

Fecha de presentación: Septiembre, 2023

Fecha de aceptación: Octubre, 2023

Fecha de publicación: Diciembre, 2023

LA ACTIVIDAD FÍSICO RECREATIVA EN LA PROMOCIÓN DE LAS RELACIONES INTERGENERACIONALES ENTRE ADULTOS MAYORES Y ADOLESCENTES

THE PHYSICAL RECREATIONAL ACTIVITY IN THE PROMOTION OF THE INTER-GENERATIONAL RELATIONS BETWEEN ELDER ADULTS AND TEENAGERS

Solangel Morera Núñez¹

E-mail: maf2068@ucf.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-6576-9042>

Yandira Becerra Díaz¹

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7945-4106>

E-mail: maf2067@ucf.edu.cu

María Rosa Núñez González²

E-mail: munez@ucf.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6181-8864>

¹Centro Mixto Nguyen Van Troi.

²Universidad de Cienfuegos "Carlos Rafael Rodríguez", Cuba.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Morera Núñez, S., Becerra Díaz, Y., & Núñez González, M. R. (2023). La actividad físico recreativa en la promoción de las relaciones intergeneracionales entre adultos mayores y adolescentes. *Revista Científica Cultura, Comunicación y Desarrollo*, 8(3), 229-235. <http://rccd.ucf.edu.cu/index.php/rccd>

RESUMEN

El tema central del artículo lo ocupa la fundamentación en la Estrategia de actividad físico recreativa en la promoción de las relaciones intergeneracionales entre adultos mayores y adolescentes, el cual tiene como objetivo la presentación de los fundamentos que sustentan la Estrategia fundamentada en las potencialidades de las actividades físico recreativas en pos de contribuir a las relaciones intergeneracionales de los adultos que asisten a la Casa de abuelos y los adolescentes del Centro Mixto Nguyen Van Troi, fortaleciéndose el proceso de atención al adulto mayor desde el Proyecto educativo institucional (PEI); en ese interés se emplearon métodos de investigación en la presentación del resultado, dado en el diseño de la estructura que asume la Estrategia en etapas y acciones en pos de la transformación en las relaciones intergeneracionales entre adultos mayores y adolescentes, desde el soporte es las actividades físico recreativas, mostrándose la contribución al fortalecimiento del proceso de atención al adulto mayor desde el Proyecto educativo institucional (PEI) y el cumplimiento de las políticas para la atención a adultos mayores en Cuba, dirigidas a una longevidad satisfactoria.

Palabras clave:

Estrategia, actividad físico recreativa, relaciones intergeneracionales, adultos mayores, adolescentes

ABSTRACT

The main issue of the article is the foundation in the Strategy of physical recreational activity in the promotion of the inter-generational relations between elder adults and teenagers, which the Strategy based in the potentialities of the physical recreational activities in pursuit of contributing to the inter-generational relations of the adults that help grandparents's house and the Mixed Center Nguyen Van Troi's teenagers, becoming stronger aims at the presentation of the foundations that they support the process of attention to the older adult from the educational institutional Project (PEI). They used fact-finding methods in the presentation of the result that assumes the Strategy in stages and actions in pursuit of the transformation in the inter-generational relations with elder adults, die in structure's designed to teens. From the support of that interest, it is the physical recreational activities, giving the appearance of being the contribution to the strengthening of the process of attention to the older adult from the educational institutional Project (PEI) and the fulfillment of the policies for the attention to elder adults in Cuba, directed to a satisfactory longevity.

Keywords:

Strategy, physical recreational activity, inter-generational relations, elder adults, teenagers

INTRODUCCIÓN

La Organización de Naciones Unidas (ONU) en el 2014, en la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento publicó un informe reconoce la necesidad de fortalecer la solidaridad entre las generaciones y las asociaciones intergeneracionales, teniendo presentes las necesidades particularidades de los mayores y los jóvenes y de alentar las relaciones solidarias entre generaciones; ratificando esa idea en declaraciones posteriores asociada a las actividades físico recreativas y las relaciones sociales. Alonso, et. al. (2021)

