad)
- Comentario de sus experiencias
- Conocimiento y análisis grupal de la literatura de Alcohólicos Anónimos

Logros:

- Visualizar el alcoholismo como un evento vivido por analizar y cambiar
- Informar sobre las consecuencias orgánicas que produce el alcohol en el cuerpo
- Evidenciar las consecuencias a nivel social y familiar que acarrea el consumo de licor.

Compromiso: continuar con la labor que se viene realizando y extender la cobertura del programa dentro de la población interna.

Grupo se crecimiento personal:

Actividades realizadas y en desarrollo:

- Autoconocimiento
- Desarrollo humano
- El perdón
- Barreras de la comunicación
- Mi verdadera identidad

- Sensibilización frente a las víctimas
- El hombre que quiero ser

Logros:

- Participación activa de los internos en cada uno de los talleres
- Aumento de la cohesión grupal
- Avance en la elaboración de resentimientos y culpas
- Actividades reflexivas hacia su forma de comunicación
- Elaboración de alternativas para la resolución de problemáticas de su vida cotidiana
- Sensibilización ante las víctimas de actos delictivos
- Compromisos en referencia a cambios actitudinales que pueden mejorar su vida y sus relaciones interpersonales

Compromiso: continuar con la aplicación del programa e implementar nuevas temáticas que surjan del interés propio de los internos.

Actividades realizadas y en desarrollo:

- Asesorías psicológicas
- Procesos psicoterapéuticos individuales

Logros:

- Detención de problemáticas personales en algunos de los internos atendidos.
- Concientización sobre el valor de contar con un apoyo psicológico para trabajar problemas individuales de cada interno.
- Consolidación del espacio terapéutico como herramienta valiosa en medio del tratamiento penitenciario.

Obstáculos o dificultades:

- No existe un espacio físico idóneo para realizar este tipo de actividades.
- Algunos de los internos en proceso tienen problemas disciplinarios y de seguridad y no asisten a las sesiones programadas.

Compromiso: seguir brindando el servicio de atención psicológica individual con el fin de que el interno pueda trabajar las diferentes problemáticas que lo aquejan.

4. CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN

La población total de adultos mayores de 50 años y más reclusos en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío es de ochenta y cinco (85) internos, sin embargo en la realización de las actividades solo se contó con la asistencia de cuarenta y tres (43) de cincuenta años y más, puesto que los demás participaban en otras actividades dentro de la institución, o no se sentían interesados en participar de éstas. Los internos que están en el establecimiento han sido condenados por el delito cometido, es decir, no se encuentran personas sindicadas. Dicho Establecimiento solo es para hombres, y los internos que conforman el grupo de intervención purgan condenas en su mayoría por acceso carnal violento, mientras que otros purgan sus condenas por falsificación de documentos, rebelión y homicidio.

En el Establecimiento Penitenciario de Calarcá los internos tienen una misma rutina diaria, esta consiste en levantarse a las 6:00 a.m. y a las 7:00 a.m., les abren la puerta para que bajen a su respectivo patio y reciban su desayuno; a las 7:15 aproximadamente se realiza un conteo de internos y salen de los patios los que realizan alguna actividad fuera de los mismos. A las 11:00 a.m. regresan por el almuerzo para luego retomar las actividades, puesto que algunas de éstas (talleres, granja, ordenanzas y palanqueros) duran todo el día.

A las 15:30 p.m. los internos regresan para recibir la comida y a las 16:30 p.m. vuelven a sus respectivas celdas. Es importante anotar que los adultos mayores de 50 años que no participan en ninguna actividad externa, permanecen todo el día en el patio, unos se dedican a los juegos y a ver televisión, otros a la zapatería, al macramé, a la

fabricación de escobas y artesanías. Aquellos internos que permanecen en los patios y no participan en actividades programadas por el Establecimiento, son aquellos que llevan poco tiempo dentro de la penitenciaría y no se sienten interesados en las actividades que ofrece la institución. Es necesario tener en cuenta que esta población cambia continuamente, por lo tanto no se puede dar un dato exacto sobre el número de internos nuevos.

Los internos con los que se desarrollaron las actividades se encuentran ubicados en el pabellón Quinto (5) y Sexto (6), unos se encuentran cursando sus estudios de básica primaria y secundaria, otros trabajan en talleres (artesanías, encuadernación, cerámica, carpintería y ebanistería) y el resto permanecen en su patio correspondiente. El trabajo encargado a la Pasante de Gerontología de la Universidad del Quindío ERIKA MABEL HERRERA GRAJALES se concertó con la psicóloga del establecimiento la Dra. CLARA INÉS SEGURA, decidiendo que las actividades principales a realizar por la gerontóloga estarían enfocadas a trabajar con los internos de cincuenta (50) años y más, además de colaborar en procesos administrativos y apoyar los programas de Crecimiento Personal, Grupo de apoyo y al programa de Asesoría psicológica y psicoterapia.

Durante la estadía dentro de la penitenciaría los internos tienen la oportunidad de participar en las diferentes actividades que les brinda la institución. La mayoría de los reclusos participan en: talleres de carpintería, ebanistería y artesanías coordinadas por el Dragoneante Valles Uzaque; el área de educativas y formación integral donde los internos pueden estudiar y acceder a la biblioteca, está a cargo del coordinador de Tratamiento y Desarrollo, el señor Armando Zácipa y el Programa de Formación Ambiental, Misión Carácter y Residuos Sólidos, coordinado por el Dragoneante Yilber Santos.

Los internos realizan actividades independientes en sus respectivos patios, como son: artesanía, zapatería, lavado de ropa, aseo, microempresa de escobas, juegos de mesa e interpretación de música con la guitarra. El hecho de asistir regularmente, mostrar buen comportamiento y tener buen nivel de participación en las sesiones educativas y trabajo, les significa redimir tiempo de condena o de pena. Las actividades orientadas por practicantes de Psicología Clínica que trabajan bajo la modalidad de comunidad terapéutica, les brinda un espacio agradable donde ellos tienen la oportunidad de expresar sus sentimientos. La asistencia a los grupos de autoayuda dirigidos por la Dra. Clara Inés Segura, Psicóloga del establecimiento, se ha convertido para los internos en una oportunidad institucional y en una actividad importante para el tratamiento, puesto que les ayuda a conocerse más a sí mismos, reconocer sus problemas tanto por sus experiencias como por las del grupo lo cual les genera mayor sentido de pertenencia.

Dado que el número de internos que residen en el establecimiento es muy alto, se dificulta el trabajo continuo y su seguimiento, y puesto que es indispensable brindar una buena atención a los reclusos, se ofreció un espacio a los adultos mayores de cincuenta (50) años y más, donde estos participaron de una serie de actividades enfocadas a la visualización de un proyecto de vida, el uso del tiempo libre, una conceptualización positiva sobre el envejecimiento y la vejez, entendiendo esta última como etapa normal del ciclo vital.

Por otro lado, las diferentes actividades que los internos realizan les sirve para rebajar su condena, por esta razón muchos se animan a hacer parte de alguna de éstas. Los internos se motivan a participar de las actividades que les ofrece la penitenciaría en un tiempo aproximado de tres meses, después de haber ingresado al centro penitenciario, pues éste es el lapso aproximado que se demoran en aceptar su nueva situación de privación de la libertad.

Este grupo poblacional presenta una variedad de necesidades, entre ellas una mejor atención en salud, accesibilidad a medicamentos, seguimiento, control de las patologías y dolencias de los internos y escasez de los útiles de aseo (los internos le contaron a la pasante de Gerontología, que no contaban con todos los implementos de aseo necesarios, como jabón de baño, crema dental, papel higiénico y jabón para lavar). Por otra parte, los internos manifestaron que el apoyo en educación también hacía parte de sus necesidades más importantes, puesto que el Establecimiento les brinda la oportunidad de estudiar, más no pueden acceder a varios cursos al tiempo o realizar de nuevo los mismos para reforzar sus conocimientos, dadas las políticas del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario, que así lo establece. Sin embargo, esta política evita la reducción desigual de penas, pues con el estudio y el trabajo dentro del Centro Penitenciario los reos tienen el beneficio de condonar deuda penal, por lo tanto esta queja es más un mecanismo para la obtención de la libertad en menor tiempo, que una necesidad insatisfecha.

Los internos no solo presentan necesidades personales, sino también sociales, las cuales afectan su estadía en el establecimiento, dado el alto nivel de tristeza causado por el poco contacto que mantienen con su familia y la sociedad⁸. Finalmente aunque la Penitenciaría les ofrece algunos servicios básicos (alimentación, techo, educación, salud), no cuenta con personal calificado suficiente para atender sus necesidades psicológicas y emocionales, puesto que la Psicóloga del establecimiento se limita a trabajar con los internos que presentan una mayor necesidad de terapia psicológica, según lo observen los funcionarios o administrativos del establecimiento, o en casos particulares, que el mismo interno solicite consulta con la profesional. Ahora bien, los problemas de salud más delicados que ellos presentan están relacionados con pérdida de la visión, hipertensión y colesterol alto; además el apoyo económico y moral que

⁸ *Íbid.*, p. 13

reciben por parte de sus familiares es poco, mientras que otros internos no reciben ningún tipo de apoyo.

Según la Dra. Clara Inés Segura (2008)⁹, el programa para adultos mayores con problemas potenciales reales de soledad y tristeza se convierte en una necesidad institucional para la población, y la mejor oportunidad para enfrentar los problemas de esta magnitud. La línea del programa diseñado por la Psicóloga de la Institución, está orientada hacia el manejo adecuado del tiempo libre, por ello, se implementó un programa de intervención gerontológica enfocado a la orientación de un proyecto de vida, a la concientización de los internos de su situación actual, a la reinserción social y actividades lúdico – recreativas. Entre las estrategias implementadas se cuentan: cine foros, talleres y charlas, juegos de mesa, integración entre internos de diferentes patios, deportes y dinámicas de personalidad, entre otras, que permitieron la motivación del grupo. Se utilizó una metodología grupal que implicó trabajo en equipo y desarrollo de valores tales como: solidaridad y compañerismo, habilidades y destrezas relacionadas con la atención y la coordinación.

Los internos de cincuenta (50) años y más en su mayoría están pagando su condena por el delito de acceso carnal violento, y esto obliga a realizar un paréntesis para orientarlos en lo que se refiere a familia. La orientación del proyecto de vida, las actividades lúdico – recreativas y el uso adecuado del tiempo libre contribuyen al bienestar del ser humano, y ayudan a mejorar su estilo de vida; éstas fueron estrategias que permitieron mantener un buen estado de salud física y fortalecer la autoestima; además de propiciar un cambio de actitud en los internos, ya que se les suministró un espacio para encontrarse a sí mismos.

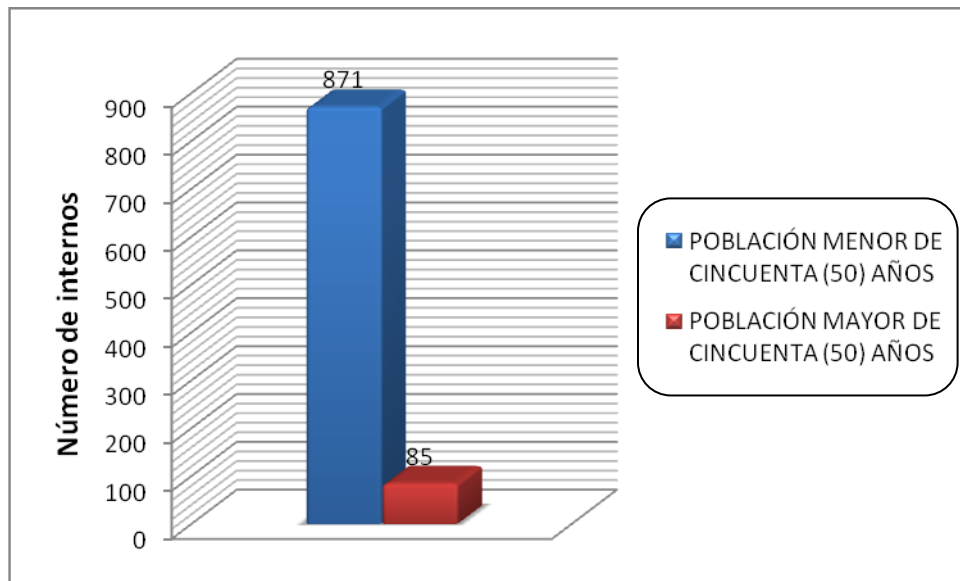
⁹ SEGURA, Clara Inés. Evaluaciones Psicológicas: Prueba Minimurt. Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío. 2008.

Todo lo descrito en los párrafos anteriores motivó la intervención gerontológica dentro de la institución, puesto que se fomentó la autoestima, se mejoraron relaciones interpersonales, y se les demostró a los internos la importancia de un proyecto de vida, enfocado a la reinserción social de los mismos.

5. DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN

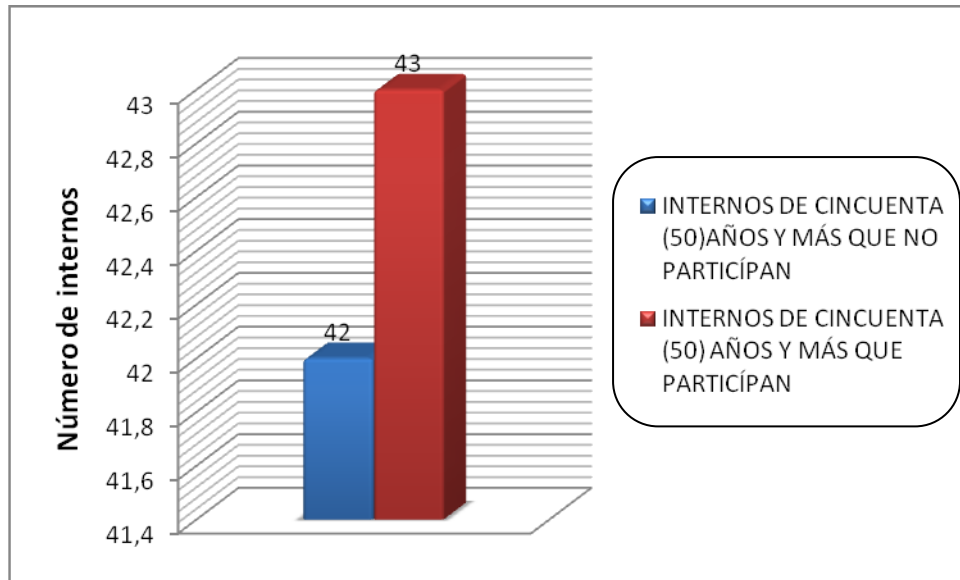
En el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío se identificó una población total de ochenta y cinco (85) adultos mayores, de los cuales cuarenta y tres (43) participaron en las actividades realizadas como tratamiento para la reinserción social de los internos. Para recolectar los datos de los internos mayores de 50 años reclusos en el año 2008 se diseñó una encuesta que fue elaborada por la Dra. Clara Inés Segura Fernández psicóloga del establecimiento y la pasante de Gerontología Erika Mabel Herrera Grajales, con el fin de conocer algunos datos para iniciar el trabajo de pasantía, y para brindar esta información a la institución, ya que en el momento no tenían los datos precisos de los internos mayores de cincuenta años reclusos. Se indagó sobre los siguientes datos: edad, estado civil, nivel de escolaridad, actividades que realiza dentro de la penitenciaría, necesidades básicas insatisfechas, recursos sociales y problemas de salud o discapacidad. A continuación se presentan los resultados obtenidos.

GRÁFICO 1: Población total Interna en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío



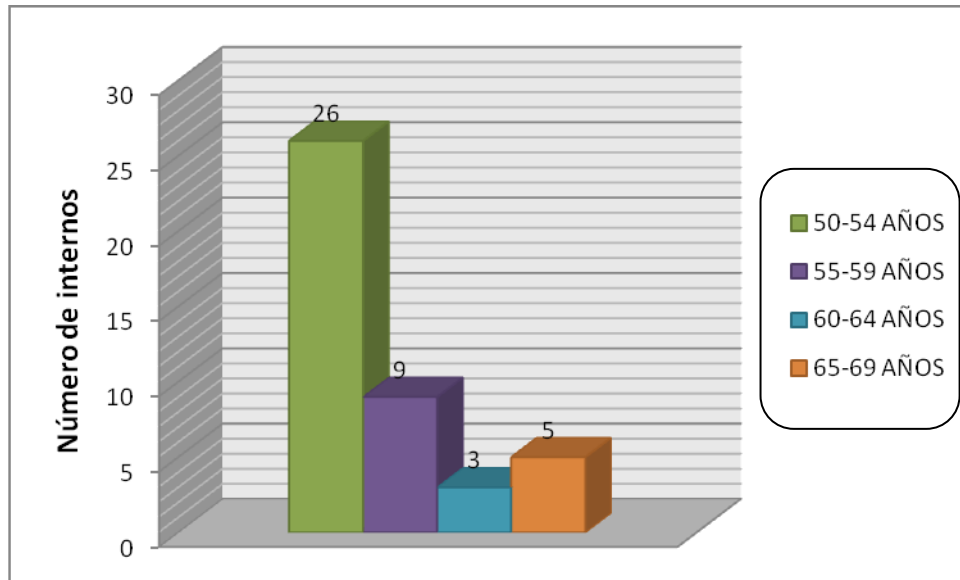
De los 956 internos que se encuentran reclusos, el 91.10% tienen menos de cincuenta (50) años, mientras que el 8.89% son mayores cincuenta (50) años, lo que equivale a un porcentaje representativo de internos adultos mayores privados de la libertad en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío en el 2008.

GRÁFICO 2: Población de cincuenta (50) años y más que participó en el programa del Adulto Mayor



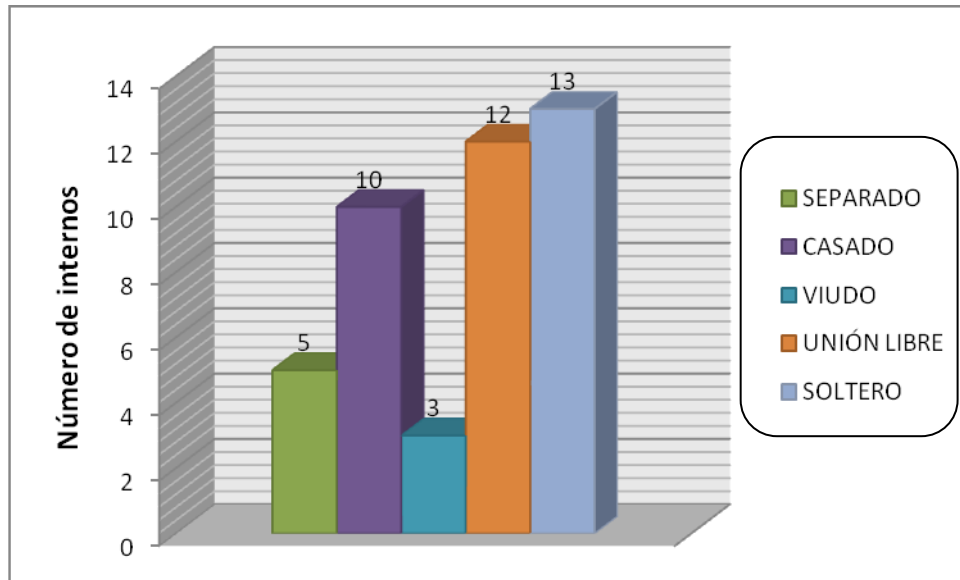
Del total de internos de cincuenta (50) años y más, 43 participaron en las actividades realizadas en el programa del Adulto Mayor del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, lo que equivale al 50.58% y 42 internos de este mismo grupo no participaron de las actividades lo que corresponde al 49.41%. Un alto porcentaje de adultos mayores no participó debido a que unos estaban comprometidos y ocupados en otros programas de la institución y otros, simplemente no se motivaron, ni mostraron interés por este tipo de trabajo.

