



UNIVERSIDAD DE MATANZAS
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA



**PROGRAMA FÍSICO-RECREATIVO PARA EL ENTRETENIMIENTO DE LAS
PERSONAS MAYORES QUE VISITAN EL HOTEL “BRISAS DEL CARIBE”**

TRABAJO FINAL DE LA ESPECIALIDAD
“GESTIÓN DE LA RECREACIÓN TURÍSTICA”

Autor: Lic. Robert Hernández Garrote

Matanzas, 2025



UNIVERSIDAD DE MATANZAS



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA

**PROGRAMA FÍSICO-RECREATIVO PARA EL ENTRETENIMIENTO DE LAS
PERSONAS MAYORES QUE VISITAN EL HOTEL “BRISAS DEL CARIBE”**

**TRABAJO FINAL DE LA ESPECIALIDAD
“GESTIÓN DE LA RECREACIÓN TURÍSTICA”**

Autor: Lic. Robert Hernández Garrote

Tutora: Dr. C. Onix Edelma Pestana Mercader. Prof. Titular

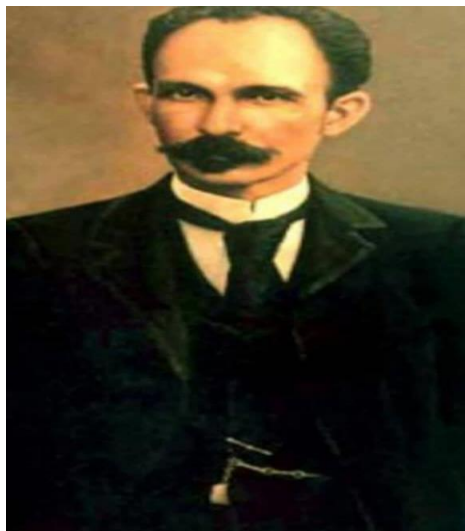
Consultante: M. Sc. Pedro Pablo Hernández Abreu. Prof. Auxiliar

Matanzas, 2025

PENSAMIENTO:

“No hay cosa más bella que amar a los ancianos, el respeto es un dulcísimo placer.”

José Martí, (1889)



AGRADECIMIENTOS A:

- Mis padres *Roberto Hernández, Giovanna Garrote* y padrastro *Juan Carlos Mora*, por ser faro y guía en mi educación y formación como profesional
- Mi tutora la Dr. C. *Onix Edelma Pestana Mercader*, que hasta en los momentos más difíciles nunca renunció a darme su apoyo en la elaboración de este estudio investigativo
- Al M. Sc. *Pedro Pablo Abreu Hernández*, quien fuera un gran pilar en la elaboración de este estudio, aportando siempre nuevas ideas, experiencias enriquecedoras y amor incondicional, por la animación turística
- Todos los miembros del claustro de la Especialidad “Gestión de la Recreación Turística” de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física de Matanzas, que con su certera guía nos han permitido soñar contribuir en la transformación mi accionar como profesional, para poder complementar mis estudios.

DEDICADO A:

-Mi esposa *Glenda Lu-mei Ulacia Díaz*, por su amor incondicional y apoyo infinito en cada momento de mi vida profesional y personal

Mis hijos *Ryan Robert y Andrew*, con la esperanza de servirles siempre de ejemplo para que su futuro sea más productivo que el mío

-*Todos mis familiares*, que con cada consejo me han deseado éxitos siendo fuente de inspiración personal

-*Mis profesores, colegas de estudio y de trabajo* que siempre me alentaron para continuar en tan difícil tarea

-*Todas las personas mayores.*

Muchas gracias

RESUMEN

Estudios diversos han demostrado la importancia que reviste la práctica sistemática de actividades físicas variadas en personas mayores, de ahí que en la presente investigación, se proponga como **objetivo**: Elaborar un programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”. Fueron seleccionados los métodos teóricos: Histórico-lógico, Analítico-sintético, Inductivo-deductivo y Sistémico-estructural-funcional, los métodos empíricos empleados fueron: el Análisis de documentos, Entrevista, Encuesta, Observación científica, las herramientas de constatación fueron los Criterios de especialistas y usuarios. En las técnicas estadísticas y procedimientos para el análisis de los resultados, se recurre al análisis exploratorio. Destacándose entre sus principales logros, la fundamentación y actualización de los referentes teóricos, conformación de los pasos que guían la propuesta, solución al problema declarado y demostración de su validez.

Palabras clave: programa, físico-recreativo, entretenimiento, personas mayores.

SUMMARY

Diverse studies have demonstrated the importance that you had the systematic practice of physical activities varied in grown-ups, with the result that the present study, intend as objective: To elaborate a physical-recreational program for the entertainment of the grown-ups that you/they visit the hotel Breezes of the Caribbean". the Historical-logical, Analytic-synthetic, Inductive-deductive and Systemic-structural-functional theoretical methods are selected, as empiric methods: the Analysis of documents, the Interview, Interviews, scientific Observation, as tools of verification Approaches of specialists and users. In the statistical techniques and procedures for the analysis of the results, it is appealed to the exploratory analysis. They stand out among their main results the foundation and theoretical bring up to date of the relating ones, conformation of the steps that guide the proposal, solution to the declared problem and demonstration of their validity.

Words key: it programs, physical-recreational, entertainment, grown-ups.

INDICE

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| INTRODUCCIÓN: | 8 |
| CAPÍTULO I: REFERENTES TEÓRICO-METODOLÓGICOS QUE SUSTENTAN EL PROCESO DE ENTRETENIMIENTO DE LAS PERSONAS MAYORES QUE VISITAN EL HOTEL “BRISAS DEL CARIBE” | 8 |
| 1.1-Diferentes concepciones acerca de los términos programa físico-recreativo.. | 8 |
| 1.2-Algunas definiciones acerca de las personas mayores..... | 17 |
| 1.3-Características generales de las personas mayores | 19 |
| 1.4-Algunos rasgos que caracterizan al turismo emisor que visita el Hotel "Brisas del Caribe" | 21 |
| 1.5-Breve caracterización del hotel “Brisas del Caribe” | 23 |
| CAPITULO II. DISEÑO METODOLÓGICO Y CONFORMACIÓN DEL PROGRAMA FÍSICO-RECREATIVO PARA EL ENTRETENIMIENTO DE LAS PERSONAS MAYORES QUE VISITAN EL HOTEL “BRISAS DEL CARIBE” - | 6 |
| 2.1-Tipo de estudio y diseño seleccionados para la investigación | ¡Error! Marcador no definido.6 |
| 2.2-Selección de la población y muestra para el proceso de investigación..... | ¡Error! Marcador no definido.7 |
| 2.3-Métodos de investigación científica seleccionados..... | ¡Error! Marcador no definido. |
| 2.4-Diagnóstico inicial de la investigación..... | ¡Error! Marcador no definido.0 |
| 2.5-Conformación del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe” | 35 |
| CAPÍTULO III: VALIDACIÓN DEL PROGRAMA FÍSICO-RECREATIVO PARA EL ENTRETENIMIENTO DE LAS PERSONAS MAYORES QUE VISITAN EL HOTEL “BRISAS DEL CARIBE” | 54 |

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 3.1-Validación del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores por el Criterio de los especialistas seleccionados..... | 55 |
| 3.2-Validación del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores por el Criterio de los usuarios seleccionados..... | 56 |
| 3.4-Recomendaciones para la aplicación de la propuesta investigativa..... | 63 |
| 3.5-Sugerencias para extender la propuesta a otros contextos | 64 |
| CONCLUSIONES..... | |
| | 655 |
| RECOMENDACIONES..... | |
| | 666 |
| BIBLIOGRAFÍAS... .. | 67 |
| ANEXOS | 71 |

INTRODUCCIÓN:

El turismo de personas mayores ha experimentado un notable crecimiento en los últimos años, impulsado por el aumento en la esperanza de vida y el deseo de mantener una vida activa durante la tercera edad. En este contexto, expresa Abreu, (2017) los hoteles deben adaptarse a las necesidades específicas de este grupo etario, ofreciendo propuestas que promuevan el bienestar físico, emocional y social.

En el polo turístico de Varadero se recibe hoy un número significativo de clientes “seniors”, lo cual representa una oportunidad, para enriquecer las actividades físico-recreativas capaces de enriquecer su experiencia turística.

Las nuevas tendencias turísticas, han incrementado positivamente en los hoteles con la presencia de unos clientes a los cuales no se les había prestado hasta entonces una adecuada atención individualizada, las personas mayores. Abreu, (2017).

La tercera edad representa una etapa durante la cual practicar actividades físicas y recrearse, adquiere una especial relevancia para preservar la salud y el bienestar físico emocional. En el ámbito turístico, los hoteles tienen la responsabilidad de ofrecer experiencias inclusivas y enriquecedoras para todos sus huéspedes.

En esta investigación se justifica la necesidad para atender de manera especializada a las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”, mediante un programa de actividades físico-recreativas que promueva su participación activa, integración social y disfrute pleno. Además, el estudio puede servir como modelo para otras instalaciones turísticas del país.

Sostiene Abreu, (2024), el turismo de personas mayores ha experimentado un notable crecimiento en los últimos años, impulsado por el aumento de la esperanza de vida y el deseo de mantener una vida más activa durante la tercera edad. En este contexto, los hoteles deberían adaptarse a las necesidades específicas de estos huéspedes, ofreciendo propuestas que promuevan el bienestar físico, emocional y social.

En todo el mundo, las personas viven más tiempo que antes. Hoy la mayor parte de la población tiene una esperanza de vida igual o superior a los 60 años. Todos los países están experimentando un incremento tanto de la cantidad, como de la

proporción de personas mayores en la población. Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022).

El aumento de la esperanza de vida, ha llevado a un crecimiento en el número de personas mayores a nivel global, lo cual ha generado un incremento en la prevalencia de este grupo etario, lo que está directamente relacionado con la manera en que los individuos envejecen. Según (Herrera y Guzmán, 2012; citado por Acosta, et al., 2024).

El estudio que se presenta, reviste gran importancia, porque integra factores físicos, biológicos, sociales y psicológicos que favorecen en buena medida los propósitos de esta investigación para promover la salud y el bienestar en las personas mayores.

Numerosos estudios de autores como: OMS, (2022); Cintra, (2022); Andrade y Balda, (2022); Castellanos y Cobo, (2023); Luna, (2024), han demostrado que las actividades físico-recreativas realizadas de forma regular, pueden ayudar a prevenir y controlar enfermedades crónicas como la: Diabetes Mellitus, Hipertensión arterial, Osteoporosis, así como a mejorar la calidad de vida, función física, vivir más tiempo de manera autónoma e independiente.

Resulta pertinente abordar este tema en la actualidad, para desarrollar acciones asociadas a las actividades físico-recreativas, adaptadas según las necesidades y características de las personas mayores. Esta vía no solo contribuirá a mejorar la salud y el bienestar de esta población, sino que también permite evaluar el impacto positivo que poseen para la sostenibilidad de los sistemas de salud y la calidad de vida.

Este tipo de prácticas abarca caminar, correr, nadar, realizar deportes, bailar, hacer yoga, entre otras. La actividad física ayuda a que las personas conecten con su cuerpo, liberen tensiones, mejoren su condición física, salud mental, emocional, al disfrutar su tiempo libre. Además, conlleva a elevar la autoestima, incrementar la energía, vitalidad, mantener un equilibrio físico, mental y emocional en la vida diaria, lo que cual ocasiona en estas personas un impacto positivo en su calidad de vida y buena salud.

En este estudio se propone el diseño e implementación de un programa adaptado a las características, de este segmento, con el fin de mejorar su calidad de vida durante su estancia vacacional.

En esta oportunidad se lleva a cabo una investigación, que no solo consiste en diagnosticar la ocurrencia de prácticas con carácter físico-recreativo, entre los clientes pertenecientes al grupo de personas mayores, sino también y de manera muy significativa, en elaborar una propuesta de acciones especializadas, para ser generalizadas en las instalaciones hoteleras similares a la que se lleva a cabo este estudio.

Entre el 2015 y el 2050, el porcentaje de personas mayores de 60 años, se duplicará pasando del 11 % al 22 %. En el año 2023, el número de personas mayores de 60 años, superó al de niños menores de cinco años. (OMS, 2023).

La población de personas mayores está en constante crecimiento por ello, existe una constante preocupación por el bienestar de la población envejecida, ya que se ha evidenciado un aumento en la prevalencia de enfermedades crónicas y una disminución en la calidad de vida. (Acosta, et al., 2024).

El presente estudio toma como antecedentes teóricos y metodológicos los relacionados con las personas mayores, que constituye una selección concatenada e integrada de contenidos, para contribuir al logro de la necesaria y anhelada profesionalidad en la prestación de servicios al cliente. Se incluyen algunos elementos, que propician un enfoque diferente en correspondencia con las demandas actuales. (Muñoz, 2024).

El hotel “Brisas del Caribe”, ubicado en el polo turístico de Varadero recibe una considerable cantidad de personas mayores, lo cual se representa como una oportunidad para implementar actividades físico-recreativas que sean capaces de enriquecer su experiencia turística.

En esta investigación se demuestra la necesidad de atender en forma especializada a las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”, mediante el ofrecimiento de un programa físico-recreativo, que promueve su participación activa, integración social y disfrute pleno. Además, el estudio puede servir como modelo para otras instalaciones turísticas del país.

El escenario donde se desarrolla la investigación es el hotel “Brisas del Caribe” en Varadero perteneciente a la cadena “Cubanacán.” Este estudio centra su atención en la recreación turística, seleccionándose a las personas mayores, y proponiéndose actividades físico-recreativas más atractivas para este grupo etario, de ahí que las **causas que justifican** la necesidad de esta investigación y que lo distinguen de otras investigaciones son su:

-Conveniencia, porque beneficia a las personas mayores para que disfruten de actividades físicas, recreativas, culturales, lúdicas, satisfagan necesidades, gustos y preferencias con el propósito de garantizar una experiencia memorable y la fidelización de los huéspedes

-Relevancia social, porque los resultados investigativos benefician a este grupo etario y también a otros interesados en recibir los servicios que se ofrecen en la animación turística, para el disfrute y satisfacción plena

-Implicación práctica reside en que se desarrolla un sistema de conocimientos, sistema de habilidades que contribuyen a la implementación de las actividades físico-recreativas, para que mejore la calidad de vida de estas personas y los servicios profesionales en esta área

-Valor teórico de la investigación estriba en que se organizan, sistematizan e interrelacionan los contenidos que se recogen en el estudio que se presenta, donde se realiza una compilación de actividades físico-recreativas dentro de un programa

-Utilidad metodológica, gravita en la importancia y pertinencia, ya que responde a necesidades del turismo cubano, para la satisfacción de los clientes pertenecientes al grupo de personas mayores, resuelve problemas reales

-Viabilidad o factibilidad, porque responde a una de las líneas de investigación del programa de la Especialidad: “Gestión de la Recreación Turística”, forma parte del proyecto de formación de postgrado del profesional. Se desarrolla en el mismo escenario, donde interactúan el animador turístico y los clientes, los recursos financieros, humanos y materiales son los dispuestos por el Ministerio del Turismo, para esta actividad.

Las expectativas apuntan a que los resultados investigativos aporten consecuencias favorables a los programas de animación turística, para que se

ponga en práctica en el ejercicio de la profesión los saberes adquiridos, para poder incidir de forma positiva en la satisfacción de los gustos y preferencias por los clientes, ya sean cubanos o extranjeros.

Los estudios asociados a las personas mayores son múltiples, entre ellos se encontraron los de la Organización Mundial para la Salud, (2010); Abreu, (2017); Rico, et al., (2020); Ortiz et al., (2022), Andrade y Balda, (2022); Cintra, et al., (2022); Castellanos y Cobo, (2023); Fuertes, (2023); Acosta, et al., (2024), Flores, (2024); Luna, (2024), Torres, et al., (2024), entre otros, donde se realiza una amplia búsqueda bibliográfica de autores cubanos y extranjeros relacionados con el tema, pero se constatan como antecedentes investigativos que existen restricciones, para los propósitos que se persiguen en este estudio de investigación tales como:

- La existencia de cuantiosas investigaciones que abordan el tema sobre la calidad de vida en las personas mayores
- Los efectos de la actividad física y la salud en personas mayores
- El envejecimiento saludable, actividad física y calidad de vida en el adulto mayor
- Aislamiento social, situación social y actividad física relacionados con las personas mayores
- Pero son reducidos los estudios científicos relacionados con la recreación para las personas mayores
- Insuficientes investigaciones afines con el entretenimiento hotelero para las personas mayores
- Limitados resultados de investigación que den respuesta al problema que se propone y se pretende dar solución
- Se presenta una propuesta diferente a las que ya existen hasta el momento, donde se prepara, capacita o asesora a los sujetos seleccionados, según sus necesidades.

