

Título: *La calidad de vida percibida por las personas mayores de un programa de formación universitario gerontológico*

Autora: ANTELO MARTELO, Mónica

Cualificación: Sobresaliente *cum laude*

Ano de defensa: 2003

Universidade: Universidade de Santiago de Compostela (USC)

1. INTRODUCCIÓN

Nos últimos anos assistimos ao florecemento dos programas para maiores nas universidades españolas. Este desenvolvemento vertixinoso débese a razóns de índole social, demográfica, educativa e económica que xustifican a súa necesidade e, sen lugar a dúbidas, á sensibilización cada vez máis acusada das institucións responsables do benestar social e das universidades que, en boa medida, facilitaron estes proxectos.

Os programas universitarios para persoas maiores constitúen na actualidade unha realidade en máis de cincuenta universidades españolas, públicas e privadas. O rápido crecemento, case repentino (de existir só cinco programas a principios dos 90), hoxe hai en marcha máis de 47 e outros van implantarse nos próximos cursos), dos programas universitarios para maiores, como calquera crecemento no que se forman á vez as estruturas e actividades, deu lugar a unha multiplicidade de solucións e resultados no panorama universitario español.

A Universidade, polo seu interese en abrirse á sociedade, creou programas de participación social para o acceso á súa formación. Así, fórmulase como obxectivo xeral potenciar a integración social das persoas maiores na vida económica, social e cultural, facendo promoción deste colectivo como unha etapa da vida positiva, digna e capaz.

Estes programas formativos e de integración social para alumnos maiores son consecuencia de múltiples e variadas razóns, como son o feito de que a esperanza de vida aumentara, o mesmo que as políticas de benestar.

Na Universidade de Santiago de Compostela a denominación que se lle deu á formación universitaria de persoas maiores foi *Cuarto Ciclo Universitario* buscando a integración conceptual do programa cos demais ciclos que se imparten nela.

2. OBXECTIVOS

O obxectivo principal desta investigación é analizar se os programas de formación universitaria para maiores, en concreto o IV Ciclo Universitario, son un medio de intervención eficaz para mellorar a calidade de vida das persoas maiores.

Entre os obxectivos específicos destacan:

- Avaliar a calidade de vida en maiores de 60 anos de forma multidimensional.
- Coñecer os aspectos subxectivos e obxectivos da calidade de vida na velez.
- Valorar a saúde en xeral.
- Valorar a integración social.
- Avaliar as habilidades funcionais.
- Coñecer a actividade e o ocio dos maiores.
- Medir a calidade ambiental.
- Coñecer a súa satisfacción coa vida, a súa educación e o seu nivel de ingresos.
- Avaliar a súa satisfacción cos servizos sociais e sanitarios.

3. METODOLOXÍA

3.1. Mostra

A mostra seleccionada está composta por alumnos matriculados no IV Ciclo Universitario que acoden decote ás clases. A primeira avaliación realizouse a primeiros de curso, no mes de novembro de 2001, a segunda avaliación foi a finais, no mes de maio do 2002, transcorrendo un espazo de seis meses entre a primeira e segunda.

A mostra seleccionada para o grupo control foi entrevistada polos alumnos do Graduado Superior en Xerontoloxía da Universidade de Santiago de Compostela, despois dun proceso de formación. Os devanditos alumnos deben escoller un xeronte (persoa maior de 55 anos) e facerlle un seguimento os dous anos que dura a titulación. O grupo control ten unhas características semellantes ás dos alumnos do IV Ciclo e ás que se fai referencia máis adiante.

O grupo de avaliación quedou composto por 98 alumnos do IV Ciclo Universitario, cunha media de idade de 66,57%, cun rango comprendido entre os 60 anos e os 80 anos, sendo mulleres o 46,9%, e homes o 53,1%.

O grupo control está formado por 77 persoas maiores de 60 anos sen ningunha relación co IV ciclo Universitario, a media de idade é de 69,21% anos, sendo a porcentaxe de mulleres do 67,5% e o 32,5% de homes.

