

# La gestión del trabajo comunitario del taichí en la tercera edad

## *The Management of Tai Chi Community Work in Elderly People*

Lic. Lester Calderón Pérez

Presidente del Consejo Popular Las Cañas. Cerro, La Habana, e-mail: lestercalderon46@gmail.com

Dra. C. Rosalina García Chirino

Profesor Titular. Departamento de Dirección. Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona, e-mail: rosalinagch@ucpejv.edu.cu

---

**Recibido:** marzo de 2019

**Aceptado:** julio de 2019

---

**RESUMEN** *Actualmente, debido al desarrollo de la ciencia y la técnica, aumenta la esperanza de vida al nacer y con ello el envejecimiento poblacional. Elevar la calidad de vida de la población de la tercera edad es un imperativo de diferentes sectores de la sociedad cubana. Un ejemplo de ello es el uso del taichí mediante estrategias salutíferas que permitan minimizar los efectos perjudiciales del envejecimiento poblacional.*

*Las representaciones que socialmente se tienen de la vejez, así como los cambios físicos y psíquicos que se producen hacen que el adulto mayor se sienta muchas veces alejado de la sociedad que un día dirigió y construyó, y que aparezcan sentimientos de inutilidad. La práctica continuada del taichí en la tercera edad resulta un proceso saludable y que facilita el trabajo en base de autodesarrollo, las potencialidades, autovaloración, autoconocimiento, todo lo referente a la esfera cognoscitiva y afectiva, propiciando bienestar en el anciano y viéndose como una necesidad de primer orden en la actualidad.*

*En esta investigación se aborda la gestión del trabajo comunitario y la efectividad de la misma para el desarrollo del taichí como alternativa para elevar la calidad de vida en este grupo atareo. Por lo que la gestión del trabajo comunitario representa objeto de estudio en esta investigación.*

**Palabras clave** *gestión, trabajo comunitario, taichí, tercera edad musical.*

---

**ABSTRACT** *Life expectancy increases nowadays with the development of science and technology, and so does the aging process in people. Increasing life quality of elderly people is a must for the Cuban society at present. An example of the aforementioned is using Tai Chi through health strategies that allow minimizing bad effects of aging in people.*

*The social representations about aging, so as the physical and psychic changes aging people face, makes elderly sometimes feel away from the rest of the society. Thus, uselessness feelings appear. The continuing practice of Tai Chi in elderly people results in a healthy process that eases the work for self-development, potentialities, self-valuation, self-awareness, and everything related to knowledge and affective spheres; which allows wellbeing to elderly people, a first-demand need at present.*

*This research is about the management of community work and its effectiveness for the development of Tai Chi, as an alternative to improve life quality in elderly people. Thus, the object of study is Community work management.*

**Keywords** *Management, community work, Tai Chi, elderly people.*

---



Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional (CC BY-NC 4.0), que permite su uso, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que el trabajo original se cite de la manera adecuada.

---

## INTRODUCCIÓN

La instrumentación de los acuerdos del VI Congreso del Partido y de su Primera Conferencia, han provocado que aumenten los niveles de exigencia en todos los sectores de la sociedad cubana, es por ello que se buscan soluciones desde la ciencia a problemáticas complejas de la sociedad cubana. Una de ellas es el envejecimiento poblacional que ha alcanzado Cuba. En la actualidad se muestran estadísticas similares a las del tercer mundo, es por ello que, diferentes sectores buscan soluciones que pueden incidir en dar una mejor calidad de vida a la tercera edad.

Es fundamental el papel que ocupa la sociedad para desarrollar el país, por ello es importante la información que se le brinde para comprender las decisiones gubernamentales y estrategias de desarrollo de sectores económicos. Este proceso debe expandirse también para la familia y el entorno comunitario, mejora la calidad en el medio en que interactúa, proyectando fijamente la mirada hacia los adultos mayores.