Las indagaciones realizadas por el autor, le permiten plantear que es insuficiente la información que aparece en los Manuales de procedimientos de la cadena hotelera “Cubanacán”, Programas de animación turística F-14 y F-23 y Programas de animación del hotel “Brisas del Caribe”, en relación con ofertas variadas de

entretenimiento, para las personas mayores para satisfacer sus gustos, preferencias, necesidades y su escasa su ejecución en las instalaciones hoteleras, todo lo cual contribuye a un restringido accionar en ese sentido.

En correspondencia con los argumentos anteriores se define como situación problemática que a pesar del creciente número de personas mayores, que visitan el hotel “Brisas del Caribe”, no existe una oferta sistematizada de actividades físico-recreativas que responda a sus gustos, preferencias, necesidades y capacidades. Esta carencia limita las posibilidades de disfrute activo, socialización y bienestar integral durante su estancia, de ahí que el **problema** a resolver responda a: ¿cómo contribuir al entretenimiento de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”?

Para dar cumplimiento a lo expresado, se presenta como **objetivo general**: elaborar un programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”.

Para llevar a cabo el proceso investigativo se asumen como **objetivos específicos**:

1-Establecer los referentes teórico-metodológicos que sustentan el proceso de entretenimiento de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”

2-Determinar la situación inicial en el proceso de entretenimiento para las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”

3-Diseñar las etapas y acciones que conforman el programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores

4-Demostrar la validez del programa físico-recreativo que se presenta.

Para dar cumplimiento a los objetivos previstos se toma como área de estudio la instalación hotelera “Brisas del Caribe” en Varadero, se presenta un programa físico-recreativo, para el entretenimiento de las personas mayores, se trabaja con la siguiente población y muestra.

En una población que comprende a 9 animadores, se selecciona como muestra de manera intencional al 100 % de ellos. En el caso de los directivos se seleccionan como muestra a 13, para un 86,66 % de una población equivalente a 15.

Para el Criterio de Especialistas fueron elegidos de manera intencional 15 jefes de animación turística, elegidos de manera intencional, por sus conocimientos y más de 10 años de experiencia en la Recreación Turística.

Se escogen al azar una muestra de 30 personas mayores, de ellos 13 nacionales y 17 extranjeros, los cuales se encontraban en esos momentos disfrutando de los servicios de animación turística en la citada instalación, los que realizaron también función de usuarios.

Se emplea durante el proceso de investigación, el enfoque Dialéctico Materialista, basado en el estudio de la naturaleza del conocimiento, vías, medios y métodos de acceso a la verdad y su aplicación, teniendo como fundamento entre los métodos teóricos el: Histórico Lógico, Analítico-Sintético, Inductivo-Deductivo y Sistémico-Estructural-Funcional, como métodos empíricos se seleccionan el: Análisis de documentos, la Entrevista, Encuesta y Observación científica. Como herramientas de constatación empírica fueron escogidos los Criterios de especialistas, usuarios.

Entre las técnicas estadísticas y procedimientos para el análisis de los resultados se aplica el análisis exploratorio. Los datos obtenidos, se procesan en el Programa Microsoft Excel 2019 y el Paquete Estadístico SPSS 21.00, todo ello sobre plataforma de Microsoft Windows 10.

Como **aporte teórico** se sistematizan, organizan e interrelacionan los contenidos en un programa físico-recreativo, donde se compilan actividades que responden a los gustos, preferencias, necesidades y capacidades de las personas mayores, para la familiarización con el problema declarado en el estudio que se presenta, más los contenidos que sustentan la preparación, capacitación y asesoramiento a los sujetos seleccionados, lo que permite la transformación del sistema de conocimientos, sistema de habilidades profesionales, para contribuir a la solución del problema declarado.

El **aporte práctico** de la investigación radica en la elaboración de un programa físico-recreativo, para contribuir al mejoramiento de los servicios de recreación de las personas mayores y búsqueda de la satisfacción mediante la propuesta que se presenta, haciendo una selección de las actividades de preferencia de los clientes. Se propone la creación de un ambiente colaborativo para compartir buenas

prácticas y satisfacer continuamente a quienes visitan la instalación, con el propósito de garantizar una experiencia memorable y fidelización de los huéspedes.

Su viabilidad se materializa mediante un estudio que representa una etapa de la vida en la que el mantenimiento de la actividad física y la recreación adquieren especial relevancia, para preservar la salud y el bienestar. En el ámbito turístico, los hoteles tienen la responsabilidad de ofrecer experiencias inclusivas y enriquecedoras para todos sus huéspedes.

La **línea de investigación** en la cual se inserta el tema está en correspondencia con “La puesta en práctica de la oferta de Recreación Turística”, correspondiente al Programa de la Especialidad “Gestión de la Recreación Turística” perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Cultura Física de la Universidad de Matanzas. Este estudio responde a su vez, al banco de problemas de la Disciplina y asignatura Recreación Física.

Los impactos se reflejan en la presentación del estudio investigativo en eventos nacionales e internacionales como: XI Convención Científica Internacional de la Universidad de Matanzas, XI Congreso Internacional de Educación y Pedagogía, REDIPE Capítulo Cuba, XXX Fórum por la innovación del CCMM, Convención Internacional de la Actividad Física y el Deporte (AFIDE), publicaciones en Monografía UM y en la Revista Retos turísticos de la UM.

La tesis se resume en: Introducción, Capítulo I, donde se abordan los referentes teórico-metodológicos relacionados con el proceso de entretenimiento de las personas mayores, en el Capítulo II se presentan el diseño metodológico de la investigación, resultados del diagnóstico y conformación de la propuesta, el Capítulo III responde a la validación y resultados de las etapas para la elaboración del programa físico-recreativo para las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”. Todo ello sucedido por las conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos.

CAPÍTULO I: REFERENTES TEÓRICO-METODOLÓGICOS QUE SUSTENTAN EL PROCESO DE ENTRETENIMIENTO DE LAS PERSONAS MAYORES QUE VISITAN EL HOTEL “BRISAS DEL CARIBE”

En el capítulo I se abordan los referentes teórico-metodológicos que sustentan el proceso de entretenimiento de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”, atendiendo a las diferentes concepciones aportadas por autores cubanos y extranjeros, exponiéndose a su vez disímiles criterios acerca de los términos programa físico-recreativo, algunas definiciones y características de las personas mayores, rasgos que caracterizan al turismo emisor que visita el Hotel "Brisas del Caribe", concluyendo con una breve caracterización de la citada instalación hotelera.

1.1-Diferentes concepciones acerca de los términos programa físico-recreativo.

Existen diferentes concepciones asociadas al término programa, según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, (2022) es el conjunto ordenado de actividades o proyectos que se piensan realizar.

Un programa afirma Antúnez, (2022), es un plan organizado que establece una serie de actividades, acciones o pasos a seguir con el fin de alcanzar un objetivo determinado. Puede aplicarse en diversos contextos como en educación, televisión, gobierno, salud, cultura, entre otros.

Antúnez, (1992) define que programar es establecer una serie de actividades en un contexto y un tiempo determinados, para enseñar unos contenidos con la pretensión de conseguir varios objetivos.

Para Zabalza, (2007) un programa es una planificación sistemática que organiza contenidos, actividades y recursos para alcanzar objetivos de aprendizaje.

En Tech10, (2022) se refleja que programar implica diseñar una serie de pasos lógicos y estructurados que permiten alcanzar un objetivo concreto, ya sea en el desarrollo de software o en la planificación de actividades.

En Google, (2023) se define que un programa es una secuencia de acciones planificadas que se ejecutan con el fin de cumplir una función específica, ya sea en el ámbito social, educativo, tecnológico o cultural.

Un programa según expresa Concentra, (2025), es un conjunto ordenado de instrucciones escritas en un lenguaje que una computadora puede interpretar y ejecutar para realizar una tarea específica.

El autor define que, un programa es una estructura planificada que guía el desarrollo de algo, ya sea un evento, una política, una intervención social o una producción artística.

Los programas revisten gran importancia para organizar, planificar, evaluar, ajustar, promover y fomentar la participación de un grupo de personas en determinadas actividades, o eventos. Seguidamente se realizará un breve comentario en este sentido.

1.1.1-Importancia de un programa.

Los hoteles que reciben personas mayores deben adaptar sus ofertas recreativas a los gustos, preferencias, necesidades y capacidades de este tipo de clientes. Esto no solo mejora la experiencia del huésped, sino que también fortalece la imagen de la instalación, como espacio inclusivo y saludable. Los programas son esenciales según Tech10, (2022) porque contribuyen a la:

- Organización de los recursos y esfuerzos para lograr metas específicas
- Facilitan la planificación y el seguimiento de actividades
- Permiten evaluar resultados y hacer ajustes si es necesario
- Promueven la eficiencia en la ejecución de proyectos
- Fomentan la participación de distintos actores en torno a un objetivo común.

1.1.2-Características de un programa.

Los programas tienen diferentes características que los definen entre ellas se encuentran: (Tech10, 2022).

Tabla1: *Características de un programa.*

| Características | Descripción |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| Objetivos definidos | Tiene una meta clara que se busca alcanzar |
| Estructura organizativa | Incluye etapas, actividades y tiempos bien establecidos |
| Temporalidad | Se desarrolla en un período determinado (puede ser a corto o largo plazo) |
| Recursos asignados | Utiliza recursos humanos, materiales y financieros para su ejecución |
| Evaluación | Se puede medir su impacto o resultados |
| Flexibilidad | Puede adaptarse según las circunstancias o necesidades |

Fuente de procedencia: Abreu, (2024).

1.1.3-Algunos ejemplos de programas en distintos ámbitos.

Los programas según se cita en Tech10, (2022) pueden elaborarse en diferentes ámbitos como el:

- Educativo: Programa de alfabetización para adultos
- Social: Programa de asistencia alimentaria
- Cultural: Programa de festivales artísticos
- Televisivo: Programa de entrevistas o noticias
- Gobierno: Programa de vacunación nacional.

Partiendo de las consideraciones anteriores sería provechoso definir qué se puede entender, por programa de animación turística según el criterio de varios autores, que han abordado lo relativo al programa de animación turística desde distintas perspectivas.

1.1.4- Definición de programa en la animación turística.

La animación turística ha evolucionado como una estrategia clave, para enriquecer la experiencia del visitante en destinos vacacionales, especialmente en espacios como hoteles, resorts y centros recreativos. Un programa de animación turística bien diseñado permite estructurar actividades lúdicas, culturales, deportivas y

sociales que fomentan la participación, el bienestar y la fidelización del turista. En el caso de las personas mayores, estos programas deben adaptarse a sus capacidades, intereses y expectativas. (Abreu, 2024).

Según la Organización Mundial del Turismo (OMT, 1985), un programa de animación turística es toda acción realizada en o sobre un grupo, una colectividad o un medio, con la intención de desarrollar la comunicación y garantizar la vida social.

En este sentido Mogrovejo, (2010) define el programa de animación como un conjunto armonioso de actividades, que se conforman de manera integral, para el cliente, expresando una necesidad de comunicación social permanente entre los productos creados y la clientela (p. 4).

Señala Barros, (2022) que el diseño de programas de animación turística debe caracterizarse, por la planificación de actividades con altos estándares de calidad, orientadas a satisfacer las necesidades recreativas y culturales de los visitantes. (p. 3).

Para Álvarez, (2018) los programas y actividades de animación deben basarse en las necesidades de los visitantes, que son los principales factores en los servicios turísticos, y no en las necesidades de los gerentes o propietarios de los establecimientos. (p. 22).

Sostiene Pérez, (2023) que el programa animación turística es el proceso de creación de experiencias y actividades que atraen o retienen a los visitantes, fomentando la satisfacción y la lealtad en el destino.

1.1.5- Elementos claves de un programa de animación turística.

- Diagnóstico de intereses y perfiles del visitante
- Objetivos recreativos, deportivos, culturales y sociales
- Actividades variadas y adaptadas
- Recursos humanos capacitados
- Evaluación continua del impacto. (Pérez, 2023).

El autor considera que programa de animación turística es una herramienta estratégica, para mejorar la experiencia del turista, especialmente en el caso de las

personas mayores, su diseño debe ser inclusivo, participativo y orientado al bienestar, considerando las particularidades del grupo etario y el contexto del establecimiento turístico.

Según Pastor (2023) las estadísticas de diversas instituciones y asociaciones que estudian a las personas mayores, plantean que estas se caracterizan por viajar con mayor frecuencia, lo hacen cada vez a más largas distancias y sus estadías son más prolongadas en comparación con otros segmentos turísticos.

Dentro de los fines de esta investigación está la elaboración de un programa físico-recreativo, para el entretenimiento de las personas mayores, por lo que resulta oportuno auxiliarse del criterio de algunos autores para poder entender, qué son las actividades físico-recreativas, por ser parte importante dentro de la propuesta que se presenta.

1.1.6-Definición de actividades físico-recreativas.

El envejecimiento activo es un enfoque promovido por la (OMS, 2015), que busca optimizar las oportunidades de salud, participación y seguridad para mejorar la calidad de vida en personas mayores, por ello resulta interesante la propuesta de un programa físico-recreativo para este grupo etario.

Las actividades físico-recreativas pueden definirse como aquellas que se realizan por vías espontáneas u organizadas, tienen valor, psicológico, socio-cultural, físico y recreativo. (Echavarría, 2009).

Expresa Abreu, (2024) que las actividades físico-recreativas tienen carácter flexible, de interpretación y cambios de reglas, permiten la continua, transformación de sus formas y comportamientos estratégicos, con capacidad de aceptación por parte de los participantes.

Continúa explicando que tienen carácter físico, deportivo, o turístico a los cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre, para el desarrollo activo, diversión y desarrollo individual. (Abreu, 2024).

El autor es del criterio que las actividades físico-recreativas son aquellas que las personas realizan para divertirse y sentirse bien, pueden incluir deportes, bailes, e incluso actividades sedentarias, como son los juegos de mesa, pero cada una requiere distintos grados de capacidad física o mental.

Para Trilla, (1999) una actividad físico-recreativa debe poseer al menos 3 requisitos: libertad en la elección y realización, motivación personal para su desarrollo y ejecución placentera para la persona que la realiza.

Un programa físico-recreativo bien diseñado afirma Abreu, (2017) puede convertirse en un valor agregado que fideliza clientes y promueve el turismo gerontológico. Lejos de concebir la vejez como una etapa de reposo y pasividad, estas actividades permiten que los seniors se mantengan activos, motivados y conectados con su entorno.

En este contexto, persiste Abreu, (2017) las actividades físico-recreativas desempeñan un papel fundamental, especialmente en espacios turísticos como los hoteles, donde las personas mayores buscan no solo descanso, sino también experiencias enriquecedoras.

Las actividades físico-recreativas permiten a las personas mayores mantenerse activos, motivados y conectados con su entorno. Según Álvarez, (2012), estas actividades contribuyen al bienestar físico, emocional y social, por tanto deben ser adaptadas a las capacidades y preferencias de los participantes.

Desde el punto de vista físico, la práctica regular de ejercicios moderados, como caminatas, gimnasia adaptada o aquagym mejoran la movilidad, coordinación, fuerza muscular y salud cardiovascular. Esto ayuda a prevenir enfermedades crónicas, mantener la autonomía funcional y reducir el riesgo de caídas. (Deusto Salud, 2020).

En el plano emocional, las actividades físico-recreativas fomentan la autoestima, reducen el estrés y promueven sentimientos positivos. La participación en juegos, talleres artísticos o actividades culturales genera placer, motivación y sentido de propósito, elementos clave para un envejecimiento saludable. (Hernández, 2014).

La Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) precisa, que estas actividades favorecen la integración social, al promover la interacción entre huéspedes, fortalecer vínculos afectivos y disminuir el aislamiento. La socialización en contextos lúdicos y cooperativos mejora la calidad de vida y el bienestar subjetivo de las personas mayores. (UNAM, 2018).

En el ámbito cognitivo, actividades como juegos de memoria, lectura, manualidades o dinámicas grupales estimulan la agilidad mental y contribuyen a prevenir el deterioro cognitivo. Atendiendo a todo lo expuesto se realiza una clasificación de las actividades para las personas mayores en un hotel.

1.1.7-Clasificación de las actividades para personas mayores en un hotel.

En una instalación hotelera se realizan múltiples actividades físico-recreativas, con el propósito de cumplir a cabalidad los retos que se presentan a diario en la animación turística, para lograr la satisfacción de los clientes. Estas actividades se clasifican en:

-Actividades Físicas: promueven la movilidad, el equilibrio y la salud cardiovascular, adaptadas a las capacidades del adulto mayor.

Ejemplos:

- Caminatas guiadas por jardines, ciudad o la playa
- Gimnasia moderada o aeróbicos de bajo impacto
- Yoga, Pilates o Tai chi chuan adaptado
- Ejercicios de estiramientos y respiración
- Aquagym

-Actividades recreativas: buscan el disfrute, la relajación y la estimulación cognitiva mediante el juego y la creatividad.