GRÁFICO 3: Distribución por rangos de edad



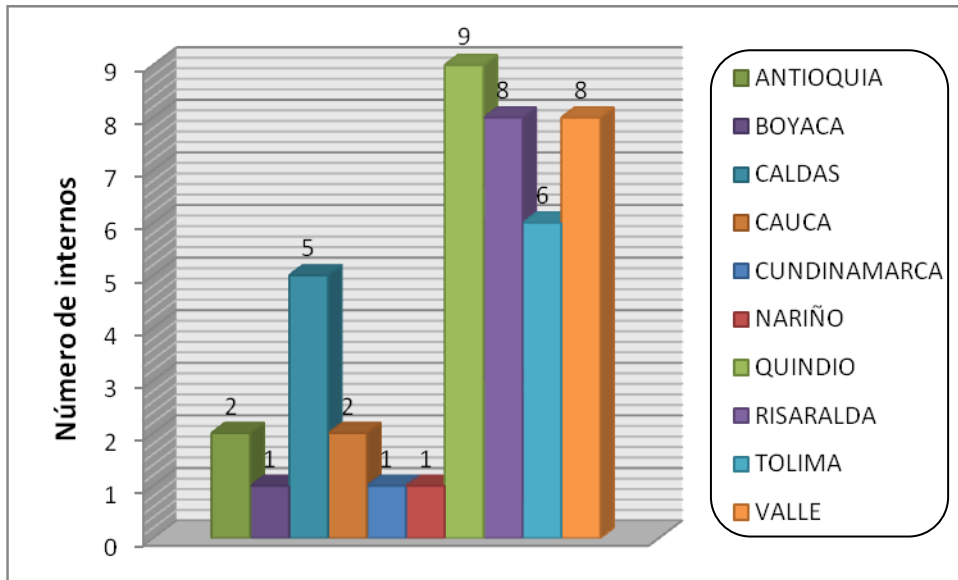
Respecto a la edad de los internos participantes del programa, 26 se encuentran en el rango entre 50-54 años, lo que equivale al 60.46% de la población, 9 tienen entre 55-59 años lo que corresponde a un 20.93%, 5 están entre los 65-69 años en un porcentaje de 11.62% y por último están los internos que tienen entre 60-64 años con un 6.97%. Esto significa que la mayoría de los participantes tienen entre 50-54 años y no son adultos mayores como tal, aunque sí participaron en el programa, debido a que el Establecimiento considera esta edad importante para pertenecer a dicho grupo, y solo 3 de ellos están en el rango de 60-64.

GRÁFICO 4: Estado civil de los internos de cincuenta (50) años y más



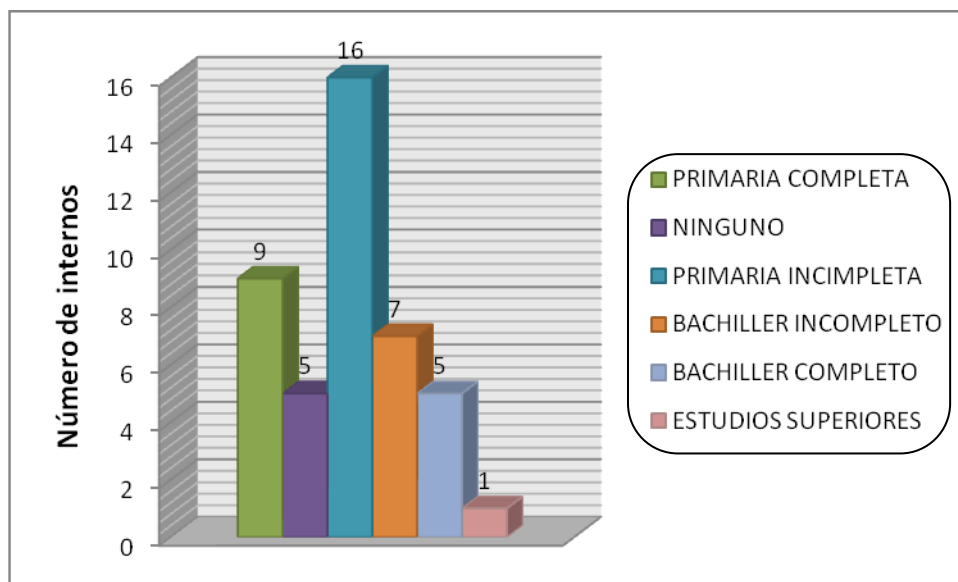
Analizando el estado civil de los adultos mayores en el Establecimiento Penitenciario, se encontró que el 30.23% son solteros, seguido de los de unión libre con un 27.90%, los casados con un 23.25%, los separados con un 11.62% y por último, en menor porcentaje se encuentran los viudos representando un 6.97%, es decir, la mayoría de los que asistieron al programa del Adulto Mayor son solteros y existiendo menor cantidad de viudos.

GRÁFICO 5: Lugar de procedencia de los Internos de cincuenta (50) años y más



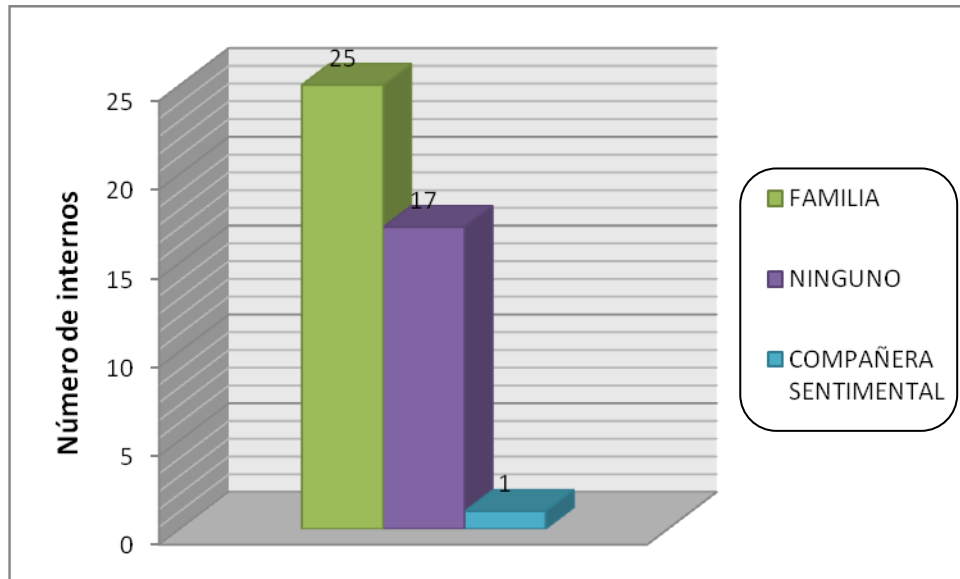
De los cuarenta y tres (43) internos de cincuenta (50) años y más que participaron en el desarrollo de las actividades, 20.93% son del Quindío, 18.60% de Risaralda, 18.60% del Valle, 13.95 del Tolima, 11.62% de Caldas, 4.65% de Antioquia, 4.65% de Cauca, 2.32% de Boyacá, 2.32% de Cundinamarca y 2.32% de Nariño. En el gráfico se observa como en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá en el 2008 hay internos de diferentes regiones del país, existiendo mayoría del eje cafetero y de los departamentos que limitan con el Quindío.

GRÁFICO 6: Nivel de escolaridad de los internos de cincuenta (50) años y más



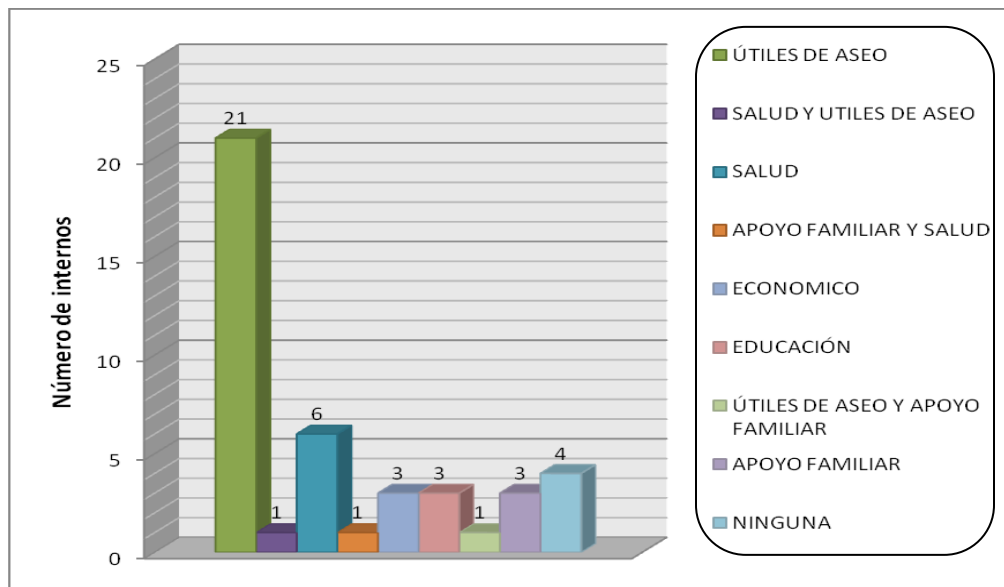
El nivel de escolaridad de los internos que participaron en el programa muestra diferencias significativas entre los que accedieron a la educación y aquellos que no. El 37.20% no terminó la primaria, el 20.93% culminó la primaria, 16.27% no terminó sus estudios de bachillerato, el 11.62% tiene el bachillerato completo, el 11.62% no realizó ningún tipo de estudio y manifestaron no saber leer ni escribir, mientras que el 2.32% cursó estudios superiores. Estos porcentajes muestran que el 50% de los adultos mayores que participaron en el programa tienen un bajo nivel de estudio o carecen de escolaridad.

GRÁFICO 7: Redes Sociales de los Internos de cincuenta (50) años y más



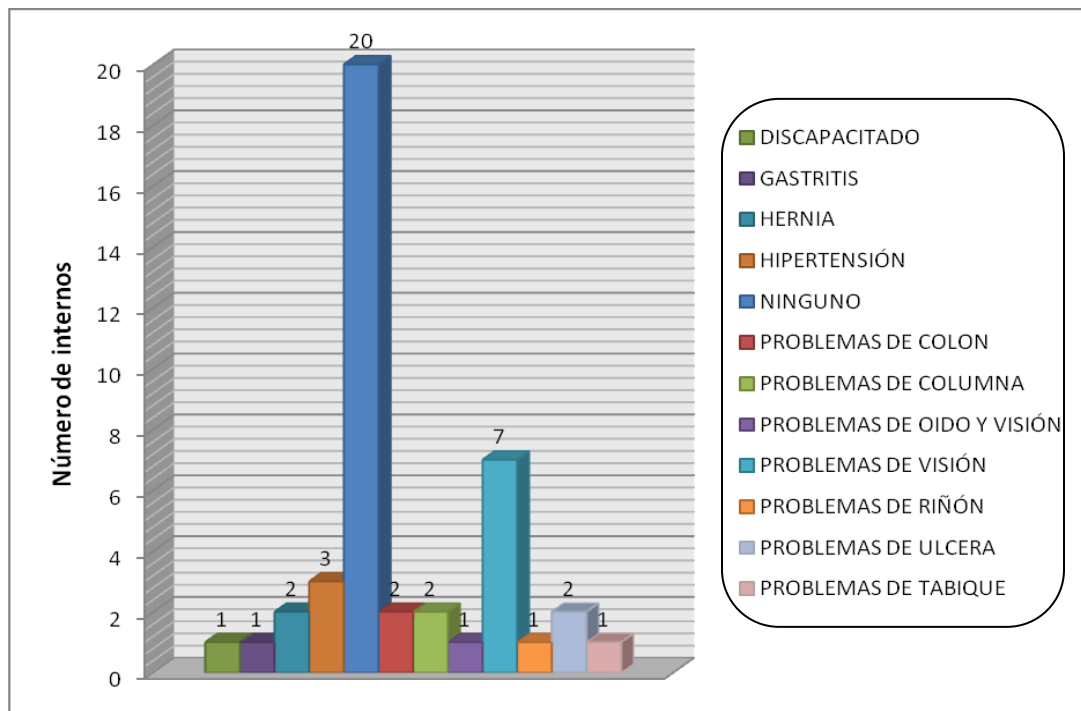
Las redes sociales de la mayoría de los cuarenta y tres (43) internos de cincuenta (50) años y más que participaron en las actividades, el 58.13% tiene sus redes sociales en torno a sus familias, el 39.53% no tienen ningún apoyo social y el 2.32% tienen apoyo social de sus compañeras sentimentales. Si bien es cierto que la mayor parte de los internos cuentan con buenas redes sociales, también es cierto que un grupo representativo de internos, se encuentran solos. Por ello, se fortalecieron las actividades encaminadas a fomentar la participación de las familias como el Día del Niño, Celebración del Día de las Mercedes y otras actividades culturales (danzas y orquestas) que ofreció la penitenciaría por medio de colegios y universidades del departamento en días de visita.

GRÁFICO 8: Necesidades básicas insatisfechas de los internos de cincuenta (50) años y más



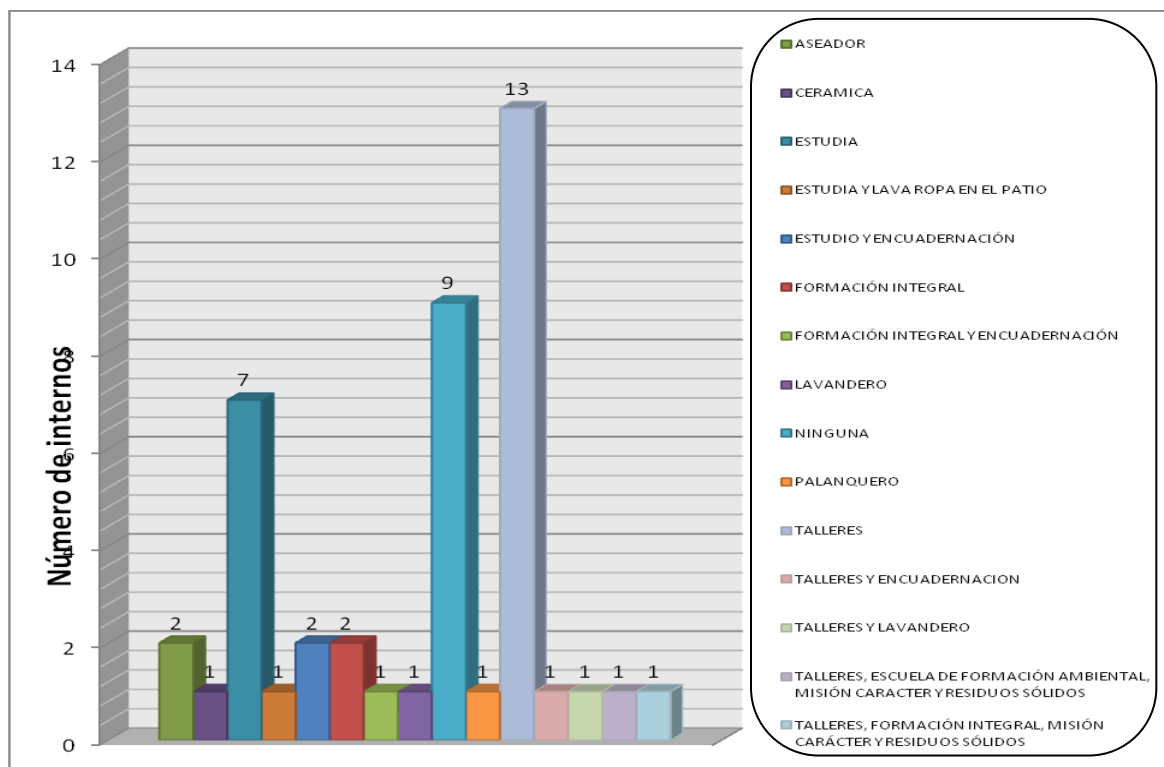
Según los resultados arrojados en la encuesta aplicada a los cuarenta y tres (43) internos de cincuenta (50) años y más que hicieron parte de las actividades desarrolladas, el (48.83%) necesita implementos de aseo, mientras que una parte importante piensa que la atención en salud (13.95%) es su prioridad; el 9.30% considera no tener ninguna necesidad y el resto de la población presenta otras necesidades, como: apoyo familiar el 6.97%, económico el 6.97%, educación el 6.97%, salud y útiles de aseo el 2.32%, apoyo familiar y salud el 2.32%, útiles de aseo y apoyo familiar el 2.32% de la población considera no tener ninguna necesidad insatisfecha. Respecto a esto la pasante de Gerontología realizó una campaña para brindar mensualmente algunos implementos como útiles de aseo, sábanas, cobijas ó colchonetas a los internos que fueron donados por el grupo de Pastoral Social que visita mensualmente la institución.

GRÁFICO 9: Problemas de salud o discapacidad que presentan los internos de cincuenta (50) años y más



De los cuarenta y tres (43) internos de cincuenta (50) años y más que hicieron parte en el desarrollo de las actividades gerontológicas, el 46.51% manifiesta no presentar ningún problema de salud o discapacidad, el 16.27% presenta problemas de visión, 6.97% de los encuestados tienen problemas de hipertensión. Los problemas relacionados con la columna, ulcera, hernias y colon equivalen a 4.65% cada uno y en menor proporción se encuentran los problemas de riñón, gastritis, tabique, discapacidades y problemas de audición y visión con un 2.32% cada uno. La mayoría de los internos son personas saludables, lo que facilitó la participación de las actividades realizadas por la pasante de Gerontología.

GRÁFICO 10: Actividades que realizan dentro de la Institución los internos de cincuenta (50) años y más



La información que presenta el gráfico es importante porque muestra que el 79.06% de los cuarenta y tres (43) internos de cincuenta (50) años y más, realizan alguna o varias actividades dentro del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá y el 20.93% no realiza ninguna actividad. Entre las actividades que participa un mayor número de internos se encuentran: talleres con un 30.23% y estudio 16.27%, mientras que en las otras actividades como lavado de ropa, aseo en los patios, encuadernación, trabajo en la granja, escuela de formación integral. misión carácter y residuos sólidos, participa un menor número de internos. Para lograr que los internos se vincularan a algún trabajo, estudio o programa, se les motivó por medio de visitas a los

patios para que participaran de las actividades que realizaba la pasante y en otras de la institución, logrando así que asistieran a diferentes programas como educación, programa del adulto mayor y trabajos de reducción de condena entre los cuales se encuentran: granja, aseo en el patio y encuadernación.

6. SUSTENTACIÓN TEÓRICA

En la ejecución del plan de intervención propuesto para el trabajo de pasantía se tuvo en cuenta la teoría relacionada con el envejecimiento, factores que influyen en el proceso del mismo, perspectiva del ciclo vital, factores que fomentan la autonomía, estilos de vida, tiempo libre: lúdica y recreación, la reinserción social y el proyecto de vida, temas orientados al desarrollo de las tres estrategias programadas para la ejecución de pasantía: caracterización de la población, proyecto de vida y uso adecuado del tiempo libre, todo esto enmarcado en la política de reinserción social del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario de Colombia (INPEC).

Durante el proceso de pasantía se trabajó en la reinserción social de los internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío a través de los programas del Adulto Mayor, de Inducción, de alcohólicos anónimos, Grupo de Apoyo y Grupo de Crecimiento Personal, que contribuyen al crecimiento personal, fortalecen la autoestima y favorecen una reinserción social positiva. Este proceso de reinserción social sigue los lineamientos de la normatividad del Instituto Nacional Penitenciario Colombiano.

Casas (2007)¹⁰, señala que para entender lo que significa el tratamiento penitenciario al infractor de la norma penal, es fundamental tener un concepto muy definido tanto del delito, como del actor de la conducta a penalizar. Se debe conocer la esencia del medio donde se comete el acto punible y las circunstancias en las cuales se desenvuelve

¹⁰ CASAS, Jerez Ulises. Tratamiento Penitenciario y Reinserción Social. Ponencia VIII Congreso Internacional de Ciencias Penales. Junio. 2007.

material, social y culturalmente el individuo que infringe la norma penal. Es ahí, dentro de este cuadro de donde surgen las diversas escuelas que tratan el delito y su protagonista, con base en ello, se define el tratamiento para la reinserción social que se debe dar por parte del Estado, siendo éste el encargado de resolver la relación del infractor de la norma que protege a la sociedad y al individuo porque su función es la de regular las relaciones sociales de quienes integran la Nación o Estado que se expresan a través de los gobiernos, constituidos por individuos concretos que representan intereses económicos, sociales, políticos, culturales y reales.

Acosta (1999)¹¹, refiriéndose a la reinserción social plantea que se entiende como el proceso de reaprendizaje de las expectativas sociales de los roles que motivan la conducta y ésta debe darse en espacios funcionales que permitan el entrenamiento de la integración permanente a la sociedad. Este concepto e idea de la reinserción social está en grave crisis, su polémica contradice su razón de ser con la práctica ya que la cárcel no es una forma normal de vida. Si se asume este proceso como posible intervención se encuentra también, que no todas las personas deben ser resocializadas, porque otras no están en condiciones de serlo o no lo aceptan.

Dentro de este marco general, donde se ubica éste criterio, se profundiza el tema: tratamiento penitenciario y reinserción social del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío el cual trabaja la reinserción social mediante los Programas de Tratamiento y Desarrollo del Establecimiento.

¹¹ ACOSTA, Muñoz, Daniel. Sistema Integral de Tratamiento Progresivo Penitenciario. 1999. p. 147.