En correspondencia con esa idea, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016) y la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2018); asumen que sólo se podrá afrontar el reto de un envejecimiento exitoso cuando se asuman comportamientos para un envejecimiento activo; y para ello, entre otras ideas, promueve las relaciones intergeneracionales, desde las cuales se favorece la participación en dinámicas y temas sociales y culturales, que permiten el dialogo, el intercambio y la reflexión a nivel familiar, organizacional y social. Alonso, et. al. (2021)

Así, el tema de las relaciones intergeneracionales, ocupó espacios de reflexión y debate entre investigadores internacionales, Cortes (2016); Fariñas (2018); quienes apuntaron la importancia de modelos de Programas intergeneracionales, que una vez puestos en práctica demostraron la valía de dichas relaciones para fomentar la participación de los adultos mayores; entre estos programas se mencionan personas mayores que actúan como mentores, tutores, o cuidadores de generaciones que les siguen, o por el contrario estas generaciones ayudan a esas personas, en actividades conjuntas y de prestación de servicios a otros.

Resulta significativo como autores internacionales ponderan a ambas generaciones como beneficiarias de las sinergias que se producen entre ellos y como el dar y el recibir les permite aprendizajes mutuos, imperando para ello el respeto a las filosofías que cada generación establece según su tiempo y los adelantos científico técnicos que tienen lugar; idea que comparten autores como Cortes (2016); Jiménez (2017).

Luego, el tema de las relaciones intergeneracionales es objeto de análisis desde diferentes disciplinas; para la sociología, la organización social se ve reflejada en las relaciones existentes entre las distintas generaciones, analizando la influencia que tiene cada grupo generacional en la sociedad; en la perspectiva política, las interrelaciones que se producen entre las diferentes generaciones conducen a la solidaridad, la igualdad o el conflicto, aspectos reconocidos por autores como, Balseca, & Chilibingua (2016); Castro (2017).

Así, desde 1959, se pone de manifiesto en Cuba, una voluntad de cubrir las necesidades de cuidado de los adultos mayores, siendo la dimensión organizativo-institucional una de las más complejas por sus impactos sociales, multiplicándose las Casas de abuelos y Hogares de ancianos, que contemplan tanto servicios ambulatorios como internos, aunque aún no logran cubrir las necesidades y demandas; además se promocionaron otras vías como: la atención de las organizaciones de masas (CDR, FMC) y las Cátedras

de los adultos mayores (CUAM) en las Universidades y Centros Universitarios Municipales, entre otros; idea que comparten Delgado, & Calero (2017); Fariñas (2018).

Además, con la intención de promover las relaciones entre diferentes generaciones, el Ministerio de educación (MINED) y el Ministerio de Educación Superior (MES) promueven la consolidación de los Proyectos educativos institucionales (PEI); en sus centros; entiéndase, según Cabrera, et. al. (2018); que PEI es la estrategia que modela cómo debe ser la institución educativa al cabo de un período de tiempo para cumplir su misión social y el camino para lograrlo, posibilitando un clima democrático y participativo, en el que se integran todas las aspiraciones en cuanto a la educación de los niños, adolescentes y jóvenes, y las actividades para lograrlas que incluyen acciones para la atención a las relaciones intergeneracionales con los adultos mayores.

Esa perspectiva centró el análisis de la idea inicial que conlleva a la presentación de este artículo, y consideró que el Proyecto educativo institucional tiene debilidades manifiestas en la realización de actividades conjuntas entre adultos mayores y adolescentes; dichas debilidades pueden mitigarse a través de las actividades físico recreativas; entre otras se identifican los vínculos entre los Organismos INDER, Salud y Educación, en pos de aprovechar las potencialidades del ejercicio físico, la convocatoria para establecer adecuadas relaciones intergeneracionales entre adultos mayores y adolescentes, la atención a temáticas que permitan la comunicación intergeneracional y el aprovechamiento de sus bondades como: la recreación física, entre otras, la concepción de actividades físico recreativas que permitan las relaciones intergeneracionales de forma integral, flexible, participativa y contextualizada, y el análisis crítico de la realidad, que evidencia como prevalece un pensamiento rígido, esquemático e irreflexivo, que impide proyectar acciones para las relaciones intergeneracionales de los adultos que asisten a la Casa de abuelos del Consejo Popular Ariza y de los adolescentes del Centro mixto Nguyen Van Troi, aprovechando las potencialidades de las actividades físico recreativas.