Ejemplos:

- Juegos de mesa (Ajedrez, Dominó, Cartas)
- Talleres de manualidades, pintura o cerámica
- Karaoke y sesiones de canto
- Cine foro o proyección de películas clásicas
- Bingo temático o concursos de trivias (preguntas y respuestas).

-Actividades Deportivas: deben ser moderadas, permitiendo la práctica de deportes adaptados, que estimulen la coordinación y el espíritu competitivo.

Ejemplos:

- Petanca o bochas
- Mini golf
- Voleibol adaptado (cachibol)

- Tenis de mesa
- Natación libre.

-Actividades Cognitivas y Culturales: estimulan la memoria, el aprendizaje y la conexión con la identidad cultural.

Ejemplos:

- Talleres de historia local o patrimonio
- Clases de idiomas o de utilización de algunas funciones en los celulares (básica)
- Juegos de memoria y lógica
- Charlas educativas acerca de la salud y bienestar
- Actividades intergeneracionales con niños y jóvenes

-Actividades Terapéuticas y de Bienestar: contribuyen al equilibrio emocional y físico, promoviendo el autocuidado.

Ejemplos:

- Masajes relajantes o sesiones de spa
- Taller de Aromaterapia o musicoterapia
- Talleres para mejorar la autoestima y motivación
- Sesiones de fisioterapia preventiva.

-Actividades sociales: todas las actividades antes citadas, fomentan la interacción, el sentido de pertenencia y la construcción de vínculos afectivos.

La atención especializada a este grupo etario no solo responde a una necesidad creciente, sino que también contribuye a la inclusión y al respeto por la diversidad generacional.

Comprender las características del adulto mayor es esencial para diseñar actividades físico-recreativas, que respondan a sus gustos, preferencias y necesidades. Estas actividades deben ser seguras, accesibles, motivadoras y adaptadas a sus capacidades, promoviendo no solo el bienestar físico, sino también la integración social y emocional.

Partiendo de estas consideraciones seguidamente se ofrecen algunas definiciones acerca de las personas mayores, por constituir el objeto de estudio de este proceso investigativo.

1.2- Algunas definiciones acerca de las personas mayores.

La definición de adulto mayor o clientes “seniors”, ha sido abordado por diversas disciplinas, desde la medicina, hasta la sociología, con enfoques que varían según el contexto cultural y científico.

La OMS, (2015) define al adulto mayor, como toda persona de 60 años o más, reconociendo que esta etapa implica una serie de transformaciones físicas, psicológicas y sociales que requieren atención especializada.

Por su parte Álvarez, (2012) destaca que el envejecimiento no solo implica cambios biológicos, sino también alteraciones funcionales y sociales que diferencian esta etapa de las anteriores.

Desde una perspectiva más humanista, Hernández, (2014) considera al adulto mayor como un individuo que ha acumulado experiencia y sabiduría, convirtiéndose en un recurso social valioso.

La Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) señala que el adulto mayor forma parte de los grupos vulnerables de la sociedad, y que su atención debe contemplar tanto sus necesidades físicas como emocionales y sociales. (UNAM, 2018).

El autor estima que el adulto mayor o cliente “seniors” es un sujeto complejo, cuya definición debe considerar no solo la edad cronológica, sino también su estado funcional, emocional y social.

En este aspecto la OMS, (2022) define a las personas mayores que tienen una vida activa, como el proceso de optimización de oportunidades para la salud, la participación y la seguridad, con el fin de mejorar la calidad de vida, a medida que envejecen.

El turismo, se convierte en una herramienta para fomentar la autonomía, interacción social y bienestar emocional de las personas mayores, sostienen Pérez y Rodríguez, (2018). Creando en este sentido acciones que impulsan el turismo inclusivo y multicultural.

El turismo inclusivo implica la eliminación de barreras físicas, sensoriales, comunicativas y culturales que impiden la participación plena de personas con discapacidad o movilidad reducida. Darcy & Buhalis, (2011). En el caso de las

personas mayores, esto incluye accesibilidad en infraestructura, atención médica, actividades adaptadas y personal capacitado.

El turismo intercultural permite el encuentro entre culturas diversas, promoviendo el respeto, la empatía y el aprendizaje mutuo expresa Richards, (2014). En destinos como Varadero, donde confluyen turistas de múltiples nacionalidades, es fundamental diseñar experiencias que valoren la diversidad y fomenten la convivencia, por ello resulta interesante conocer a continuación los beneficios e importancia de las actividades físico-recreativas para las personas mayores

1.2.1-Beneficios e importancia de las actividades físico-recreativas para las personas mayores.

Los hoteles que reciben personas mayores deben adaptar sus ofertas recreativas a sus necesidades y capacidades. Esto no solo mejora la experiencia del huésped, fortalece la imagen del hotel, como espacio inclusivo y saludable, donde prevalece el bienestar, desde diferentes aristas, según (Abreu, 2017).

-Bienestar físico: Mejoran la movilidad, la coordinación, la fuerza muscular y la salud cardiovascular. Actividades como caminatas guiadas, gimnasia suave o aquagym ayudan a prevenir enfermedades crónicas y a conservar la autonomía.

-Bienestar emocional: Las experiencias lúdicas, artísticas y culturales (como bailar, pintar o escuchar música) elevan la autoestima, reducen el estrés y fomentan sentimientos positivos.

-Integración social: Promueven la interacción entre huéspedes, fortalecen vínculos afectivos y disminuyen el aislamiento. Juegos grupales, talleres y paseos compartidos generan espacios de convivencia y pertenencia.

-Estimulación cognitiva: Actividades como bingo, lectura, juegos de memoria o manualidades ayudan a mantener la agilidad mental y prevenir el deterioro cognitivo.

-Motivación y disfrute: Salir de la rutina y participar en actividades placenteras brinda energía, propósito y alegría, elementos clave para un envejecimiento positivo.

1.3- Características generales de las personas mayores.

El envejecimiento es un proceso natural que conlleva una serie de cambios multidimensionales. A continuación, se describen algunas características que definen esta etapa de la vida:

-Cambios fisiológicos (Deusto, 2020).

- Disminución de la masa muscular y densidad ósea
- Pérdida de elasticidad en la piel y aparición de arrugas
- Alteraciones hormonales y reducción de la capacidad respiratoria y cardiovascular.

-Cambios psicológicos (Álvarez, 2012).

- Posible disminución de funciones cognitivas como la memoria y la atención
- Cambios en el autoconcepto y la autoestima
- Mayor sensibilidad emocional y necesidad de afecto.

-Cambios en la salud (OMS, 2015).

- Mayor prevalencia de enfermedades crónicas como hipertensión, diabetes y artritis
- Vulnerabilidad a discapacidades físicas y mentales
- Necesidad de atención médica continua y especializada.

-Cambios sociales (UNAM, 2018).

- Reducción de la vida laboral y modificación de roles familiares
- Posible aislamiento social y pérdida de redes de apoyo
- Necesidad de integración comunitaria y participación activa.

-Cambios en la actividad física (Deusto, 2020).

- Disminución de la capacidad para realizar ejercicios intensos.
- Importancia de mantener rutinas de actividad física moderada, para conservar la autonomía y prevenir enfermedades.

-Cambios emocionales y sexuales

- Persistencia del deseo afectivo y emocional

- Disminución de la actividad sexual por factores físicos, culturales y psicológicos.

Las perspectivas del envejecimiento en la población mundial también contribuyen a que este segmento se apropie de forma creciente, de una mayor porción del mercado turístico internacional. Dentro de los factores de gran importancia para el turismo, están las personas mayores, porque son visitantes generalmente jubilados, que pueden viajar en cualquier época del año, siempre y cuando la oferta turística le resulte motivadora y atractiva.

1.3.1-Motivaciones que impulsan a las personas mayores a viajar.

Dentro de las motivaciones que impulsan a las personas mayores para viajar están el descanso y la relajación expresa (Pastor, et al., 2023). Esto indica que viajar es algo inherentemente asociado al bienestar y a la salud, fenómeno que se consolida a medida que una mayor proporción de la población mundial adquiere mayores niveles educacionales y se preocupan más por su bienestar, especialmente en estas edades en las que se busca el denominado “entretenimiento suave” relacionado con el:

- Descansar y relajarse
- Conocer a otras personas
- Compartir vacaciones con la familia
- Visitar lugares nuevos
- Buscar enriquecimiento intelectual y espiritual
- Visitar museos y sitios históricos
- Acudir a festivales y eventos especiales
- Elección de Paquetes Todo/ /Incluido/. (Pastor, et al., 2023).

En cuanto al análisis relativo a la preferencia de los paquetes “Todo Incluido”, por parte de este mercado y a sus características, debe señalarse que:

-Variadas estadísticas indican como personas mayores, recurren con mayor frecuencia las agencias de viaje que otros segmentos de la población, para diseñar sus paquetes turísticos.

-Asimismo que optan por una experiencia “suave y fluida”

-Previamente programada.

-En grupos

-De ser posible, utilizando el transporte aéreo. (Pastor, et al., 2023).

Este mercado también puede enmarcarse en las categorías de sociables e independientes, en todos los casos coinciden en señalar, que la seguridad personal y los problemas de salud son elementos de máxima prioridad al momento de elegir su “experiencia turística”, por ello es de gran interés conocer algunos rasgos que caracterizan al turismo emisor que visita el hotel “Brisas del Caribe”.

1.4- Algunos rasgos que caracterizan al turismo emisor que visita el Hotel "Brisas del Caribe".

El turismo para personas mayores ha experimentado un crecimiento sostenido en las últimas décadas, impulsado por el envejecimiento poblacional, el aumento de la esperanza de vida y la mejora en la calidad de vida de los jubilados. Varadero, como principal destino turístico de sol y playa en Cuba, recibe cada año a miles de clientes “seniors” provenientes de diversas regiones del mundo.

Este segmento poblacional, cada vez es más activo y exigente, presenta características particulares según su país de origen, lo que condiciona sus preferencias, necesidades y expectativas durante su estancia, esto se convierte en una oportunidad estratégica, para mediante las actividades del programa: diversificar la oferta turística, promover la inclusión y fomentar el intercambio cultural.

Por ese medio se realiza una breve caracterización de los mercados asociados a las personas mayores, que más visitan el hotel “Brisas del Caribe” los cuales son provenientes de: Canadá, Francia, España, Cuba, Italia y Rusia. El objetivo es diseñar un programa físico-recreativo inclusivo, que responda a las necesidades, intereses y capacidades de los visitantes. Seguidamente se identifican sus peculiaridades sociodemográficas, motivaciones de viaje, preferencias turísticas y precisiones específicas.

-Las personas mayores provenientes de Canadá suelen tener entre 75 y 85 años, gozan de buena salud física y mental, viajan principalmente durante el invierno, para escapar del clima frío. Muchos optan por estancias prolongadas, de hasta tres meses, aprovechando paquetes turísticos, que incluyen atención médica, actividades recreativas moderadas y servicios de enfermería. Son consumidores

frecuentes del programa cubano “Por una edad feliz”, que promueve el envejecimiento activo en entornos cálidos y seguros. (CubaTour, 2022).

- **Perfil:** Jubilados activos, muchos viajan en pareja o grupos organizados.
- **Preferencias:** Actividades al aire libre, caminatas, yoga, excursiones culturales.
- **Necesidades:** Atención médica accesible, alimentación saludable, espacios tranquilos.
- **Idioma:** Inglés y francés.

-Los visitantes de Francia, en su generalidad mayores de 60 años, viajan en pareja o en grupos organizados. Buscan experiencias culturales, gastronómicas y de bienestar. Prefieren hoteles “solo adultos”, que ofrezcan tranquilidad, actividades como Yoga, Spa y cenas temáticas. La presencia de personal multilingüe, especialmente francófono, es altamente valorada por este grupo, que prioriza la calidad del servicio y la autenticidad de la experiencia. (Mintel, 2021).

- **Perfil:** Turistas cultos, valoran la historia y la gastronomía local.
- **Preferencias:** Talleres culturales, visitas guiadas, espectáculos musicales.
- **Necesidades:** Información en francés, actividades con componente artístico.
- **Idioma:** Francés.

-Los clientes de España pertenecientes a este grupo etario, también superan los 60 años y suelen viajar mediante agencias que combinan estancias en La Habana y Varadero. Muestra gran interés por la cultura cubana, la música tradicional y las excursiones guiadas. Prefieren hoteles todo incluido con buena accesibilidad, atención personalizada y actividades acuáticas adaptadas. La familiaridad lingüística facilita su integración y disfrute del entorno. (INE, 2020).

- **Perfil:** Personas mayores sociables, con interés en la cultura cubana.
- **Preferencias:** Baile, música, juegos tradicionales, actividades grupales.
- **Necesidades:** Animación con enfoque lúdico, espacios para socializar.
- **Idioma:** Español.

-Las personas mayores cubanas viajan con sus familiares, el turismo interno está condicionado por factores económicos, lo que limita la frecuencia y duración de sus

estancias. Sin embargo, en temporadas bajas, muchos jubilados acceden a paquetes especiales que les permiten disfrutar de actividades recreativas, culturales y familiares en hoteles. Este grupo valora especialmente la interacción social y la conexión con sus raíces. (ONEI, 2021).

- **Perfil:** Nacionales que acceden al turismo interno, generalmente en grupos familiares.
- **Preferencias:** Juegos tradicionales, actividades intergeneracionales, música cubana.
- **Necesidades:** Accesibilidad económica, integración con turistas extranjeros.
- **Idioma:** Español.

-Los clientes seniors de Italia se caracterizan por ser activos, sociables y muy entusiastas para el entretenimiento. Viajan en pareja o con amigos, y buscan descanso combinado con animación. Disfrutan de la gastronomía local, la música en vivo y las excursiones a espacios naturales. La presencia de personal que hable italiano y la oferta de actividades grupales son elementos clave para su satisfacción. (ENIT, 2020).

- **Perfil:** Turistas con alto interés en la cultura y la naturaleza.
- **Preferencias:** Paseos ecológicos, fotografía, gastronomía local.
- **Necesidades:** Información en italiano, actividades relajantes.
- **Idioma:** Italiano.

-Los clientes mayores de Rusia, generalmente mayores de 55-60 años, viajan en grupos organizados y muestran gran interés por el clima cálido y los servicios todo incluido. Participan activamente en actividades acuáticas, espectáculos nocturnos y excursiones. La disponibilidad de traductores rusos, así como de actividades adaptadas y servicios de spa, son fundamentales para garantizar una experiencia positiva. (Rostourism, 2021).

- **Perfil:** Personas mayores que viajan en paquetes turísticos organizados.
- **Preferencias:** Actividades acuáticas, espectáculos, excursiones históricas.
- **Necesidades:** Traducción simultánea, seguridad, atención personalizada.

- **Idioma:** Ruso.

1.5-Breve caracterización del hotel “Brisas del Caribe”.

El Hotel “Brisas del Caribe” está ubicado en el kilómetro 12 ½ de la carretera “Las Morlas” en Varadero, Matanzas, Cuba, es un resort de modalidad “Todo Incluido”, ideal para familias, parejas y personas mayores que buscan descanso, recreación y contacto con la naturaleza.

Dentro de sus principales características están:

-Categoría: 4 estrellas

-Habitaciones: 444 habitaciones (437 estándar, 4 suites, 3 junior suites, 2 adaptadas para personas con discapacidad)

-Ubicación: Primera línea de playa, con acceso directo a una de las mejores playas del Caribe

Servicios incluidos:

-Animación diurna y nocturna

-Miniclub infantil y áreas de juego

-Piscinas para adultos y niños

-Deportes náuticos no motorizados

-Restaurantes buffet y especializados (5 en total)

-8 bares, ranchón de playa y cafetería

-Servicio de snacks y bebidas 24 horas

Servicios adicionales:

-Internet, lavandería, taxi, excursiones, tienda de regalos, renta de autos

Accesibilidad: Habitaciones adaptadas, rampas y señalización básica

Distancias: Aeropuerto “Juan Gualberto Gómez”: 40 km, La Habana: 146 km

Este hotel se destaca por su animación turística activa, su enfoque familiar y su capacidad para recibir turistas de diversas nacionalidades, incluyendo personas mayores.

Finaliza el capítulo después de tratar algunas consideraciones de autores cubanos y extranjeros relacionadas con las diferentes definiciones de: programas, programas de animación turística, su importancia, características, aportándose algunos ejemplos y tipos de programas en distintos ámbitos, definición de actividades físico-recreativas, clasificación de los programas para personas mayores en un hotel, motivaciones que impulsan a este grupo etario a viajar, se ofrecen criterios acerca de los sujetos estudiados, determinándose algunos rasgos que caracterizan al turismo emisor que visita el Hotel "Brisas del Caribe", culminando con una breve caracterización de la mencionada instalación hotelera, atendiendo a su ubicación, categoría, cantidad de habitaciones, restaurantes, cafeterías, servicios de animación que se ofrecen, entre otros.