El trabajo de la pasante de Gerontología orientó a los internos sobre aspectos del envejecimiento como proceso natural y la vejez como etapa del ciclo vital, además contribuyó al trabajo de reinserción social desde el área sociofamiliar, concientizando a los internos de los alcances y consecuencias de sus actos y como afectan éstos su entorno inmediato y su vida, puesto que la Psicóloga del Establecimiento realiza actividades de intervención en éstas áreas, sin embargo el grupo poblacional del Establecimiento Penitenciario es numeroso, y muchos de los internos no logran acceder a los tratamientos psicológicos.

6.1. INTRODUCCIÓN AL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO

Según Dulcey y Uribe (2002)¹² el envejecimiento es una de las pocas características que nos definen y nos unifican a todos. Mas allá de su significado biológico, comúnmente asociado con disminución progresiva de la capacidad funcional orgánica, envejecer significa aumentar la edad y volverse más viejo por el hecho de haber vivido más tiempo.

El envejecimiento es un proceso natural e inherente al ser humano, razón por la cual se posiciona como objeto de análisis gerontológico; según Mishara y Reidel (1986)¹³, decir que el envejecimiento es un proceso, equivale a que el cambio no ocurre en forma repentina, sino en forma gradual y progresiva, por tratarse de modificaciones que se

¹²DULCEY, Ruiz Eliza y URIBE, Valdivieso Cecilia. Psicología del ciclo vital: hacia una visión comprehensiva de la vida humana. En: Revista Latinoamericana de Psicología. Vol. 34, N° 1-2 2002, ISSN 0120-0534. p., 6.

¹³ MISHARA, B. L y REIDEL R. G. El proceso de envejecimiento. Madrid: Ediciones Morata. 1986. P. 13 y 19

van produciendo a lo largo de los años, donde intervienen una gran cantidad de factores y variables que irán moldeando y configurando la persona que envejece.

Factores que influyen en el envejecimiento

Según Mishara y Reidel (1986) ¹⁴ el proceso de envejecimiento puede ser considerado como una serie de estadios que se organizan en torno a ciertas características de orden físico, psicológico, social y material. La crisis o acontecimientos destacados pueden modificar radicalmente la vida y precipitar el paso de un estadio a otro. Los autores consideran el envejecimiento desde cuatro puntas de vista:

- **Edad cronológica.** La manera más simple de definir la vejez consiste en contar los años transcurridos desde el nacimiento. La edad cronológica viene generalmente acompañada de un fenómeno de identificación con los estadios tradicionalmente reconocidos como constituyentes de la juventud, la edad madura y la vejez.
- **Edad física y biológica:** los cambios físicos y biológicos son criterios que pueden servir para definir el envejecimiento físico, el cual se desarrolla gradualmente, de forma que resulta a menudo arbitrario precisar el momento en el que una persona es vieja. Por lo tanto, los cambios fisiológicos deben, pues, ser considerados en sus relaciones con los factores económicos, sociales y culturales, así como con los hábitos de higiene del sujeto.
- **La edad psicológica y emotiva:** los cambios psicológicos pueden dividirse en dos grupos: 1). Los cognitivos, es decir los que afectan la manera de pensar y

¹⁴ Ibid., P. 20-28

las capacidades y 2). Los que conciernen a la afectividad y a la personalidad. Estos cambios se ven afectados por acontecimientos como la jubilación, la muerte del cónyuge, que se hallan ligados a experiencias complejas en el seno del medio social. Se cree que la manera de reaccionar ante las experiencias sociales determina ciertos aspectos importantes del envejecimiento.

- **La edad social.** La edad social designa los papeles que se puede, se deberían, se pretende, se desea o han de desempeñarse en la sociedad. Determinados papeles sociales pueden entrar en conflicto con los jalones arbitrarios de la edad cronológica. El conflicto entre las edades social, psicológica y cronológica constituye una forma de disonancia. Ciertas variables sociales evolucionan con la edad, pero sin seguir necesariamente a la edad cronológica.

6.2. PERSPECTIVA DEL CICLO VITAL

Dulcey Ruiz y Uribe (2002)¹⁵ afirman que ciertos estudios relacionados con el transcurso de la vida, la perspectiva del ciclo vital, el envejecimiento y la vejez, se convierten en un marco de referencia (mas que en una teoría) de tipo conceptual y dialéctico, que considera la totalidad de la vida como una continuidad con cambios, destacando parámetros históricos, socioculturales, contextuales, y de acontecer cotidiano e individual, como prevalentes sobre cualquier clasificación, o en la que predomine la edad como criterio. La perspectiva del ciclo vital representa un intento para superar la dicotomía reconociendo que en cualquier momento de la vida hay pérdidas y ganancias. Las autoras dan unos postulados que hacen relacionan a la perspectiva del ciclo vital, estos son:

¹⁵ DULCEY RUIZ y URIBE. Op. Cit. p., 3

1. El ciclo vital como envejecimiento diferencial y progresivo

El envejecimiento como proceso de diferenciación progresiva, el cual comienza con la vida y termina con la muerte, es una realidad característica de todas las formas de vida multicelular y por supuesto, de la vida de todos los seres vivos.

2. Reconceptualización del desarrollo y el envejecimiento

El desarrollo y envejecimiento han de entenderse como procesos simultáneos y permanentes durante la vida, en los cuales se conjugan ganancias y pérdidas, así como múltiples influencias y orientaciones.

3. Irrelevancia (relatividad) de la edad cronológica

La importancia de la edad cronológica (constructo demográfico, más que funcional) es relativa, debido a que la edad por sí misma no es un factor causal, explicativo o descriptivo, ni una variable organizadora de la vida humana. Es menos importante el tiempo que pasa, que lo que ocurre durante ese tiempo.

Etapas del ciclo vital

Los internos que se encuentran cumpliendo condena al interior del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá, comentaron que durante sus etapas del desarrollo comprendidas entre el nacimiento y la madurez, se vieron privados de privilegios económicos y socioafectivos, puesto que crecieron en entornos caracterizados por la violencia social y la carencia económica lo que los condujo a vincularse en actividades delictivas que les presentaban ingresos económicos superiores a los que podían acceder por la vía legal (en el caso de los internos que se encuentran condenados por la Ley 30: posesión y venta de estupefacientes); mientras que otro grupo de internos en su infancia enfrentaron situaciones de violencia sexual (hijos de trabajadoras sexuales, presenciar y/o vivir abuso y/o acceso carnal violento), lo que al no ser tratado oportunamente con tratamiento psicológico les dejó secuelas que

a la larga afloraron en psicosis sexuales agresivas (internos condenados por abuso y/o acceso carnal violento).

El concepto del ciclo vital se trabajó, puesto que la privación de la libertad influye de forma directa en los diferentes ámbitos psicosociales del individuo, cambiando abruptamente el estilo de vida que lleva en libertad, es decir, las relaciones interpersonales, el tipo de alimentación (la alimentación al interior del establecimiento es alta en carbohidratos, hierro y grasas), las relaciones intrafamiliares, la forma como se perciben a sí mismos y los espacios físicos, cambian totalmente, lo cual influye de forma directa sobre el estado de salud y acelera los cambios físicos asociados al proceso de envejecimiento.

La Dra. Eleana Oyarzún (2008)¹⁶ con base en la teoría del Ciclo Vital de Erik Erikson, afirma que en cada etapa se crean nuevas exigencias internas y externas, que para ser cumplidas exigen nuevos modos de enfrentamiento y adaptación al entorno. Cada etapa es una síntesis más compleja y diferenciada de la anterior, que debe ser disuelta para ser reemplazada, de ahí proviene el concepto de crisis. Cada crisis lleva a un desenlace exitoso, que posibilita nuevos desarrollos positivos, o negativos, que conlleva estancamiento y puede desencadenar en enfermedades físicas y/o psicológicas. En su análisis describe las etapas del desarrollo tal como las concibió Erik Erikson, estas son:

1. Etapa incorporativa (fase oral). Va desde el nacimiento hasta el año de edad. Al nacer el niño, pasa a depender del medio ambiente. Si la madre y la familia brindan un cuidado continuo, consistente y adecuado a las necesidades del niño, se generará en él una sensación de confianza, que se traducirá en esperanza y optimismo frente a la

¹⁶ OYARZÚN Eleana. Universidad de Chile Facultad de Medicina Departamento de Atención Primaria y Salud Familiar. 2008. En: www.monografias.com

vida. Si el cuidado temprano es variable, impredecible, desorganizado, se generará una sensación de desconfianza en el niño.

2. Etapa niñez temprana (fase muscular anal). Va desde un año hasta los tres años; en esta etapa se fija la noción de autonomía del niño. A medida que el niño controla esfínteres, usa sus músculos para moverse y vocalizar, desarrollará una sensación de autonomía. Si hay sensación de mucho control, de ser avergonzado ante los primeros fracasos, pueden surgir sentimientos de vergüenza, duda e inseguridad. El resultado de un desenlace positivo es la sensación de tener una voluntad propia.

3. Etapa locomotora genital (preescolar). Va desde los tres años a los seis años. El niño reflexiona sobre su medio externo, tomando la iniciativa de establecer relaciones más cercanas con el progenitor del sexo opuesto. En esta etapa hay una mayor preocupación por los genitales de los padres del sexo opuesto, y en general una mayor diferencia entre los sexos. La identificación con el padre es decisiva en esta etapa.

4. Etapa de latencia (escolar). Va desde los seis años a los doce años. El niño muestra su capacidad de desenvolverse sagazmente en la interacción educacional y social, fuera de la familia. En la medida que se desarrollan estas interacciones efectivamente, se logra un sentido de ser propio y de inferioridad. Muchos problemas de rendimiento escolar, de fobias y aislamiento social tempranos, son característicos de esta etapa. El nombre de latencia se refiere a la interrupción de búsqueda de vínculos heterosexuales que se evidencia en la separación por sexos, frecuentes a esta edad.

5. Etapa de adolescencia. Se extiende desde los doce años hasta los veinte años. Como trabajo central del desarrollo adolescente está el concepto de consolidación de la identidad. Los cambios físicos y psicológicos hacen entrar en un período de aumento del conflicto psicológico interno, dando como consecuencia un sentido de continuidad y estabilidad a lo largo del tiempo. Fijar sus propios gustos, intereses, valores y principios es el modo de crecer. El joven delimita su espacio con respecto al de sus padres y familia.

6. Etapa adulto joven. Va desde los veinte años a los cuarenta años. El adulto entra a formar parte de la sociedad al desempeñar un trabajo y relacionarse con una pareja formando una familia. El poder compartir una familia es la tarea central de esta etapa, que requiere de un sentido de solidaridad y de identidad compartida en pareja, lo contrario produce aislamiento personal. Lo dicho para la pareja se aplica al trabajo, donde la persona debe mostrar su capacidad de entrega en cualquier labor.

7. Etapa adulto medio o maduro. Va desde los cuarenta años a los sesenta años. Lo crítico de esta etapa es la capacidad de cuidar y facilitar el desarrollo de las generaciones más jóvenes. Los adultos de esta edad participan en la tarea siendo padres, profesores y guías. El adulto que no puede ser productivo, siente una sensación de estancamiento, y vive en forma individualista y sin propulsión hacia el futuro. Los adultos medios necesitan a los niños y es necesario para ellos cuidar a estos, como los niños necesitan de alguien que los cuide.

8. Etapa adulto tardío (adulto mayor). Desde los sesenta años en adelante. A medida que el adulto evalúa su proceso vital y los aportes que ha efectuado a la generación siguiente, se llega al tema final del ciclo vital: la integridad reposa en la aceptación de la sucesión de las generaciones y de la vida natural. Esta fase implica el desarrollo de una sabiduría y de una filosofía trascendente de la vida. Si no se adquiere esta integridad, la desesperación y el temor a la muerte se presentarán como resultado de una vida irrealizada.

Según Dulcey Ruiz y Uribe (2002)¹⁷ la vejez como etapa en la perspectiva del ciclo vital, es entendida no solo como simple cronología, sino más bien por la dinámica cronológica, física, psicológica y social. Citando a Marc Freid Ph. D. (1988) señalan que “La vejez carece de límites, excepto de la muerte, y varía no solamente de un individuo a otro, sino de acuerdo con las expectativas sociales y culturales, con la posición social

¹⁷ DULCEY Y URIBE. Op Cit. p. 15

y económica de la persona”. Mientras que Mishara y Reidel (1986)¹⁸, afirman que en nuestra sociedad el inicio de la etapa de la vejez se encuentra ligada frecuentemente con el momento de la jubilación, en parte, el ingreso en la vejez se halla establecido por decreto. Parece que existe una relación entre la edad cronológica y el proceso construido por los acontecimientos de la vida, sin embargo los umbrales arbitrarios establecidos conforme a la edad resultan a menudo engañosos, porque son frecuentes las diferencias individuales y los cambios graduales, puesto que se envejece de modo diferente desde el punto de vista físico, económico y social y la edad cronológica sirve, para marcar la edad objetiva.

Factores que fomentan la salud y la autonomía

El trabajo de pasantía en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá, se orientó a la construcción del proyecto de vida y al uso adecuado del tiempo libre, dada la relación que existe entre estos y **el envejecimiento activo**, que la Organización Mundial de la Salud (2002)¹⁹ define como:

El proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen. El envejecimiento activo se aplica tanto a los individuos como a los grupos de población. Permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo vital y participar en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades, mientras que les proporciona protección, seguridad y cuidados cuando necesitan asistencia.

¹⁸ MISHARA Y REIDEL. Op Cit. p. 22-24

¹⁹ Organización Mundial de la Salud, OMS. Envejecimiento activo: un marco político. Revista Española de Gerontología y Geriatria. Traducido por Pedro J. Regalado. 2002; 37 (S2): 74-1052002. p. 99

La Organización Mundial de la Salud (2002)²⁰ plantea que para lograr un envejecimiento activo se debe tener en cuenta los siguientes determinantes:

Determinantes transversales: la cultura y el género. La cultura, al encontrarse enmarcada en factores como la nutrición, las relaciones sociales, la accesibilidad a educación, entre otras, lo que a su vez determinan la forma en que envejece el individuo porque influyen sobre los demás determinantes del envejecimiento activo; mientras que el sexo es una “lente” a través de la cual se puede considerar la idoneidad de las distintas opciones de las políticas instauradas y como afectan al bienestar tanto de los hombres como de las mujeres.

Determinantes relacionados con los sistemas sanitarios y los servicios sociales: la salud y los servicios sociales han de ser integrados, coordinados, efectivos y rentables. No debe existir contaminación por causa de la edad al facilitar los servicios y los profesionales en salud, han de tratar a las personas de todas las edades con dignidad y respeto.

Determinantes conductuales: la adopción de estilos de vida saludables y la participación activa en el propio autocuidado son importantes en todas las etapas del curso vital. Uno de los mitos sobre el envejecimiento gira en torno a la idea de que, en la vejez, ya es demasiado tarde para adoptar un estilo de vida saludable; sin embargo, implicarse en una actividad física adecuada, una alimentación sana, no fumar y el consumo prudente de alcohol y medicamentos en la vejez puede evitar la discapacidad y el declive funcional, prolongar la longevidad y mejorar la propia calidad de vida.

Determinantes relacionados con los factores personales: la influencia de los factores genéticos sobre el desarrollo de enfermedades crónicas, como la diabetes, las cardiopatías, la enfermedad de Alzheimer, y ciertos cánceres, varía considerablemente

²⁰ Ibid., p. 82-90

entre las personas. Para muchas de ellas, las conductas relacionadas con el estilo de vida (como no fumar), las habilidades personales para enfrentarse a las situaciones adversas y las redes sociales pueden modificar eficazmente la influencia de la genética en el declive funcional y el comienzo de la enfermedad.

Determinantes relacionados con el entorno físico: unos entornos físicos que tengan en cuenta a las personas ancianas pueden establecer la diferencia entre independencia y dependencia para todas las personas, pero son de especial importancia para las que están envejeciendo. En el entorno físico se encuentran riesgos que pueden provocar lesiones debilitantes y dolorosas en las personas mayores. Las lesiones como consecuencias de caídas, incendios y accidentes de tráfico, son las más frecuentes.

Determinantes relacionados con el entorno social: el apoyo social, las oportunidades para la educación y el aprendizaje continuo durante toda la vida, la paz y la protección frente a la violencia y al abuso, son factores fundamentales del entorno social, que mejoran la salud, la participación y la seguridad a medida que las personas envejecen. La soledad, el aislamiento social, el analfabetismo y la falta de educación, el abuso contra las personas de edad avanzada y la exposición a situaciones de conflicto aumentan enormemente los riesgos de discapacidad y muerte prematura en las personas mayores.

Determinantes económicos: existen tres aspectos del ámbito económico que tienen un aspecto especialmente significativo sobre el envejecimiento activo: los ingresos, la protección social y el trabajo.

➤ **Los ingresos:** aunque las personas pobres de todas las edades se enfrentan a un riesgo creciente de mala salud y discapacidades, los ancianos son particularmente vulnerables. Muchas personas mayores, sobre todo mujeres que viven solas o en zonas rurales, no tienen suficientes ingresos garantizados. Esto afecta seriamente el acceso a alimentos nutritivos, a una vivienda adecuada y a la atención sanitaria.

- **La protección social:** en todos los países del mundo, las familias proporcionan la mayor parte del apoyo a los ancianos que necesitan ayuda. Sin embargo, a medida que las sociedades se desarrollan y comienza a decaer la tradición de que las generaciones vivan juntas, los países recurren cada vez más al desarrollo de mecanismos que proporcionen protección social a las personas de edad avanzada que no pueden ganarse la vida, están solas y son vulnerables.
- **El trabajo:** en todo el mundo, cada vez es mayor el reconocimiento de la necesidad de apoyar la contribución activa y productiva, que las personas mayores puedan aportar y de hecho aportan tanto en el trabajo formal como informal en la realización de actividades domésticas no remuneradas y en empleos voluntarios.

Los programas de prevención e intervención pueden retrasar el proceso de deterioro físico, y ciertos cambios asociados al envejecimiento, lo que en algunos individuos conduce a la dependencia y deterioro de la salud física y psicológica. En el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá se limita la vejez dado que algunos de los factores determinantes para el logro de un envejecimiento activo no están presentes, entre éstos el conductual, los factores personales, el entorno físico, el entorno emocional y el económico.

Refiriéndose a la autonomía, la Organización Mundial de la Salud (2002)²¹, señala que:

Mantener la autonomía y la independencia a medida que se envejece es un objetivo tanto para los individuos como para los responsables políticos, además el envejecimiento tiene lugar dentro del contexto de los demás: amigos, los compañeros

²¹ Ibid., p. 99

de trabajo, los vecinos y los miembros de la familia. De igual forma, las personas ancianas que se retiran del trabajo y las que están enfermas o viven en situación de discapacidad pueden seguir contribuyendo activamente con sus familiares, semejantes, comunidades y naciones; es por ello, que el envejecimiento activo trata de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida para todas las personas a medida que envejecen, incluyendo aquellas personas frágiles, discapacitadas o que necesitan asistencia (en este caso los privados de la libertad).

6.3. ESTILOS DE VIDA

Para llegar a la vejez con autonomía y funcionalidad es indispensable la práctica de estilos de vida saludables, al respecto Gómez y Curcio (2002)²² señalan que:

El concepto de estilo de vida como una expresión de la forma de vida, corresponde a las estrategias usadas por un individuo para hacer uso de los recursos y posibilidades generadas por el entorno social. Los comportamientos habituales saludables y poco saludables hacen parte del estilo de vida individual y están estrechamente relacionados con el nivel de capacidad funcional, bien por el efecto que estos hábitos originan en ella, o por la capacidad con que se cuenta para realizarlos.

²² GÓMEZ, Montes José Fernando y CURCIO, Borrero Carmen Lucia. Valoración Integral de la Salud del Anciano. Manizales: Artes Gráficas, 2002, p. 143.

Señala Duncan (1986)²³, que desde una perspectiva integral, es necesario considerar los estilos de vida como parte de una dimensión colectiva y social, que comprenda tres aspectos interrelacionados: el material, el social y el ideológico.

“En lo material, el estilo de vida se caracteriza por manifestaciones de la cultura material: vivienda, alimentación, vestido. En lo social, según las formas y estructuras organizativas: tipo de familia, grupos de parentesco, redes sociales de apoyo y sistemas de soporte como las instituciones y asociaciones. En el plano ideológico, los estilos de vida se expresan a través de las ideas, valores y creencias que determinan las respuestas o comportamientos a los distintos sucesos de la vida. Desde esta perspectiva integral, los estilos de vida no pueden ser aislados del contexto social, económico, político y cultural al cual pertenecen y deben ser acordes a los objetivos del proceso de desarrollo, entendido como la dignificación de la persona humana en la sociedad a través de mejores condiciones de vida y de bienestar”.