Sin embargo, no se logra alcanzar la calidad esperada a pesar de los recursos disponibles, no son aprovechadas las posibilidades que otorga el Estado y no se revelan resultados sustentables viéndose afectada aun cuando es constante el perfeccionamiento de los planes y programas por elevar la calidad de vida. Sin lugar a dudas, la gestión es uno de los pilares más importantes para el desarrollo de la calidad en cualquier proceso de dirección, puede contribuir a lograr un mayor equilibrio en su entorno. Un mayor desarrollo en la calidad, de cualquier esfera, se logra con la gestión comunitaria, máxime cuando se trata de integración.

En la declaración Universal de los derechos Humanos en su artículo 2 se expresa: "Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica, y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, viudez, vejez, y otros casos de pérdidas de sus medios de subsistencia independientes de su voluntad"

## DESARROLLO

El Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros envía a todos los Organismos de la Administración Central del Estado y Consejos de la Administración Provincial la Carta Circular No. 21/1999. En el anexo 2 de la misiva se indica:

El sistema de dirección por objetivos debe continuar conteniendo, en primer lugar, las enseñanzas y reflexiones de nuestro Comandante en Jefe sobre el desarrollo de las ideas y los valores, del factor humano como elemento clave y estratégico, hacer énfasis en la participación y el compromiso de dirigentes y trabajadores con los principios éticos, patrióticos y socialistas, así como emplear con creatividad y reflexión los aspectos positivos del conjunto de enfoques y técnicas modernas de la Ciencia de la Dirección, tal como se indicó en la Resolución Económica del V Congreso del Partido.

Es un desafío para los que dirigen emplear respuestas a problemas viejos y nuevos, que es evidente que se pueden brindar.

Está demostrado para contribuir al desarrollo sostenible del país en todos sus aspectos sociopolíticos y económicos lo enmarca el mejoramiento de las capacidades intelectuales y científicas de la población, en especial la dedicada a la educación en todas sus esferas conceptuales. Brindar alternativas

para que los adultos mayores puedan disfrutar la vida alejado de las enfermedades y el tedio es un deber del Estado, el gobierno y toda la sociedad.

La llamada "tercera edad" conocida también con los términos de vejez, adultez mayor o tardía, se ha estudiado poco por los teóricos del desarrollo y como tendencia se presenta como etapa de involución, determinada por pérdidas o trastornos de los sistemas sensorio-motrices y no como una auténtica etapa del desarrollo humano.

El Consejo Popular puede facilitar perfeccionar la gestión del trabajo comunitario para desarrollar armónicamente las acciones relacionadas con el taichí a partir del accionar coherente de los miembros de los Organismos de la Administración Central del Estado, la familia y la comunidad que posibiliten la calidad de vida del adulto mayor. La integración como agente aglutinador produce el logro de una aspiración, por ende, es muy importante que los integrantes de un determinado contexto trabajen conscientemente con pensamiento colectivo y dirección participativa, tiene que ser una cualidad inherente de estos recursos humanos. Pensando en todos y para el bien de todos, ya que no es posible alcanzar las metas sin alianzas.

El liderazgo es una constante para lograr los objetivos propuestos en este proceso de influencias que se ejerce sobre la actitud y la actuación de las personas o grupos de personas en una organización. El liderazgo facilita la integración de los Organismos de la Administración Central del Estado, la familia y la comunidad, así como una cultura de gestión comunitaria para el desarrollo sostenible.

Todo lo anterior reafirma la certeza de las palabras de Castro, al expresar que: "[...] Es necesario cambiar la mentalidad de los cuadros al encarar el nuevo escenario que comienza a delinearse"

La importancia de elevar la calidad de los procesos que se desarrollan en las instituciones y de los productos que se entregan a la sociedad conlleva a cambios impostergables en la gestión, es decir, en los procesos de selección, preparación y los sistemas de trabajo de los directivos responsabilizados con la gestión, por lo que es esencial el perfeccionamiento de los modos de actuación y el alcance de un desempeño general eficaz; transformándolos de simples dirigentes de orden y mando a cuadros que dirijan científicamente, lo que implica tomar decisiones acertadas para solucionar los problemas de manera creativa en un proceso participativo, con el hombre como sujeto y objeto y atendiendo a la vez el desarrollo de la organización dirigida logrando la eficiencia y la eficacia de este proceso.