El objetivo del artículo se direcciona a la presentación de los fundamentos que sustentan la Estrategia fundamentada en las potencialidades de las actividades físico recreativas en pos de contribuir a las relaciones intergeneracionales de los adultos que asisten a la Casa de abuelos y los adolescentes del Centro Mixto Nguyen Van Troi, fortaleciéndose el proceso de atención al adulto mayor desde el Proyecto educativo institucional (PEI).

Luego, la elaboración de una Estrategia asumió en la concepción metodológica el materialismo dialéctico, y asume como criterio fundamental, la vinculación de los enfoques cuantitativos y cualitativos, en ello, se articularán métodos y técnicas de la investigación, que consideran las posturas de autores como Cortés & Iglesias (2005); Hernández, et. al. (2010); empleándose diversos métodos teóricos, empíricos como la revisión documental, que permitieron el estudio de los antecedentes y criterios teóricos, en el establecimiento de nexos para presentar el resultado.

DESARROLLO

En Cuba varios investigadores presentan doctrinas sobre la importancia y efectividad de las relaciones intergeneracionales Fraga, et al., (2016); en sus planteamientos aluden a como se favorece la participación de las personas de diferentes generaciones en actividades familiares y sociales, pues en ello se producen diálogos, reflexiones y aprendizajes, asistiéndose a consensos de participación, cooperación y colaboración.

Luego, en Cuba se identifica una realidad, reconocida en el Anuario Demográfico en el año 2018, que alude a un aproximado de 11 209 628 habitantes, con una tasa anual de crecimiento negativa (-1,0 por cada mil habitantes); y el grado de envejecimiento de la población es de 20,4%, cifra que viene aumentando aceleradamente desde el año 2005; resultado de este comportamiento es la puesta en práctica de un grupo de políticas y servicios dirigidos al bienestar de la población y a la elevación de su calidad y esperanza de vida, donde el adulto mayor se convierte en el centro de atención de políticas gubernamentales.

En ese sentido, el estado cubano prioriza programas nacionales para atender a la población envejecida a través de los ministerios de Salud Pública (MINSAP), Educación (MINED), Instituto Nacional de Deportes y Recreación (INDER), Educación Superior (MES) y Trabajo y la Seguridad Social (MTSS), entre otros, aprobándose políticas en la Constitución de la Republica (2019); los Lineamientos del PCC (2016 al 2021), y el Código de las familias cubanas, pendiente a referendo (2022) que benefician a los adultos mayores.

Esta dinámica de población reconoce que la esperanza de vida sobrepasa los 78 años de edad, siendo de 80,4 % en el caso de las mujeres; situación que corrobora las condiciones demográficas como resultado de un proceso socioeconómico, histórico y cultural, la cual tiene una marcada incidencia en la composición por edades de la población y las necesidades de establecer relaciones entre diferentes generaciones; cuando hoy en Cuba, la realidad muestra que existen más adultos mayores que generaciones que les siguen (CEPAL, 2018).

Presentación de la Estrategia

La realización del diseño de la Estrategia, consolidó su elaboración de forma ordenada, coherente y dirigida; representándose dicho diseño en la figura 6.