Hábitos saludables

En este grupo se analiza de forma clara y concreta la información acerca de los estilos de vida saludables que debe tener en cuenta todo ser humano para unas buenas condiciones de vida y lograr una vejez autónoma y funcional.

- **Higiene**

La Fundación para el Desarrollo de la Educación en Salud en Colombia (2001)²⁴ define la higiene como el conjunto de prácticas y comportamientos orientados a mantener

²³ DUNCAN, P. Estilos de Vida. En Medicina en Salud Pública. 1986.

²⁴ Fundación para el Desarrollo de la Educación en Salud en Colombia FUDESCO. Proyecto de Atención Primaria en Salud, ACODAL gerencia zona 11, Fondo para la Reconstrucción y Desarrollo Social del Eje

unas condiciones de limpieza y aseo que favorezcan la salud de las personas. Esta se divide en: higiene corporal e higiene mental, las dos son importantes para garantizar salud y bienestar para las personas. La higiene corporal, se refiere al cuidado y aseo del cuerpo; mientras que la higiene mental, se refiere al conjunto de valores y hábitos que ayudan al individuo a relacionarse de mejor forma con los demás y hacen que se sienta valorado, respetado y apreciado dentro de un grupo social.

El aseo diario es muy importante como una forma de mejorar la apariencia individual y mejorar la autoestima. Debe ser realizado por la misma persona si está en capacidad de hacerlo, pues esto permite su independencia y autonomía, elementos esenciales para el autoconcepto.

La buena o mala higiene incide de manera directa en la salud de las personas. Son muchas las enfermedades relacionadas con las malas prácticas de higiene. Por ejemplo: la diarrea, las enfermedades gastrointestinales, la conjuntivitis, las infecciones de la piel, la pediculosis, la gripa, etc.

Mishara y Reidel (1986)²⁵ mencionan que los hábitos buenos y malos, tendrán como consecuencia acelerar o retardar los múltiples cambios relacionados con el envejecimiento. La comprobación regular del estado de salud, la atención vigilante a la sintomatología de la dolencia y, llegado el caso, una pronta intervención aumentarán la probabilidad de que la enfermedad sea rápidamente reconocida y tratada.

Cafetero, Asociación Colombiana de Ingeniería Sanitaria y Ambiental ACODAL. Autocuidado de la salud para adultos mayores.2001. p. 9

²⁵ MISHARA Y REIDEL. Op Cit. p. 60-62

- **Nutrición**

Para Gómez y Curcio (2002)²⁶ la nutrición consiste en una completa combinación de factores físicos, emocionales y medioambientales. Desde el punto de vista físico, la nutrición es importante para el mantenimiento de aspectos como la homeóstasis, la función física y la función inmune, al igual que para evitar la presencia o complicaciones de enfermedades. El componente emocional incluye depresión, motivación, apetito y el significado que se da a las comidas, entre otros. Los factores medioambientales se relacionan con las condiciones y estilos de vida en cuanto a ingresos, patrones culturales de alimentación, composición de las comidas y las relaciones sociales y familiares que se generan y desarrollan alrededor de la comida.

Una buena nutrición depende de una dieta balanceada, ésta última la define Smith (2002)²⁷ como:

Una dieta sana y balanceada consiste en cubrir y proporcionar al organismo una cantidad necesaria y correcta de carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y calorías. En el caso de las personas mayores y conforme el tiempo pasa, el cuerpo humano empieza a trabajar con un menor rendimiento, por ello, se debe ir adaptando la comida diaria a los posibles cambios que se van observando y presentando en el cuerpo, con el objetivo de mantener saludable y fuerte.

La alimentación sana es aquella que incorpora muchas frutas, verduras, pan cereal y pasta integral, proteínas en cantidades moderadas y muy pocas grasas y azúcares. Todo ello ayudará y será el elemento clave para reducir

²⁶ GÓMEZ y CURCIO. Op Cit. p. 306.

²⁷ SMITH, Tony. Guía Familiar: Vivir mejor. Ed. El Tiempo. Colombia. 2000. p. 66.

el riesgo de cualquier tipo de enfermedad relacionadas con las deficiencias nutricionales.

Gómez y Curcio (2000)²⁸, mencionan algunos cambios que se presentan con la edad en la relación nutrición y salud:

- Los requerimientos dietéticos de los ancianos sanos parecen ser los mismos de los adultos, solamente con pequeñas modificaciones; por ejemplo, los requerimientos calóricos disminuyen con la edad, en una pequeña proporción por década, después de los cincuenta años.
- Existe una disminución gradual del apetito con el incremento de la edad y una tendencia a reducir la ingesta de alimentos conforme avanza la edad.
- Un factor asociado con la nutrición es el aumento de los umbrales del olfato y el gusto. La intensidad de la percepción olfatoria y la identificación de los olores se deterioran con la edad, la preferencia por los sabores parece cambiar y las altas concentraciones de sal y azúcar son placenteras. Estos cambios sumados al incremento en el umbral de la percepción de sabor, parecen estar asociados con pérdida del apetito, malnutrición y enfermedad.
- Los problemas dentales y la secreción de saliva pueden ocasionar alteraciones en la masticación y llevar a problemas de malnutrición.
- Los procesos digestivos son más lentos, puesto que las células absorbentes disminuyen con la edad y la superficie de absorción está reducida.

²⁸ GÓMEZ Y CURCIO. Op Cit. p. 306

- En síntesis, el impacto de los cambios que ocurre con el envejecimiento, sobre el estado nutricional del adulto mayor, es muy amplio y determinado por muchos factores. Los problemas más frecuentes asociados con la nutrición son: malnutrición, pérdida de peso, disminución de la absorción, alteración del metabolismo y de la excreción y dificultades con la alimentación.

- **Actividad física**

Esta hace parte del desarrollo integral del individuo y su socialización, donde se deben tener actitudes y costumbres que permitan que esta práctica tenga los resultados esperados en el individuo y no tenga repercusiones negativas como caídas y deterioro en su estado de salud física y mental.

Gómez y Curcio (2000)²⁹, definen la actividad física como una conducta responsable de proporcionar movimiento al cuerpo, la cual permite la ejecución de movimientos y la realización de las actividades básicas cotidianas (ABC); por ello, la valoración de éstas constituye un importante determinante de la capacidad física, de ahí que el trabajo con los adultos mayores deba tomar como base su estado funcional en cuanto a limitaciones, disfunciones, flexibilidad, fuerza y composición corporal.

²⁹ GÓMEZ y CURCIO. Op Cit. p. 174.

Para llevar a cabo la actividad física con los adultos mayores, Scharll (2000)³⁰ recomienda varias instrucciones:

- Una clase de ejercicio no debe sobrepasar los cuarenta y cinco minutos.
- Debe haber una alternancia entre tensión y relajación, desarrollando los ejercicios de forma dinámica, ya que puede ayudar al funcionamiento de los órganos de la circulación. El desarrollo dinámico debe hacerse al principio a un ritmo lento y con poco esfuerzo, e ir incrementando paulatinamente el ritmo para un mayor consumo de energía y para finalizar, dejar que disminuya lentamente tanto el ritmo como el esfuerzo.
- La gimnasia debe hacerse en horas de la mañana.
- Vestuario adecuado (sudadera, camiseta y tenis).
- Utilizar ocasionalmente aparatos ligeros y blandos (palos y pelotas).
- La música debe amenizar con frecuencia la gimnasia con el grupo de adultos mayores.
- Enseñar y practicar adecuadamente la respiración (inhalar – exhalar).
- Manejar posturas correctas en articulaciones, columna, cadera, brazos.
- La actividad se debe practicar en espacios abiertos y ventilados.

Realizar actividad física tiene algunas contraindicaciones que se deben tener en cuenta para disminuir la práctica de ejercicios y evitar así complicaciones, entre éstas se destacan: extrema dificultad para respirar, músculos adoloridos, latido cardiaco

³⁰ SCHARLL, Martha. La actividad física en la tercera edad. Editorial Paidotribo: 3ª ed. España. , 2000. p.26

irregular, velocidad del pulso, dolor u opresión en el pecho, mareo desfallecimiento y nauseas o vómito.

Las personas mayores que practican diariamente el ejercicio logran mejorar la capacidad de sus órganos como lo pulmones, el corazón, los riñones, su respiración, su presión sanguínea; además fortalece los músculos, conserva la capacidad de movilidad y coordinación, evitando caídas y renunciando así a la vida sedentaria ya que muchos limitantes de la edad son consecuencias de la inactividad; del mismo modo, la práctica del ejercicio contribuye a ganar un espacio para la diversión, es una oportunidad para establecer contacto y vinculo con otras personas o mejorar las relaciones y la comunicación con las que ya se conoce.

Hábitos no saludables

Conociendo los beneficios de la práctica de estilos de vida saludables, a continuación se describen las consecuencias de la práctica de hábitos no saludables, ya que son factores que tienen grandes efectos destructivos en la salud física, mental y emocional.

- **El tabaquismo**

Para Smith (2000)³¹ el consumo de tabaco es un factor de riesgo modificable, ya que es uno de los hábitos no saludables que se puede evitar, puesto que es una adicción que se origina a medida que el individuo aspira el humo del tabaco e introduce en su organismo una serie de sustancias nocivas para la salud, como la nicotina que es un

³¹ SMITH. Op Cit. p. 105

alcaloide muy venenoso y adictivo. Igualmente, es indispensable señalar que el hábito de fumar cigarrillo es la causa más común de enfermedad y muerte prematura debido a que provoca cáncer o varias enfermedades a nivel cardíaco, nervioso, muscular, digestivo, pulmonar, entre otros. Algunos síntomas de las enfermedades relacionadas con el tabaquismo son:

- Falta de aliento y jadeo, ya que se reduce la capacidad pulmonar y se dificulta la respiración durante el esfuerzo físico.
- Repetidos dolores abdominales acompañados de náuseas, vómitos y eructos, lo cual provoca indigestión.
- Manchas rojas o blancas en la boca que pueden ser señal de alteraciones cancerígenas.
- Se presenta constante tos debido a bronquitis crónica, enfisema, o cáncer de pulmón.
- Dolores torácicos debido a enfermedades coronarias, angina de pecho y ataque de corazón.
- Problemas circulatorios que originan calambres en las piernas debido a una circulación irregular.

No fumar o dejar de hacerlo es una decisión que depende de cada persona, ya que tras la motivación de abandonar este vicio, disminuyen las consecuencias negativas, mejora notablemente y aumenta la esperanza de vida.

- **El alcoholismo**

Es otro hábito no saludable, definido por Paramo y Vélez (1999)³² como una enfermedad crónica, con alteración del comportamiento caracterizados por la ingestión de alcohol que excede las costumbres sociales y que influyen en la salud del individuo, con sus relaciones interpersonales y comportamiento de su rol. Cuanta más cantidad y con más frecuencia se beba, mayor es el riesgo de dañar los órganos internos y de convertirse la persona que lo consume en un alcohólico. Es uno de los principales problemas de la sociedad actual, puesto que aparte de generar daños físicos en las personas se le atribuyen accidentes de tránsito, conducta antisocial, disturbios grupales, violencia en el hogar, ruptura de relaciones afectivas y pérdida de productividad laboral. Igualmente, el envejecimiento se acompaña de cambios metabólicos en el organismo, que si se mezcla con el consumo de alcohol en la vejez, aumenta la predisposición a enfermedades trayendo consecuencias graves que serían un poco más complicadas para rehabilitar.

Cuando el consumo de alcohol alcanza dosis altas y permanentes en la sangre del alcohólico, afecta el organismo en sus diversos sistemas, los cuales van a estar comprometidos de acuerdo al tiempo de ingesta teniendo como consecuencia efectos inmediatos y crónicos.

Efectos inmediatos. Están ligados con la intoxicación aguda o embriaguez, lo cual resulta a partir de 2 gramos de alcohol por litro de sangre presentando descoordinación muscular, caminar titubeante, incoherencia verbal, vómitos, visión doble y agresividad.

³² PARAMO Hernández y VÉLEZ Amparo. Salud y Alternativas de Autocuidado. Ibagué: El Poirá. 1999: P.47

Cuando en la sangre se registran entre 3 y 5 gramos de alcohol por litro, la embriaguez es profunda, se puede entrar en inconsciencia “coma” y conducir a la muerte.

Efectos crónicos. Surgen después de un período latente más o menos largo, cuando el consumo diario de alcohol proporciona al organismo, cada 24 horas una cantidad superior a un centímetro cúbico por cada kilo de peso corporal.

Según los autores, el alcoholismo tiene un profundo efecto en la unidad familiar; hay un cambio de roles y en el sistema familiar sufre cambios. Algunos de los roles o papeles que adoptan en la familia del alcohólico para mantener “el equilibrio patológico” son:

- a) El papel del alcohólico: comportamiento errático que deja sus funciones y roles en el hogar.
- b) Papel de co-alcohólico es el nuevo jefe responsable (esposa-o) que asume funciones y deberes, y recibe permanentemente la hostilidad del alcohólico.
- c) Papel de héroe de la familia: el alcohólico trata de ser el que ayuda a la familia a resolver los problemas.
- d) La víctima (un hijo, un hermano), donde la familia centra la atención en él por sus problemas, no preocupándose por los problemas del alcohólico.
- e) El papel de aislado, (el familiar perdido) el alcohólico no quiere ser una carga para nadie, muestra problemas para desarrollar relaciones personales y tiende a separarse de la familia.

- f) El papel de mascota: da alivio cómico a las tensiones creadas por el alcohólico. “Es el payaso que ríe por fuera mientras llora por dentro”. Son muy buenos para la comedia.

Los síntomas y signos del alcohólico según Paramo (1999)³³ son:

1. **Alteraciones de la personalidad.** Muestra desinterés por el trabajo, celoso, irritable, violento pierde progresivamente el sentido de los valores morales.
2. **Deterioro mental.** Perdida de la memoria, lagunas mentales.
3. **Disturbios en las funciones del organismo.** Lesiones de los nervios periféricos que llevan a la pérdida de la sensibilidad y de los reflejos, atrofias musculares; trastornos gastrointestinales como disminución del apetito, dolores abdominales, sangrados digestivos, mal nutrición; en el sistema reproductivo, menos actividad sexual; en el embarazo, peligro de malformaciones fetales; en el sistema inmunitario, deficiencias que llevan a mayor riesgo de infecciones bacterianas y virales.
4. **Disturbios psiquiátricos.** a) intoxicación alcohólica, b) síndrome de abstinencia, c) delirium tremens, d) síndrome amnésico, e) alucinosis alcohólica, f) demencia alcohólica.

Es importante señalar que, el alcoholismo es un hábito que no es innato al desarrollo del individuo, por el contrario es una conducta que se aprende y por ello, un poco de

³³ *Ibíd.*; P. 49

ayuda y determinación puede decidir el abandono o negación de este vicio reflejándose en un mejor estado de salud y calidad de vida a nivel individual y grupal.

6.4. PARTICIPACIÓN Y REDES SOCIALES

La Constitución del 91 en el Art. 103, señala como un deber de la persona y el ciudadano el ejercicio de la participación, con base en ello, se fortaleció la participación social de los adultos mayores de cincuenta años y más recluidos en el Establecimiento de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá, donde los reclusos que interactuaron en los programas llegaron a compartir objetivos, ideas y metas. Con la intención de determinar la metodología de participación a desarrollar con los internos, se revisó la conceptualización de diferentes teóricos entre los que se encuentran: Estrada (2000)³⁴, quien define la participación, como una forma de intervención social que le permite a los individuos reconocerse como actores, que al compartir una situación determinada, tienen la oportunidad de identificarse a partir de intereses, expectativas y demandas comunes, además de estar en capacidad de traducirlas como una cierta autonomía frente a otros actores sociales y políticos.

Por su parte, Turabian (1992)³⁵, concibe la participación como el lograr que los ciudadanos sean agentes de cambio en la sociedad a través de la cooperación responsable y organizada, la intervención en la prevención y resolución de problemas, y además de intervenir en programas o en actividades que se lleven a cabo dentro y fuera de la comunidad.

³⁴ ESTRADA, y colaboradores. La participación está en juego. UNICEF Colombia. Bogotá: Fundación Antonio Restrepo Barco. 2000. P. 15.

³⁵ TURBAIN, José. Apuntes esquemas y ejemplares de participación comunitaria en la salud. Díaz de Santos., S.A. 1992. P. 39.

Montaño (2005)³⁶, plantea cuatro figuras básicas o formas de participación:

La participación Social: esta implica la agrupación de los individuos en organizaciones de la sociedad civil para la defensa y representación de sus respectivos intereses, por ejemplo grupos de jóvenes mujeres, discapacitados, etc. que buscan el mejoramiento de las condiciones de vida o defensa de intereses. El desarrollo de este tipo de participación articula el tejido social organizacional que puede tener presencia importante en el desarrollo de nuevas formas de participación, sobretodo en la esfera de lo público.

La participación ciudadana: se entiende como la intervención de los ciudadanos en la esfera pública, en función de intereses sociales de carácter particular este es el caso de los comités de veedurías, juntas de acción comunas o juntas administradoras locales.

La participación política: es la intervención de los ciudadanos a través de ciertos instrumentos (el sufragio) para lograr la materialización de los intereses de una comunidad política. En contraste con la participación ciudadana, la acción individual o colectiva se inspira en intereses compartidos y no en particulares. Pero al igual que ella, el contexto es el de las relaciones entre sociedad civil y el Estado.

La participación comunitaria: es el conjunto de acciones que despliegan diversos sectores comunitarios, en la búsqueda de soluciones a sus necesidades específicas... está ligada al desarrollo comunitario de un sector o un grupo comunitario y tiene como eje el mejoramiento de las condiciones de vida en la comunidad.

6.5. TIEMPO LIBRE: LÚDICA Y RECREACIÓN

Según Rodríguez (1988)³⁷, el tiempo libre es aquel que queda una vez descontado el tiempo de trabajo y el empleado en la satisfacción de las necesidades físicas

³⁶ MONTAÑO Luís Eduardo. Asociación de Proyectos Comunitarios. MODULO 1. Liderazgo, Participación Comunitaria y Ciudadana. Proyecto: "Fortalecimiento de las Organizaciones Pertenecientes a la Asociación de Proyectos Comunitarios. A.P.C.". Popayán. 2005. P. 5.

esenciales: alimentación, aseo y sueño. Pero ese tiempo que queda sigue estando ligado al de trabajo, tanto por su determinación temporal cuantitativa como por su influencia cualitativa. El tiempo es un aspecto de orden puramente temporal, el nombre que se le da a una parte del día, lo cual no garantiza que el empleo sea realmente libre.

Para el autor el ocio es la negación y eternización relativa del tiempo. Negación experimentada como la abolición de la presión temporal al ejecutar cualquier actividad. Es esencialmente una forma de ser, un estado, una experiencia profunda que puede llegar a percibir el ser humano en el ejercicio libre de sus actividades. Entendiendo por actividades no solo lo activo, en el estricto sentido de la palabra, sino también lo pasivo, porque en el ocio no puede existir tal diferencia.

La lúdica como estrategia importante en el trabajo realizado en el Establecimiento Penitenciario, según Jiménez (1996)³⁸ es una actitud, una predisposición del ser frente a la cotidianidad, una forma de estar en la vida, de relacionarse con ella en esos espacios que producen disfrute, goce y felicidad, acompañados de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias como el juego, la chanza, el sentido del humor, la escritura y el arte.

La lúdica en la edad adulta está asociado con el espectáculo como el fútbol, el baile, el amor, el sexo, el humor, actividades de alta formalidad como los juegos de computador, es decir, una amplia gama de actividades donde se cruza el placer, el goce, la actividad creativa y el conocimiento

³⁷ RODRÍGUEZ G. Juan Camilo. Tiempo y Ocio. Bogotá: Tercer mundo, 1988. p, 125-137

³⁸ JIMENEZ V. Carlos Alberto: la lúdica como experiencia cultural. Santafé de Bogotá. Magisterio, 1996, p., 15-118

Este mismo autor citando a Huizinga (1957) define el juego como “una acción o una actividad voluntaria, realizada en ciertos límites fijadas de tiempo y lugar, según una regla libremente aceptada, pero completamente imperiosa y provista de un fin en sí, acompañada de un sentimiento de tensión y de alegría y de una conciencia de ser de otra manera que en la vida ordinaria”.

El espacio lúdico ofrece al hombre la posibilidad de fabricar nuevos significados, sus comportamientos en el juego no solamente son de carácter simbólico, sino que los sujetos realizan los deseos dejando que las categorías básicas de la realidad pasen a través de la experiencia. A medida que el hombre actúa en el juego, piensa y a la vez se apropia y produce nuevos significados para la vida. Lo anterior significa que el juego es un acto de pensamiento que hace posible la construcción de conceptos cada vez más complejos de la realidad.

