

# Módulo de Cultura y Literatura

Integración cultural: una introducción

Desarrollado por Mensaje Proporcional



# Tabla de contenido

- Integración cultural: una introducción
- Cultura Compromiso y Participación Activa
- La importancia del compromiso cultural
- Entornos multiculturales
- Beneficios de participar en actividades culturales
- Vínculos Interculturales
- Inclusión activa a través de cuestiones culturales
- Diferentes formas en que las culturas celebran el envejecimiento

# Integración cultural: una introducción

Si para ti la vejez es sinónimo de quedarte en casa, debes saber que tu pensamiento está desfasado. Atrás quedaron los días en que los ancianos se quedaban en casa, cuidando a sus nietos, viendo la televisión o tejiendo.

# Integración cultural: una introducción

Las personas viven vidas más largas y saludables que nunca y también tienen el potencial de hacer importantes contribuciones a las sociedades en la vejez. Sin embargo, las personas mayores suelen ser vulnerables a la exclusión.

La integración cultural reúne a todos los grupos sociales e individuos en las estructuras políticas, sociales, culturales y económicas de una sociedad para que puedan participar en el proceso de toma de decisiones sobre cuestiones que les conciernen.

# Integración cultural: una introducción

La integración cultural y social es un proceso de construcción de valores, relaciones e instituciones para una sociedad donde todos los individuos, independientemente de su raza, sexo, edad, etnia, idioma o religión, puedan ejercer plenamente sus derechos y responsabilidades en igualdad de condiciones con los demás.

cultura y literatura



# Integración cultural: una introducción

Toda persona debe poder envejecer con seguridad y dignidad y estar en condiciones de contribuir a la sociedad y participar en actividades culturales de la manera más significativa. ¡Este entorno está en la raíz de sociedades estables, seguras y justas donde todos los miembros, incluidos los vulnerables, disfrutan de igualdad de oportunidades!

cultura y literatura



# Cultura Compromiso y Participación Activa

¡Al participar en actividades culturales, puede quedarse o unirse a eventos, aumentando su repertorio de conocimiento y socialización!

- ¡Lugares como clubes, hoteles, estudios, ONG, teatros, cines, iglesias, museos, centros residenciales para personas mayores, grupos sociales, son excelentes para conocer gente nueva!
- Promocionan actividades organizadas al detalle para satisfacer sus intereses y necesidades físicas.

# Cultura Compromiso y participación activa

- Además de divertirte y tener un momento de ocio, puedes vivir una nueva experiencia, hacer nuevos amigos, conocer lugares, historias y personas.
- Cuando se hace en grupo, suele ser más estimulante querer estar presente en estos eventos. El establecimiento de lazos de amistad también es importante.
- En estos eventos se crean las llamadas relaciones culturales, podrás expresarte y también conocer los gustos de otras personas, lo que contribuye directamente a integrar grupos que tienen intereses comunes.



# La importancia del compromiso cultural

Participar en actividades culturales tiene un efecto mental, contribuyendo al bienestar general. Estas actividades tienen un papel cognitivo muy importante, ya que estimulan la mente del individuo y desarrollan potencialidades, repercutiendo directamente en su calidad de vida.

# Cultura Compromiso y participación activa

La integración y participación de todos los grupos de edad está íntimamente ligada a la noción de cohesión social, elemento vital de una sociedad saludable. Denota la capacidad de una sociedad para asegurar el bienestar de sus miembros, minimizando las disparidades y evitando la polarización y el conflicto, y requiere fomentar la solidaridad y la reciprocidad entre generaciones ( Zelenev 2009).



# Entornos multiculturales

Es importante ser consciente y sensible a las formas de otras culturas. Por ejemplo, la etiqueta en términos de espacio personal, contacto físico, contacto visual y gestos con las manos varía de una cultura a otra. Todos los días, intente aprender algo nuevo sobre una cultura diferente a la suya: los entornos multiculturales desarrollan habilidades de comunicación y estimulan la apertura mental .

Mantenga una mente abierta y brinde a los demás el respeto y la compasión que esperaría de usted mismo.



# Participación en actividades culturales y sus beneficios

El simple sentido común nos dice que a las personas de cualquier edad les va mucho mejor en la vida cuando son física, social y mentalmente activas. Esto es especialmente cierto cuando comenzamos a envejecer, a medida que nuestros cuerpos y mentes comienzan a perder sus niveles juveniles de condición física y sus habilidades curativas naturales.

¡Es importante hacer un esfuerzo para mantenerse activo de manera significativa!

cultura y literatura



# Beneficios de participar en actividades culturales

- Al participar en actividades culturales, puede mantenerse al día o unirse a eventos, aumentando su conocimiento y socialización.
- ¡Lugares como clubes, teatros, cines, iglesias, museos, residencias para personas mayores, ciudades, grupos sociales, etc. son un gran encuentro!
- Promueven actividades que se organizan en detalle para satisfacer sus intereses y necesidades físicas.

# Beneficios de participar en actividades culturales

- Además de divertirse y tener un momento de ocio, puedes vivir una nueva experiencia, hacer nuevos amigos, conocer diferentes lugares, historias y personas.
- Estos momentos también actúan mentalmente, contribuyendo al bienestar. Tienen un papel cognitivo muy importante, ya que estimulan la mente y desarrollan la potencialidad, repercutiendo directamente en tu calidad de vida.
- Las personas llegan a la vejez mucho más activas, funcionales e independientes. Ser capaz de hacerlo a una edad mayor lo ayudaría a convertirse en un mejor comunicador, más informado y de mente abierta.