CAPITULO II. DISEÑO METODOLÓGICO Y CONFORMACIÓN DEL PROGRAMA FÍSICO-RECREATIVO PARA EL ENTRETENIMIENTO DE LAS PERSONAS MAYORES QUE VISITAN EL HOTEL “BRISAS DEL CARIBE”

En el presente capítulo se abordan el tipo de estudio y diseño seleccionado para la indagación, es seleccionada la población y muestra, métodos de investigación científica, aplicándose el diagnóstico inicial de la situación, finalizando con la conformación del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”, donde se contemplan los elementos a tener en cuenta para su planificación, fundamentos en los que se sustenta, etapas de trabajo metodológico, evaluación y cronograma de trabajo para una mejor planificación del proceso que se estudia.

2.1-Tipo de estudio y diseño seleccionados para la investigación.

Se llevó a cabo durante el proceso de pesquisa un estudio mixto, donde se presentan desde el punto de vista metodológico técnicas cuantitativas y cualitativas, que según Hernández (2010), la meta de la investigación mixta no es reemplazar a los estudios cuantitativos, ni cualitativos, sino emplear las fortalezas de ambos tipos de indagación, combinándolas y tratando de minimizar sus debilidades.

-Tiene carácter exploratorio, porque se investiga acerca del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, donde se buscan informaciones para llevar a cabo un estudio más completo en el contexto del hotel “Brisas del Caribe”.

-Es a su vez descriptivo, porque se miden con la mayor precisión posible mediante los métodos empíricos empleados, cómo inciden el sistema de conocimientos y habilidades que poseen los sujetos estudiados en el problema declarado, para poder definir qué se va a medir y cómo se va a lograr precisión, lo que permitió realizar predicciones.

Para definir el tipo de estudio de investigación se toman en consideración el criterio de (Hernández 2010 y Guardo 2021).

-Por la finalidad que persigue es aplicada, porque resuelve el problema planteado y transforma el contexto en el que se investiga.

2.2 Selección de la población y muestra para el proceso de investigación.

El criterio de selección de la población y muestra en esta investigación ha estado avalado por un muestreo no probabilístico intencional, según Hernández, (2010), tiene como ventajas que la elección de la muestra se deja a criterio del investigador.

Una vez determinada la unidad de análisis, se procede a precisar la población que estuvo constituida por 9 animadores turísticos pertenecientes a la instalación hotelera “Brisas del Caribe” en Varadero, los cuales representan el 100 % de la muestra seleccionada, la misma estuvo sustentada en el trabajo sistemático que han venido realizando, específicamente con los clientes que visitan la instalación. La composición por género de los sujetos es: femenino 3 y masculino 6, el rango de edades oscila entre 23 y 55 años.

En este proceso investigativo de 15 directivos que tiene el hotel “Brisas del Caribe”, participan 13, para un 86,6 % se seleccionan por estar responsabilizados con los aseguramientos, para realizar actividades correspondientes al departamento de animación.

Intervienen 15 especialistas los cuales son jefes de animación turística, se escogen por sus conocimientos en el tema y años de experiencia como animadores, para determinar la validez de la propuesta que se presenta.

El Criterio de usuarios es seleccionado para obtener las opiniones de 30 clientes, en relación con el programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, son elegidos por ser quienes disfrutaban en esos momentos de los servicios de la animación. De ellos 16 pertenecen al género femenino, para un 53,33 % y 14 al masculino representando un 46,66 %, los cuales tienen como edad promedio 67 años y pertenecen a los mercados emisores de Canadá 8, Rusia 5, Francia 4 y Cuba 13. (Ver tabla 2).

Tabla 2. Muestra seleccionada para el proceso de investigación. N=67.

| Muestra | Femenino | % | Masculino | % | Total |
|---------------|----------|------|-----------|------|-------|
| Animadores | 3 | 30 | 6 | 70 | 9 |
| Directivos | 8 | 53,3 | 5 | 33,3 | 13 |
| Especialistas | 5 | 33,3 | 10 | 66,6 | 15 |
| Usuarios | 16 | 53,3 | 14 | 46,6 | 30 |

| | | | | | |
|-----------------|-----------|--------------|-------------|--------------|--------------|
| Total | 32 | - | 35 | - | 67 |
| Promedio | 8 | 42,47 | 8,75 | 54,12 | 16,75 |

Fuente de procedencia: Elaboración propia

2.3 Métodos de investigación científica seleccionados.

Para la fundamentación de la investigación se asume el método Dialéctico Materialista, como vía general del conocimiento en sus múltiples formas, principios y leyes de la actividad humana, así como una de las vías, medios y métodos de acceso a la verdad y aplicación del conocimiento. Se seleccionan los métodos teóricos, empíricos, técnicas estadísticas y procedimientos para una mejor interpretación de los resultados de la investigación.

2.3.1 Métodos teóricos.

En correspondencia con lo antes expuesto se seleccionan los siguientes métodos teóricos.

Histórico-lógico: empleado en el estudio de los antecedentes y evolución histórica del proceso relacionado con el programa físico-recreativo, sus leyes, principios, funcionamiento y desarrollo a lo largo de la historia e influencia en los resultados obtenidos.

Analíticos-sintético: posibilita estudiar el proceso del Programa físico-recreativo para la recreación de las familias e integrar todos los elementos, después de haber sido estudiados los documentos relacionados con el tema y a partir de ellos llegar a generalizaciones.

Inductivo-deductivo: propicia, partiendo del problema declarado, estudiar las particularidades de la recreación para las familias, deducir las especificidades que conforman cada capítulo y elaboración del programa físico-recreativo.

Sistémico-estructural-funcional: favorece la sistematización e interrelación entre todos sus componentes, permite la conformación del programa físico-recreativo, la capacitación a directivos y el asesoramiento a los animadores, por etapas o pasos según el caso y la elaboración del mismo en la práctica.

2.3.2 Métodos empíricos.

Análisis de documentos: se confecciona una guía (anexo 1) que comprende la revisión del Manual de procedimientos de la Blue Diamond, Programas de animación F-14 y F-23 del CCMM, así como los Programas de animación del hotel “Brisas del Caribe” de los años 2018 a 2023, lo que favorece la realización de un estudio más profundo del tema que se presenta.

Entrevista: fue aplicada a los 13 directivos, se realizó cara a cara, en un clima de franca sinceridad y cordialidad, para la obtención de informaciones de forma amplia acerca del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores. (anexo 2).

Encuesta: es aplicada a 30 clientes personas mayores (anexo 3). La encuesta es estructurada, mixta, sirve para obtener informaciones relacionadas con el problema declarado.

Observación científica: se realizó a los animadores turísticos que se investigan en 1 oportunidad, siendo el recurso fundamental para la constatación y efectividad de la elaboración del programa físico-recreativo que se presenta, es estructurada, se recogen informaciones en la guía elaborada (anexo 4) se precisa de forma clara el propósito y modo de aplicación de la misma.

El Criterio de Especialistas (anexo 5) fue efectivo para obtener valoraciones conclusivas de los 15 jefes de animación turística, acerca del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, porque permite realizar pronósticos reales y objetivos acerca de la validez del mismo, haciendo más factible la solución del problema planteado en la práctica, todo ello sustentado en las recomendaciones ofrecidas para perfeccionarlo.

El Criterio de usuarios (anexo 6) abarca la opinión de las personas que desde el proceso pueden dar su valoración crítica acerca de los servicios recibidos. En este caso fueron seleccionados 30 personas mayores que se encontraban en esos momentos disfrutando de los servicios de la animación turística en el hotel “Brisas del Caribe”.

2.3.3-Técnicas estadísticas y procedimientos para el análisis de los resultados.

Las técnicas estadísticas y procedimientos fueron esenciales para el análisis e interpretación de la información recopilada en la investigación, los datos obtenidos fueron procesados en el programa EXCEL y paquete estadístico SPSS 21.00, todo ello llevado a cabo sobre la plataforma de WINDOWS 8.1.

Para los datos continuos se emplean técnicas no paramétricas, que permitieron disponer la información de acuerdo con su tipo, cantidad y relación entre ellas, se determinan los Valores porcentuales, Media aritmética, Sumatoria, entre otros como la: Tabla de significación porcentual elaborada en una hoja de Excel, la misma fue aplicada para el cálculo de los puntos críticos de la distribución binomial en la que los datos son calculados con el algoritmo de Bukač J. donde los valores son: 0.01 altamente significativo, 0.05 muy significativo y 0.1 significativo (anexo 7).

2.4-Diagnóstico inicial de la investigación.

El diagnóstico tiene carácter científico, está destinado a la obtención de conocimientos precisos, es una herramienta muy importante para toda investigación. Sus propósitos estuvieron dirigidos a identificar el conocimiento que poseen los sujetos estudiados en relación con el Programa físico-recreativos para el entretenimiento de las personas mayores y contribuir a su perfeccionamiento continuo. El diagnóstico que se presenta comprende cuatro momentos.

-Análisis de documentos

-Entrevista aplicada los directivos de la instalación hotelera estudiada

-Encuesta de satisfacción aplicada a los clientes

-Observación científica aplicada a los animadores turísticos.

2.4.1-Resultados del análisis de documentos

Para el análisis de documentos fue elaborada una guía que comprende el estudio de cinco materiales con sus indicadores de desempeño:

-Manual de procedimientos de la Cadena “Cubanacán”, donde se comprueban:

- Limitado número de actividades para el entretenimiento de las personas mayores
- Carencia de pasos metodológicos para su ejecución

- Escases de actividades físico-recreativas para este grupo etario

-Informes de visitas realizadas al hotel “Brisas del Caribe”.

- Inexistencia de acciones concretas para fortalecer los servicios de animación turística
- Ausencia de recomendaciones para el departamento investigado
- Carencia de un banco de problemas que auxilie en la solución de los conflictos existentes en la animación turística
- Déficit de medios auxiliares para las actividades y algunas áreas deportivo-recreativas en estado constructivo regular o mal.

-Programas de animación turística F-14 y F-23 del CCMM

- Limitadas referencias sobre las actividades físico-recreativas para personas mayores
- Escaso tratamiento del entretenimiento para el “turismo seniors” y con discapacidades

-Programas de animación turística del hotel “Brisas del Caribe” de 2019 a 2024.

- Escasas actividades físico-recreativas para personas mayores
- limitadas actividades que respondan a las personas mayores con discapacidades
- Inexistencia de un banco de problemas que auxilie en la solución de las falencias del departamento
- Déficit de medios auxiliares para las actividades y algunas áreas deportivo-recreativas en mal o regular estado constructivo

-Análisis de la fuerza técnica disponible:

- Conocer la cantidad de animadores con experiencia para asumir la propuesta
- Implementar el asesoramiento a los animadores en relación con el tema que se estudia
- Determinar mediante los resultados alcanzados en el asesoramiento quiénes pueden participar en la implementación del resultado que se presenta.

2.4.2- Resultados de la entrevista aplicada a los directivos

a-Objetivo: comprobar el conocimiento que poseen los sujetos acerca del tema que se presenta

b- Período de aplicación: septiembre 2024

c- Frecuencia de aplicación: en una sola oportunidad

d- Materiales utilizados: guía para la entrevista.

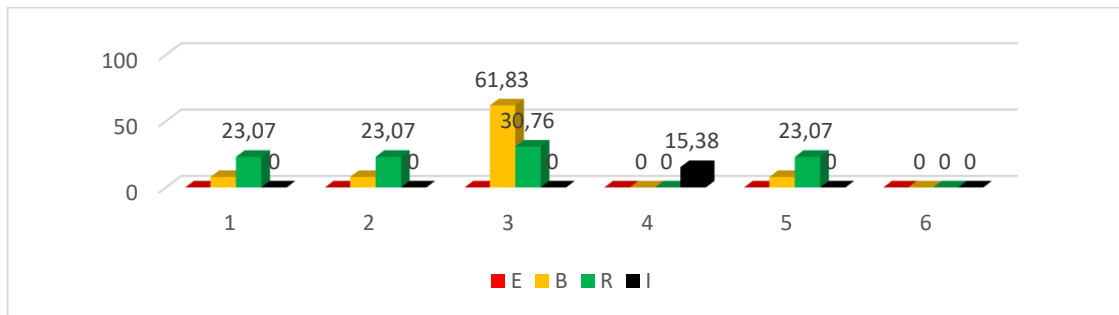
Los directivos en la entrevista de forma mayoritaria marcan el criterio de regular, alcanzando valores significativos en relación con las actividades de animación que se realizan en la instalación, la calidad de las mismas, ase mismo criterio le otorgan a los programas de animación para el entretenimiento de las personas mayores, alcanzando un 76,92 % con valores significativos estadísticamente, las actividades de animación que se realizaban en la instalación antes de septiembre 2024.

Relacionado con la calificación que le otorgan a la variedad de actividades observadas, el criterio que le ofrece el 61,83 % es de bien, pero el criterio ofrecido a las actividades que se realizan en los programas físico-recreativos, es de insuficiente.

En la última pregunta debían proponer 3 ó más actividades relacionadas con el programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, no logran aportar propuestas coherentes y aterrizadas a la realidad de la instalación. Muestran desconocimiento en esta área, lo que indujo a que. alcanzaran valores altamente significativos desde el punto de vista estadístico.

Los directivos son los profesionales encargados de organizar, planificar, dirigir, controlar y evaluar de forma sistemática los procesos en la instalación hotelera, lo que justifica la necesidad de capacitarlos, para garantizar el cumplimiento de los objetivos propuestos y un mejor servicio en esta área. Ver figura 1.

Figura1. Resultados de la entrevista aplicada a los directivos del hotel “Brisas del Caribe” en Varadero. N=13.



Fuente de procedencia: elaboración propia

De manera general los directivos evidencian desconocimiento acerca de muchas actividades de la animación turística, como son: los programas físico-recreativos y el entretenimiento para las personas mayores, estas son parte de las ofertas que se realizan en la animación, todo ello justifica la necesidad de capacitarlos en este sentido.

2.4.3-Resultados de la encuesta de satisfacción aplicada a los clientes.

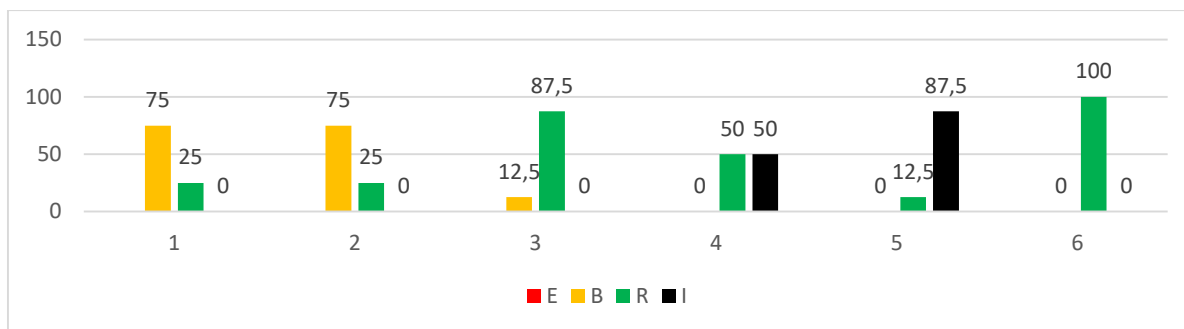
Objetivo: comprobar el criterio que poseen los sujetos en relación con el tema que se estudia.

- a- Período de aplicación: septiembre 2024
- b- Frecuencia de aplicación: en una oportunidad
- c- Materiales utilizados: protocolo de encuesta.

Mediante la encuesta aplicada a los clientes se logra evidenciar que el 75 % de ellos considera, que las actividades de animación que se realizaban en la instalación y calidad de las mismas es buena, el 87,5 % evalúan de regular la variedad de actividades y de insuficiente la recreación para en entretenimiento de las personas mayores.

El 50 % califica de regular las actividades que se realizan en los programas y otra mitad de insuficiente, se finaliza con niveles altamente significativos desde el punto de vista estadístico, donde el 100 % de ellos propone algunas actividades para el programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores. Ver figura 2.

Figura 2. Resultados de la encuesta aplicada a los animadores turísticos. N=9.



Fuente de procedencia: elaboración propia

Los resultados alcanzados justifican la necesidad de tomar en consideración los gustos, preferencias y necesidades de los clientes, para lograr su satisfacción en este sentido, como partes de las ofertas que se realizan en la animación, demostrándose la necesidad de mejorar la calidad y variedad de estos servicios

2.4.4-Resultados de la observación científica aplicada a los animadores turísticos.

Objetivo: comprobar el conocimiento y habilidades que poseen los sujetos en relación con el tema que se presenta.

a- Período de aplicación: octubre 2024

b- Frecuencia de aplicación: en una oportunidad

c- Materiales utilizados: protocolo de observación.