Otra actividad que facilitó el trabajo en la Institución fue la recreación, que Ayala (1991)³⁹ citando al Código de Educación de California define como “cualquier actividad a la que uno se entrega voluntariamente, que contribuye al desarrollo físico, mental o moral del individuo o grupo participante, incluyendo cualquier actividad en los campos de la música, el drama, el arte, la artesanía. La ciencia, la literatura, el estudio de la naturaleza, el contacto con la misma, los deportes y cualquier tipo de juego que incorpore cualesquiera de las actividades mencionadas”. La recreación es ante todo una acción libre, es decir, que si lleva implícita la orden o el mando pierde su principio esencial.

³⁹ AYALA Diaz, Luzdary. La Recreación un derecho sin espacio. Instituto de estudios sociales Juan Pablo II. Colección Horizontes de Solidaridad. Santafé de Bogotá. 1991. p.43-77.

Ayala (2001)⁴⁰ por su parte, considera la recreación como una actividad espontánea, ya que en ella se da lo inesperado y auténtico; las personas pueden mostrarse tal y como son, expresando lo que sienten. La recreación puede ser utilizada para reforzar la seguridad personal, la autoestima y la afectividad, es decir, la posibilidad de que la persona se reafirme en su individualidad frente a otros, y en los grupos, la recreación sirve para generar unos climas de calidez que permitan acercamiento, integración, comunicación, cooperación y solidaridad.

La recreación, fue utilizada como medio para dinamizar los grupos de internos mayores de cincuenta años recluidos en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, fomentando así el buen uso del tiempo libre por medio de actividades manuales, artesanales y lúdico- recreativas, objetivo planteado en la propuesta de pasantía. Se utilizó la recreación puesto que, como se mencionó al iniciar el desarrollo de este tema, el tiempo libre: lúdica y recreación, no son solo herramientas metodológicas que facilitan el acercamiento e interacción de los grupos, sino también de aprendizaje.

- **Manualidades**

Reyerros (2006)⁴¹, define las manualidades como un proceso mecánico de reproducción fiel de un modelo siguiendo con rigor o simple aproximación sus determinaciones formales, estéticas y funcionales, donde prima la aplicación de habilidades relativamente eficaces en el manejo de herramientas elementales usadas para la transformación de materiales de muy diversos orígenes y clases, tales materiales

⁴⁰ Ibid., p. 45

⁴¹ REYEROS, Ricardo, Artesanías de Colombia: Ministerio de Comercio, Industria y Turismo. 2006. En: www.monografias.com

transformados, al igual que el producto final alcanzado no responden a la referencia de ningún marco geocultural ni histórico de identidad. Reyeros describe la manualidad como:

Un nivel primario de la producción artesanal, que corresponde a las destrezas que caracterizan a los aprendices y, en general, a aquellos que se vinculaban al proceso productivo artesanal a través de cursos de fundamento estrictamente técnico, con la intención casi exclusiva de aprender a desarrollar una habilidad laboral productiva (simple desempeño tecno-productivo), de la que pueden disponer de una calificación de “eficacia técnica” de alto rendimiento y calidad pero sin el distintivo de la originalidad, ni la referencia a la expresión de los valores estéticos tradicionales de un marco cultural.

Así, un aspecto final a tener en cuenta, es que las artes manuales generalmente tienen como ámbito social de producción el contexto urbano y se origina en la iniciativa del aprendizaje de “alguna técnica” de producción de objetos de manera preponderantemente mecánica y repetitiva de una pieza que utiliza como modelo de imitación. En última instancia, la diferencia y distinción de la artesanía está determinada por la creatividad (originalidad) y la referencia geocultural y/o la aplicación personalizada de valores estéticos de proyección o aceptación universal.

6.6. PROYECTO DE VIDA

Entre las estrategias de intervención diseñadas para trabajar con los internos mayores de cincuenta años recluidos en el establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, se realizaron actividades que permitieron que los internos reflexionaran sobre su Proyecto de Vida. Hernández (2000)⁴² define el proyecto de vida como la forma de planear a futuro las cosas que el ser humano sueña y que

⁴² HERNÁNDEZ, D'Angelo. Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. Revista Cubana de Psicología. 2.000. Vol. 17 N°. 3. P. 16.

anhela hacer en su vida. Según el autor citado, para realizar un proyecto de vida se necesita:

- Determinar los objetivos.
- Tener un punto de partida que este sujeto a la realidad del individuo, las condiciones y posibilidades para lograr el sueño.
- Plasmar las cualidades, lo que debe mejorar y lo que se va a proponer para lograr.
- Plasmar la autobiografía de como han surgido esas metas a lo largo de la vida y cuáles han sido las redes de apoyo.
- Determinar los aspectos generales de la conducta (religiosa, intelectual, tener autoconciencia) que permita conocer de sí mismo el respeto a la vida, la autoestima y autonomía.

Como parte del proyecto de vida, en la institución se les recomendó considerar otros aspectos, entre estos los señalados por Neuman (1997),⁴³ 1). En el aspecto de la madurez mental, supone el desarrollo de aptitudes intelectuales que hacen a la persona capaz de observar, analizar, relacionar, resumir, memorizar, discernir, enjuiciar y formar los propios criterios. 2). La madurez emocional lleva al hombre a autoposeerse y ser dueño de sí mismo y no esclavo de los sentimientos, los instintos, etc. 3). Madurez social, la que lleva a la preocupación por los demás, a salir de sí mismo, en ser capaz de realizar algo por los demás sin pensar en compensaciones económicas o materiales. Y 4). Crecimiento en madurez y

⁴³ NEUMAN-IRUZUN. "La sociedad carcelaria". Ed: Desalma. Junio 1997.

valores, donde el individuo va creciendo en madurez mental y emocional, va creciendo en libertad.

Por su parte, Arango (2002)⁴⁴ señala que no son pocas las personas que están viviendo su propia crisis existencial en donde se conjugan el paso del tiempo, el envejecimiento, las expectativas frustradas, los proyectos no realizados o la misma falta de proyectos. Todo esto da lugar a un sentimiento de vacío en donde la plenitud en la vida está lejos de ser alcanzada. Una pista que podría llevar al individuo a su propia realización es la de preguntarse por su vocación, es decir, a lo que está llamado, partiendo del supuesto de que hay una relación con un ser trascendente cualquiera que sea su concepción.

Arango define el proyecto de vida como el núcleo central del sujeto formado por los valores en torno a los cuales va estructurándose su identidad. Tal núcleo manifiesta la cualidad de vida que la persona persigue como un bien necesario o en gran manera útil. El proyecto está constituido por el conjunto de cosas o realidades que son importantes para la persona, por sus valores y por su modo de vida. El proyecto de vida no es un esquema abstracto de ideas que sujetan u oprimen las iniciativas que permanentemente brotan en la vida; no predetermina nada ni es carril obligatorio; sino que por el contrario responde a la pedagogía de la persona en proceso que, haciendo un análisis de la historia vivida en sentido de la existencia, historia familiar, experiencias y acontecimientos significativos, tendencias psicológicas relevantes y problemáticas existenciales en relación con los ciclos vitales, que lleva al discernimiento del momento actual en donde el individuo emerge desde dentro superando aquello que le entorpece en su crecimiento como persona.

⁴⁴ Arango Alzate, Oscar Albeiro y Mesa Rueda, José Luis. El discernimiento y el proyecto de vida: dinamismos para la construcción de sentido. Bogotá: Colección Fe y Universidad. 2002. P. 9-33

Para Arango (2002)⁴⁵ un proyecto vital tiene un triple propósito:

1. Un propósito en el presente:

El Proyecto de Vida es la ubicación del individuo en un hoy. Es el eje central, el punto de apoyo alrededor del cual la personalidad va construyéndose, estructurándose como principio unificador de las propias aspiraciones. Se constituye en un punto sobre el cual se comienza a caminar con sentido. El individuo que es consciente de lo que es, esto significa si es capaz de dar cuenta de sus valores, cualidades, potencialidades y capacidades y, por otra parte, reconocer sus defectos, miedos, frustraciones y bloqueos, puede trazar un proyecto realista y dar una respuesta de sentido con los pies sobre la tierra ya que el proyecto de vida tiene como punto de partida el propio yo.

Si el propósito se da, el resultado es un individuo que vive en un presente-presente, esto quiere decir que vive consciente e intensamente cada momento. El presente es una oportunidad que no vuelve y, por tanto, es necesario situarse dentro de él para dar y recibir desde sí.

2. Un propósito hacia el futuro:

La palabra proyecto revela esta intención, pro: hacia adelante, genera una intención hacia el futuro, pone de relieve las expectativas del porvenir, exige y ayuda a buscar una orientación para la propia vida. Si bien es cierto que la incertidumbre es un factor que incide en la consecución de metas personales, también es cierto que la persona puede poner todo lo que está de su parte para orientar su propia vida y conseguir las mismas metas. El reto consiste en que la persona se empodere de sí misma para

⁴⁵ ARANGO. Op. Cit. p.32-33.

ejercer hasta donde sea posible la autonomía como expresión de su libertad y responsabilidad.

La persona que logra este propósito tiene como resultado vivir en el futuro-presente, es decir, el futuro es visto como el tiempo que se construye desde el hoy. Cuando la persona viva el mañana (que será el presente) podrá darse cuenta que este es el resultado de la forma como vivió el pasado. La vida es un continuo en donde el individuo es el responsable de su existencia.

3. Un propósito desde el pasado:

El proyecto de vida exige el descubrimiento del propio yo bajo un profundo conocimiento de la historia personal. Todo aquello forma parte de la historia, da cuenta de lo que la persona es, hace y vive. Siendo la persona un ser eminentemente relacional, es en la interacción con las personas donde tienen lugar los valores que le dan identidad, también sus actitudes y comportamientos. Además, es en las experiencias de la vida donde se puede encontrar respuesta a la manera como la persona se ve a sí misma (autoimagen), se concibe a sí misma (autoconcepto) y se quiere a sí misma (autoestima). Dichas experiencias son clave para entender los éxitos que elevan el espíritu o los fracasos que han dado lugar a estados de depresión.

Hombres y mujeres que tienen en cuenta este propósito lograr vivir en un pasado-presente. No viven ancladas a obstáculos del pasado que no los dejan vivir en el presente o, lo que podría ser peor, viviendo en un presente que niega el pasado porque habidas las experiencias no se han querido o no han podido reconciliarse con el pasado, porque algunas de ellas hayan sido dolorosas y traumáticas.

El Proyecto de vida favorece la integración de dos elementos que pueden ser distantes: el yo real y el yo ideal. El yo real se puede entender como lo que la persona es ahora, la situación personal del individuo: valores, defectos, los problemas que tiene, la historia compuesta de acontecimientos, experiencias, equivocaciones y conquistas. Y el yo ideal representa lo que se quiere ser, el motivo por el cual se vive, las metas propuestas para ser hombre en las circunstancias adyacentes. Elaborar un proyecto de vida conlleva por eso mismo, partir de lo que uno es y concretar poco a poco lo que se ha de hacer.

Señala Arango (2002)⁴⁶, que hablar de proyecto de vida es hablar de valores constituidos dentro de un sistema propio que, a su vez, hace la diferencia entre un propósito y otro. El sistema de valores da sentido a los actos de cada día haciendo que el proyecto de vida otorgue al individuo confianza y esperanza en las dificultades y lo haga libre y protagonista ante los conocimientos de la sociedad. El proyecto de vida es la concreción de valores en una persona, es hacer que estos tengan sentido y se expresen vivencialmente. Es la interiorización y afianzamiento de los valores dentro de un orden que generan actitudes y comportamientos con razón de ser.

Arango define cuatro dimensiones que aseguran la solidez y la unidad del proyecto de vida que se van dando simultáneamente porque todas forman un sistema en la que es imposible incidir en alguna y no incidir en las demás. Si se afecta una de ellas de inmediato las otras también se afectan, estas son:

La dimensión afectiva

⁴⁶ ARANGO. Op. Cit. p. 28-30

Los valores de esta dimensión tienen que ver con el conocimiento de sí mismo y el valor de la vida, la autoimagen, el autoconcepto, la autoestima y la autonomía. Además, el valor que un individuo da a su existencia y a la de los demás. El amor por la vida tiene que ver con la sexualidad de sí mismo y la del otro. La afectividad se pone a prueba en las diferentes expresiones de la sexualidad que se dan en las situaciones de la vida cotidiana como la identidad sexual, los roles sexuales, el noviazgo, el embarazo no deseado, la posibilidad de aborto, la droga, las conductas sexuales parafílicas, el acoso sexual, etc. Esta dimensión se expresa a través de un detalle que se regala al ser amado, el encuentro de un padre con su hijo, la celebración de un cumpleaños en donde se reúnen los amigos o la carta que se envía a un amigo lejano.

La dimensión política

Dentro de esta dimensión se encuentran los valores del servicio, la solidaridad, el compromiso, la honestidad, el respeto por el otro, la tolerancia, el pluralismo, la convivencia y todos aquellos que hacen que el hombre pueda vivir en la sociedad de la que forma parte. Estos valores hacen del ser humano un sujeto crítico frente a las situaciones que se le presenta al grupo social del cual forma parte. Se habla del grupo social sin determinar su extensión porque puede ser tan grande como lo conciba la conciencia política que tiene el individuo que pertenece a él. A un nivel mínimo se podría hablar de familia, si se amplía un poco, se podría considerar el sector, el barrio, la ciudad, la región, la nación o el mundo.

El hombre debe ser consciente que cualquier cosa que haga o deje de hacer afecta positiva o negativamente a los otros en diferentes niveles. Ese “hacer” puede ir desde sembrar un árbol hasta fundar una ONG, o desde tirar un papel a la calle hasta colocar

una bomba en un sitio populoso. La dimensión política contiene acciones como el tiempo real que se dedica para visitar una casa de ancianos, o la campaña que se hace a favor de los homosexuales, o reunirse con los vecinos del barrio para celebrar las fiestas de fin de año o para discutir sobre la inseguridad del sector, o la acción misma de votar por el candidato que ha presentado un programa pertinente a las necesidades del país.

La dimensión profesional

Esta dimensión hace referencia a los valores del trabajo y al desarrollo de las cualidades del hombre. El trabajo y la profesión no pueden ser considerados como un único medio de supervivencia. El trabajo debe ser la tarea que, al ser desarrollada, produzca realización, satisfacción y felicidad. El dinero no puede ser el fin del trabajo, sino la consecuencia de la propia realización y la contribución al progreso personal, social y cultural.

La dimensión profesional contempla todos los actos creativos en donde se conjugan la imaginación, el trabajo, la capacidad organizadora y de respuesta, entre otros. Acciones como trabajar en equipo para sacar adelante un proyecto, la exposición de una idea, la venta de un producto, la conciliación en un proceso y la decisión frente a un requerimiento son comunicativas.

La dimensión trascendente

La dimensión trascendente esta fundamentada en la fe que profesa el hombre y que anima su vida. Darle un sentido trascendente a la vida es aceptar que ella tiene un

componente espiritual compartido por un ser superior al que se considera padre, del cual se procede y al cual se vuelve. Es el ser humano quien, a través de su libertad, hace amistad con Dios desde su propia situación y desde esta vida. Por eso, esta dimensión trascendente lleva en sí misma los valores llamados religiosos y morales: la fe, la fraternidad, el amor, el perdón, el servicio y todos aquellos que propone el evangelio. Esta dimensión es posible si el hombre y la mujer creyentes establecen un re-ligarse con Dios a través de la oración, acto comunicativo por excelencia que se hace liturgia permitiendo que sacramentos, símbolos y ritos expresen la fe que profesa la persona. Una persona que pide perdón, una comunidad que reza el padrenuestro o que estrecha sus manos para dar la paz, están comunicando un mensaje.

7. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

Para la consecución de los objetivos propuestos durante el año de pasantía en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, se desarrollaron tres programas de intervención a saber: primero, caracterización de la población, segundo, reflexión sobre proyectos de vida y tercero, uso del tiempo libre. En el desarrollo de las actividades se expusieron temas diferentes en cada sesión y de gran importancia para los internos, las actividades se realizaron tres veces por semana, con una duración de una hora y media aproximadamente y en diferentes espacios (aula múltiple, aula de educativas, cancha externa y patios).

7.1. CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN

Se diseñó y aplicó un instrumento con diferentes variables, entre las cuales se cuentan: datos personales, escolaridad, actividades realizadas al interior del penal, redes sociales y estado funcional, e identificar las necesidades de los internos mayores de cincuenta años reclusos en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y

Carcelario de Calarcá Quindío, al tiempo que se promovió la participación en las actividades desarrolladas por la pasante de Gerontología.

7.2. PROYECTO DE VIDA

Para facilitar la reflexión sobre el proyecto de vida con los internos mayores de cincuenta años del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, se realizaron talleres educativos relacionados con el ciclo vital (envejecimiento y vejez), autoestima, procesos relacionados con la capacidad de aprendizaje, valores, derechos humanos, resolución de conflictos, sustancias psicoactivas (SPA), familia y estilos de vida saludables, todo ello enfocado a la construcción individual de un proyecto de vida al interior de la institución y cuando recobren su libertad.

7.3. TIEMPO LIBRE

Para el desarrollo de este programa en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío se realizaron actividades ocupacionales y lúdico-recreativas con el fin de fortalecer la motricidad, creatividad, aprendizaje y estado físico de los internos para evitar el sedentarismo. Entre las actividades realizadas se cuentan las siguientes: manualidades, artesanías, actividades lúdico-recreativas y actividades de cine-foro.

7.4. TÉCNICAS PARA EL DESARROLLO DE LAS ESTRATEGIAS

La Charla:

Corredor y Salamanca (2002)⁴⁷ afirman que:

La charla es la forma de expresión oral más espontánea y frecuente que se da entre las personas. Una verdadera charla, es aquella en que se intercambian ideas, experiencias; aquella en la que existe algo de interés para comunicar; aquella donde hay estímulos y motivación, ideas, experiencias.

Los elementos que caracterizan las charlas son:

- No requiere formalidades ni conversaciones técnicas. Las personas que trabajan, conversan, intercambian libremente sus ideas.
- La verdadera charla es amena sin dejar de ser instructiva, puede enriquecer los conocimientos.

Con una charla se espera:

⁴⁷ CORREDOR Torres, Blanca Cecilia y SALAMANCA Santos, María del Pilar. Semillas de Enseñanza. Guía Práctica para la Realización de Talleres de desarrollo Personal. Cali 2002

- Aumentar el grado de sociabilidad, afianzando el campo de las relaciones humanas.
- Afianzar la formación de buenos hábitos.
- Contribuir al enriquecimiento del vocabulario, incorporando nuevos vocablos y corrigiendo los que se usan de forma inadecuada.

Con el grupo de 43 internos de cincuenta (50) años y más reclusos en el Establecimiento penitenciario de mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, que participaron de forma constante en el desarrollo de las actividades realizadas por la pasante de Gerontología, se desarrollaron charlas mostrándoles formas en las que pueden mejorar su calidad de vida dentro del centro penitenciario, explicándoles lo que es en sí el envejecimiento como proceso evolutivo, y la vejez como etapa del ciclo vital. Además se contribuyó al mejoramiento de las relaciones interpersonales y al proceso de resocialización de los internos. Esta metodología fue muy acertada, puesto que es la forma de expresión oral más espontánea y frecuente que se da entre las personas, y permitió el intercambio de ideas

El Taller:

Correder y Salamanca (2002)⁴⁸, definen el taller como una actividad grupal, desarrollada en varios momentos, encaminados al logro de unos objetivos previamente establecidos, con el ánimo de facilitar una reflexión en torno a un tema de interés común. El diseño de las actividades depende de los participantes a quienes se dirige, de los objetivos del taller y del tiempo y espacio disponibles. Estas actividades deben tener un soporte técnico que de explicación al por qué de la actividad grupal bajo la dirección del facilitador.

⁴⁸ Ibid., p. 42

- Presentación: hace referencia a los elementos generales del taller que permiten la ubicación con respecto al tema, duración del taller y participantes.
- Debe incluir los siguientes objetos: tema, nombre del taller, facilitadores, intensidad, fecha, hora, lugar y objetivo general.

Los talleres se realizaron con los integrantes de los Programas de Crecimiento Personal y Adulto Mayor del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío

Cine Foro:

Para el desarrollo de las estrategias se presentaron películas enfocadas al respeto, los valores y el proyecto de vida; es de aclarar que cuando los internos se sentaban a ver una película, estaban recibiendo mensajes que no siempre eran claros y directos como se podría suponer; razón por la cual se requirió de un ejercicio reflexivo donde los espectadores descubrieran lo que se había proyectado, lo discutieran y dieran ejemplos de cómo llevarlo a la práctica.