Las vivencias acumuladas por más de 25 años como maestro de taichí y el trabajo indagatorio realizado en la etapa exploratoria de la investigación, permitió identificar las siguientes dificultades:

- Limitada efectividad en el proceso de gestión comunitaria para el desarrollo del taichí en la tercera edad.
- Falta de integración de los Organismos de la Administración Central del Estado a nivel de los Consejos Populares para el trabajo comunitario en función del mejoramiento de la calidad de vida en la tercera edad.
- La tradicionalidad en el proceso de gestión del taichí atenta con las exigencias que demanda el envejecimiento poblacional.
- No existen en el Consejo Popular mecanismos que permitan lograr efectividad en el proceso de gestión del taichí.
- Insuficiente preparación de los representantes de los Organismos de la Administración Central del Estado para el desarrollo del trabajo comunitario de manera integrada.

Es por ello que desde el desarrollo de la gestión del trabajo comunitario se puede contribuir a incidir en esta realidad. Desde el avance de la ciencia y la tecnología este proceso se puede desarrollar alcanzando otras dimensiones.

El establecimiento de una teoría, a partir de la realización del ejercicio físico planificado y dosificado, deviene necesidad y actualidad en consideración a la función social que cumple este tipo de acciones y analizando el beneficio biológico y psicológico que estas actividades provocan en el individuo practicante como exponente de la más importante de las unidades psicobiológicas existentes: el ser humano.

El envejecimiento poblacional en la sociedad cubana actual precisa de acciones desde diferentes sectores que propicien elevar la calidad de vida de este grupo social. Desde la práctica del taichí puede contribuirse a ello a través de una estrategia intersectorial que propicie minimizar los efectos perjudiciales de esta situación, lograr competencia y actualidad profesional en la población geriátrica dedicada a la dirección del proceso.

El mundo actual se desarrolla vertiginosamente, se presentan avances en la ciencia y la técnica, la medicina y la industria. Esto es un aliciente para los que desean vivir más, de hecho la esperanza de vida al nacer ha aumentado y por consiguiente cada día aumenta el envejecimiento poblacional.

La tesis doctoral presentada por Carrillo Viguera en la Facultad de Enfermería de la Universidad de Murcia, ha probado que las artes marciales del taichí son alternativas para controlar el estrés a corto y medio plazo, así como la permanencia en el tiempo de sus efectos positivos en la salud mental.

Muchos autores han divulgado sobre el tema, pero es insuficiente los estudios enfocados en el perfeccionamiento de su gestión. En la actualidad no se evidencia un trabajo sistemático de desarrollo en los procesos de gestión de la práctica de esta arte marcial para elevar la calidad de vida en la tercera edad y particularmente dentro del sistema de taichí.

Una estrategia intersectorial en el proceso de dirección del taichí para la tercera edad, contribuye al perfeccionamiento de la integración de las funciones de la dirección enmarcado en la comunidad.

En Cuba los programas para el desarrollo del trabajo comunitario son múltiples y de interés del Estado dirigiendo a las diferentes instituciones en un interés común, interactuando de forma específica en el desarrollo de la tercera edad.

El trabajo comunitario abarca un rango de enfoques y actividades cuyo principal objetivo es la mejora del bienestar y el sustento de las personas. Como una rama del desarrollo comunitario estas aproximaciones atienden a asuntos sociales, particularmente a la organización de la comunidad.

Las acciones comunitarias, en función de promover la participación para solucionar problemas locales en Cuba, se han incrementado y son objeto de estudio de numerosas instituciones y organizaciones.