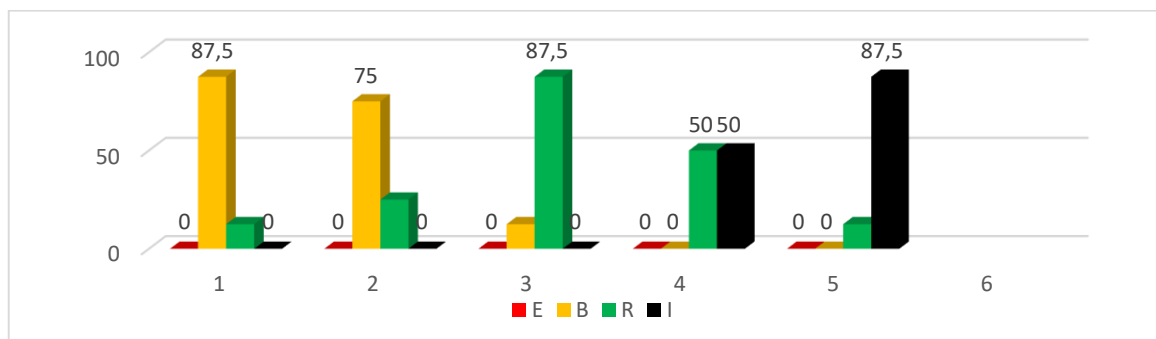
La observación aplicada a los animadores permitió comprobar que entre el 87,5 y 75 % de los sujetos fueron evaluados de bien en cuanto al dominio de las actividades de animación que realizan y la ejecución de las mismas, alcanzando niveles significativos estadísticamente en el primer caso.

El 87,5 % con niveles significativos desde el punto de vista estadístico, es valorado de regular en las actividades observadas y con ese mismo porcentaje de insuficiente en las actividades realizadas para el entretenimiento de las personas mayores.

El 50 % de los animadores fueron calificados de regular y la otra mitad de bien en la ejecución del programa físico-recreativo, para el entretenimiento de las personas

mayores. Lo que evidencia una vez más la necesidad de asesorar a los sujetos investigados en relación con el proceso que se estudia. Ver figura 3.

Figura 3. Resultados de la observación aplicada a los animadores turísticos. N=9.



Fuente de procedencia: Elaboración propia.

El método de observación científica fue muy valioso, para la determinación de los resultados alcanzados, donde se evidencia que existen dificultades, que deben ser atendidas con inmediatez, para ello se propone la realización de un asesoramiento, que contribuya en gran medida a solucionar los problemas detectados.

2.5- Conformación del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”.

El programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, es un evento planificado, con carácter lúdico, cultural, deportivo y recreativo, diseñado para desarrollarse en espacios al aire libre en su mayoría, que busca promover la: participación activa, socialización, inclusión social, conciencia ambiental, el disfrute colectivo y en muchos casos, la promoción de valores como la salud, sostenibilidad e identidad cultural mediante actividades accesibles, creativas y organizadas para clientes “seniors”.

En la planificación de un programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores según Abreu, (2024), se deben tener en cuenta los siguientes elementos:

2.5.1-Elementos a tener en cuenta para la planificación del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores.

1. Concepto y Objetivos

-Crear un programa físico-recreativo para personas mayores

- Fomentar la convivencia entre las personas mayores en el periodo de ocio, fortaleciendo la diversión y el entretenimiento

- Posicionar al hotel como un destino turístico con actividades innovadoras para las personas mayores

2. Planificación y Organización

Fecha y Duración

- Elegir el día cubano, o un período vacacional determinado

- Duración recomendada: todas las actividades del día

Ubicación y Espacios

- Piscinas principales de la instalación, playa y determinadas áreas al aire libre

- Espacios de descanso y zonas de comida

- Punto de información y primeros auxilios

3. Logística y Recursos

Personal: animadores, equipo de seguridad, DJ

Materiales: sillas, bastones, premios

Promoción: redes sociales.

4. Estrategia de Marketing y Difusión

- Campaña en redes sociales con adelantos del evento

- Sorteos y promociones para incentivar reservaciones anticipadas

- Videos promocionales con testimonios de personas mayores acerca de los programas físico-recreativos del hotel

5. Evaluación y Feedback

- Encuestas de satisfacción a las personas mayores después de concluido el programa físico-recreativo

- Recopilación de comentarios acerca del programa físico-recreativo en redes sociales

- Análisis del impacto en ocupación del hotel y retorno de inversión.

Para grupos de personas mayores en un hotel, las mejores actividades físico-recreativas son aquellas que fomentan la diversión, la interacción y la participación de todos los sujetos. Seguidamente se ofrecen algunas actividades físico-recreativas, que pueden resultar muy provechosas en la planificación de un programa de animación turística.

2.5.2-Propuesta de programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores.

Un programa físico-recreativo de animación que abarca tres días, resulta una opción ideal para adultos y personas mayores, el mismo cuenta con actividades variadas y adaptadas al entorno del hotel.

Hotel “Brisas del Caribe” en Varadero

Duración: 3 días o un fin de semana

Objetivo: Promover el bienestar físico, la socialización y el disfrute del entorno natural mediante actividades físico-recreativas adaptadas para las personas mayores.

Tabla 3: *Día 1: Bienvenida y Activación moderada.*

| Horario | Actividad | Lugar | Descripción |
|----------------|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------|
| 09:00 10:00 | -Caminata guiada por la playa | Playa | Activación física moderada, reconocimiento del entorno |
| 10:30 11:30 | -Gimnasia acuática | Piscina principal | Ejercicios de bajo impacto en el agua, ideal para personas mayores |
| 15:00 16:00 | -Taller de ritmos cubanos | Teatro de animación | Clase de baile con música cubana (son, songo) |
| 17:30 18:30 | -Yoga al atardecer | Terraza o jardín | Sesión de relajación y estiramientos con vista al mar |
| 20:00 21:30 | -Noche de bienvenida | Teatro de animación | Presentación del equipo de animación, juegos de integración |

Fuente de procedencia: Elaboración propia.

Tabla 4: Día 2: Actividades de energía moderada.

| Horario | Actividad | Lugar | Descripción |
|----------------|---------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------|
| 08:30 09:30 | -Clase de gimnasia acuática para personas mayores | Gimnasio o terraza | Ejercicios adaptados para movilidad, fuerza y equilibrio |
| 10:00 11:30 | -Torneo de petanca o dominó | Jardín | Competencia amistosa, ideal para socializar |
| 14:30 15:30 | -Juegos recreativos en la playa | Playa | Voleibol adaptado, caminatas grupales |
| 16:00 17:00 | -Taller de relajación con aromaterapia | Salón de bienestar | Técnicas de respiración y relajación guiada |
| 21:00 22:30 | -Fiesta temática “Somos Cuba” | Ranchón de la playa | Música (pianista), baile, degustación de cocteles tropicales |

Fuente de procedencia: Elaboración propia.

Tabla 5: Día 3: Cierre Activo y Celebración.

| Horario | Actividad | Lugar | Descripción |
|------------------|------------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 09:00 – 10:00 | -Tai Chi frente al mar | Playa | Ejercicios moderados para armonizar cuerpo y mente |
| 10:30 – 12:00 | -Mini Juegos olímpicos recreativos | Teatro de animación | Juegos por equipos: bocha, bingo, dominó |
| 15:00 – 16:30 | -Taller de bailes cubanos | Teatro de animación | Expresión corporal, ritmo y diversión |
| 17:00 – 18:00 | -Meditación guiada | Jardín | Cierre emocional y mental del programa |
| 20:00 – 22:00 | -Cena de despedida y entrega de diplomas | Restaurante de comida criolla | Reconocimiento a la participación, música moderada (violínista) |

Fuente de procedencia: Elaboración propia.

Con base en estas características, el hotel “Brisas del Caribe” puede:

- Diseñar actividades físico-recreativas multilingües
- Ofrecer opciones culturales y naturales adaptadas a cada perfil
- Garantizar accesibilidad, seguridad y atención médica básica
- Promover la interacción entre turistas de distintas nacionalidades.

La diversidad cultural y generacional de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”, exige una planificación recreativa inclusiva, sensible y personalizada. Conocer sus características permite ofrecer experiencias memorables que promuevan el bienestar, la integración y el disfrute pleno del entorno turístico cubano.

2.5.2.1-Inclusión, accesibilidad, sostenibilidad y nuevas tecnologías en la animación turística para personas mayores en hoteles.

El turismo para personas mayores ha experimentado un crecimiento significativo en las últimas décadas, impulsado por el aumento de la esperanza de vida, mejora la calidad de vida, el deseo de continuar explorando y disfrutando experiencias significativas durante esta etapa de la vida. En este contexto, los hoteles desempeñan un papel crucial al ofrecer actividades de animación turística que promuevan la participación activa, el bienestar físico, emocional y social de sus huéspedes mayores. (Abreu, 2024).

En este subepígrafe se abordan cuatro enfoques fundamentales que deben integrarse en el diseño y ejecución de dichas actividades: inclusión, accesibilidad, sostenibilidad y nuevas tecnologías explica Abreu, (2024). Su incorporación no solo responde a principios éticos y legales, sino que también mejora la calidad del servicio, la satisfacción del cliente y la competitividad del establecimiento, garantizando experiencias significativas, seguras y adaptadas a las necesidades de esta población.

1-La inclusión: en actividades recreativas implica reconocer la diversidad funcional, cognitiva y emocional de las personas mayores. Estas propuestas deben contemplar distintos niveles de autonomía, respetar preferencias individuales y promover la participación sin discriminación por edad, género o condición física. La capacitación del personal en atención gerontológica y comunicación empática es clave para crear un entorno acogedor y respetuoso.

La inclusión implica garantizar una participación activa de todos los individuos, independientemente de sus capacidades. En el ámbito turístico, esto se traduce en actividades que respeten la diversidad funcional, cultural y emocional de las personas mayores. (Pérez y Martínez, 2020). Los ejemplos pueden incluir: talleres

artísticos, juegos cognitivos, dinámicas culturales y actividades intergeneracionales, etc.

2-Accesibilidad: no se limita a la infraestructura física, abarca también la adecuación de los contenidos, materiales y dinámicas recreativas. Es fundamental garantizar espacios seguros, señalizados y cómodos, así como ofrecer información clara en formatos visuales, auditivos y táctiles. La accesibilidad integral permite que las personas mayores disfruten de sus actividades con mayor autonomía y confianza.

La accesibilidad turística contempla la eliminación de barreras físicas, sensoriales y cognitivas. La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006) establece que el acceso universal es un derecho fundamental.

La accesibilidad debe contemplar:

- Física: rampas, pasamanos, mobiliario ergonómico.
- Sensorial: señalética visual y auditiva, iluminación adecuada.
- Cognitiva: instrucciones claras, apoyo personalizado.

3-Sostenibilidad: en la animación turística se manifiesta en el uso responsable de recursos, la promoción de actividades en contacto con la naturaleza e integración con la comunidad local. Talleres de reciclaje, caminatas ecológicas y propuestas culturales que valoren el entorno y contribuyan a una experiencia turística consciente y enriquecedora. Además, el enfoque sostenible fortalece la imagen del hotel como agente comprometido con el desarrollo responsable.

La sostenibilidad en el turismo implica el uso responsable de recursos, la protección del entorno natural e integración con la comunidad local. Las actividades recreativas deben promover valores ecológicos y culturales (Bramwell & Lane, 2011).

Las actividades sostenibles pueden incluir:

- Caminatas ecológicas
- Talleres de reciclaje y huerta orgánica
- Actividades que valoren la cultura local.

4-Nuevas tecnologías: el uso de tecnologías en la animación turística para personas mayores debe orientarse a facilitar la participación y enriquecer la experiencia. Aplicaciones móviles con interfaces amigables, asistentes virtuales, juegos interactivos y plataformas de comunicación con familiares son herramientas que, bien implementadas, promueven la inclusión digital. Su clave está en combinar innovación con simplicidad, evitando que la tecnología se convierta en una barrera. Las tecnologías aplicadas al turismo permiten mejorar la experiencia del usuario, facilitar la comunicación y personalizar los servicios. En el caso de personas mayores, su implementación debe considerar la usabilidad, simplicidad y acompañamiento (González et al., 2019).

Las nuevas tecnologías pueden enriquecer la experiencia si se implementan con sensibilidad:

- Aplicaciones móviles con interfaz amigable
- Juegos interactivos para estimulación cognitiva
- Plataformas para videollamadas con familiares
- Asistentes virtuales para información y orientación.

La incorporación de estos cuatro enfoques en la animación turística para personas mayores permite transformar el hotel en un espacio de bienestar, respeto y poder estar a la vanguardia. Recrearse en la tercera edad debe ser una acción segura, significativa y accesible, estos principios son esenciales para lograrlo.

Tabla 6: *Enfoques fundamentales que deben integrarse en el diseño y ejecución de un programa físico-recreativo.*

| Área | Recomendaciones |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Inclusión | Diseñar actividades adaptadas a distintos niveles de movilidad y cognición. Incluir dinámicas intergeneracionales y culturales. |
| Accesibilidad | Implementar señalética clara, mobiliario ergonómico y materiales recreativos adaptados. Capacitar al personal en accesibilidad comunicacional. |
| Sostenibilidad | Ofrecer talleres de reciclaje, huerta orgánica y caminatas ecológicas. Usar materiales reutilizables en las actividades. |

| Área | Recomendaciones |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tecnología | Desarrollar una app simple para inscribirse en actividades. Incorporar pantallas interactivas con juegos cognitivos. Facilitar videollamadas con familiares. |
| Capacitación | Capacitar al equipo de animación en gerontología, primeros auxilios y atención personalizada. |
| Evaluación | Implementar encuestas de satisfacción específicas para personas mayores y ajustar las actividades según sus preferencias. |

Fuente de procedencia: Abreu, (2024)

La animación turística para personas mayores en hoteles debe ser concebida como una experiencia integral que promueva el bienestar, autonomía y participación activa. La inclusión, accesibilidad, sostenibilidad y el uso de nuevas tecnologías no son elementos aislados, sino componentes interdependientes que, al ser incorporados de manera estratégica, transforman el hotel en un espacio de respeto, innovación y calidad de vida.

2.5.2.2- Características de las actividades físico-recreativas para personas mayores en un hotel.

Las actividades físico-recreativas dirigidas a personas mayores en contextos turísticos deben diseñarse con criterios específicos que garanticen seguridad, inclusión, disfrute y beneficios integrales. En el caso de hoteles como “Brisas del Caribe”, donde se recibe una población diversa de personas mayores, es fundamental que las propuestas recreativas respondan a sus necesidades físicas, emocionales y sociales.

Según Jarque, et al., (2022), la recreación para las personas mayores, debe ser orientada con sensibilidad, adaptabilidad y propósito, para lograr una participación activa y significativa. A continuación, se detallan las características esenciales que deben poseer estas actividades:

-Seguridad y accesibilidad

- Las actividades deben estar libres de riesgos físicos, con materiales adecuados y espacios seguros
- Deben contemplar accesos cómodos, superficies estables y asistencia profesional

- Es fundamental evitar ejercicios de alto impacto o que requieran equilibrio extremo

-Adaptación a capacidades físicas

- Las propuestas deben ajustarse al nivel de movilidad, fuerza y resistencia de los participantes

- Se recomienda incluir ejercicios de bajo impacto como caminatas, estiramientos, aquagym y juegos suaves

-Valor terapéutico

Las actividades deben contribuir al mantenimiento de la salud física y mental.

- Deben favorecer la circulación, coordinación motora, memoria y estado de ánimo

-Enfoque lúdico y motivador

- El componente recreativo debe estar presente: música, humor, juego y expresión creativa

- La diversión es clave para la adherencia y el disfrute

-Socialización e integración

- Las actividades deben fomentar interacción entre los participantes, trabajo en equipo y el diálogo

- Se recomienda incluir juegos cooperativos, dinámicas grupales y talleres compartidos

-Respeto por la diversidad

- Las propuestas deben ser inclusivas, considerando diferencias de género, cultura, nivel educativo y estado de salud

- Se deben ofrecer opciones alternativas para quienes tengan limitaciones específicas

-Flexibilidad y variedad

- El programa debe ofrecer variedad de actividades: físicas, artísticas, cognitivas y sensoriales

- La flexibilidad permite que cada persona elija según sus intereses y estado de ánimo

-Evaluación continua

- Las actividades deben ser monitoreadas para ajustar intensidad, duración y formato
- Se recomienda aplicar encuestas de satisfacción y observación directa.

Se recomienda al sector turístico fortalecer la preparación, capacitación y asesoramiento, según el nivel académico del personal en atención a personas mayores, mejorar la infraestructura accesible y promover alianzas internacionales, para atraer este segmento de manera ética y sostenible.