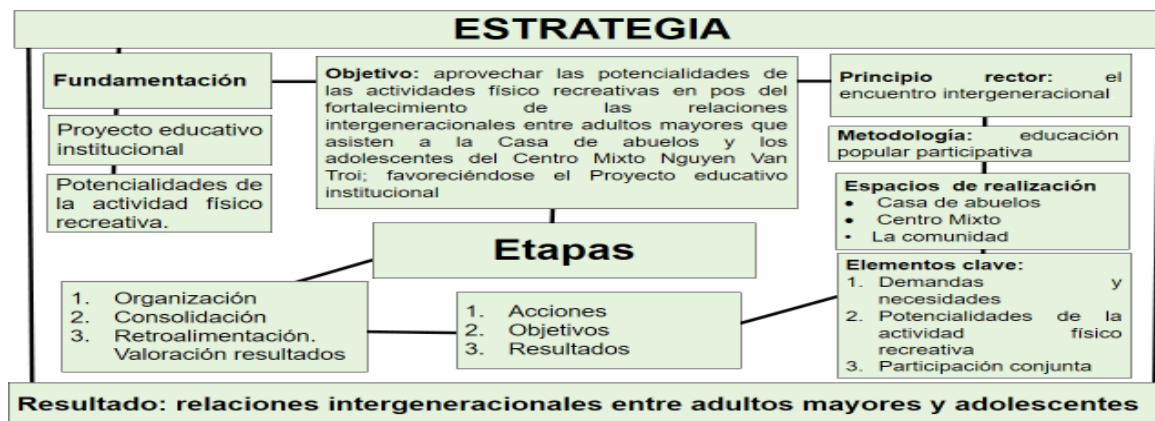


Figura 6. Diseño de la Estrategia

En interés de mostrar resultados que ilustren la importancia de las relaciones intergeneracionales y sus interacciones, se revisaron investigaciones que aluden a las ventajas de dichas relaciones y en los cuales priman doctrinas que refieren la investigación social y educativa: Pozzo (2019); Díaz, et. al. (2020); en ese sentido se corroboraron antecedentes que constituyen soporte teórico práctico para la presentación de este proyecto y desde las cuales fue posible el entendimiento de las dinámicas intergeneracionales y sus interrelaciones hasta la actualidad, fundamentadas en la recreación física y la educación para la salud.

Velázquez (2015) plantea que en los momentos actuales la escuela cubana necesita de un PEI que permita la elaboración del currículo escolar a partir de las estrategias que se tracen para dar cumplimiento al fin y los objetivos generales del nivel y para su encargo social; de forma participativa y articuladora de todas las potencialidades intra-escolares, extraescolares y comunitarias, que incluyen aspectos como la recreación física y la educación para la salud articulada a las políticas demográficas y de atención a los adultos mayores.

En las definiciones anteriores se logra establecer la importancia del PEI y se determinaron como sus rasgos esenciales: su sustento en el diagnóstico, la participación de los diferentes factores que interactúan en y con la comunidad, dirigido a lograr cambios positivos en dicha institución, lo cual permitirá asumir las exigencias de la sociedad actual; y en ello, se otorga a las relaciones intergeneracionales un lugar especial, por su contribución en la formación de las nuevas generaciones bajo principios y valores de la sociedad socialista cubana: Cabrera, et. al. (2018).

Así, se consideró las actividades físico recreativas puede contribuir al establecimiento de relaciones intergeneracionales entre adultos mayores y adolescentes; y dichas relaciones pueden ser utilizadas para generar nuevas ideas y proyectos, aprovechando las potencialidades que ofrece la articulación entre las escuelas y las Instituciones de la salud que acogen a los adultos mayores, provocando una sinergia que articule valores, conocimientos y nuevas prácticas educativas, en las que se involucre la participación social y comunitaria.

La fundamentación teórica de la Estrategia consideró dos aspectos esenciales, avalados en las doctrinas y resultados presentados por investigadores, en correspondencia con los objetivos de la investigación.

Primero, la importancia del Proyecto educativo Institucional: Cabrera, et. al. (2018); Alonso, et. al. (2021).

Segundo, las potencialidades de las actividades físico recreativas: Iglesias (2019); Alonso, et. al. (2021).

El Proyecto educativo institucional tiene gran importancia para el desarrollo de la labor formativa y educativa en la escuela cubana actual; en esa intención diferentes estudios reconocen que dicho proyecto ha transitado en el discurso pedagógico cubano por varias identidades: proyecto institucional, proyecto escolar, proyecto educativo, entre otras, y en ello, el sentido común alude a la flexibilidad para desarrollar el proceso docente educativo atendiendo a las particularidades de su contexto, aspectos que consideran el trabajo de las instituciones educativas en, con y para la comunidad. Entonces, la importancia del Proyecto educativo institucional radica en su concepción que permite el desarrollo de un diagnóstico integral de los educandos, sus familias y la comunidad, en el cual se plasman objetivos, metas y acciones que permitan hacer de la escuela el centro cultural de su comunidad, y en ello, se reconoce su significación práctica, con la participación de diferentes actores y factores de la comunidad en pos de reanimar las relaciones, rescatar tradiciones, mostrar costumbres, todo en un fin común dirigido a fortalecer valores.