La Dirección Cinematográfica del Ministerio de Cultura colombiano define el cine-foro como:

Un producto audiovisual que propone por lo general una acción dramática definida; sin embargo, la trama desarrolla conflictos paralelos, que sin querer ser el eje de la misma, se plantean como subtextos que aportan elementos narrativos a la historia central y enriquecen la película. Para propiciar esta lectura aguda y crítica existen varias herramientas de las que el docente o el guía pueden hacer uso; una de las más ricas en posibilidades es el cine foro.

El cine foro es una herramienta metodológica que facilita y enriquece el diálogo entre el espectador y la obra audiovisual. La orientación del foro puede responder a una diversidad de temáticas, que deberán ser propuestas por quien lo conduzca o a partir de las expectativas propias del público. Es muy importante que quien conduzca

el cine foro esté receptivo frente a lo que los espectadores generen, ya que un tema planteado inicialmente puede propiciar otros y esto debe ser capitalizado, recogido y puesto en el ejercicio, para lograr un espacio efectivo de encuentro y reflexión⁴⁹.

8. DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

8.1. CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN

Objetivo.

Caracterizar la población del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, con el fin de actualizar la base de datos de la institución y diseñar estrategias de intervención de acuerdo a los intereses y necesidades de los internos.

Descripción y desarrollo.

El trabajo de pasantía se inició con la caracterización de la población, cuyo objetivo era recolectar los datos personales de los internos adultos mayores de 50 años y más y motivarlos a participar de las actividades programadas. Para la recolección de datos se aplicó una encuesta a los internos mediante visitas a los patios (Leones, La Bella, Balcones, Recreo, patio Quinto y patio Sexto). Se les solicitó información sobre los siguientes datos; nombre, edad, estado civil, nivel de escolaridad, actividades que

⁴⁹ VARGAS SANCHEZ, Pedro Camilo. Cine Foro. Capítulo V. Dirección de Cinematografía. Ministerio de Cultura de Colombia. Marzo de 2006.

realiza dentro de la penitenciaría, necesidades básicas insatisfechas, recursos sociales y problemas de salud o discapacidad, todos las respondieron sin ninguna dificultad

El proceso requirió de una semana ya que fue difícil ubicar a la totalidad de adultos mayores dadas las diferentes actividades en las que participan varios de ellos, al tabular los datos obtenidos en las encuestas, se reconocieron necesidades básicas insatisfechas como escasez de útiles de aseo, apoyo familiar y educación. A la par con la aplicación del instrumento, se invitó a los encuestados para que asistieran a la primera reunión programada con ellos para socializar el cronograma de actividades a desarrollar, logrando convocar a 85 internos mayores de 50 años, donde la mayoría mostró interés de participar en el proceso y otros simplemente expresaron no estar interesados en asistir al programa.

Durante la reunión realizada, la pasante invitó a los internos a participar del programa adulto mayor, se les habló de lo importante que sería la asistencia a este grupo, ya que tenía como fin entre otros, la reflexión acerca de un proyecto de vida que les traería como beneficio crecimiento personal fortalecido en valores y derechos humanos. Durante la socialización los participantes se mostraron alegres, y expresaron que el espacio que se les ofrecía sería una forma de cambiar de ambiente y ocupar su tiempo libre, durante un proceso largo, refiriéndose al período de pasantía.

Los internos se comprometieron a asistir a las actividades teniendo en cuenta que muchos de ellos estaban comprometidos con otros programas al interior de la cárcel, se estableció un horario, los días lunes, miércoles y viernes de 9:00 am a 10:30 am, y según el tipo de actividad a realizar los internos se reunirían en diferentes aulas (múltiple y educativas) ó la cancha externa del Establecimiento Penitenciario de

Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío. Sólo 43 de los adultos mayores participaron durante el proceso de pasantía.

➤ **Actualización de datos**

Durante el proceso de pasantía se actualizaron mensualmente los datos de los internos mayores de cincuenta (50) años, con el fin de tener el número exacto de los reclusos que permanecían en el Establecimiento e invitar a los nuevos internos a participar del programa, teniendo en cuenta que la población cambia constantemente (unos ingresan, otros se van en libertad y otros son remitidos a otras cárceles). Cada mes se actualizaron los datos en una reunión en la Oficina de Tratamiento y Desarrollo del Establecimiento con la Psicóloga Clara Inés Segura, definiendo la pertinencia de continuar con el grupo de Adulto Mayor e integrar a los internos nuevos a participar de las diferentes actividades que brinda la Institución.

Para la actualización de datos se solicitaron las actas de registró en las Oficinas de Dactiloscopia y Jurídica donde se encuentran inscritos los internos que han salido en libertad e igualmente los que han ingresado, obteniendo así el número exacto de internos mayores de cincuenta años reclusos en la penitenciaría.

➤ **Recolección de datos de los internos que desean participar en actividades de redención**

La pasante de Gerontología visitó todos los patios del Establecimiento para recolectar los datos (nombre, huella y actividad en que deseaban integrarse) de los adultos mayores interesados en participar de las actividades de redención, y que no se encontraban vinculados a ninguna. Se realizó debido al alto número de internos que no participaban de los talleres ofrecidos dentro del establecimiento y no encontraban la manera de ocupar el tiempo libre. La recolección de estos datos se centró en los adultos mayores de 50 años, sin embargo algunos internos de menor edad que estaban interesados en integrarse a los programas de reducción de condena solicitaron que se les tomaran los datos para participar de éstas, centrándose en los requisitos que debían tener para poder participar de dichos programas (haber cumplido la tercera parte de la condena, estar en fase de seguridad mediana o baja y tener una buena conducta). En una reunión realizada en la Oficina de Tratamiento y Desarrollo la Doctora Clara Inés Segura Fernández y la pasante de Gerontología concluyeron que muchos de los internos no hacían nada para redimir su condena y al revisar las hojas de vida se observó que la mayoría cumplían con los requisitos para iniciar su redención.

Resultado de las actividades realizadas para caracterizar la población: la información recogida en el primer y segundo semestre de la pasantía, muestra que: la población mayor de cincuenta es muy poca con respecto a otros grupos poblacionales, la participación es relativamente alta en las actividades desarrolladas al interior del penal, la mayoría de los internos encuestados tienen entre 50-55 años y un alto número de internos no tienen relaciones sentimentales estables. Gran parte de ellos proceden del eje cafetero, el nivel de escolaridad es bajo, las redes sociales de los reclusos en la mayoría de los casos depende de las familias, las necesidades insatisfechas se relacionan con la falta de implementos de aseo. La población adulta mayor con deterioros en salud es mínima y la participación de los internos es muy buena en los talleres que ofrece el Establecimiento Penitenciario.

8.2. PROYECTO DE VIDA

Objetivo:

Orientar a los adultos mayores en temas como: familia, vejez, educación, salud, envejecimiento activo y estilos de vida saludables, con el fin de proporcionarles las herramientas necesarias para que construyan un proyecto de vida orientado a su crecimiento personal al interior de la institución y fuera de ella.

Descripción y desarrollo.

Teniendo en cuenta que uno de los objetivos de pasantía era orientar la construcción sobre un proyecto de vida en los internos adultos mayores del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, se realizaron talleres educativos en temas tales como: ciclo vital, envejecimiento y vejez, autoestima, procesos relacionados con la capacidad de aprendizaje, valores, derechos humanos, participación, resolución de conflictos, sustancias psicoactivas, familia y estilos de vida saludables. Este taller se realizó basado en la definición de proyecto de vida de

Hernández (2000)⁵⁰ que la define como la forma de planear a futuro las cosas que el ser humano sueña y que anhela hacer en su vida, sin embargo para la consecución de éste fin fue necesario reflexionar sobre las acciones por las cuales se encuentran privados de la libertad actualmente. Posterior a la reflexión y la evaluación de sus acciones, los internos dieron inicio a la construcción de sus proyectos de vida individuales tomando como base a sus familias y la reconciliación consigo mismos.

Los temas descritos anteriormente se realizaron para orientar a los internos en temas de la vida cotidiana y de su situación actual donde ellos se pudieran identificar con cada uno. Las actividades se realizaron para concienciar a los internos de lo indispensable que es el respeto a la vida, además de brindar conocimientos que les sirvan de apoyo en cualquier situación de su vida dentro y fuera de la institución y para poder fortalecer su proyecto de vida.

Se contó con la colaboración de los administrativos y funcionarios en cada una de las actividades, facilitándole a la pasante los implementos y espacios necesarios para la realización de las mismas. Cada una de las actividades se desarrolló de la misma manera; 1. Exposición del tema por la pasante gerontóloga. 2. Socialización y participación de los internos. En cada sesión se les brindó información a los internos del tema que se trataría en el próximo encuentro, lo cual fue interesante ya que muchos de los participantes llegaban con información y la compartían con sus compañeros.

➤ **Ciclo vital: envejecimiento y vejez**

Desarrollo: este taller se inició haciendo la presentación del tema con los conceptos de ciclo vital, de envejecimiento y por último de vejez. Los internos expresaron estar

⁵⁰ HERNANDEZ. Op Cit. p. 16

interesados porque según ellos no tenían conocimientos concretos de los factores y hábitos que influyen en esta etapa de la vida. La pasante de Gerontología continuó describiendo los cambios que se presentan en la vejez, e hizo algunas preguntas sobre lo que ellos pensaban de estos cambios, recibiendo de los participantes respuestas como: arrugas, canas y cansancio. Se completó esta información explicando algunos cambios que se presentan respecto a la edad. Al terminar esta información los internos compartieron anécdotas personales y de algunos familiares donde se habían notado cambios físicos muy marcados y en poco tiempo. Los internos fueron conscientes al identificar estas características y reconocieron que es un proceso normal del ser humano. Finalmente concluyeron que era importante tener buenos hábitos en la juventud para poder evitar enfermedades en la vejez.

Taller sobre valores:

Desarrollo: para iniciar la actividad de valores, la coordinadora del grupo sugirió a los internos sentarse en forma de círculo, les preguntó sobre los valores de los cuales tenían conocimiento, a lo que ellos respondieron (amor, amistad, perdón, honestidad, comprensión, etc.), otros guardaron silencio y algunos simplemente repitieron los valores que sus compañeros nombraron anteriormente. Se describieron los más importantes para tenerlos en cuenta en la construcción del proyecto de vida, como son el reconocimiento y el respeto de la dignidad humana, el de los derechos fundamentales, y a recibir un trato amable y cortés. Cumplir las normas y reglas de convivencia, obedecer las órdenes impartidas por las autoridades penitenciarias, mantener una buena presentación personal, su celda en orden y aseada, ser diligente en el trabajo, estudio y enseñanza. Posteriormente se solicitó a los internos que se organizaran en subgrupos de 6 personas y se identificaran con un valor para realizar una actividad denominada “concéntrese”, que consistía en buscar el valor con el cual se habían identificado y lo encontrarían en una cartelera diseñada por la coordinadora del

grupo donde se encontraban parejas de valores ilustrados y ocultos. Cada grupo eligió un representante para buscar su valor donde tenían sólo una posibilidad por ronda de encontrarlo, para dar la oportunidad a los otros representantes e iniciar de nuevo esta, hasta que algún grupo encontrara el valor correspondiente. Este fue encontrado después de tres rondas donde la pasante dio un premio al grupo ganador el cual consistió en kits de útiles de aseo de gran utilidad en su situación.

Finalmente se hizo una lectura sobre EL VALOR DE LA VIDA despertando en ellos la consciencia de lo importante que es respetar la vida misma y la de los demás. Esta actividad se convirtió en un espacio agradable ya que hubo diversión, concentración y alegría por parte de los asistentes, puesto que fue un momento donde se integraron internos de diferentes patios.

➤ **Taller sobre derechos humanos**

Desarrollo: este taller se inició con información sobre la diferencia entre derecho y deber. Se les preguntó a los internos si tenían conocimiento de alguno de ellos, y respondieron en forma ordenada que conocían del: derecho a la vida, a la intimidad, a la educación, a una familia, entre otros. Completando esta información, se dieron a conocer los deberes y derechos más violados en Colombia como son: el derecho a libertad (secuestro), la vida, la salud, la intimidad entre otros. Por último se informó a los internos de los derechos y deberes que tienen dentro de la institución. Se les hizo entrega de un folleto donde se encontraban inscritos éstos. Finalmente los internos expresaron conocer algunos de ellos por ser personas privadas de la libertad e igualmente expresaron no tener conocimiento de otros.

➤ **Taller sobre autoestima**

Desarrollo: para el desarrollo de este taller se escribió el significado de autoestima en un tablero facilitado por la Oficina de Tratamiento y Desarrollo con el fin de que los internos lo leyeran y tuvieran presente este concepto en el transcurso de la actividad y para su vida. Antes de que se mostrara el significado, se les preguntó sobre lo que pensaban de la autoestima, la mayoría respondió aspectos relacionados con:

- Cuidarse y quererse uno mismo
- Respetar el cuerpo y la vida de cada uno y
- Tener amor propio

En el transcurso de la actividad algunos de los asistentes no mostraron interés por el tema, pero al final de la charla compartieron con sus compañeros anécdotas personales referente a situaciones de pérdida de autoestima y que según ellos influyó en su situación de privados de la libertad, puesto que algunos no habían valorado el amor de sus familias y amigos en situaciones del pasado. Fue satisfactorio conocer los puntos de vista de cada uno, ya que la mayoría de los internos reconoció tener una baja autoestima, que según ellos había influido en situaciones de su vida, algunos expresaron “no me importa perder mi vida, pero no me la puedo dejar montar de nadie”. La baja autoestima que se percibió en algunos internos obligó a la estudiante de Gerontología a dar información a la Doctora Clara Inés Segura, psicóloga del establecimiento para iniciar un tratamiento terapéutico con los más afectados y así darles la oportunidad de expresar sus sentimientos.

➤ **Taller el valor de la vida**

Desarrollo: para iniciar este taller se informó a los asistentes de la importancia del valor de la vida, haciéndoles saber que no valorar la vida representa un problema fundamental que define en gran medida el curso de la misma, los éxitos o los fracasos. La pasante de Gerontología preguntó a los internos sobre lo que significaba la vida de cada uno, a lo cual la mayoría respondió que era lo más importante del ser humano. El desarrollo de la actividad fue interesante, hubo buena atención y participación donde los internos expresaron que amaban su vida y temían que se las quitaran dentro de la penitenciaría en alguna riña, así mismo hablaron de lo importante que era su familia.

➤ **Taller sobre sustancias psicoactivas**

Desarrollo: este taller se realizó en el aula múltiple del Establecimiento, a petición de los administrativos debido al alto consumo, abuso y expendio de sustancias psicoactivas dentro de éste. Inicialmente se les informó sobre el alto consumo que hay en los patios, donde algunos internos comentaron para darle la razón a la estudiante, ya que según ellos, es algo que les molesta y los rodea día a día. Luego de un pequeño debate sobre este tema, se les indicó los efectos y las consecuencias que trae esta adicción, mostrándoles algunas fotos e historias de vidas reales. La mayoría de asistentes se mostraron reacios a esta problemática puesto que algunos son consumidores de estas sustancias, sin embargo, al finalizar la actividad y divididos en grupos de cinco, elaboraron carteleras alusivas a las drogas que fueron pegadas en algunas paredes del establecimiento y una muy importante y creativa fue puesta a la entrada de la penitenciaría donde la verían sus familiares y los mismos funcionarios, en ella se hacía alusión a ayudarlos con su proceso de rehabilitación, no entrándoles alucinógenos. Finalmente algunos internos reconocieron su adicción y expresaron

haber consumido desde hace mucho tiempo y otros iniciaron su consumo dentro de la penitenciaria.

➤ **Taller educativo maltrato intrafamiliar**

Desarrollo: para desarrollar el taller se expuso a los internos el concepto de maltrato intrafamiliar conocido como: toda acción u omisión protagonizada por los miembros que conforman el grupo familiar. Se les habló de las clases de maltrato que existen (físico, psicológico, sexual, económico y social) y el temor que esto causa en las personas maltratadas al momento de denunciar.

Al terminar la exposición del tema, se realizó la socialización de éste donde algunos internos participaron y centraron sus comentarios en el amor que sentían hacia sus familias, algunos mostraron rechazo ante estos hechos de maltrato familiar, puesto que expresaron que la familia es el núcleo más importante del ser humano y en su situación ha sido un apoyo importante en su proceso de rehabilitación. Es importante aclarar que los participantes que opinaron sobre el tema se encuentran recluidos en el establecimiento por un delito que no tiene que ver con maltrato intrafamiliar, lo contrario de la mayoría de los adultos mayores que están condenados por acceso carnal violento por lo que se supone no participaron.

➤ **Taller Factores asociados al consumo de cigarrillo**

Desarrollo: esta actividad se realizó por medio de un taller educativo que se desarrolló en aula múltiple del establecimiento. Se inició comentando sobre los hábitos no saludables centrandose esta actividad en el consumo de cigarrillo, sus componentes y los

problemas que trae al ser humano. La información se brindó por medio de carteleras ilustrativas sobre los efectos y enfermedades que trae dicho hábito como el cáncer y enfermedades respiratorias, algunos internos fumadores compartieron con sus compañeros anécdotas en las que ellos mismos han sentido dificultad para respirar y lo atribuyen a este hábito.

Por ultimo se informó a los adultos mayores sobre los factores que se asocian al consumo de cigarrillo, todos estuvieron de acuerdo que el círculo social y la situación que ellos viven es el mayor factor que a influido en el hábito de fumar, puesto que muchos de ellos iniciaron esta rutina en la penitenciaría, otros habían dejado de fumar y lo retomaron en el establecimiento y algunos que siempre habían fumado expresaron haber aumentado el consumo de cigarrillo cuando fueron recluidos.

Los internos se mostraron interesados por el tema ya que como ellos mismos expresaron “hay muchas cosas que uno no sabe y a veces sabiendo el mal que hacen, uno sigue en las mismas”. Por último, se habló de lo importante que es el no fumar, para así mejorar la calidad de vida e incluir hábitos saludables en la construcción de su proyecto de vida.

Taller educativo: envejecimiento activo a partir de estilos de vida saludables

Desarrollo: este taller se inició con una presentación e introducción del tema que se desarrollaría, luego se les prestó papel y lápiz para que en 15 minutos por parejas, discutieran y escribieran en la hoja los estilos de vida saludables de los cuales tuvieran conocimiento. Al pasar el tiempo establecido la coordinadora de la actividad, le solicitó a un representante de las parejas que leyera, los más relevantes y repetitivos fueron:

cuidar la higiene personal, hacer ejercicio, no tomar licor, no fumar, dormir bien y tener una buena alimentación.

Los resultados fueron escritos en un tablero por la coordinadora del taller, luego dijeron porqué pensaban que eran importantes estos aspectos para tener un envejecimiento activo, concluyendo que estos hábitos saludables evitaban enfermedades y hacían que una persona pudiera llevar una vida en mejor estado de salud. Para finalizar el taller, se les sugirió a los internos tener en cuenta lo que ellos mismos y sus compañeros habían escrito para que lo practicaran día a día y así poder tener un envejecimiento activo contribuyendo en unas buenas condiciones de vida, también se les solicitó que incluyeran este tema en sus proyectos de vida, puesto que era relevante a la hora de programar actividades y acciones a seguir en la elaboración del mismo; los internos reconocieron que era importante brindar información a los niños y adolescentes sobre el tema para que éstos tuvieran buenos hábitos y se preparen oportunamente para un envejecimiento activo.

➤ **Taller: la libertad**

Desarrollo: esta actividad se inició indagando lo que pensaban los internos sobre la palabra libertad, la mayoría respondió:

- “La libertad es hacer lo que uno quiere”.
- “La libertad es poder salir a la calle e ir a cualquier lado sin que nadie se lo impida”.
- “La libertad es poder tomar uno las propias decisiones”.
- “Libertad es no limitarse a nada, es poder decir uno lo que siente”.

Luego de escuchar estas definiciones, los internos expusieron algunas frases referentes a la libertad entre las cuales se encuentran:

“La libertad es un valor primordial, ya que permite que los demás valores existan. No es tan fácil, hay distintas formas de concebirlo y ejercerlo”

“Libertad es la situación donde uno tiene la posibilidad de actuar o no sin interferencias, presiones, ni constricciones.”

“A partir de esta concepción se plasman en las leyes los derechos fundamentales de los individuos que les garantizan las libertades de expresión, culto religioso, asociación, tránsito, pensamiento, entre otras”.

“La libertad no puede ser absoluta o ilimitada”.

Luego de leer estas frases, se les preguntó si estaban de acuerdo, los internos respondieron positivamente. Además, se les habló sobre la importancia de cumplir las leyes que como se les explicó, sólo existen para demarcar el sentido y los alcances de la libertad, para que no se perjudique el derecho y poder convivir unos con otros.