3.2. Método

Para confirmar a hipótese de que os programas de formación universitaria para maiores, máis concretamente que o IV Ciclo Universitario é un medio eficaz para mellorar a calidade de vida dos maiores (mellora subxectiva manifestada polos propios alumnos) e tendo en conta o xa mencionado sobre a dificultade en definir a calidade de vida e os elementos que hai que considerar para avaliála, teríamos que examinar en primeiro lugar, dous aspectos: os subxectivos (percepción da CV e benestar) e os obxectivos (a maioría dos compoñentes da competencia persoal e o ambiente obxectivo); e, en segundo lugar, avaliar non só o estado físico e a presenza ou ausencia de enfermidades senón, ademais, o estado social (relacións, recursos) e emocional.

Por todo iso, o cuestionario que escollemos foi o CUBRECAVI (cuestionario breve de calidade de vida), xa que é un construto que avalía a Calidade de vida na vellez de forma multidimensional, a duración é de 20 minutos, aproximadamente, e está composto polas seguintes áreas: saúde, integración social, habilidades funcionais, actividade e lecer, calidade ambiental, satisfacción coa vida, educación, ingresos e servizos.

4. RESULTADOS

4.1. Perfil persoal

Con respecto á media de idade, o grupo control é dous anos maior cós enquisados do IV Ciclo Universitario.

No que se refire ao sexo, no IV Ciclo predominan os homes cun 53,10%, mentres que no grupo control, a porcentaxe de mulleres é maior (67,5%) con respecto ao do IV Ciclo (46%).

A diferenza entre as dúas mostras pode ser que para realizar o IV Ciclo non é preciso ter estudos, unicamente se esixe saber ler e escribir, pero si pode ser un factor predispoñente para asistir a estes cursos formativos. Os alumnos do IV Ciclo posúen un nivel educacional medio-alto; relacionado con isto, estaría o feito de que na época na que lles tocou estudar, facíanlo con máis frecuencia os homes cás mulleres. Pola súa parte, na mostra do grupo control que foi aleatoria, obtivemos maioritariamente persoas do sexo feminino, e isto explicariáse porque neste treito de idade a esperanza de vida é maior nas mulleres que nos homes.

O estado civil que predomina en ambas as dúas mostras é o de casados/as, aínda que é superior no IV Ciclo cun 66,30% fronte a un 44,20% no grupo control; neste último, a porcentaxe de viúvos iguala á de casados/as (44,20%), men-

tres que no IV Ciclo esta é tan só do 17,30%. A porcentaxe de solteiros é do 14,30% no IV Ciclo e do 11,70% no grupo control.

O feito de que na mostra do grupo control a porcentaxe de viúvos/as sexa tan elevada, estaría relacionado coa porcentaxe tan alta de mulleres que, probablemente, correspondan ao estado civil de viúvas.

Por último, dicir que no IV Ciclo existe un 2% de persoas separadas, mentres que no grupo control non hai ninguén nesta situación.

4.2. Saúde

- *Saúde Subxectiva*

De acordo co manifestado polos enquisados do grupo control, un 6,5% indican non estar “nada satisfeitos” e hai un 11,7% “moi satisfeitos”.

Entre os enquisados do IV Ciclo só había un 2,3% que non estaban nada satisfeitos e un 32,7% “moi satisfeitos”, polo que se pode ultimar que os alumnos do IV Ciclo están máis contentos coa súa saúde.

- *Saúde Obxectiva*

Outra das cuestións que se lles formularon aos enquisados no apartado de saúde fai referencia a síntomas e dores que tiveran nas últimas semanas. Neste apartado apréciase unha gran diferenza entre os dous grupos.

O grupo control ten porcentaxes máis altas en canto ás dores ou síntomas que sofren. Entre os síntomas máis frecuentes do grupo control destacan: dor de ósos, de columna ou das articulacións 20,8%, esta porcentaxe no grupo do IV Ciclo unicamente a sofren o 10,3% dos enquisados.