2.5.2.3-Aspectos que no se pueden olvidar en la ejecución del programa.

- Tomar en consideración los espacios accesibles para sillas de ruedas y personas con movilidad reducida
- Preparación de animadores capacitados para la inclusión en todas las actividades
- Crear espacios para el lenguaje de señas, música con vibración, luces moderadas y zona tranquila para personas con sensibilidad sensorial o motora
- Crear juegos táctiles y visuales para personas mayores con discapacidad visual o auditiva
- Narración accesible con lenguaje de señas y audiodescripción.

2.5.3-Fundamentos en los que se sustenta el programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores que se presenta.

La elaboración de un programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, tiene como base los fundamentos filosóficos, psicopedagógicos, didáctico-metodológicos, documentos rectores como: el Manual de procedimientos de la Cadena "Cubanacán", Programas de animación del CCMM F-14 y F-23, más los de la instalación hotelera, donde se expresa la concepción integradora del estudio que se presenta; los mismos sirven de sustento para enfrentar el conflicto señalado y contribuir a solucionar el problema.

-Fundamentos filosóficos.

Como método filosófico la Dialéctica-Materialista se pone de manifiesto al abordar la realidad y reflejar sus leyes objetivas, en el estudio de los fenómenos de la

naturaleza, la sociedad y el pensamiento. Constituye la vía científica más general en este estudio, sirve de base a la investigación. Donde se destaca el proceso de elaboración del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, que visitan la instalación investigada en interacción con otras personas y la naturaleza.

-Fundamentos psicopedagógicos.

Dentro de las exigencias sociales modernas, está la adquisición de conocimientos básicos en función del incremento de potencialidades humanas, donde se asumen en la investigación los siguientes enfoques.

-Enfoque histórico-cultural: se manifiesta en concordancia con el aporte de Vigotsky, L. S., quien aborda la relación existente entre la instrucción y el desarrollo. Se manifiesta mediante la capacitación, asesoramiento y elaboración de un programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores.

-Los enfoques de Ciencia, Tecnología y Sociedad: se materializan en los aportes realizados por la Cadena "Cubanacán", Programas de animación turística del CCMM, los cuales se ponen al servicio de los directivos hoteleros y nuevas generaciones de animadores turísticos, empleando instrucciones, métodos, procedimientos, vías que contribuyen a la formación de su personalidad, conocimientos y habilidades.

-Enfoque investigativo: responde a la animación turística, porque el animador turístico constantemente debe resolver situaciones que se le presentan en la práctica cotidiana, para la satisfacción de gustos, preferencias y necesidades de las personas mayores.

-Enfoque educación permanente: como estrategia actual del MINTUR, constituye una de las vías necesarias para enfrentar los retos actuales en la formación integral de los recursos humanos y superación postgraduada.

Estos postulados están presentes al implementar el programa físico-recreativo, porque encauzan las formas de aprender, contribuyendo a movilizar la comunicación y el trabajo en equipo.

-Fundamentos didáctico-metodológicos.

Los elementos tratados en la investigación están dirigidos al proceso de elaboración de un programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, en el contexto de la animación turística, facilitando la integración de los contenidos para realizar un grupo de acciones como:

- Preparación a todos los sujetos involucrados en el proceso investigativo
- Capacitación a los directivos de la instalación hotelera
- Asesoramiento a los animadores turísticos

-Fundamentos curriculares.

El análisis de documentos oficiales permitió establecer las bases para la investigación a partir del Manual de procedimientos de la cadena "Cubanacán", Programas de animación turística F-14 y F-23 del CCMM y programas de animación turística del hotel "Brisas del Caribe".

2.5.4-Etapas del Programa físico-recreativos.

En los documentos oficiales antes citados en el párrafo anterior se precisan los objetivos que sirven de base a los propósitos que se persiguen en la investigación que se presenta, se estructuran las etapas del programa físico-recreativo para su aplicación en la práctica y contribuir a la sistematización, generalización y consolidación del estudio realizado, el cual consta de 3 etapas, las cuales se abordarán a continuación:

Etapa 1. Preparatoria.

Objetivo: crear las bases para la organización del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores.

Visión metodológica.

En esta etapa se crean las condiciones para la integración del grupo de trabajo (responsable de la elaboración del programa físico-recreativo, directivos implicados y animadores turísticos) y su constante funcionamiento, sin obviar las responsabilidades individuales de cada participante.

Desde el inicio se insiste en la comprensión, como forma básica de cada actividad, por la identificación de los problemas y sus posibles soluciones mediante el diálogo ameno. Se presenta el objetivo general del programa físico-recreativo, sus

características, enfatizando en las etapas de trabajo que la componen, objetivos, acciones metodológicas, organización, fecha y cantidad de horas de trabajo frente a los sujetos que se investigan, empleándose técnicas de participación grupal, donde se estimula la intervención de todos los miembros del grupo.

Tabla 7. *Dosificación de la etapa preparatoria.*

| No. | Acciones metodológicas | Objetivos | Formas organizativas | Fecha | Horas |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------|--------------|
| 1 | -Revisión del Manual de procedimientos de la cadena "Cubanacán", Programas de animación turística F-14 y F-23, Programas de animación turística del hotel "Brisas del Caribe" | -Analizar documentos rectores asociados al proceso que se investiga | Estudio independiente | septiembre a julio | 20 h |
| 2 | -Selección de los directivos que participarán en el proceso investigativo -Determinación de las necesidades para la elaboración del programa físico-recreativo para las personas mayores | -Seleccionar los recursos humanos para el proceso de elaboración del programa físico-recreativo para las personas mayores | Reunión con los implicados | septiembre | 2 h |
| 3 | -Selección de los contenidos a tratar en la capacitación a los directivos | -Seleccionar los contenidos a tratar en la capacitación | Estudio independiente e intercambios de experiencias | septiembre | 2 h |

| | | | | | |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------|-----|
| 4 | -Determinación de los contenidos a tratar en el asesoramiento | -Determinar los contenidos a tratar en el asesoramiento | Estudio independiente e intercambios de criterios | septiembre | 2 h |
| 5 | -Recopilación de informaciones -Elaboración del banco de problemas -Valoración general de la etapa con el grupo de trabajo | -Ordenar los estados conclusivos de la etapa | Estudio independiente e intercambios de experiencias | septiembre | 4 h |

Fuente de procedencia: elaboración propia

Etapa II: Capacitación a los directivos

Objetivo: capacitar a los directivos en relación con el proceso que se investiga

Visión metodológica

En esta etapa se hace énfasis en la comunicación y organización, apoyados en el diálogo como forma básica en cada actividad. Aquí las acciones tienen un matiz inmediato a la realidad de los directivos, los objetivos favorecen la intención general del resultado científico que se presenta, Se recurre a la realización de actividades de participación individual y grupal.

Tabla 8. *Dosificación de la etapa de capacitación a los directivos.*

| No. | Acciones metodológicas | Objetivos | Forma organizativa | Fecha | Horas |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------|--------------|
| 1 | -Aplicación del diagnóstico inicial a los directivos | Aplicar diagnóstico inicial | Diagnóstico | octubre | 2 h |
| 2 | -Determinación de las diferentes concepciones actuales acerca del programa físico-recreativo | Determinar las diferentes concepciones actuales acerca del programa físico-recreativo | Taller y estudio independiente | noviembre | 4 h |

| | | | | | |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------|-----|
| 3 | -Diferentes definiciones de personas mayores | Definir quiénes son las personas mayores | Taller y estudio independiente | noviembre | 4 h |
| 4 | -Caracterización general de las personas mayores | Caracterizar de manera general a las personas mayores | Taller y estudio independiente | diciembre | 4 h |
| 5 | -Determinación de los gustos, preferencias y necesidades a las personas mayores | Determinar los gustos, preferencias y necesidades a las personas mayores | Taller y estudio independiente | diciembre | 6 h |
| 6 | -Características del turismo emisor que visita la instalación | Identificar las características del turismo emisor que visita la instalación | Taller y estudio independiente | enero | 4 h |
| 6 | -Breve caracterización del hotel "Brisas del Caribe" | Definir los rasgos que caracterizan al hotel "Brisas del Caribe" | Taller y estudio independiente | enero | 4 h |
| 7 | -Comprobación del dominio de los contenidos impartidos mediante la presentación de una situación problémica | Comprobar el dominio de los contenidos impartidos | Evaluaciones frecuentes y debate | febrero | 2 h |

Fuente de procedencia: Elaboración propia

Etapa 3. Asesoramiento a los animadores turísticos

Objetivo: asesorar a los animadores turísticos en relación con el proceso que se investiga.

Visión metodológica.

En esta etapa se acentúa la comunicación y organización, manteniendo el diálogo como forma básica de cada actividad. Las acciones de asesoramiento responden al programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores. Se aplican técnicas de participación individual y grupal, donde se aprueban las acciones participativas de todos los miembros del grupo.

Tabla 9. *Dosificación de la etapa de asesoramiento a los animadores turísticos.*

| No. | Acciones metodológicas | Objetivos | Formas organizativas | Fecha | Horas |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------|--------------|
| 1 | -Aplicación del diagnóstico inicial a los animadores | Aplicar diagnóstico inicial a los animadores | Diagnóstico | octubre | 2 h |
| 2 | -Determinación de las diferentes concepciones actuales acerca de programa físico-recreativo | Determinar las diferentes concepciones actuales acerca de programa físico-recreativo | Taller y estudio independiente | noviembre | 6 h |
| 3 | -Caracterización general las personas mayores -Gustos, preferencias y necesidades | -Caracterizar a las personas mayores, así como sus gustos preferencias y necesidades | Taller y estudio independiente | diciembre | 8 h |
| 4 | -Características del turismo emisor que visita la instalación hotelera investigada | Identificar las características del turismo emisor que visita la instalación investigada | Taller y estudio independiente | enero | 6 h |
| 5 | -Breve caracterización | Definir los rasgos que caracterizan al | Taller y estudio independiente | febrero | 4 h |

| | | | | | |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------|-----|
| | del hotel “Brisas del Caribe” | hotel “Brisas del Caribe” | | | |
| 6 | -Comprobación del dominio de los contenidos impartidos mediante la presentación de una situación problemática | Comprobar el dominio de los contenidos impartidos | Autoevaluación, evaluaciones frecuentes y debate | marzo | 4 h |

Fuente de procedencia: Elaboración propia

Con el propósito de garantizar una mejor orientación en el tiempo y organización de cada una de las acciones metodológicas, que comprenden las tres etapas, se explica a continuación la manera en que se produjo el proceso de evaluación y su instrumentación.

2.5.6-Evaluación del programa físico-recreativo.

En la evaluación se previeron los indicadores e instrumentos para medir y analizar los resultados alcanzados, se definieron los logros, deficiencias presentadas y aproximación al estado deseado.

La evaluación estuvo diseñada para regular todo el proceso de investigación, estuvo en perfeccionamiento continuo, realizándose de forma frecuente y final, se tomándose en cuenta los resultados de la interacción adecuada de todos sus componentes, para lo cual se consideraron los criterios emitidos por los diferentes sujetos involucrados.

2.5.7-Cronograma de trabajo para la elaboración del programa físico-recreativo.

Con la investigación que se presenta, se pretende mostrar un programa físico-recreativo que contribuya al entretenimiento de las personas mayores, pero se hizo necesario conocer su conformación, mediante un cronograma de trabajo (tabla 10) para su elaboración de manera eficaz.

Tabla 10. Cronograma de trabajo para la elaboración del programa físico-recreativo.

| Acciones | Meses | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | S | O | N | D | E | F | M | A | M | J | |
| Análisis de la fuerza técnica disponible | x | | | | | | | | | | |
| Aplicación del diagnóstico a todos los sujetos seleccionados | x | x | | | | | | | | | |
| Análisis y validación de la propuesta por los Especialistas | | | x | | | | | | | | |
| Etapa preparatoria | x | | | | | | | | | | |
| Aplicación de la capacitación a los directivos | | x | x | x | x | x | | | | | |
| Aplicación del asesoramiento a los animadores | | x | x | x | x | x | x | | | | |
| Análisis y validación de la propuesta por los usuarios | | | | | | | | x | | | |
| Fiscalización sistemática del cumplimiento de cada etapa de la elaboración | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x | x |
| Valoración general de la elaboración | | | | | | | | | | | x |

Fuente de procedencia: elaboración propia

-Entidad responsable: hotel “Brisas del Caribe” en Varadero

-Entidades involucradas: MINTUR y CCMM

-Recursos y medios necesarios: computadora, Manual de procedimientos de la “Cubanacán”, Programas de animación turística F-14 y F-23 CCMM y Programas de animación turística del hotel, bibliografías disponibles, y programa físico-recreativo que se presenta

-Frecuencia de aplicación: sistemática.

Se finaliza el capítulo expresando que en el diagnóstico aplicado, se constata que en el análisis de documentos oficiales consultados existe carencia de informaciones relacionadas con actividades físico-recreativas para el entretenimiento de las personas mayores, se evidencian a su vez las insuficiencias de los directivos y animadores turísticos, asociadas a su desconocimiento en relación con muchas actividades de este departamento, con énfasis en los programas físico-recreativos y el entretenimiento de los clientes “seniors”, como parte de las ofertas que se realizan para la satisfacción de los clientes, demostrándose la necesidad de prepararlos, capacitarlos o asesorarlos según sus necesidades. Para la elaboración de la propuesta se presentan los elementos a tener en cuenta para su planificación, elaboración del programa, los fundamentos en los que se sustenta, etapas de trabajo metodológico y evaluación, todo ello sucedido de un cronograma de trabajo, que favoreció la organización de todo el proceso llevado a cabo.

CAPÍTULO III: VALIDACIÓN Y RESULTADOS DEL PROGRAMA FÍSICO-RECREATIVO PARA EL ENTRETENIMIENTO DE LAS PERSONAS EN EL HOTEL “BRISAS DEL CARIBE”

En este capítulo se ofrecen la validación del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, por el Criterio de los especialistas y usuarios seleccionados, a su vez se presentan los resultados de las etapas realizadas para la elaboración de la propuesta, finalizando con recomendaciones para su aplicación y sugerencias para extenderla a otros contextos.

3.1- Validación del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores por el Criterio de los especialistas seleccionados.

La validación es pertinente, como preámbulo a su comprobación en la práctica, por la seguridad que ello ofrece, para ser ajustada y evitar el ensayo- error, expresa Crespo, (2007). Atendiendo a este posicionamiento el autor, considera oportuno optar por el Criterio de varios especialistas y usuarios.

La validez de un resultado científico de investigación, comprende el hecho de que este cumpla lo que promete, permite el logro de los objetivos para los cuales fue concebido y provoca la transformación para la que fue creado. Crespo, (2007) citado por Mesa, et. al. (2021).

En armonía con todo lo expresado Mesa, et al. (2021) afirma que el Criterio de especialistas comprende una evaluación que se realiza mediante un sistema de procedimientos organizados, lógicos y estadístico-matemáticos, dirigidos a obtener la información procedente de profesionales con conocimientos y experiencia acerca del tema que se investiga y su posterior análisis con el objetivo de tomar decisiones confiables.

Para iniciar el proceso de validación, por los especialistas fue confeccionado un listado inicial de 15 profesionales del sector turístico, considerados como posibles candidatos, por cumplir los requisitos, para opinar acerca del tema que se investiga. La valoración estuvo dirigida a los conocimientos y posibilidades de argumentación que poseen los sujetos en este sentido. En esta selección preliminar se tuvo en cuenta para esta labor que los candidatos:

-Fueran trabajadores del sector turístico, con conocimientos amplios acerca del tema

-Que tuvieran de más de 10 años de experiencia profesional

-Que pudieran valorar el nivel de aplicabilidad de la propuesta para poder emitir sus criterios y valoraciones en este sentido

-Disposición de participar en la investigación con un posicionamiento crítico, disposición de cooperar y aportar nuevas ideas.

Finalizado este proceso se determinó quienes cumplían con la categoría de especialistas en el tema objeto de estudio, siendo considerados 15 sujetos, para asumir la responsabilidad de emitir criterios y hacer valoraciones conclusivas respecto al tema de investigación. Una vez definida la cantidad de especialistas se procedió a determinar la validez de la propuesta que se presenta. Ver anexo 5.

3.1.1-Resultados de la validación del programa físico-recreativo por el Criterio de especialistas seleccionados.

Se pidió a los especialistas que emitieran sus criterios en relación con la propuesta, de donde se derivaron un grupo de recomendaciones para ser mejorada.