En la construcción del Proyecto educativo institucional participan los factores de la comunidad, quienes aportan experiencias para solidificar acciones en pos de los Círculos de interés, los convenios, intercambios, colaboraciones, entre otras acciones; posibilitando un clima democrático y participativo, en el que se integran todas las aspiraciones en cuanto a la educación de los niños, adolescentes y jóvenes y las actividades para lograrlas de conjunto con otras generaciones de cubanos; luego, es notorio como en los momentos actuales, las acciones del Proyecto educativo institucional pueden fortalecer procesos dirigidos a la promoción y educación para la salud, la actividad física recreativa, las relaciones interpersonales, con un estilo participativo y articulador de todas las potencialidades intra-escolares, extraescolares y comunitarias; todo lo cual favorece el cumplimiento de las exigencias de la sociedad actual.

Desde la consideración de la Estrategia que se presenta se consideró la importancia del Proyecto educativo institucional para reconocer las potencialidades de las actividades físico recreativas, que deberán ser ordenadas, planificadas y previstas para fortalecer las relaciones intergeneracionales entre adultos mayores y adolescentes; en ese interés se propone con la Estrategia un cambio de significado a las actividades y espacios que están creados en el Centro Mixto Nguyen Van Troi, al insertar la Casa de abuelos y posibilitar las relaciones intergeneracionales a partir de un Proyecto educativo que sea integral, flexible, participativo y contextualizado, según objetivos de este estudio.

En esa perspectiva se asumen las doctrinas que proponen un Proyecto educativo institucional fundamentado en

flexibilidad, el carácter reflexivo y la coordinación intersectorial; análisis que permite su contextualización a los fundamentos de la Estrategia a partir de considerar el segundo aspecto, devenido en las potencialidades de las actividades físico recreativas.

En Cuba, diferentes espacios de reflexión y debate asumen la temática de los cambios del perfil demográfico y epidemiológico de la población, manifestándose en el fenómeno del envejecimiento poblacional análisis que refieren debilidades en la participación de los adultos mayores en espacios sociales y concepciones de una imagen negativa de la vejez y envejecimiento a escala social y cultural; en ello resulta de interés la promoción de la solidaridad intergeneracional, no sólo de la población en general para con los mayores, sino también desde los adultos mayores hacia las generaciones más jóvenes, propiciándose la transmisión de sus conocimientos, habilidades y experiencias, y reconociéndose la contribución que prestan los adultos mayores desde el punto de vista espiritual, socioeconómico y cultural.

Se conocen pocas experiencias intergeneracionales, fuera del ámbito de la familia, que apostan por el establecimiento de las relaciones de afecto en pos de provocar cambios de actitudes hacia las personas adultas mayores, en un entramado de relaciones que permita el intercambio solidario e inclusivo con un enfoque de respeto a los deberes y derechos de ambas generaciones; sin embargo existe una oportunidad para revertir esta situación que se identifica en las potencialidades de la actividad físico recreativa.

Luego, las actividades físico recreativas se constituye como uno de los pilares básicos para conseguir con éxito un envejecimiento saludable y una longevidad satisfactoria, y en ese interés deberá practicarse de forma regular y moderada por los adultos mayores, a partir de considerar las potencialidades que tiene, las cuales se reportan en la literatura científica como beneficios, entre estos se señalan: la mejora de la capacidad física, mental e intelectual, reducción de enfermedades crónicas no transmisibles, prevención en la disminución de las capacidades funcionales asociadas al envejecimiento.

Además, la contribución para disminuir los efectos del envejecimiento y a preservar las capacidades funcionales, el aumento del rendimiento personal en todas las áreas: laboral, familiar y social, el establecimiento de relaciones personales, familiares y sociales entre adultos mayores y con otras generaciones, la elevación de los niveles de autonomía personal y social, la ocupación del tiempo libre de una forma sana y saludable, y se evita el sedentarismo.

A tono con la idea anterior que refiere las potencialidades de las actividades físico recreativas, se deberá considerar las normas de adaptación ante las características de las personas que participan en dicha actividad, significándose que en los adultos mayores el tratamiento será de forma específica, en correspondencia con las capacidades y necesidades que tengan.