Al finalizar la actividad los internos comentaron que a la mayoría les faltaba poco para salir en libertad de la Penitenciaría, esto les alegraba mucho por que no deseaban volver nunca a un sitio como éste, además, dijeron que procurarían cambiar actitudes negativas frente a las personas que los rodean y frente a la vida misma. Por último, algunos internos opinaron que la falta de libertad no es sólo estar encerrados puesto que en varias oportunidades se sienten libres al tomar decisiones con sus familias aún estando privados de la libertad.

➤ **Taller: expectativas y metas de mi vida**

Desarrollo: este taller se trabajó con el fin de indagar en las expectativas y metas que los internos tienen para su vida, como proyecto de vida. La actividad se inició con una bienvenida y se les informó sobre el tema a desarrollar, después la pasante de Gerontología compartió algunas metas y expectativas personales y sugirió que los que quisieran también compartieran las suyas. Algunos voluntarios estuvieron de acuerdo en que la mayor expectativa era salir en libertad, otros dijeron que entre sus metas estaba conseguir un trabajo dentro y fuera del establecimiento, otro tanto expresaron que su meta era comenzar una nueva vida con su familia, rodeados de tranquilidad y por último, algunos internos opinaron que para ellos sería importante incluir en su proyecto de vida la ocupación del tiempo libre (manualidades y artesanías) como forma de obtener recursos económicos para su familia. Los compañeros que no participaron estuvieron de acuerdo con la opinión de los demás, incluyendo a sus familias en sus proyectos.

Resultado general de las actividades enfocadas a la orientación del proyecto de vida: para lograr que los internos participantes de las actividades dieran inicio a la elaboración de sus proyectos de vida, fue necesario iniciar con la exposición de temas relacionados con el proceso de envejecimiento activo y los estilos de vida saludables, los que se desarrollaron mediante talleres educativos en temas tales como: familia, vejez, educación y salud, orientados proporcionándoles las herramientas necesarias para la construcción de un proyecto de vida orientado al crecimiento personal y el uso adecuado del tiempo libre dentro y fuera del Establecimiento. Estas actividades se caracterizaron por un alto nivel de participación, especialmente desde las experiencias individuales, es decir, los internos al finalizar los talleres habían definido el respeto y la

tolerancia como eje principal alrededor del cual desarrollarían sus proyectos de vida incluyendo a sus familias en el desarrollo de los mismos. A medida que se fueron desarrollando los temas mencionados anteriormente, los participantes se integraron con sus compañeros fortaleciendo lazos afectivos y logrando en cada sesión recibir aportes de sus compañeros en pro de una reflexión sobre el proyecto de vida y su reinserción social.

Durante el proceso los internos agradecieron el espacio que se les brindó donde pudieron expresar sus sentimientos, además de compartir anécdotas con sus compañeros. Es importante anotar que hubo cambios en la actitud y la forma de pensar de los internos, lo que se pudo observar en los aportes que ellos mismos hacían en el desarrollo de cada tema, mejorando así sus relaciones interpersonales, además del cambio en la forma de expresarse puesto que al inicio del proceso muchos de los participantes eran agresivos u ofensivos con sus compañeros, ya que al grupo asistían internos de todos los patios.

A pesar del ruido que se percibe en las instalaciones del establecimiento las actividades se lograron desarrollar sin mayor dificultad aunque en algunas ocasiones se necesitó la presencia de funcionarios pues a veces el ruido se hacía intenso. Por otra parte, los internos lograron comprender lo importante de planear las acciones que orientaran sus vidas para empezar a construir un proyecto de vida y reflexionar sobre su reinserción social. Comprendieron cada tema y participaron de éstos aportando ideas que sus compañeros complementaban para al final de cada actividad sacar una conclusión final.

Los talleres y charlas educativas se lograron trabajar enfocadas a la orientación de un proyecto de vida y temas relacionados con la superación personal. Todos los temas se centraron en la orientación de un proyecto de vida y se complementaron estas

actividades con las ocupacionales, que los internos manifestaron integrarían a su proyecto de vida.

Se logró que en cada una de las actividades y con los diferentes temas, los internos tuvieran un espacio en el que pudieran expresar lo que pensaban y así mismo recordar y compartir anécdotas con sus compañeros. Por otra parte se informó a los internos sobre estilos de vida saludables mostrando preocupación por las consecuencias negativas del cigarrillo y las sustancias psicoactivas para el ser humano, donde algunos expresaron que era difícil dejarlo por su situación, que los lleva a tener como desahogo estos hábitos.

Los internos lograron reflexionar sobre su proyecto de vida y la mayoría incluyeron las actividades de tiempo libre que según ellos les ayudaría en su estada dentro de la penitenciaria para colaborar a sus familias económicamente, diseñando artículos de diferente índole y vendiéndolas en días de visita.

Entre los proyectos de vida que los internos adultos mayores comenzaron a planear, se tienen:

Proyectos de vida a desarrollar dentro de la Institución	Proyectos de vida a desarrollar fuera de la Institución
---	--

<ul style="list-style-type: none"> • Dejar los hábitos no saludables como el tabaco y así contribuir a una vida saludable. • Integrarse al programa de educativas para lograr terminar sus estudios y poder prepararse para su vejez. • Diseñar trabajos manuales para venderlos dentro del penal y ayudar económicamente a sus familias. • Ser tolerantes y mejorar sus relaciones interpersonales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mejorar sus relaciones interpersonales. • Alimentarse saludablemente, tener una buena higiene y realizar actividad física para contribuir a un envejecimiento activo y saludable. • Conseguir trabajo o montar un negocio con lo aprendido en los talleres de la penitenciaría para ayudar a su sostenibilidad económica. • Continuar el proceso de ayuda psicológica para mejorar la relación con sus familias.
--	---

Al finalizar la actividad los internos concluyeron que la asistencia al grupo del adulto mayor se convirtió para ellos en una oportunidad institucional y en una actividad importante para el tratamiento de rehabilitación, puesto que les permitió conocerse más a sí mismos y reconocer sus problemas tanto por sus experiencias como por las experiencias del grupo, generándoles un mayor sentido de pertenencia y respeto social.

- En el transcurso del proceso se notaron cambios en la actitud y forma de pensar de los internos fortaleciendo lazos afectivos y mejorando sus relaciones interpersonales.
- Por medio de los talleres educativos se logró que los internos reflexionaran sobre su proyecto de vida como eje principal para enfrentar su privación de la libertad y cuando la recobren para su reintegro a la sociedad.

8.3. TIEMPO LIBRE: LÚDICA Y RECREACIÓN

Objetivo.

Fomentar el buen uso del tiempo libre en los internos adultos mayores del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío por medio de actividades lúdicas, manuales y artesanales.

Descripción y desarrollo.

Para fomentar el buen uso del tiempo libre en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, se realizaron actividades ocupacionales con el fin de fortalecer la motricidad, creatividad, aprendizaje y estado físico de los internos. Las actividades realizadas fueron las siguientes: manualidades, artesanías, actividades lúdico-recreativas y actividades de cine-foro.

Entre las actividades ocupacionales desarrolladas se tienen:

- Tarjetas en fomi para el día de la mujer
- Bolsas de papel
- Manillas en terlenka
- Llaveros en chaquiras
- Tarjetas para el día de la madre
- Juegos (tangram, dominó, parkés, torre jaque, entre otros)
- Trabajo en fomi para el día del amor y la amistad
- Cine foro “perro come perro” y “en busca de la felicidad”
- Actividades físicas y deportivas

Con las actividades ocupacionales de manualidades y artesanías se logró instruir a los internos en trabajos que les servirán para su reinserción social en el momento en que obtengan su libertad y aún dentro de la penitenciaría, además de integrarlos y brindarles un espacio diferente. Estas actividades se realizaron con diferentes materiales los cuales fueron facilitados por la Oficina de Tratamiento y Desarrollo.

Las actividades manuales se desarrollaron explicándoles a los internos como sacar moldes, cortar o pegar materiales. Al finalizar cada actividad los adultos se llevaban su trabajo manual, motivando a los participantes para asistir puntualmente a las reuniones. Los resultados de estas actividades fueron notorios en los asistentes ya que mejoraron su habilidad para realizar trabajos manuales, puesto que los adultos mayores adquirieron destreza motriz fina a lo largo de las diferentes actividades, es decir, actividades como punzar, pegar y seguir líneas se les hicieron cada vez más fáciles a los participantes que inicialmente no lograban realizar éstas tareas. Además de la dedicación con la que desarrollaban cada trabajo. Al final del proceso los asistentes se mostraron satisfechos y agradecidos por la intervención realizada ya que como ellos mismos los expresaron, los trabajos manuales que habían aprendido los podían realizar para ayudar a sus familias económicamente o regalárselos como agradecimientos.

Por otra parte las actividades lúdico-recreativas y cine-foros se realizaron para la ocupación del tiempo libre, además de fomentar el deporte en los internos ya que puede evitar enfermedades y mejorar sus condiciones de vida. El proceso físico se inicio después de que la pasante de Gerontología revisó las historias clínicas e identificó los que no se encontraban en condiciones físicas porque tenían anotaciones médicas que no les permitía participar en ellas, sin embargo se les permitió asistir como observadores. La mayoría de los adultos mayores participó de todas las actividades físicas y mostraron agrado para ellas, ya que es de sus favoritas, además de que se realizaron en la cancha externa del establecimiento, lo que les permitió observar la

calle, lo cual les agrada mucho y según sus propias palabras les permitía regresar sus celdas más relajados y alegres como ellos mismos lo expresaron.

Entre las prácticas deportivas se encuentran: microfútbol, voleibol, tejo, rana, ajedrez y tenis de mesa, de los cuales los deportes de equipos se hicieron como campeonatos, y se premiaron durante la celebración del Día de las Mercedes.

Es importante aclarar que antes de cada práctica la coordinadora les dirigía un calentamiento, y al finalizar esta, cada uno realizaba su respectivo estiramiento. Estas actividades deportivas fueron constructivas para los internos puesto que lograron entender la importancia de realizar deporte y algunos expresaron sentir mejoría en su estado físico en el transcurso del proceso

➤ **Cine – foros**

Objetivos:

- Brindar un espacio de cine foro a los internos mayores de cincuenta años sobre temas relacionados con familia y vejez.
- Integrar al grupo de adultos mayores por medio del cine foro y promover las relaciones interpersonales.

➤ **Película Ahora o Nunca**

Desarrollo: la actividad se inició con la bienvenida de los internos al aula, se hizo una pequeña introducción de lo que observarían y enseguida se proyectó la película, que

tuvo una duración de hora y media. Esta película se enfoca en el valor de la vida y la familia. Los asistentes vieron un padre que trabajaba fuertemente y en horarios extendidos para poder brindar a su hijo lo necesario para vivir y educarse, teniendo muchas dificultades para sacarlo adelante, sumado a esto, estaba viviendo un duelo por la muerte de su esposa, que lo tenía en un estado depresivo y hacía que en muchas ocasiones se sintiera cansado y sin esperanza. Al final el padre logra salir adelante con su hijo puesto que empezó a trabajar en una empresa donde tenía un buen sueldo, lo que contribuyó para sobreponerse junto con su hijo de la muerte de su esposa, logrando una estabilidad emocional y una vida feliz.

Durante la proyección de la película los asistentes estuvieron concentrados y algunos hicieron comentarios acerca de la importancia de la familia. Al finalizar algunos opinaron que por las familias se sacrificaban muchas cosas y concluyeron que era importante disfrutar la vida porque la muerte puede llegar en cualquier momento y otros completaban diciendo que la vida había que disfrutarla pero sanamente, sin meterse en problemas, aunque evitarlos según ellos es algo difícil.

➤ **Película voces inocentes**

Desarrollo: la actividad inició inmediatamente llegaron los internos puesto que se tardaron en llegar, ya que los funcionarios se encontraban haciendo requisa en la parte interna y no permitían salir a ningún interno de los patios, y sólo quedaba una hora y media de tiempo que era igual a la duración de la película. El tema de la película fue la violencia y trataba de una guerra que hubo en El Salvador donde se vieron involucrados niños que eran reclutados por la guerrilla desde los doce años. Durante esta guerra murieron muchas personas ya que casi todos los días habían enfrentamientos entre el ejército y este grupo armado, lo que daba como resultado el sufrimiento de una

población humilde que día a día estaba inmersa en una guerra en la cual no tenían parte, lo que obligó a sus habitantes a trasladarse a otra ciudad en busca de oportunidades y una mejor vida para sus hijos. El tema tratado en la película llamó la atención de los internos, quienes disfrutaron sin ningún tipo de interrupción.

➤ **Manualidades:**

Objetivos:

- Fortalecer la motricidad fina y gruesa del grupo de adultos mayores recluidos en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, a través del desarrollo de figuras en fomi, artesanías y tarjetas entre otras.
- Lograr que los internos adultos mayores demuestren su creatividad e imaginación en el desarrollo de los trabajos propuestos.

➤ **Conejos en fomi para el día del amor y la amistad**

Desarrollo: se elaboró un conejo en fomi para el día del amor y la amistad. Teniendo en cuenta que en la Oficina de Tratamiento y Desarrollo se había agotado el material, se solicitó directamente al almacén del establecimiento y la actividad se ejecutó con la colaboración de la Señora María Elena Grajales quien aceptó instruir a los internos en dicha manualidad, por petición de la pasante. Se entregaron los materiales (fomi, tijeras, silicona, cinta, pinturas y marcadores) y se les explicó paso por paso lo que debían hacer. Los internos más hábiles ayudaron a sus compañeros a cortar y pegar materiales lo que hizo que la actividad manual se convirtiera en una integración y apoyo para los internos de edad avanzada.

Cada asistente diseñó un conejo que sostenía un corazón donde ellos escribieron una frase de su autoría alusiva al día del amor y amistad, que resultó ser muy creativo para cada uno de los internos. Entre dichas frases se encuentran las siguientes:

- “Felíz día del amor y la amistad”
- “Deja salir el odio de tu corazón, deja entrar el amor y la amistad a tu vida”
- “Con una amistad sincera se construye el amor verdadero”
- “El amor y la amistad van de la mano porque son el resultado de la felicidad”
- “Tener un amigo es un tesoro-gracias por tu amistad”

➤ **Antifaces para la celebración de halloween**

Desarrollo: en el mes de octubre se realizó una actividad de diseño de antifaces con el fin de colaborar con la institución en la celebración de halloween programada para este mes. La actividad se desarrolló en el aula múltiple, donde el grupo de adultos mayores cortó moldes y decoró antifaces, realizando un buen trabajo puesto que los diseños

resultaron originales y coloridos. Inicialmente el Grupo de Apoyo era el encargado de diseñar las máscaras, sin embargo se decidió integrar al grupo del Adulto mayor, quienes compartieron el diseño de los mismos y almorzaron en el aula múltiple con permiso del director de la institución. Con el desarrollo de esta actividad se apoyó a la institución en la celebración del Día del Niño y así mismo se le brindó un espacio agradable a dos grupos de diferentes programas donde hubo diversión y agrado por el resultado del trabajo que fue creativo y llamativo para los niños. Finalmente algunos internos expresaron sentirse útiles al apoyar a la penitenciaría en este trabajo.

➤ **Actividades recreativas y juegos**

Objetivos:

- Reforzar el aprendizaje, movilidad y destreza de los adultos mayores por medio del juego, además de estimular su memoria y atención.
- Inducir al adulto mayor a la socialización brindándoles la oportunidad de compartir con sus compañeros en un ambiente diferente al que viven diariamente, en el Establecimiento Penitenciario.
- Fomentar la actividad física en los internos mayores de cincuenta (50) años reclusos en el Establecimiento Penitenciario de mediana Seguridad y carcelario de Calarcá Quindío.

➤ **Actividad juegos**

Desarrollo: en el aula Múltiple se desarrolló una actividad que consistió en juegos de mesa, se realizó con el grupo de adultos mayores quienes fueron repartidos en seis (6) grupos para trabajar con igual número de juegos didácticos. Los grupos quedaron distribuidos de la siguiente manera: cinco grupos de siete y uno de ocho. Los juegos circularon por todos los grupos para darles la oportunidad de compartir con sus compañeros diferentes juegos.

➤ **Ejercicios de relajación y respiración**

Desarrollo: esta actividad se realizó durante el proceso de pasantía. Se inició con la explicación del tema que se desarrollaría y se presentó un compañero voluntario quien coordinaría la misma, se le sugirió a cada uno de los asistentes que cogieran una colchoneta y se pusieran cómodos. Primero se realizaron unos ejercicios de respiración donde los internos expiraban pausadamente y retenían la respiración por diez segundos, inicialmente con respiraciones suaves y luego más profundas. Para la actividad de relajación se necesitó de una grabadora donde se puso un CD de neurolingüística, que consistió en enviar mensajes codificados para que fuera recordado aún de forma inconsciente. Cada uno cerró los ojos y escuchó la información de éste, basado en la proyección que se debe tener frente a la vida y algunos trucos para hacer realidad los sueños y metas de los seres humanos. La actividad tuvo una duración de veinte minutos durante los cuales los internos se mostraron concentrados escuchando las recomendaciones proporcionadas en dicho material, se observó gran calma, dándoles instrucciones de reflexionar sobre lo que realmente querían para su vida teniendo en cuenta como eje principal a su familia. Al finalizar la actividad los participantes se mostraron muy agradecidos ya que ellos mismos expresaron sentirse tranquilos y apartados de su situación actual. Finalmente se socializó lo importante de rectificar momentos del pasado no volviendo cometer los mismos errores.

➤ **Actividad física - aeróbicos**

Desarrollo: esta actividad fue dirigida por la Señora Luz Stella Grajales instructora de aeróbicos de la ciudad de Cartago-Valle. Se inició con la presentación de la instructora y se les indicó como se debían formar para dar inicio a los aeróbicos, dos de los adultos mayores no participaron por algunas lesiones que estos presentaban. Los aeróbicos se iniciaron con un estiramiento seguido de un calentamiento, se realizó con una intensidad mediana y por ciclos, con diferentes ritmos de música, sin embargo a los adultos mayores sólo se les permitió participar de la actividad física veinticinco minutos terminando con unos ejercicios de respiración y estiramiento dirigidos por la pasante de Gerontología. Algunos se retiraron antes de terminar los aeróbicos y otros decidieron continuar, pero la idea era de coordinación y práctica deportiva más no de resistencia.

➤ **Actividad física: microfútbol, voleibol, baloncesto**

Desarrollo: las actividades físicas relacionadas con deportes como microfútbol, voleibol y baloncesto se desarrollaron en la cancha externa del establecimiento. En el desarrollo de cada actividad se realizó el estiramiento y calentamiento respectivo coordinado por la pasante de Gerontología, se dividía el grupo en subgrupos que competían entre si y al terminar realizaban un estiramiento de enfriamiento. Algunos internos que no podían realizar ningún deporte de impacto caminaban alrededor de la cancha mientras sus compañeros jugaban y otros preferían quedarse sentados viendo el juego de sus compañeros o miraban la calle desde la última grada que se encuentran a un lado de la cancha externa del Establecimiento. Al terminar la actividad se realizaba un proceso de

recuperación por medio de ejercicios de respiración con duración de 10 minutos y por último regresaban a sus respectivos patios.

➤ **Estimulación de la memoria**

Desarrollo: esta actividad consistió en juegos para estimular la memoria. El primer juego se inició solicitando a los adultos mayores que formaran dos grupos en círculo donde el primer grupo realizó lo siguiente: uno de los participantes iniciaba diciendo “mi nombre es...” el siguiente debía decir “el nombre de él es... y el mío es...” y así sucesivamente hasta llegar al último, quien debía decir el nombre de todos sumando el de él. Este juego pareció fácil para los adultos mayores ya que debido al proceso que se había llevado, se conocían y sabían sus nombres, sin embargo hubo algunos que no retenían muy bien los nombres que decían sus compañeros. Se continuó de la misma manera pero en este caso se debía sumar algo que le gustara a cada uno, por ejemplo: “mi nombre es Carlos y me gusta bailar” a lo que le siguiente debía decir “ el nombre de él es Carlos y le gusta bailar y mi nombre es ...y me gusta...”, esta parte fue más complicada para todos ya que debían tener una buena concentración y atención lo que se hizo difícil el desarrollo de esta, ya que este día llegaron varios internos en remisión y en la entrada del aula múltiple es donde los ubican mientras los llevan al patio correspondiente, sin embargo, resultó ser agradable y divertido para todos igualmente para la pasante de Gerontología quien se integró y compartió con los internos. La mayoría de los participantes mostraron buena memoria a pesar de las interrupciones ocasionadas por los internos que llegaron en remisión, quienes intervenían en la actividad de forma desordenada, sólo por llamar la atención pero aún así se logró terminar la actividad.

Mientras el primer grupo realizó el juego anterior, el segundo grupo ejecutó otro llamado concéntrese diseñado en cartulina cuyo objetivo era formar parejas de animales, en esta lúdica se notó mayor concentración y buena memoria por parte de los internos ya que éstos se encontraban en la parte de atrás del aula donde no recibieron ninguna interrupción.