Todas sus valoraciones fueron muy favorables, ello se aprecia en los resultados alcanzados desde el punto de vista de la significación estadística. Las mismas fueron útiles para determinar la categoría o grado de adecuación de cada paso y de la propuesta en general, según la opinión de los especialistas consultados.

a-Objetivo: comprobar la validez del proceso de investigación que se presenta

b- Período de aplicación: noviembre 2024

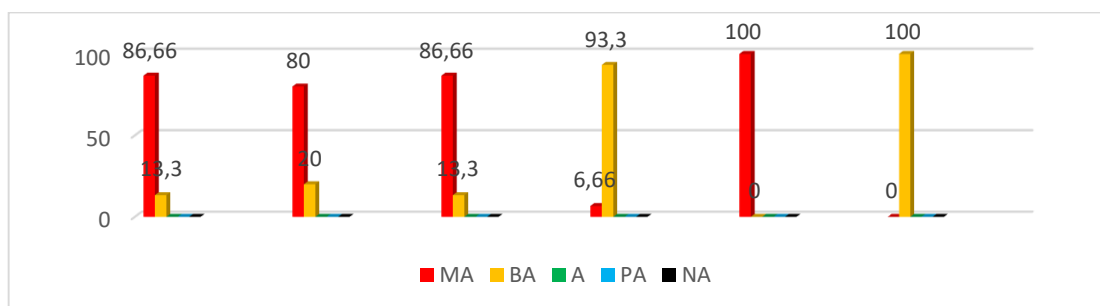
c- Frecuencia de aplicación: una oportunidad

d- Materiales utilizados: cuestionario para especialistas.

Con niveles altamente significativos los especialistas califican de muy adecuada la propuesta investigativa en los pasos siguientes: elementos a tener en cuenta para la planificación, programa físico-recreativo, fundamentos en los que se sustenta la propuesta y cronograma de trabajo, alcanzando criterio evaluativo de muy adecuada con valores entre el 100 % y el 86,6 %.

Las etapas, evaluación y valoración general del proceso de elaboración fueron evaluados de bastante adecuados por estos especialistas, alcanzando valores altamente significativos estadísticamente, los que oscilan entre 100 y 93,3 %. Ver Figura 6.

Figura 6. Resultados de la validación de la propuesta que se presenta por el Criterio de especialistas seleccionados. N=15.



Fuente de procedencia: Elaboración propia

Los resultados obtenidos permiten determinar la evaluación, por categorías que los especialistas le asignan a cada uno de los pasos que conforman la elaboración de la propuesta y valoración general de la misma. Los mismos concluyen que es muy adecuada para el propósito que fue concebida.

Los especialistas son profesionales de reconocida experiencia profesional, avalada por la alta calificación, conocimiento profundo del tema de investigación y resultados satisfactorios en el trabajo profesional, por lo que la consulta realizada con ellos fue muy provechosa, para obtener consideraciones que justifican y constatan que es apropiada esta propuesta, para las condiciones actuales del proceso y para los cuales es elaborada, siendo muy valiosas sus opiniones para los fines investigativos.

En ninguna de las categorías ofrecidas por los especialistas fueron calificadas de poco adecuada o no adecuada, lo que contribuyó a comprobar una vez más la validez de la propuesta investigativa que se presenta.

3.2-Resultados de la validación del programa físico-recreativo por el Criterio de usuarios seleccionados. N=30.

Los usuarios según Matos et al., (2006) no necesariamente son especialistas en una materia, Másteres o Doctores, que presentan un nivel de conocimiento

académico importante, ni tienen un conocimiento profundo acerca de un producto científico y tampoco sus criterios acerca del producto científico se consideran siempre autorizados. Este método se diferencia del de expertos y especialistas, por los fines que persigue, los requerimientos y exigencias de los sujetos que intervienen.

El Criterio de usuarios abarca la opinión de las personas que desde el proceso pueden dar su valoración crítica acerca de los servicios recibidos. En este caso los usuarios seleccionados fueron 30 clientes que se encontraban en esos momentos disfrutando de los servicios de la animación turística en el hotel "Brisas del Caribe".

En la validación del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, fue aplicada una encuesta a los 30 clientes seleccionados, con el propósito de conocer su opinión acerca del mismo, para ello debían seguir varias instrucciones. Ver anexo 6.

a- Objetivos: determinar la validez de la propuesta investigativa que se presenta por el Criterio de los usuarios seleccionados

b- Período de aplicación: abril 2025

c- Frecuencia de aplicación: una oportunidad

d- Materiales utilizados: encuesta para usuarios.

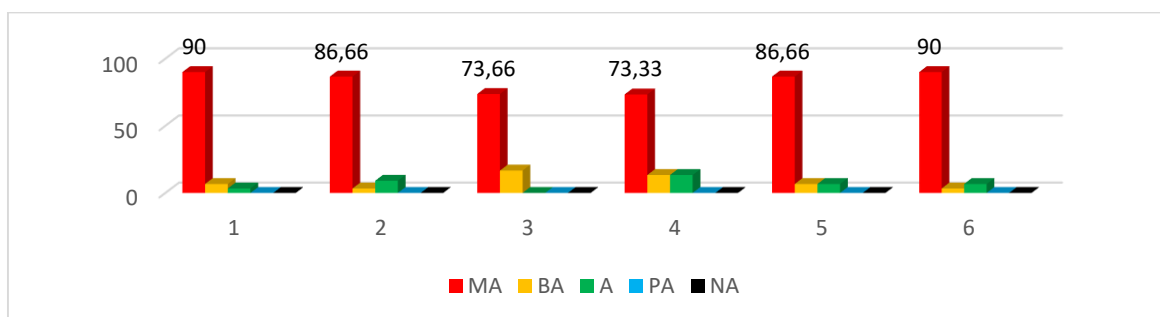
En la encuesta aplicada a los usuarios (ver figura 7). Se toman en consideración las valoraciones realizadas por los clientes.

En relación con los resultados de la validación del programa físico-recreativos para el entretenimiento de las personas mayores, por los usuarios seleccionados, se evidencia con valores altamente significativos desde el punto de vista estadístico, que el 90 % de ellos consideran, que el grado de satisfacción por las actividades de animación que se realizan en la instalación es muy adecuado, este mismo criterio le otorga el 86,66 % a la calidad de las mismas y a la participación del equipo de animación en la propuesta investigativa. El 73,33 % opina que las actividades observadas por ellos también son muy adecuadas.

Favorablemente de manera general los criterios ofrecidos por los usuarios son muy alentadores, donde los resultados alcanzados contribuyen a determinar la evaluación por categorías que ellos le otorgan a cada uno de los pasos, que

conforman la propuesta y valoración general de la misma. Los usuarios concluyen de manera general con criterios del 90 %, que el programa físico-recreativo es muy adecuado para el propósito que fue concebido, con altos niveles de significación estadística, lo que confirma su validez. Ver figura 7.

Figura 7. Resultados de la validación del programa físico-recreativo por los usuarios seleccionados. N = 30.



Fuente de procedencia: elaboración propia

Como parte del proceso de validación, por los usuarios seleccionados se presentan, para ser mejorados los siguientes aspectos:

- Tomar en consideración los gustos, preferencias y necesidades de los clientes, para lograr una mayor satisfacción
- Agregar más actividades que contribuyan a desarrollar la cultura general integral
- Tomar en consideración que en los premios se resalte más la cubanía.

Las recomendaciones ofrecidas por los usuarios fueron analizadas, debatidas y tomadas en consideración para ser insertadas en la propuesta. Una vez culminado el proceso de validación de la propuesta, se favorecen las condiciones para su implementación en la práctica. Los resultados alcanzados se ofrecen a continuación.

3.3-Resultados de las etapas del programa físico-recreativo.

En este epígrafe se explica de manera detallada la organización del proceso de conformación del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores. Se pretende dejar claro el camino seguido en la elaboración del resultado que se presenta.

-Características de los participantes en la investigación: como se expresa en el capítulo II se seleccionan 13 directivos y 9 animadores turísticos pertenecientes al hotel “Brisas del Caribe”, 15 especialistas, 30 clientes del hotel que encontraban en esos momentos disfrutando de los servicios de la animación y realizaron función de usuarios.

-Información ofrecida: objetivos e importancia del programa físico-recreativo, acciones metodológicas, organización docente, fecha, cantidad de horas y disposición de participar

-Medios necesarios: locales con una adecuada iluminación y ventilación para los talleres, computadora o televisor

-Talleres metodológicos para demostrar la viabilidad del resultado de investigación, donde se introduce el programa físico-recreativo, bajo condiciones de control sistemático.

Tomando en consideración la definición del problema, objetivo y presentación del resultado, se presentan los pasos que acompañan al programa físico-recreativo.

a- Definición del problema:

La insuficiente información en documentos oficiales como: los Manuales de procedimientos de la Cadena hotelera “Cubanacán”, Programas de animación turística F-14 y F-23 del CCMM y del hotel “Brisas del Caribe” en relación con el entretenimiento para las personas mayores, provoca un limitado conocimiento de los sujetos investigados en ese sentido.

Los comentarios precedentes provocan que se realicen esfuerzos para la preparación, capacitación y asesoramiento a directivos y animadores turísticos, pero de forma contradictoria el entretenimiento para las personas mayores es calificado de insuficiente. En correspondencia con los argumentos anteriores se define como **problema científico** a solucionar: ¿cómo contribuir al entretenimiento de las personas mayores en el hotel “Brisas del Caribe”.

b- Objetivo: elaborar un programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”.

c-Resultados de las etapas del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores.

Dentro de los documentos de apoyo al programa de animación argumenta Abreu (2024) se encuentran: programa general, programa emergente, ficha técnica y el guión:

-Programa general de animación: Un programa de animación es un documento, que posee la relación ordenada y balanceada de cada una de las actividades recreativas, deportivas y socioculturales, que se desarrollan en un hotel, por un período de tiempo determinado, para su elaboración es muy provechoso realizar con anterioridad un trabajo de mesa, para poder tener conocimiento de las actividades a realizar y recursos disponibles para desarrollar las mismas.

-Programa emergente: se elabora para situaciones imprevistas, como las causadas por las inclemencias del tiempo. Ejemplo de ello es cuando comienza llover.

-Ficha técnica: cada actividad del programa de animación, debe poseer una ficha técnica, donde se expresen todas las características organizativas y funcionales de la misma. Esta ficha debe formar parte del fichero de animación, donde se expresan todos los detalles de todas y cada una de las actividades

-Guión: sirve como itinerario a seguir por el animador, este explica cómo se hace cada actividad.

En correspondencia con el diseño seleccionado, se presentan los resultados de las etapas del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, que comprende de forma ininterrumpida los meses de septiembre 2024 a julio 2025, el mismo comprende tres etapas: preparatoria, capacitación y asesoramiento. Esto ya fue explicado en el capítulo anterior seguidamente se presentan los resultados de cada una de ellas.

Etapa 1. Preparatoria.

Objetivo: crear las bases para la organización de la propuesta que se presenta.

La revisión de documentos oficiales como: el Manual de procedimientos de la Cadena "Cubanacán", Programas de animación turística F-14 y F-23, Programas de animación turística del hotel "Brisas del Caribe", propició la:

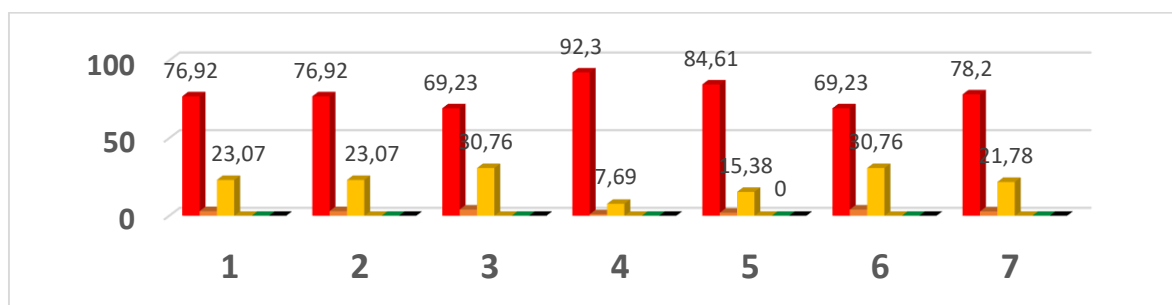
- Identificación de las necesidades para la elaboración del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores
- Recopilación de informaciones necesarias para el proceso investigativo
- Elaboración del banco de problemas
- Realización de un estudio más exhaustivo de los contenidos al identificar las dificultades relacionadas con el entretenimiento de las personas mayores
- Determinación de los contenidos a tratar en la capacitación a los directivos y asesoramiento a los animadores
- Valoración general de la etapa con el grupo de trabajo.

La segunda etapa estuvo dirigida a los directivos quienes recibieron un total de 30 horas de talleres metodológicos relacionados con el proceso investigativo, los mismos fueron seleccionados para atender las dificultades detectadas en el diagnóstico inicial.

Etapa II: Capacitación a los directivos

Objetivo: capacitar a los directivos en relación con el proceso que se investiga.

Figura 4. Resultados de la capacitación a los directivos. N=13.



Fuente de procedencia: elaboración propia

En los talleres metodológicos realizados se logra con resultados altamente significativos desde el punto de vista estadístico, que la aplicación de la capacitación a los directivos fuera muy necesaria y provechosa, lo que justifica la posibilidad de aplicar la propuesta, donde con valores entre el 92,3 % y 69,2 % alcanzan criterios evaluativos de excelente y bien, categorías que avalan la posibilidad de organizar, planificar, dirigir, controlar y evaluar de forma sistemática

los procesos relacionados con la elaboración del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores.

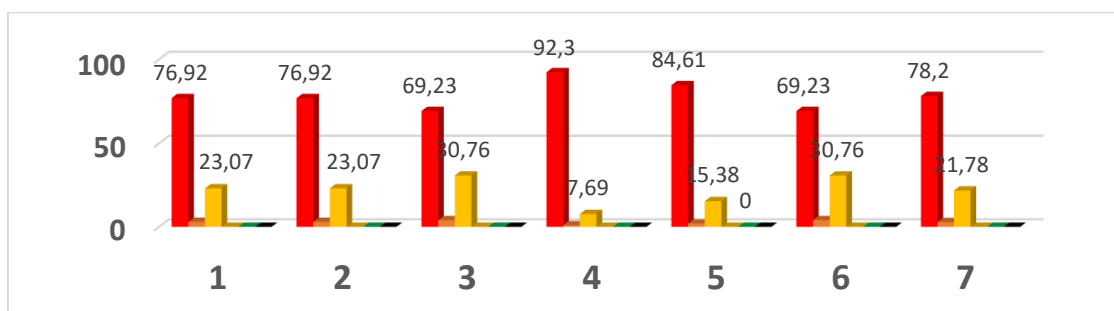
La tercera etapa estuvo dirigida a todo el personal de animación turística, quien igualmente recibió los talleres metodológicos con un total de 30 horas, actividades que fueron determinadas atendiendo a las dificultades detectadas en el diagnóstico inicial.

Etapa III: Asesoramiento a los animadores turísticos

Objetivo: asesorar a los animadores en relación con el proceso que se investiga.

Los logros alcanzados indican que al asumir de forma consciente y responsable la tarea de asesorar al animador turístico de manera sistemática en el proceso de elaboración del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores, donde entre el 90 % y el 80 % logran alcanzar criterio evaluativo de excelente con niveles altamente significativos, desde el punto de vista estadístico. Ver figura 5.

Figura 5. Resultados del asesoramiento a los animadores turísticos. N=9.



Fuente de procedencia: elaboración propia

Los resultados de la capacitación y asesoramiento contribuyeron a medir y analizar los resultados alcanzados, se definen los logros, deficiencias que se van presentando y aproximación al estado deseado. La evaluación estuvo diseñada para regular todo el proceso de investigación, permaneció en perfeccionamiento continuo, se realizó de forma frecuente y final.

A continuación se ofrecen recomendaciones y sugerencias para la aplicación del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores y extenderla a otros contextos.

3.4-Recomendaciones para la aplicación de la propuesta investigativa.

1-En el diagnóstico de la situación actual deberá quedar bien identificado el problema de investigación planteado

2-Se debe preparar, capacitar o asesorar, según sea el caso, a todo el personal que participe en la investigación, para garantizar el cumplimiento de cada uno de los objetivos declarados, responder a las necesidades y particularidades de cada implicado

3-Los objetivos a alcanzar en cada paso que conforma la propuesta investigativa, deben estar bien determinados, formulados y orientados con claridad, teniendo presente las condiciones reales existentes

4-Utilizar diferentes formas de organización del proceso de preparación, capacitación y asesoramiento, para garantizar la adquisición del conocimiento de un modo agradable y placentero

5-Una vez que se compruebe de forma teórica que se dominan las acciones metodológicas realizadas, se procederá a comprobar en la práctica los resultados, monitoreando sistemáticamente el cumplimiento de los indicadores que se miden

6-En la evaluación debe determinarse el efecto provocado por esta en cada momento de la investigación.

3.5-Sugerencias para extender la propuesta a otros contextos.