O seguinte síntoma é dificultade para durmir, que no grupo control o padecen o 19,5%, mentres que os do IV Ciclo só o 4,7%. En xeral, os alumnos do IV Ciclo non adoitan ter dores con tanta frecuencia coma os do grupo control. Estes datos están directamente relacionados co perfil da mostra do grupo control, que son mulleres maiores, viúvas e, polo tanto, cunha maior morbilidade.

- *Saúde Psíquica*

Outra das cuestións era a saúde psíquica. No que toca aos enquisados no grupo control, observamos que hai un 27,3% que frecuentemente se senten deprimidos, fronte ao 10,5% do IV Ciclo.

En canto a problemas de memoria, nos enquisados do grupo control existe un 14,3% que declaran ter problemas de memoria a cotío e no grupo do IV Ciclo esta porcentaxe é do 7%.

A desorientación nos dous grupos é infrecuente, xa que o 79,2% dos enquisados do grupo control nunca tiveron este problema e a porcentaxe do IV Ciclo é do 76,7% .

4.3. Integración social

Observamos que a frecuencia de relacións que manteñen os enquisados do grupo control co resto de persoas é maior cós do IV Ciclo.

Isto poderíase explicar porque os enquisados do IV Ciclo dedican máis tempo a outras actividades e menos a visitar familiares. Pola súa banda, os do grupo control teñen máis tempo libre que ocupan en manter relacións sociais.

Como cabería esperar, a satisfacción destas relacións nos dous grupos é boa con todas as persoas que os rodean.

4.4. Habilidades funcionais

Coa primeira cuestión, tentabamos descubrir se eles consideraban que podían valerse por si mesmos.

Contestan valerse “moi ben” o 48% e “ben” o 26%, hai un 6,5% que contestan “mal”; en vista destes resultados, e comparándoos cos obtidos no IV ciclo (“moi ben” 59,3%, 33,7% “ben” e non hai ninguén na categoría “mal”), demostrámonos que os do IV Ciclo teñen máis habilidades para desenvolverse por si mesmos cós outros enquisados.

A segunda pregunta coa que pretendiamos analizar as súas habilidades funcionais era preguntándolles polas dificultades que tiñan para realizar unha serie de actividades como coidar o seu aspecto físico, realizar tarefas caseiras e fóra da casa e camiñar; os resultados indicámonos que os enquisados do grupo control teñen porcentaxes baixas, pero significativas nas categorías “bastante” e moita”, en relación aos datos obtidos no IV Ciclo, no que case son inexistentes as respostas para estas categorías.

Tamén vemos que onde se empezan a ter a primeiras dificultades, adoita ser nas Actividades da vida diaria (AVD): tarefas caseiras, aspecto físico, así como nas Actividades de vida diaria instrumentais (AVDI).

4.5. Actividade e ocio

Como complemento da diagnose da dimensión de habilidades funcionais, analizamos o nivel de actividade, a forma na que ocupaban o seu tempo libre e, ademais, cal era a satisfacción respecto á devandita ocupación. En relación con estas interrogantes, os compoñentes do colectivo do grupo control definían o seu nivel de actividade como “normal doméstica” cun 36,4%, seguido de “actividade física ou deportiva ocasional” común 35,1% e o 15,6% confesaban estar “case completamente inactivos”.

A segunda interrogante que se lles formulaba era a forma na que ocupaban o seu tempo libre. Observamos que nos enquisados do grupo control, as actividades que realizan con máis frecuencia son: ver a televisión 88,3% e camiñar 70,1%; o resto das actividades teñen valores residuais, polo que poderíamos dicir que os enquisados deste grupo pasan a maior parte do seu tempo libre vendo a televisión e camiñando, mentres que os do IV Ciclo o dedican a ler un libro ou xornal 93%, camiñar 86%, escoitar a radio 80,3% e facer recados e xestións 72,1%.

As actividades que realizan con máis frecuencia os do IV Ciclo son: ler, visitar amigos, escoitar a radio, camiñar, facer recados, ir de compras e viaxar. Pola súa parte, os enquisados do grupo control ven máis a televisión, disfrutan máis con xogos recreativos e fan máis manualidades.