Posteriormente, se intercambiaron los grupos para realizar los mismos juegos. Por último uno de los internos propuso realizar una actividad que consistía en decir una fruta cada uno y el siguiente repetía las frutas anteriores. Ejemplo: mango, mango – melón, mango – melón – piña, mango – melón – piña – pera y así sucesivamente. Estas actividades lúdicas finalizaron satisfactoriamente cumpliéndose así los objetivos propuestos.

Resultados de las actividades de tiempo libre: lúdica y recreación: el desarrollo de éstas permitió romper las barreras preestablecidas por los internos de diferentes patios. Se les brindó la oportunidad de interactuar libremente y conocerse entre ellos mismos. Por otra parte, se fomentó el buen uso del tiempo libre de los internos adultos mayores del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, desarrollando de forma alternada las actividades, es decir, se realizaba una manualidad, en la siguiente reunión se desarrollaba una artesanía y luego un juego previamente preparado. Algunas de las reuniones estuvieron enfocadas a reforzar el área de proyecto de vida, ejemplo de éste es la relajación y respiración (neurolingüística). Por otra parte los internos tuvieron la oportunidad de participar en actividades que les agrada como el fomento del deporte, los juegos y la lúdica. Los participantes de estas actividades en su totalidad realizaron actividad física de acuerdo a su estado de salud y aún sigue este hábito en los adultos mayores puesto que se gestionó un espacio dentro del patio los días miércoles y viernes las 12:00 m para que

podieran realizar algún deporte. Es de aclarar que esta gestión se realizó ya que según los adultos mayores, los más jóvenes no les dan espacio y a ellos les da temor integrarse con ellos ya que son muy pesados y bruscos por su estado físico.

8.4. ACOMPAÑAMIENTO Y APOYO EN OTRAS ACTIVIDADES

Objetivo.

Llevar a cabo un acompañamiento y apoyo en los diferentes programas y celebraciones, entre otras, día del niño, fiesta de las Mercedes, amor y amistad en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío.

Descripción y desarrollo.

La pasante de Gerontología apoyó a la institución en las actividades programadas para la celebración del Día del Niño, y Fiesta de las Mercedes, coordinándolas en su totalidad y logrando un reconocimiento escrito por su desempeño y colaboración. Este acompañamiento consistió en organizar los preparativos para dichas celebraciones y coordinar los programas culturales y recreativos, actividades que se desarrollaron sin ninguna dificultad, dando como resultado un buen comportamiento de los internos, puesto que fueron fechas de alegría y encuentro con sus familias.

La pasante también colaboró con la institución en las evaluaciones psicológicas realizadas a los internos adultos mayores, haciéndoles varias preguntas sobre su vida íntima, familia y relaciones interpersonales, para que la psicóloga del establecimiento

podiera dar un concepto en la hoja de vida de cada uno y el consejo de evaluación determinara la misma semana pudieran establecer que internos resultarían beneficiados. La tabulación e interpretación de los datos obtenidos fue realizada por la psicóloga Clara Inés Segura. Las evaluaciones se realizaron para investigar a los internos sobre su estada en la penitenciaría, dependiendo del resultado de éstas bajan a los internos de fase de seguridad lo cual les permite gozar de permisos de hasta 72 horas.

Durante los dos semestres de pasantía se realizaron celebraciones de cumpleaños en las que los adultos mayores compartieron golosinas, pastel y gaseosas brindada por la pasante de Gerontología, se actualizaron datos de los adultos mayores mensualmente y de igual manera se motivó al grupo con visitas a los pabellones para que continuaran asistiendo a las actividades programadas. Por otra parte se entregó ropa, sabanas, cobijas y útiles de aseo según la necesidad que cada uno tuviera en su momento, logrando así suplir algunas necesidades básicas de los internos de cincuenta (50) años y más reclusos en la penitenciaría.

Finalmente, durante el segundo semestre se apoyó a los grupos de Crecimiento Personal y Grupo de Apoyo realizando actividades manuales, cine-foro y teatro, esta última se desarrolló acompañando al Grupo de Apoyo durante seis (6) sesiones en las que ellos ensayaron una obra de teatro preparada por ellos mismos. Estas actividades las coordinó la pasante de Gerontología puesto que los funcionarios encargados de estos programas estaban de vacaciones. Las actividades se desarrollaron con la misma metodología y en los mismos espacios como en el grupo de Adultos Mayores.

➤ **Evaluaciones psicológicas**

Objetivos:

- Brindar apoyo al área de Psicología del establecimiento por medio de las evaluaciones psicológicas que determinan la fase de seguridad en la que son ubicados los internos.

Desarrollo: para colaborar con la institución en las evaluaciones psicológicas se realizó una encuesta a cuatro internos adultos mayores en su respectivo patio. Cada evaluación duraba aproximadamente una hora y media. Se les indagó sobre: sus datos personales, su historia de vida separada por etapas: primero, niñez donde se les preguntó sobre sus relaciones familiares hasta los doce años, segundo, adolescencia donde debían comentar sobre su educación y trabajo hasta los 20 años y tercero, adultez donde se preguntó sobre su vida íntima y ciclo familiar (hijos y esposa), también se averiguó sobre su historial delictivo, lasos sociales, punto de vista personal frente a la situación que está viviendo, posición sobre la sociedad, percepción sobre el tratamiento psicológico, el establecimiento penitenciario y sus compañeros de patio, debilidades y fortalezas, entre otras. Estos resultados fueron entregados a la Doctora Clara Inés Segura Psicóloga del establecimiento para que por medio de éstos se tuviera un concepto de cada interno e identificar los que posiblemente podrían bajar de fase de seguridad.

➤ **Celebración del Día de las Mercedes**

Desarrollo: en la Oficina de Tratamiento y Desarrollo en conjunto con el coordinador del área de Tratamiento y Desarrollo, la Doctora, Clara Inés Segura y otros funcionarios, se hicieron los preparativos para el Día de las Mercedes, se empacaron útiles de aseo

para entregar a cada interno y se organizaron los alimentos que se les brindaría (ponqué, gaseosa y galletas).

Se confirmó la asistencia de los diferentes grupos que irían a colaborar con actividades culturales y recreativas con los internos y así mismo se llamó a las entidades que voluntariamente ofrecerían algunos implementos para hacer este día agradable a los internos. Los implementos y alimentos fueron entregados el 24 de septiembre fecha en la que se celebró el Día de las Mercedes a todos los internos recluidos en el Centro Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío.

En las horas de la mañana a los internos se les permitió el ingreso de un cerdo a cada patio y ellos mismos hicieron su almuerzo (sancocho y fritanga) que compartieron con los visitantes, administrativos y funcionarios. Dadas las circunstancias especiales, al representante de cada patio se le hizo entrega de tres cuchillos y dos navajas para realizar las labores culinarias, armas que al finalizar la actividad fueron devueltas sin ningún faltante. De igual forma ingresaron los grupos de música y baile de la Universidad del Quindío, quienes compartieron este día con los internos por medio de presentaciones en todos los patios, las que fueron muy agradables para los internos. Se contó también en horas de la tarde con 11 presentaciones de cantantes municipales y mariachis, quienes fueron acompañados por la pasante a todos los patios para dirigir y explicar cuál debería ser el orden para hacer su presentación.

Terminando la tarde se inició la distribución de los útiles de aseo y alimentos (pastel, gaseosa, galletas) a los internos, los cuales fueron repartidos celda por celda ya que a esta hora no se encontraban en los patios, terminando a las 8:30 p.m.

➤ **Premiación del campeonato de tejo, rana, ajedrez, tenis de mesa, microfútbol y voleibol como celebración del Día de las Mercedes.**

Desarrollo: en el mes de septiembre se realizó un campeonato de diferentes disciplinas deportivas coordinadas por el Dragoneante Yeiner Santos. La premiación de este campeonato se hizo en el aula múltiple. Participaron 124 internos de todos los patios del Establecimiento y un equipo de funcionarios. Para dicha premiación se convocó a todos los internos y funcionarios deportistas para que asistieran a la clausura de este campeonato.

Teniendo en cuenta que es muy alto el número de internos que participaron en este campeonato y que muchos están realizando actividades de descuento, solo se contó con la asistencia de 72 internos. En la premiación estuvo presente el coordinador y la secretaria de Tratamiento y Desarrollo del establecimiento que gestionó los trofeos. Se inició agradeciendo y felicitando a los internos por la participación y buen desempeño durante todo el campeonato, se le entregó a cada uno de los capitanes de los equipos un trofeo, y a cada uno de los deportistas se les donó un paquete con útiles de aseo, toallas y medias.

➤ **Acompañamiento al grupo de apoyo**

Desarrollo: la pasante de Gerontología acompañó al Grupo de Apoyo (farmacodependientes), en un ensayo de teatro que venían desarrollando con la colaboración de un profesor del mismo municipio, donde realizaban ejercicios de respiración y ensayaban una obra de teatro montada por ellos mismos. Los dos encuentros se desarrollaron de la misma manera. Al finalizar cada ensayo se reunían

para hablar de los errores y algunos hacían aportes para tener en cuenta en el próximo encuentro.

➤ **Taller “El fracaso un desafío a superar”**

Desarrollo: el grupo de Crecimiento Personal del beneficiario de este taller, inicialmente los internos se sentaron en forma de círculo donde se les informó sobre el tema a desarrollar. Siguiendo un orden cada uno habló sobre lo que pensaba del fracaso y algunos compartieron anécdotas donde ellos mismos habían fracasado por tener una actitud negativa. La socialización de este tema fue de gran interés para los internos ya que fueron críticos y a la misma vez constructivos con los comentarios frente a las situaciones de su vida. Este tema resultó ser agradable para ellos puesto que el poder decir lo que sienten los hace sentir bien y eso se percibe por comentarios que hacen los mismos, por otro lado los internos aprenden de las experiencias de sus compañeros.

Resultado de otras actividades desarrolladas al interior del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío: con el desarrollo de éstas actividades se contribuyó al buen funcionamiento del Establecimiento, por medio del apoyo a la reinserción social trabajada desde el uso adecuado del tiempo libre, la reflexión sobre un proyecto de vida dentro y fuera del Establecimiento y la actualización de datos de forma permanente. Algunos internos tuvieron la oportunidad de bajar de fase de seguridad donde empezaron a gozar de un permiso de hasta 72 horas.

9. CONCLUSIONES

- Se realizó la intervención gerontológica con los adultos mayores de cincuenta (50) años del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, contribuyendo al mejoramiento de las condiciones de vida de los reclusos al interior de la institución, desarrollando estrategias referentes a la caracterización de la población mayor de cincuenta (50) años, orientación hacia la construcción de proyectos de vida y uso del tiempo libre.

- Se dió inicio al proceso de pasantía con la caracterización de la población mayor de cincuenta años recluida en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío, arrojando los siguientes datos: los internos encuestados se encuentran entre los 50-55 años, la mayoría de los internos no tienen relaciones sentimentales estables, gran parte de ellos proceden del eje cafetero, el nivel de escolaridad es bajo, las redes sociales en la mayoría de los casos depende de las familias, las necesidades insatisfechas son en su mayoría los implementos de aseo, la población adulta mayor con deterioros en salud es mínima y la participación de los internos es amplia en los talleres del Establecimiento Penitenciario, para corroborar esta información se pueden revisar las gráficas de las páginas 46-56.

- Se orientó a los adultos mayores en temas relacionados con Proyecto de vida, en temas de la vida cotidiana y de su situación actual, donde ellos se pudieron

identificar, además de brindar un espacio para expresar lo que cada uno pensaba de dichos temas. Estas actividades permitieron concientizar a los internos de lo importante que es respetar la vida al ser humano. Entre los proyectos de vida que construyeron los internos se encuentran:

Proyectos de vida a desarrollar dentro de la Institución

- Dejar los hábitos no saludables como el tabaco y así contribuir a una vida saludable.
- Integrarse al programa de educativas para lograr terminar sus estudios y poder prepararse para su vejez.
- Diseñar trabajos manuales para venderlos dentro del penal y ayudar económicamente a sus familias.
- Ser tolerantes y mejorar sus relaciones interpersonales.

Proyectos de vida a desarrollar fuera de la Institución

- Mejorar sus relaciones interpersonales.
- Alimentarse saludablemente, tener una buena higiene y realizar actividad física para contribuir a un envejecimiento activo y saludable.
- Conseguir trabajo o montar un negocio con lo aprendido en los talleres de la penitenciaria para ayudar a su sostenibilidad económica.
- Continuar el proceso de ayuda psicológica para mejorar la relación con sus familias.

- Se fomentó el uso del tiempo libre por medio de actividades lúdico-recreativas, instruyendo a los internos en trabajos manuales y artesanales con los cuales pudiesen sacar provecho para su bienestar económico en el momento de obtener su libertad y dentro de la penitenciaría, además se logró integrar a internos de diferentes patios brindándoles un espacio diferente al que viven diariamente dentro de los patios.

- Se apoyó a la institución en actividades programadas para la celebración del Día del Niño, Fiesta de las Mercedes, aplicación de evaluaciones psicológicas, apoyo a los grupos de Crecimiento Personal y Grupo de Apoyo.

- El trabajo de pasantía permitió enfrentar situaciones de responsabilidad, solución de problemas y estrategias de trabajo, es decir, como profesional me permitió crecer y aprender cosas que en el futuro me ayudarán a desempeñarme mejor en los diferentes contextos laborales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARANGO Alzate, Oscar Albeiro y MESA Rueda, José Luis. El discernimiento y el proyecto de vida: dinamismos para la construcción de sentido. Bogotá: Colección Fe y Universidad. 2002. P. 9-33

AYALA Díaz, Luz Dary. La Recreación un derecho sin espacio. Instituto de estudios sociales Juan Pablo II. Colección Horizontes de Solidaridad. Santafé de Bogotá. 1991. p.43-77.

BUITRAGO, Cielo. Algunos antecedentes de la Gerontología en Colombia. Armenia. Documento N° 10, sin año. Sf.

CONGRESO DE COLOMBIA. Ley 599 de 2000. Por el cual se expide el Nuevo Código Penal Colombiano.

DÍAZ GÁLVIS, María, RAMÍREZ López, Hernando, VÉLEZ Gutiérrez, Liliana María. Plan de acción y sistema de oportunidades P.A.S.O: una estrategia para el tratamiento penitenciario. Bogotá: 2004. p. 9

DULCEY RUIZ, Eliza y URIBE VALDIVIESO, Cecilia. Psicología del ciclo vital: hacia una visión comprehensiva de la vida humana. Revista Latinoamericana de Psicología. Vol. 34, N° 1-2 2002, P. 9-11, ISSN 0120-0534.

FUDESCO. Fundación para el Desarrollo de la Educación en Salud en Colombia. Proyecto de Atención Primaria en Salud, ACODAL gerencia zona 11, Fondo para la Reconstrucción y Desarrollo Social del Eje Cafetero, Asociación Colombiana de Ingeniería Sanitaria y Ambiental ACODAL. Autocuidado de la salud para adultos mayores.2001. p. 9

GÓMEZ, Montes José Fernando y CURCIO, Borrero Carmen Lucia. Valoración Integral de la Salud del Anciano. Manizales: Artes Gráficas, 2002, p. 143.

HERNÁNDEZ, D'Angelo. Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. Revista Cubana de Psicología. 2.000. Vol. 17 N°. 3. P. 16.

JIMENEZ V. Carlos Alberto: la lúdica como experiencia cultural. Santafé de Bogotá. Magisterio, 1996, p. 15-118

LAFORREST, Jaques. Introducción a la Gerontología: el arte de envejecer. Barcelona: Ed. Herder S.A., 1991.

LLANOS Garcés, Yury Lorena y SANCHEZ Molano, Yasmin Andrea. Informe final de práctica profesional realizada en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío. Programa de Gerontología. 2005. O. 25

MISHARA, B. L y REIDEL R. G. El proceso de envejecimiento. Madrid: Ediciones Morata. 1986. P. 13 y 19

MÓDULO 1. Liderazgo, Participación Comunitaria y Ciudadana Proyecto: “Fortalecimiento de las Organizaciones Pertencientes a la Asociación de Proyectos Comunitarios. A.P.C.”. Popayán. 2005. P. 5.

MONTAÑO Luís Eduardo. Asociación de Proyectos Comunitarios. MÓDULO 1. Liderazgo, Participación Comunitaria y Ciudadana. Proyecto: “Fortalecimiento de las Organizaciones Pertencientes a la Asociación de Proyectos Comunitarios. A.P.C.”. Popayán. 2005. P. 5.

OMS. Organización Mundial de la Salud,. Envejecimiento activo: un marco político. Revista Española de Gerontología y Geriátría. Traducido por Pedro J. Regalado. 2002; 37 (S2): 74-1052002. p. 99

OYARZÚN Eleana. Universidad de Chile Facultad de Medicina Departamento de Atención Primaria y Salud Familiar. 2008. En: www.monografias.com

PÁRAMO Hernández y VÉLEZ Amparo. Salud y Alternativas de Autocuidado. Ibagué: El Poirá. 1999: P.47

PRESIDENCIA DE LA REPÚBLICA, Senado de la República, Cámara de Representantes de la República y Ministerio de Justicia. Ley 65 de 1993. Agosto 19 Código Penitenciario y Carcelario.

PSZEMIAROWER, N.P. y PSZEMIAROWER S.N. Calidad de Vida y Desarrollo en la Vejez. España. 1992; 8 (1): P. 33 - 37.

REYEROS, Ricardo, Etal. Ministerio de Comercio, Industria y Turismo. Artesanías de Colombia. 2006. En: www.monografias.com

RODRÍGUEZ G. Juan Camilo. Tiempo y Ocio. Bogotá: Tercer mundo, 1988. p, 125-137

SANTOS Yilber. Establecimiento Penitenciario y Carcelario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío. Archivos Sistematizados de la Institución. Historial de la Penitenciaría. 2008.

SCHARLL, Martha. La actividad física en la tercera edad. Editorial Paidotribo: 3ª ed. España. , 2000. p.26

SEGURA, Clara Inés Evaluaciones Psicológicas: Prueba Minimurt. Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Calarcá Quindío. 2008.

SMITH, Tony. Guía Familiar: Vivir mejor. Ed. El Tiempo. Colombia. 2000. p. 66.

TURBAIN, José. Apuntes esquemas y ejemplares de participación comunitaria en la salud. Díaz de Santos., S.A. Bogotá. 1992. P. 39.

VARGAS SANCHEZ, Pedro Camilo. Cine Foro. Capítulo V. Dirección de Cinematografía. Ministerio de Cultura de Colombia. Marzo de 2006.

ANEXO 1.

(Encuesta)

PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR (EPC) CENTRO PENITENCIARIO DE MEDIANA SEGURIDAD Y CARCELARIO DE CALARCÁ QUINDÍO

Diligenciado por: _____

1. Nombre: _____

2. Edad: _____

3. ¿A qué patio pertenece? _____

4. Estado civil _____

5. Nivel de escolaridad

Analfabeta _____

Primaria incompleta _____ Grado _____

Primaria completa _____

Bachillerato incompleto _____ Grado _____

Bachillerato completo _____

Estudios técnico _____

Estudios Superiores _____

Estudios no formales _____

6. ¿Qué actividad realiza dentro de la penitenciaría?

7. ¿Cuáles cree usted que son sus necesidades básicas insatisfechas dentro de la penitenciaría?

8. ¿Cuáles considera usted que son sus lasos sociales y económicos?

9. ¿Presenta usted algún problema de salud y/o discapacidad?

Si _____ No _____

Cuál(es):

ANEXO 2.

(Certificado Grupo de Crecimiento Personal)



Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario INPEC

Ministerio del Interior y de Justicia

República de Colombia

CERTIFICA QUE:

Asistió y participó de las actividades realizadas al grupo de crecimiento personal en el período
agosto - octubre del 2008

Expedido en Calarcá Quindío el día 1 de Diciembre de 2008

MAYOR® FABIAN RIOS CORTÉS

DIRECTOR

ANEXO 3.

(Diploma Grupo de Adultos Mayores)



Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario INPEC

Ministerio del Interior y de Justicia

República de Colombia

OTORGA EL PRESENTE

DIPLOMA

A:

Por haber cumplido satisfactoriamente con los objetivos propuestos en el Grupo Adulto Mayor durante los meses de febrero - octubre del 2008

Expedido en Calarcá Quindío el día 1 de Diciembre del 2008

MAYOR® FABIAN RIOS CORTÉS

DIRECTOR

ANEXO 4.

Actividades deportivas



Día del Niño



Día de las Mercedes





Campeonato Día de las Mercedes



Actividad sobre la Construcción de un Proyecto de Vida



Entrega de diplomas y despedida