Para ese fin deberán analizarse las potencialidades de las actividades físico recreativas, observados en la promoción de diferentes actividades de participación, entre estas se señalan:

- Actividades de participación en: festivales deportivos recreativos, festivales de juegos tradicionales, caminatas, ciclismo, natación, yoga, Tai chi chuan, bailables, y gimnasia.
- Deportes de resistencia: que permitirán el desarrollo cardiovascular del organismo mediante el incremento de la capacidad aerobia.
- El atletismo: promueve beneficios a nivel físico, fisiológico, social y psicológico.
- Natación: mejora del bienestar físico emocional y el control de enfermedades, al producir efectos beneficiosos sobre articulaciones, aumenta la frecuencia respiratoria, no hay acumulación de ácido láctico, ni se modifica la frecuencia cardíaca, aumenta la ventilación pulmonar, la flexibilidad y el mineral óseo, facilita el desarrollo de la resistencia y tonificación muscular.
- Las caminatas: permiten el control sobre las fatigas, evitando que ocurran, al modificar el pulso en reposo y en un aumento de la capacidad del corazón para cumplir su función de bombeo de sangre, permitiendo relacionarse socialmente y desarrollar valores de solidaridad, compromiso, ayuda y colaboración.

Los beneficios sociales de las actividades físico recreativas corroboran las potencialidades de estas en los adultos mayores, quienes lograran asumir un rol cada vez más activo en la vida social, manifestándose con la creación de amistades, la interacción social, el cumplimiento de las normas de convivencia y la socialización de nuevas experiencias entre ellos y con otras generaciones.

También se reconocen en las potencialidades de las actividades físico recreativas en los beneficios de diferentes funciones: incremento del tono y la masa muscular, y por tanto la fuerza; mejoras en las condiciones hemodinámicas, de la mecánica ventilatoria y su eficiencia, y en la flexibilidad, el equilibrio y la movilidad articular, el poder mantener la independencia personal, y la reducción de las demandas de servicios médicos crónicos o agudos. Además, las potencialidades de las actividades físico recreativas se manifiestan en el aspecto socio-psicológico: mejora el estado de ánimo, la disminución de la depresión y la ansiedad, eleva el vigor, la autoestima y la imagen corporal, ofrece oportunidades de distracción e interacción social, y en la capacidad de resiliencia, el enfrentamiento al estrés de la vida cotidiana.

Los objetivos de las actividades físico-recreativas se manifiestan en:

- Posibilitar la ocupación del tiempo libre, con una orientación desde Programas como: “deporte para todos” o “deporte popular”.
- Satisfacer las demandas de la población en función de la ocupación del tiempo libre, facilitando la participación de todos los géneros, edades y razas.
- Estimular la práctica deportiva recreativa con interés popular, inclusivo, accesible y económico, desde una organización instructiva educativa y formativa.

Atendiendo a sus características las actividades físico recreativas se define como aquella actividad que actúa de

forma compensatoria de los déficit existenciales de la vida habitual a través del movimiento, y en ello, asume la concepción de la educación permanente y durante toda la vida; en la cual los diferentes comportamientos y valores implican un fin instructivo educativo direccionado a la búsqueda de la comunicación social, a divertirse a través de la realización de juegos y la práctica de deportes, la estimulación de la creatividad, la cooperación y el cumplimiento de las reglas del trabajo en equipos, la solidaridad, y respeto entre iguales.

El objetivo de la Estrategia se direcciona a: aprovechar las potencialidades de las actividades físico recreativas en pos del fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales entre los adultos mayores que asisten a la Casa de abuelos y los adolescentes del Centro Mixto Nguyen Van Troi; fortaleciéndose el proceso de atención al adulto mayor desde el Proyecto educativo institucional (PEI).

Para ello, se propone el empleo de la metodología de la educación popular participativa, y en ese interés la propuesta supone la sensibilización y el compromiso de los participantes, tanto adultos mayores como adolescentes, para cumplir el objetivo declarado. En síntesis, la concepción metodológica dialéctica de la educación popular, pone su atención en las situaciones concretas que surgen de la práctica, para analizarlas, hacer deducciones, confrontarlas con otras experiencias, conceptualizarlas, emitir juicios críticos, en un proceso sistemático, teórico - práctico del conocimiento de las realidades concretas, que conlleva a pensar dialécticamente, para poder así enfrentar nuevas y distintas situaciones que la propia práctica irá exigiendo conocer y transformar.