As dúas actividades nas que atopamos unha maior diferenza entre as dúas mostras son ler e viaxar.

Os datos anteriores permiten resumir que o grupo do IV Ciclo Universitario realiza máis actividades e, polo tanto, o seu nivel de actividade é maior cós do grupo control.

Non obstante, cando se lles pregunta, en liñas xerais, se están satisfeitos coa forma en que ocupan o seu tempo, nas dúas mostras declaran estar satisfeitas o 77,9% do grupo control e o 84,9% do IV Ciclo. Poderíamos destacar que no grupo control hai un 5,2 que están insatisfeitos, mentres que no grupo do IV Ciclo nesta categoría só hai un 3,5%.

4.6. Calidade ambiental

Outra das cuestións formuladas na mostra á que se lle aplicou o cuestionario facía referencia ao grao de satisfacción con respecto a determinados aspectos da casa/residencia onde habitaban, así como a súa satisfacción xeral.

Os aspectos que se analizan da vivenda eran ruído, temperatura, iluminación, orde e limpeza, mobiliario e comodidades (electrodomésticos). Observamos como aparecen porcentaxes moi altas na categoría de “satisfeitos” en case todos eles.

En xeral, os dous grupos áchanse satisfeitos coa súa vivenda, aínda que a porcentaxe é un pouco máis elevada no grupo do IV Ciclo 98,8% e 94,8% no grupo control.

4.7. Satisfacción coa vida

De acordo co manifestado polas persoas do grupo control que cubriron os cuestionarios, o 29,9% contestan estar satisfeitas coa vida “moito” e o 49,4% “bas-

tante”. No caso da mostra do IV Ciclo, case a metade delas, o 43% manifestaron estar moi “satisfeitos” coa vida, seguidos do 54,7% que contestan “bastante”.

Polo que poderíamos comentar que os enquisados do IV Ciclo Universitario están máis compracidos, en xeral, coa vida cós do grupo control.

4.8. Educación

O nivel educativo tamén parece importante á hora de avaliar a calidade de vida destas persoas. Nesta cuestión observamos grandes diferenzas entre os dous grupos.

Na mostra do IV Ciclo os dous niveis que máis sobresaen son: estudos de grao medio cun 31,4% e universitarios ou superiores cun 20,9%, seguidos de Bacharelato superior, BUP e COU cun 17,4% e Bacharelato elemental, EXB co 14%.

Non obstante, a mostra do grupo control destacan os niveis de: menos estudos primarios, sabe ler 39%, estudos primarios completos 32,5%, universitarios ou superiores 14,3%.

Poderíamos concluír daquela, que os do IV Ciclo teñen un nivel educativo máis alto.

4.9. Ingresos

Outra dimensión analítica desta tese trataba de detectar a situación económica dos anciáns e como isto podía estar relacionado coa calidade de vida. Neste sentido, a pregunta obrigada referíase aos ingresos mensuais que entraban no núcleo familiar diferenciando 9 categorías.

A categoría no grupo do IV Ciclo cunha porcentaxe máis elevada foi a comprendida entre 1.202,03-1.652,78 euros, seguida cun 16,30% a cantidade de 2.704,55 euros e máis.

Tamén resaltar o 12,2% de enquisados, que non quixeron contestar, talvez por desconfianza.

Observamos que as porcentaxes comezan a aumentar a partir do intervalo comprendido entre os 901,53 e os 1.202,02 euros.

No grupo control, as porcentaxes están moi repartidas destacando a cantidade entre 450,77 e 601,02 euros; en segunda posición, aparece a cantidade de 601,02 a 901,02 euros, seguida co 14,3% de 270,46-450,76 e 1.202,03-1.652,78 euros. Tamén se observa que existe un 13% dos enquisados que son remisos a dicir a cantidade e non contestan.

A media de ingresos destes enquisados do grupo control van dos 1.652,78 euros cara a cantidades inferiores.

