

PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES DE 55 AÑOS:

EL CASO DE LA NAU GRAN

Sacramento Pinazo es doctora en Psicología y licenciada en Pedagogía. Actualmente es profesora titular de Psicología Social en la *Universidad de Valencia*. Asimismo, ejerce en la misma universidad como docente en diferentes cursos de postgrado como Gerontología Social o en el master con el mismo nombre en la *Universidad de Barcelona*.

Ha intervenido en numerosas publicaciones e investigaciones, entre las que cabe destacar la que lleva a cabo de forma paralela al Programa Universitario para Mayores de 55 años "*La Nau Gran*", del que ella es directora.

Infocop On Line se ha puesto en contacto con ella para que nos de más detalles de este Programa.

Sacramento Pinazo

Evaluación de la Integración Social y la Calidad de Vida de las personas mayores que realizan programas universitarios para mayores de 55 años: el caso de La Nau Gran

El objetivo principal del trabajo que aquí se publica es presentar los primeros resultados de un estudio longitudinal que comenzó en el año 2002 y que pretende evaluar los beneficios y el impacto que tiene para los mayores de 55 años el paso por las aulas universitarias. El cuestionario empleado incluía información sociodemográfica además de ítems sobre la salud, la integración social y algunas variables psicológicas. Los resultados indicaron que los mayores de 55 años que participan de cursos en la universidad ven incrementado su nivel de integración social y mejorada su calidad de vida.

Los programas universitarios para mayores están proliferando en España. Estos programas educativos ayudan a los mayores de 55 años a permanecer activos y vinculados a la vida social. Los programas educativos para mayores sirven como estrategias eficaces para mantener las funciones mentales dado que implican diversas actividades cognitivas y contribuyen a lograr el objetivo global de realización de los intereses de los mayores, además de favorecer el contacto social. Las investigaciones sobre la integración social de las personas mayores suelen estudiar los diferentes modos a través de los cuales



permanecen conectados con otros en sus respectivos entornos, su participación en roles significativos y sus redes sociales de interacción. Los resultados obtenidos sugieren que la calidad y la cantidad de relaciones sociales está asociada positivamente con la salud y el bienestar.

¿Cuáles son los beneficios de los programas universitarios para mayores en la integración social y en su bienestar psicológico? Los estudios más recientes apoyan de manera consensuada que la implicación en actividades de aprendizaje propicia una estimulación cognitiva continuada además de proporcionar efectos protectores o estrategias compensatorias que ayudan a mitigar el declive cognitivo en la edad avanzada (Wight, Aneshensel y Seeman, 2002; Compton, Bachman, Brand y Avet, 2000). El impacto del programa universitario en las personas mayores medido a partir del incremento en los niveles de integración y actividad social es particularmente relevante dado que la actividad social ha sido a menudo vinculada con el bienestar psicológico de los mayores (Adelmann, 1994; Okun, Stock, Haring y Witter, 1984). La investigación al respecto indica