Luego, la estrategia asume como punto de partida la identificación de las potencialidades de las actividades físico recreativas y de las necesidades que tienen las relaciones intergeneracionales entre adulto mayores y adolescentes en una situación y contexto específico, bajo el principio de una acción instructiva educativa, que deberá insertarse entonces, en la dinámica propia de la Casa de abuelos y el Centro Mixto Nguyen Van Troi de la comunidad aricense, todo lo cual implica esto una perspectiva de continuidad a favor de la longevidad satisfactoria.

En ese interés, la estrategia asume la apropiación de los contenidos teóricos, los fundamentos metodológicos, los instrumentos técnicos y los procedimientos didácticos, desde los cuales y acciones correspondientes bajo la concepción de la transformación de la realidad inicial, y en ello, se consideran como **elementos clave**:

- La organización de un proceso en **etapas y acciones**, que deberá ocurrir de forma ordenada, planificada, ascendente, creativo, flexible y verificable.
- Dicho proceso partirá de las demandas y necesidades manifiesta en el diagnóstico.
- Las acciones articularan dinámicamente desde el contenido, los medios de enseñanza aprendizaje, hasta las formas de ejecución y control y se fundamentaran en la aplicación de técnicas participativas.

- Dichas técnicas participativas incentivarán la reflexión y la expresión de los participantes a partir del objetivo de cada una.
- Las formas de organización de las actividades físico recreativas: serán variadas a tono con las necesidades identificadas en el diagnóstico y en respuesta a las demandas, luego asumirán como base la aplicación de técnicas participativas, entre las que se sugieren: técnicas de animación y presentación, socio dramas, trabajos grupales donde interactúan ambas generaciones, dramatización de vivencias familiares y juegos recreativos con énfasis en valores y con enfoque de derechos.

La Estrategia considera un **principio rector**: el encuentro intergeneracional. Este principio considera la participación conjunta de adultos mayores y adolescentes, en las actividades físico recreativas, respetando en esa participación las individualidades, gustos, intereses, potencialidades y necesidades; en ello, los roles se reconocen en:

- Los adultos mayores deberán reconocer las habilidades y potencialidades de los adolescentes y contribuirán al fomento de nuevas relaciones con ellos, considerándolos como transmisores de sus experiencias, brindándoles orientaciones, consejos o recomendaciones que los conlleven a ser mejores en la realización de su vida personal y social.
- Los adolescentes deberán promover relaciones con los adultos mayores, en forma respetuosa e inclusiva, siendo portadores y transmisores de conocimientos, de su alegría, energía y voluntad de convivencia, mostrándose como receptores de las experiencias y habilidades de los mayores.

Los espacios para la realización de las acciones se proponen en: Casa de abuelos, Centro Mixto y la comunidad. La Estrategia se estructuró en tres Etapas y acciones 12 acciones que facilitaran el cumplimiento del objetivo: 1ra. Etapa: Organización, 2da Etapa: Consolidación, 3ra Etapa: Retroalimentación y valoración de los resultados.

Los resultados esperados suponen el reconocimiento de la necesidad social en el establecimiento de las relaciones intergeneracionales, la concepción de una alternativa, que sea la vía para favorecer las relaciones intergeneracionales, aprovechando las potencialidades de las actividades físico recreativas.