4.10. Servizos sociais e sanitarios

Unha das últimas cuestións analizadas neste estudo era a frecuencia de utilización dos servizos sociais e sanitarios e, finalmente, o seu grao de satisfacción con eles.

O máis destacable dos datos é que o grupo control os utiliza con máis frecuencia (35,5%) cós alumnos do IV Ciclo (23,3%).

En canto á satisfacción xeral cos servizos sociais e sanitarios, percibimos que os alumnos do IV Ciclo están “bastante satisfeitos” con estes servizos o 65,1% dos enquisados e, na mesma categoría, no grupo control hai un 42,9%. Na categoría de “moi satisfeitos”, a porcentaxe máis elevada correspóndelle ao grupo control cun 26%, fronte ao 18,6% do IV Ciclo. En liñas xerais, podemos concluír que os dous grupos se mostran satisfeitos con estes servizos.

4.11. Calidade de vida

A pesar de todas as diferenzas que observamos ao longo deste estudo, entre os dous grupos nos distintos aspectos analizados, vemos que na última cuestión analizada, ambos coinciden en que o primeiro aspecto para ter unha boa calidade de vida é a saúde, o segundo poder valerse por si mesmo, o terceiro manterse activo, o cuarto ter bos servizos sociais e sanitarios, o quinto ter boas relacións coa familia e o sexto ter unha vivenda boa e cómoda.

5. CONCLUSIÓNS

Os alumnos do *IV Ciclo Universitario* teñen unha máis baixa morbilidade manifestándoo con menos dores ou síntomas cós enquisados do grupo control. Tamén se observa menos morbilidade dentro dos alumnos IV Ciclo ao finalizar o período que durou esta investigación con respecto aos valores iniciais do estudo.

En canto á integración social, os alumnos do programa de formación universitaria (IV Ciclo Universitario) manteñen relacións diversas nunha proporción maior con persoas que non pertencen ao núcleo familiar ou veciñal cós do grupo control, que as establece case exclusivamente coa familia.

As habilidades funcionais dos alumnos do IV Ciclo Universitario están mellor conservadas cás do grupo control, observando que este último grupo comeza tendo dificultades, primeiro nas actividades instrumentais da vida diaria (AVDI) e, posteriormente, nas da vida diaria (AVD), coincidindo coa proxección do proceso de envellecemento.

Non encontramos diferenzas significativas entre os dous grupos con respecto á calidade ambiental, é dicir, coas súas vivendas e os seus distintos elemen-

tos: mobiliario, limpeza, iluminación, temperatura, electrodomésticos; destacando o alto grao de satisfacción nos dous grupos.

A porcentaxe máis elevada de alumnos matriculados no IV Ciclo Universitario posúen estudos de grao medio (26,50%), en comparación coas persoas que non pertencen ao devandito curso de formación, onde a gran maioría ten estudos primarios completos (39%).

A media de ingresos mensuais dos alumnos do IV Ciclo universitario ascenden a 1.200 euros, mentres que os do grupo control non superan os 900. Esta diferenza non inflúe na percepción da súa calidade de vida.

Os alumnos do IV Ciclo Universitario utilizan menos os servizos sociosanitarios (23,3%) cós do grupo control (35,5%), e estes últimos manifestan estar máis satisfeitos cos devanditos servizos.

A percepción de boa saúde e o grao de dependencia están nos dous grupos directamente relacionados coa calidade de vida.

O perfil dos alumnos que acoden a estes programas de formación universitaria para persoas maiores é: intervalo de idade máis común entre os 65-70 anos, nivel educacional e socioeconómico medio-alto, estado de saúde subxectivo satisfeito, con poucas cargas familiares e cunha boa capacidade funcional e de relacións sociais.

Podemos concluír que o programa de formación universitaria para persoas maiores *IV Ciclo Universitario* da *Universidade de Santiago de Compostela*, é un medio de intervención eficaz e de prevención clínica, psicolóxica, social, educacional e funcional para mellorar a súa calidade de vida.