Published on *Hoy en el TEC* (https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec)

Más de 200 adultos mayores aprendieron y se divirtieron en el convivio dedicado para ellos

7 de Noviembre 2016 Por: Irina Grajales Navarrete [1]

El estiramiento estuvo a cargo del médico especialista en acupuntura, doctor Mauricio Carmona. (Foto: OCM / Irina Grajales).

“En Korea del Sur todos los adultos mayores tienen que cantar Karaoke. ¿Qué cantan feo? ¡No importa! Vea todo lo que hace el Karaoke. Usted tiene que leer, tiene que acordarse de la canción, del tema de la canción y modular su voz, ya sea grave o aguda. Todas estas son funciones cerebrales para agilizar su cerebro… así que vaya… ¡cante Karaoke!” afirmó el médico especialista en acupuntura, doctor Mauricio Carmona.

Lecciones como esta recibidas de manos del doctor Carmona fueron las que **recibieron más 232 adultos mayores, este sábado 5 de noviembre, cuando el Tecnológico de Costa Rica (TEC)** [2] **cerró un mes lleno de celebraciones para esta población.**

Este **Convivio para las Personas Adultos Mayores (PAM) se realizó en el Gimnasio Armando Vásquez y fue organizado por el Centro de Vinculación del TEC tanto para los PAM que asisten a los cursos que les ofrece la Institución durante el año, así como para todos aquellos que deseaban acercarse a esta actividad**

. Durante el encuentro se contó con la presencia del rector de la Institución, Julio César Calvo.

El Doctor Carmona resaltó la importancia de vivir cada día con un equilibrio entre alma, mente y espíritu.

Conciencia sobre sus derechos

De acuerdo con datos de la Organización Mundial de la Salud [3] (OMS) en países desarrollados entre un 4% y 6% de las personas adultas mayores han sufrido algún tipo de maltrato en sus propias casas.

En el caso de nuestro país, según datos del Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor [4] (Conapam), para finales del 2015 más de 200 adultos mayores fueron abandonados en los centros médicos.

Ante este realidad, **el Tecnológico de Costa Rica, dio a conocer a los asistentes al convivio, cuáles son sus derechos y cómo pueden hacerlos valer**. La charla, estuvo a cargo de la máster Maribel León, gerontóloga y coordinadora de la Subcomisión de la Persona Adulta Mayor del Consejo Nacional de Rectores (Conare). [5]

“En Costa Rica, la ley general de la persona adulta mayor señala, que un adulto mayor son todas aquellas personas mayores de 65 años. ¿qué derechos tengo? De seguridad social, educación, vivienda, bienestar social, empleo, entre otros”, explicó en su presentación la gerontóloga.

Asimismo, este día se presentó el mural “Nuestros estudiantes dorados”, una iniciativa del Centro de Vinculación y de la Oficina de Comunicación y Mercadeo, donde estudiantes del curso: Póngale vida a los años impartido por el TEC, externaron sus opiniones sobre los deberos y derechos que tienen los adultos mayores.

Mural “Nuestros estudiantes dorados”, una iniciativa del Centro de Vinculación y de la Oficina de Comunicación y Mercadeo. (Foto: OCM / Irina Grajales).

De acuerdo con la OMS, entre el 2000 y el 2050, la proporción de los habitantes del planeta mayores de 60 año se duplicará pasando del 11% al 22%. En número absolutos, este grupo de edad pasará de 605 millones a 2000 millones en el transcurso de medio siglo.

En la celebración participaron más de 200 adultos mayores. (Foto: OMC / Irina Grajales)

De acuerdo con la OMS, entre el 2000 y el 2050, la proporción de los habitantes del planeta mayores de 60 año se duplicará al pasar del 11% al 22%. (Foto: OCM / Irina Grajales).

Apoyo del TEC a los PAM

De acuerdo con Karla Halabi, representante del Centro de Vinculación del TEC, desde el 2005, la Institución brinda cursos para este sector de la población en áreas como inglés, emprendimiento y computación. Además, recientemente se reactivó el taller “Póngale vida a los años”, donde una vez al mes, expertos en temas diversos los aconsejan y orientan.

NOTA RELACIONADA: Regresaron los talleres: “Póngale vida a los años” [6]

“Todas estas acciones demuestran la forma, en la cual el TEC honra la política nacional de contribuir al envejecimiento saludable de la población adulta mayor, al brindar oportunidades de estudio y relaciones interpersonales que permitan mejorar la calidad de vida y la salud

emocional”, afirmó.

El fin del convivio, al medio día, estuvo a cargo de la marimba La Yunta, y así los adultos mayores tuvieron la oportunidad de poner en práctica sus talentos bailables.

La Marimba La Yunta puso a bailar a las personas adultas mayores asistentes al convivio. (Foto: OMC / Irina Grajales).

Source URL (modified on 04/10/2018 - 08:58): https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/node/1456

Enlaces
[1] https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/users/irina-grajales-navarrete
[2] http://www.tec.ac.cr/
[3] http://www.who.int/ageing/about/facts/es/
[4] http://www.conapam.go.cr/inicio/
[5] http://www.conare.ac.cr/
[6] http://tecdigital.tec.ac.cr/servicios/hoyeneltec/?q=content/regresaron-los-talleres-pongale-vida-los-anos