# Beneficios de participar en actividades culturales

- Una de las cosas más importantes que puedes desarrollar son **las habilidades de comunicación** .
- ¡Hay muchas cosas a considerar cuando se habla con alguien de una nacionalidad y cultura diferente! De hecho, la mayoría de las personas tienen dificultades para interactuar con otras personas de diferentes nacionalidades, ya que factores como el idioma y las barreras culturales lo convierten en una verdadera prueba. Tanto los extranjeros como los locales también han percibido nociones sobre ciertas nacionalidades, lo que puede hacer que sea más difícil.

# Vínculos Interculturales

Incluso pueden intercambiar historias sobre sus países y otra información interesante sobre sus naciones también. En general, esta experiencia les permite tener una mente abierta y obtener una comprensión y apreciación más profundas de la cultura de cada uno. En esencia, realmente puede beneficiar y ayudar a mantener una relación saludable con otras personas.

cultura y literatura





# Inclusión activa a través de cuestiones culturales

## Celebración de varias culturas

Una de las mejores cosas de estar en un ambiente multicultural es poder celebrar eventos culturales de países de todo el mundo. Tener la oportunidad de celebrar estos eventos genera reconocimiento entre los adultos mayores y ayuda a que cada nacionalidad se sienta representada.

Este tipo de experiencia también te da más oportunidades de conocer gente diferente y formar lazos interculturales.

# Diferentes formas en que las culturas celebran el envejecimiento

- **"Viejo" no es una mala palabra en griego.**

En la cultura griega y greco-estadounidense, se honra y celebra la vejez, y el respeto por los mayores es fundamental para la familia.

- **En la India, los ancianos son el cabeza de familia.**

Los mayores son apoyados por los miembros más jóvenes de la familia y ellos a su vez juegan un papel clave en la crianza de sus nietos.

# Diferentes formas en que las culturas celebran el envejecimiento

- **En la comunidad afroamericana, la muerte es vista como una oportunidad para celebrar la vida.**

En la cultura afroamericana, la muerte se ve como parte del "ritmo natural de la vida", lo que disminuye el miedo cultural en torno al envejecimiento.

- **Los ancianos nativos americanos transmiten sus conocimientos.**

En muchas comunidades tribales, los ancianos son respetados por su sabiduría y experiencias de vida. Dentro de las familias nativas americanas, es común que se espere que los mayores transmitan sus conocimientos a los miembros más jóvenes de la familia.

# Fuentes:

*7 culturas que celebran el envejecimiento y respetan a sus mayores.* ( diciembre de 2017). Obtenido de Huffpost :

[https://www.huffpost.com/entry/what-other-cultures-can-teach\\_n\\_4834228](https://www.huffpost.com/entry/what-other-cultures-can-teach_n_4834228)

*Tradiciones Culturales, Creencias y Valores .* ( SD ). Obtido de Etnogeriatría , Escuela de Medicina de Standford :

<https://geriatrics.stanford.edu/ethnomed/latino/fund/traditions.html>

Fung, HH (abril de 2013). Envejecimiento en la Cultura. Obtenido de

<https://academic.oup.com/gerontologist/article/53/3/369/838556>

Importancia de la cultura. (2021). *Él Sitio web de Iloveindia* . Recuperado de <http://lifestyle.iloveindia.com/lounge/> .

*Importancia de tener amigos de diferentes culturas .* (Dakota del Norte). Obtenido de SocialMettle :

<https://socialmettle.com/importance-of-have-friends-from-different-cultures>

Leana. (julio de 2018). *Las 10 culturas tradicionales más singulares del mundo* . Obtenido de Countries to Go:

<https://www.countriestogo.com/10-unique-traditional-cultures/>

# Fuentes

Huertas, A. ( sd ). *Enriquecimiento para personas mayores: la importancia de las actividades para personas mayores.*

Obtenido de <https://www.americanorchardsaz.com/blog/elderly-enrichment-importance-activities-seniors/>

Rodrigues, R. ( septiembre de 2020). *Morada del Sol*. Obtido de A IMPORTÂNCIA DAS ACTIVIDADES CULTURAIS PARA A TERCEIRA IDADE.

Society, NG (enero de 2020). *Cuentacuentos y Tradiciones Culturales* . Obtenido de National Geographic.

Spacey, J. (mayo de 2021). *16 Ejemplos de Cultura Tradicional* . Obtenido de Simplicable :

<https://simplicable.com/new/traditional-culture>

Suttie, J. (marzo de 2014). *Revista Bien Mayor*. Obtido de Cómo las conexiones sociales mantienen saludables a las personas mayores: [https://greatergood.berkeley.edu/article/item/how\\_social\\_connections\\_keep\\_seniors\\_healthy](https://greatergood.berkeley.edu/article/item/how_social_connections_keep_seniors_healthy)

*Vida Sénior*. ( sd ). Obtido de Puro Cuidado: <https://purocuidado.pt/vida-senior-envolvimento-e-participacao-social/>



GAP-IOS is funded by the Erasmus+ Program of the European Union 2020-1-TR01-KA204-094736



## Partners