Es necesario interpretar una respuesta concreta a la búsqueda de soluciones y la respuesta está en establecer acciones a nivel de la comunidad, con una incidencia plurifactorial y multidisciplinaria.

Es obvio que la comunidad resulta un escenario importante del trabajo social, asumiendo que es en ella donde se dinamizan los procesos de participación para refirmar los valores de todas las organizaciones políticas y de masas, además de todos los representantes de las instituciones de cada esfera de conocimiento, no solo para resolver problemas, sino con visión del futuro, que contribuya a elevar la calidad de vida de esas personas.

Son diversas las posiciones adoptadas por investigadores que profundizan en la definición de comunidad y trabajo comunitario.

Algunos de los organismos que trabajan de forma más directa en esta actividad son los Organismos de Administración Central del Estado, integrados por Salud, Educación, Cultura, Instituto Nacional de Deporte y Trabajo Social, todos con programas para el desarrollo comunitario elevando a su vez la calidad de vida en toda la población y principalmente en el adulto mayor o el grupo etario de la llamada tercera edad, dejando gran satisfacción física, espiritual y social.

## CONCLUSIONES

Asumir la importancia de la gestión del trabajo comunitario permite proyectar la superación del presidente del Consejo Popular, los cuadros y especialistas de los Organismos de la Administración Central del Estado, la familia y los factores de la comunidad para brindar mayor calidad de vida a los adultos mayores desde la práctica del taichí. Las características del adulto mayor son explicitadas a partir de la sistematización de la obra de varios investigadores entendidos en el tema de estrategia para los elementos del porqué cumplen con los requisitos de la concepción estratégica para abordar la solución de uno o más problemas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abbagnano, N. (1966). *Diccionario de filosofía*. La Habana: Edición Revolucionaria.
- Bringas, J. y Carbonell, J. (2010). Contribución al concepto de Dirección Educativa. *Varona Revista Científico-Metodológica*, (51).
- Bringas, J. y Reyes, O. L. (1999). *La Dirección Educativa. Su contribución a la epistemología*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Bunge, M. (1972). *La investigación científica*. La Habana: Editorial Ciencias Sociales.
- Colectivo de autores (1985). *Fundamentos de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo*. La Habana: Impresora José A. Huelga INDER.
- Dobrev, D. y Georgiev, V. (1987). *Fisiología Humana. Medicina y Cultura Física*. Sofía.
- Donskoi, D. y Zatsiorskii, V. M. (1988). *Biomecánica de los Ejercicios Físicos*. Moscú: Editorial Ráduga.
- García Galló, G. J. (1987). *¿Cómo abordar y resolver los problemas filosóficos en las ciencias particulares? En: Filosofía y Medicina*. La Habana: Editorial Ciencias Sociales.
- Iliev, I. (1985). *Fisiología aplicada al entrenamiento deportivo*. Sofía: Medicina y Cultura Física.
- Matveev, L. P. (1985). *Ensayos sobre la Teoría de la Cultura Física*. Sofía: Medicina y Cultura Física.
- O'Farrill, A. (1986). El enfoque sistemático en los deportes de apreciación. *Jornada Científica del Centro de Entrenamiento Cerro Peñado*, La Habana.
- O'Farrill, A. (1997). El por qué de la Ciencia del Deporte. *Nexo Sport*. Montevideo.
- PCC (2011). *Lineamientos de la política económica y social de la Revolución*. La Habana: Editora Política.
- PCC (2012). *Objetivos de trabajo del PCC. I Conferencia Nacional del PCC*. La Habana: Editora Política.
- Pupo, R. (1990). *La actividad como categoría filosófica*. La Habana: Editorial Ciencias Sociales.
- Valle, A. (2015). *Dirección en educación*. La Habana: Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona.
- Valle, A. (2007). La dirección en la escuela de Educación Básica General. En: Valle Lima, A. D. y García Batista, G. (Compiladores). *Dirección, organización e higiene escolar*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.