CONCLUSIONES

En el artículo se consideró la presentación de los fundamentos de la Estrategia para lograr las actividades físico recreativas que contribuyan al fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales entre los adultos mayores y adolescentes; la cual asumió una estructura por etapas y acciones, mostrándose como un instrumento científico desde su contribución al fortalecimiento del proceso de atención al adulto mayor observado y analizado desde el funcionamiento del Proyecto educativo institucional (PEI) y el cumplimiento de las políticas para la atención a adultos mayores en Cuba, dirigidas a una longevidad satisfactoria.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso Hidalgo, Y., Morera Núñez, S., & Núñez González, M.R. (2021). Las relaciones intergeneracionales entre adultos mayores y adolescentes en la concepción del proyecto educativo institucional de la secundaria básica. *Revista Conrado*; Volumen 18, Número 80. ISSN: 1990-8644.
- Balseca Basantes, J. E., & Chiliquinga Vejar, L. del C. (2016). Incidencia en las relaciones intergeneracionales en el envejecimiento activo de la población en Ecuador. *Dom. Cien.*, ISSN: 2477-8818 Vol. 2, núm. 4, oct., 2016, pp. 191-206. <http://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/index>
- Cabrera Fernández, A., Núñez González, M. R., Alpizar, R. (2018). Los nexos ciencia - tecnología - sociedad (CTS) en la formación permanente de los directores de escuelas primarias en la planificación del PEI. *Revista Atlante. Cuadernos de Educación y Desarrollo*. ISSN: 1989 - 4155. <http://www.eumed.net/rev/atlante/index.html>
- Castro Gallardo, M. (2017). Relaciones Intergeneracionales y bienestar de las personas mayores. Universidad de Granada. Tesis Doctoral. <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/1634/1/1684256x.pdf>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2018). <https://www.cepal.org/es/publicaciones/43964-estudio-economico-america-latina-caribe-2018-evolucion-la-inversion-america>
- Cortés Cortés, M. E., & Iglesias León, M. (2005). Generalidades sobre Metodología de la Investigación. UNACAR. ISBN: 968-6624-87-2
- Cortés Pérez, A. (2016). Yo comparto...tú te diviertes: un proyecto de intercambio intergeneracional. Universidad Pontificia de Comillas de Madrid, Facultad de Ciencias Humanas y Sociales.
- Delgado, C.R., & Calero, C.G. (2017). Espacios de convivencia y experiencia intergeneracional. *Trabajo Social Hoy*, 82, 19-40. Doi: [10.12960/TSH.2017.0014](https://doi.org/10.12960/TSH.2017.0014)
- Díaz Hurtado, A., Pérez Villar, J., & Ortega Expósito, T. (2020). Relaciones intergeneracionales para un envejecimiento activo y satisfactorio. *Novedades en Población*, Número Especial, mayo de 2020, 91-104. <http://www.novpob.uh.cu>
- Fariñas Acosta, I. (2018). El desafío de una sociedad para todas las edades. *Periódico Granma*. <http://www.granma.cu/cuba/2018-08-13/el-desafio-de-una-sociedad-para-todas-las-edades>.
- Fraga, J., Correa, M., & Suárez, M. (2016). Envejecimiento poblacional en Cuba. A partir del Censo de Población y Viviendas 2012. *Ciencias Sociales*.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación (5ª ed.). México: Mc Graw-Hill/Interamericana Editores, S.A. de C.V.

Iglesias Suárez, R. A. (2019). La actividad física-recreativa para los adultos mayores en edades comprendidas entre 65-75 años de la comunidad. Tesis presentada en opción al título de Master en Actividad Física en la Comunidad. Facultad de Cultura Física. Pinar del Río.

Jiménez, M. (2017). Programas intergeneracionales y participación social: la integración de los adultos mayores españoles y latinoamericanos en la comunidad. Universitas Psychologica, vol. 16, núm. 1, 2017. Universidad de Oviedo, España.

Pozzo, L. (2019). Lo comunitario como cualidad de las relaciones intergeneracionales. II Convención Científica Internacional de Ciencia, Tecnología y Sociedad "CCI 2019" y de la Agenda 2030. Cuba.

Velázquez, E. E. (2015). La Educación: Retos y voluntad política. Conferencia inaugural del Congreso Internacional Pedagogía 2015. Editora Universitaria.

Conflictos de intereses

No existen conflictos de intereses entre los autores o con otros sobre el artículo.

Contribución de autoría

Morera Núñez, tiene un 40 % de participación con la búsqueda de bibliografía, sistematización de la información teórica, y elaboración del artículo; Becerra Díaz, un 40 % de participación en sistematización de la información teórica, elaboración del artículo y acotación de las referencias bibliográficas; Núñez González un 20 % de participación en la sistematización de la información teórica, elaboración del artículo y búsqueda de información local.