Su aplicación debe transcurrir por los siguientes momentos:

1-Propiciar el estudio y reflexión de las diferentes etapas que conforman la propuesta investigativa en el seno del colectivo donde se aplique

2-Realizar un real y objetivo proceso diagnóstico de la situación inicial, tanto al animador turístico, como a directivos involucrados en la investigación, en busca de necesidades reales y soluciones eficaces

3-Reconsiderar en el colectivo la forma en que se va a introducir la propuesta que se presenta, buscando responsables de cada actividad, nivel de profundidad y formas de evaluación

4-Reflexionar con los implicados acerca de las posibilidades y necesidades que brinda la propuesta en busca de consenso y compromiso

5-Evaluar de forma sistemática y continua los resultados, realizando acciones para mejorar su aplicación, en ella deben participar animadores y directivos, para centrar su atención en el proceso y no solo en los resultados que se obtengan

6-Intercambiar experiencias de forma sistemática, al finalizar cada semana, con la finalidad objetiva de poder mejorar y reajustar cada paso de la propuesta.

Se establecen como conclusiones del capítulo que mediante el criterio de los especialistas y usuarios, se determina la validez del programa físico-recreativo para el entretenimiento de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”, donde se comprueba mediante estos métodos de evaluación la efectividad y calidad del resultado presentado, tanto en su concepción teórica, como en su aplicación en la práctica, lo que favoreció su impacto, evidenciándose en los resultados alcanzados, donde los sujetos consultados de forma mayoritaria opinan que los pasos que conforman ambos productos y valoración general de los mismos, son muy adecuados con cifras altamente significativas desde el punto de vista estadístico, se contribuye a dar respuesta al problema planteado, al cumplimiento de los objetivos declarados y a transformar el accionar de quienes intervienen en el proceso investigativo.

CONCLUSIONES

-Se constata en el tratamiento de los referentes teórico-metodológicos, el posicionamiento de los diferentes autores nacionales e internacionales que se citan así como el del investigador, en relación con el proceso que se estudia

-La determinación de la situación inicial permitió definir el camino a seguir, para atender las insuficiencias que limitan el entretenimiento de las personas mayores que visitan el hotel "Brisas del Caribe".

-Una vez diseñadas las etapas que conforman la elaboración de la propuesta, se logró organizar, sistematizar e interrelacionar los contenidos de la misma, mediante las etapas de preparación, capacitación y asesoramiento, para dar respuesta a los resultados del diagnóstico inicial y ofrecer una atención individualizada a los sujetos investigados

-Con la validación y elaboración del programa físico-recreativo, se logra evidenciar el cumplimiento de los objetivos propuestos, como efecto originario de la investigación.

RECOMENDACIONES

1-Establecer un programa permanente de actividades físico-recreativas para personas mayores en el Hotel "Brisas del Caribe", con sesiones diarias adaptadas a diferentes niveles de movilidad y preferencias culturales

2-Capacitar al equipo de animación turística en atención gerontológica, primeros auxilios, comunicación empática y diseño de actividades inclusivas

3-Incorporar señalética accesible, materiales adaptados y espacios seguros para garantizar la participación autónoma de las personas mayores en todas las actividades

4-Diseñar actividades multilingües y culturalmente diversas, que respondan a los perfiles de los principales mercados emisores de turistas mayores (Canadá, Francia, España, Italia, Rusia y Cuba)

5-Integrar tecnologías amigables, como pantallas interactivas, aplicaciones móviles simples y herramientas digitales para facilitar la inscripción, seguimiento y evaluación de las actividades

6-Promover la sostenibilidad en las actividades recreativas, incluyendo propuestas ecológicas, culturales y comunitarias que conecten a las personas mayores con el entorno natural y social de Varadero

7-Realizar evaluaciones periódicas del programa, mediante encuestas de satisfacción, observación directa y entrevistas, para ajustar las actividades según las necesidades cambiantes de los huéspedes mayores.

BIBLIOGRAFÍA

- Abreu, P.P. (2024). "La animación es algomás que ... Manual de animación turística." (2da ed.). Santa Rosa, La Pampa, Argentina: La Pampa: Región Empresa Periodística Urquiza 640
- Alquinga, M. S. (2025). Physical-recreational activities and self-esteem in the biggest adult: Systematic revision. *Mentor: Magazine of Educational and Sport Investigation*, 4(11). <https://doi.org/10.56200/mried.v4i11.9358>
- Antúnez, S. (1992). *La programación didáctica*. Editorial Graó
- Álvarez Mendoza, E. (2012). *Gerontología social: una mirada integral al envejecimiento*. Editorial Trillas
- Cabezas, M. C., Otañez, A. S., Tipán, J. G., y R. S. Ríos, (2020). Actividades físico-recreativas para mejorar la memoria en el adulto mayor. *AlfaPublicaciones*, 2(4), 51–59
- Chaves, A.; Mesalles, LI.; Canudas, S.; Marchi, M, y P.P. Abreu, (2017). *El animador. Como organizar las actividades de losclientes en un hotel divertido* (1ra ed.). Barcelona, España www.laertes.es. ISBN:9787-84-16783-36.6. Depósito legal: B 23740-2017. Impreso en ULZAMA
- Coca, A., González, Á., & Bringues, A. (2024). Recreational physical activity with mature bigger: stimulating the physics-psychological condition beyond the age. *GADE: Have Scientific*, 4(1), 327–337.
- Cubanacan Hoteles. (2025). *Brisas del Caribe – Varadero*. <https://www.cubanacanhoteles.com/destinos/varadero/brisas-del-caribe>
- CubaTour. (2022). *Programa "Por una edad feliz" para personas mayores*. Ministerio de Turismo de Cuba. <https://www.cubatur.cu>
- Concentra, (2025). Definición de programas en informática. Recuperado de Concentra
- Darcy, S., & Buhalis, D. (2011). *Accessible tourism: Concepts and issues*. Channel View Publications
- Deusto Salud. (2020). *Curso de atención al adulto mayor*. Barcelona, España

Definicionwiki. (2023). Definición de programa según autores, ejemplos y concepto. Recuperado de DefinicionWiki.

ENIT – Agenzia Nazionale del Turismo. (2020). *Rapporto sul turismo degli anziani italiani*. <https://www.enit.it>

Fundación Navarro Viola. (2020). *La actividad física en las personas mayores: Guía para promover un envejecimiento activo*. Fundación Interamericana del Corazón Argentina. <https://fnv.org.ar/wp-content/uploads/2020/04/Guia-actividad-fisica-personas-mayores.pdf>

González Casey, J. (2016). *La accesibilidad turística y su rol en la inclusión social*. Tesina de Licenciatura en Turismo, Universidad Nacional del Sur. <https://repositoriodigital.uns.edu.ar/bitstream/handle/123456789/3762/Tesina%20JGonzalez%20Casey.pdf>

Hernández, R. y O. Pestana, (2024). Festival recreativo para las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”. XI Congreso Internacional de Educación y Pedagogía, REDIPE Capítulo Cuba

_____ y O. Pestana, (2025). Festival físico-recreativo para las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”. XXX Fórum por la innovación del CCMM

_____ y O. Pestana, (2025). Actividades físico-recreativo para las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe” Monografías UM

_____ y O. Pestana, (2025). Programa físico-recreativo para las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”. Revista Retos turísticos de la UM

Hernández Triana, M. (2014). *Psicología del envejecimiento*. Universidad de La Habana

Instituto Nacional de Estadística (INE). (2020). *Turismo de mayores en España: Características y tendencias*. <https://www.ine.es>

Jarque, A. L., Gómez, N. E., y L. Aguilar, (2022). *Juegos recreativos para el adulto mayor*. Ciencia y Deporte, 7(1). Universidad de Oriente, Cuba

- Marín, J., García, M., y Troyano, Y. (2006). *Turismo gerontológico: una aproximación conceptual*. Revista El Periplo Sustentable, (39), 31–63. Universidad Autónoma del Estado de México. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7734595.pdf>
- Mintel Group Ltd. (2021). *Senior travel trends in France*. Mintel Reports. <https://www.mintel.com>
- Organización Mundial de la Salud, (2002). *Envejecimiento activo: Un marco político*. <https://www.who.int>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Ginebra
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Promoción de la actividad física para las personas mayores*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/374873/9789240078895-spa.pdf>
- Organización Mundial del Turismo (OMT). (2022). *Turismo para todas las edades: Envejecimiento activo y turismo inclusivo*. <https://www.unwto.org>
- Organización Mundial de las Naciones Unidas. (2006). *Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad*. <https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>
- Oficina Nacional de Estadísticas e Información (ONEI). (2021). *Turismo interno en Cuba: Informe anual*. <https://www.onei.gob.cu>
- Pastor, R. et al., (2023) Unidad de Formación Especial (UFE). *Animación turística. Manual de aplicación*. La Habana
- Pérez, M.; y L. Rodríguez, (2018). *Turismo y envejecimiento activo: Una oportunidad para Cuba*. Revista Cubana de Turismo, 12(3), 45–58
- Portal Geriátrico. (2023). *Turismo y envejecimiento: claves para una experiencia saludable*. <https://portalgeriatrico.com.ar>
- Proyecto físico-recreativo para las personas mayores. (s.f.). *Monografías.com*. Recuperado de [Monografías](#)

- Richards, G. (2014). *Cultural tourism: A review of recent research and trends*. Journal of Hospitality and Tourism Management, 23, 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.jhtm.2014.10.002>
- Rostourism – Federal Agency for Tourism of Russia. (2021). *Russian senior tourism abroad: Preferences and destinations*. <https://www.russiatourism.ru>
- Rucci, A. C., Isoardi, A., Carman, N., y P. Viletto, (2021). *Identificación y clasificación de tecnologías accesibles en destinos turísticos*. Instituto de Investigaciones en Turismo, Universidad Nacional de La Plata. https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/171136/Documento_completo.pdf
- Tech10. (2022). ¿Qué es programar según autores? Recuperado de Tech10
- Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). (2018). Manual de atención integral al adulto mayor. Facultad de Medicina
- TripAdvisor. (2025). *Hotel Brisas del Caribe – Opiniones de viajeros*. https://www.tripadvisor.com.ar/Hotel_Review-g147275-d151596-Reviews-Hotel_Brisas_del_CaribeVaradero_Matanzas_Province_Cuba.html
- Trilla (1999). Las actividades físico-recreativas instrumentos de intervención socioeducativas ante la dominancia de la figura del winner ganador entre los menores
- Vigotski, L.S. y F.S. Sojin (1983). El juego en Pedagogía Prescolar. Editorial Pueblo y Educación. La Habana, Cuba.

Anexo 1. Guía para la revisión de documentos oficiales de la animación turística e indicadores tomados en consideración para su revisión.

No. Documentos consultados

1- Informes de visita a instalaciones hoteleras

a- Recopilar las insuficiencias detectadas en las visitas a la instalación hotelera

b- Analizar los resultados alcanzados por el departamento de animación turística

c- Conocer las recomendaciones dejadas para solucionar los problemas detectados

2-Registros de evaluación mensual

a- Cuantificar el número de ausencias de los animadores

b-Analizar los resultados de las evaluaciones mensual, semestral y anual

3-Actas de reuniones mensuales

a-Comparar los resultados de las evaluaciones mensuales, semestrales y anuales

b-Analizar los señalamientos dejados en cuanto a la superación de los animadores

4- Manual de Procedimientos y Programas de animación turística

a-Manual de Procedimientos de la Cadena “Cubanacán”

b-Programas de animación del hotel “Brisas del Caribe”

c-Programas F-14 y F-23 del CCMM.

Anexo 2. Entrevista aplicada a los directivos del hotel “Brisas del Caribe”.

Directivo:

Se desea contar con su colaboración para responder la siguiente entrevista que tiene como objetivo comprobar el conocimiento que poseen los directivos acerca del tema que se investiga. Se le comunica que la misma tiene carácter anónimo, por lo que su nombre y criterios no serán revelados.

Especialidad en la que labora. _____

Años de experiencia laboral. _____

Instrucciones.

Tomando en consideración lo fácil y rápido que podrá contestar las siguientes interrogantes, se necesita que responda sinceramente cada una de ellas.

1-Exponga su criterio en relación con las **actividades de animación** que se realizan para las personas mayores

2-Exprese sus argumentos en cuanto a la **calidad** de las mismas.

3-¿Qué calificación le otorga a la **variedad** de actividades para estos clientes?

4-¿Qué criterio le otorga a los programas que se realizan para ellos?

5-¿Cómo califica las actividades para el entretenimiento del “turismo seniors”?

6-Proponga 3 ó más actividades físico-recreativas para las personas mayores

Muchas gracias por su cooperación

Anexo 3. Encuesta de satisfacción aplicada a los clientes.

Estimado cliente:

Se desea contar con su colaboración para responder la siguiente encuesta que tiene como objetivo: comprobar el criterio que poseen los sujetos en relación con el tema que se estudia. Se le comunica que la misma tiene carácter anónimo, por lo que su nombre y criterios no serán revelados, pero son de gran utilidad para los propósitos que se persiguen en esta investigación.

País emisor. _____

Edad. _____

Sexo. _____

Instrucciones.

Tomando en consideración lo fácil y rápido que podrá contestar las siguientes interrogantes, responda sinceramente cada una de ellas, situando una (x) en la respuesta que considere representativa de su criterio.

1-Exponga su criterio en relación con las actividades de animación que se realizan para las personas mayores

E___ B___ R___ I___

2-Expresar sus consideraciones en cuanto a la calidad de las mismas

E___ B___ R___ I___

3-¿Cuál es la calificación que otorga a la variedad de actividades que se ofertan?

E___ B___ R___ I___

4-¿Qué criterio le otorga a los programas físico-recreativos que se ofertan para las personas mayores?

E___ B___ R___ I___

5-¿Cómo califica las actividades para la recreación de las personas mayores?

E___ B___ R___ M___

6-Proponga 3 ó más actividades físico-recreativas para las personas mayores.

Anexo 4. Guía de observación científica aplicada a los animadores turísticos

Observador (1er y 2do jefes de animación):

Se solicita su colaboración para aplicar la presente guía de observación científica, que tiene como objetivo: comprobar el conocimiento y habilidades que poseen los sujetos investigados en la ejecución de actividades físico-recreativas con las personas mayores que visitan el hotel.

Especialidad en la que labora. _____

Años de experiencia laboral. _____

Graduado de. _____

Instrucciones.

Tomando en consideración lo fácil y rápido que podrá responder las siguientes interrogantes, después de observar las actividades, responda sinceramente cada una de ellas, situando una (x) en la respuesta que considere representativa de su criterio.

| No. | Aspectos a evaluar | E | % | B | % | R | % | I | % |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Muestra conocimientos de las actividades de animación con las personas mayores | | | | | | | | |
| 2 | ¿Cómo ejecuta las actividades de animación con este segmento? | | | | | | | | |
| 3 | ¿Cuál es su criterio en cuanto a las actividades observadas? | | | | | | | | |
| 4 | ¿Qué calificación le otorga a la ejecución del animador dentro del programa? | | | | | | | | |
| 5 | ¿Cómo califica las actividades físico-recreativas que realiza el animador con las personas mayores? | | | | | | | | |

Anexo 5. Encuesta para la validación de la investigación mediante el Criterio de los Especialistas.

Especialista:

Se desea contar con su colaboración para responder la siguiente encuesta que tiene como objetivo: validar el Programa físico-recreativos para la recreación de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe”. Se le comunica que la misma tiene carácter anónimo, por lo que su nombre y criterios no serán revelados.

Instrucciones:

Tomando en consideración lo fácil y rápido que podrá contestar las siguientes interrogantes, responda sinceramente cada una de ellas, situando una cruz (X) en la respuesta que considere representativa de su criterio. Se le especifica que las categorías son: muy adecuada (MA), bastante adecuada (BA), adecuada (A), poco adecuada (PA) y no adecuada (NA), según se corresponda con su criterio. Argumente el por qué en los casos de poco adecuada o no adecuada. Ofrezca su valoración en

cuanto a:

1-Los pasos que conforman la presentación del resultado investigativo de manera general

| No. | Pasos a seguir | MA | % | BA | % | A | % | PA | % | NA | % |
|-----|---------------------------------------------------|----|---|----|---|---|---|----|---|----|---|
| 1 | Elementos a tener en cuenta para la planificación | | | | | | | | | | |
| 2 | Programa físico-recreativo | | | | | | | | | | |
| 3 | Fundamentos en los que se sustenta la elaboración | | | | | | | | | | |
| 4 | Etapas para la elaboración | | | | | | | | | | |
| 5 | Evaluación del proceso de elaboración | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|-----------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 6 | Cronograma de trabajo | | | | | | | | | | |
| 7 | Valoración general del proceso de elaboración | | | | | | | | | | |

Nota. Argumente en los casos de poco adecuado (PA) y no adecuado (NA).

Muchas gracias por su colaboración

Anexo 6. Encuesta aplicada para la validación del resultado de investigación por los usuarios.

Usuario.

Se desea contar con su colaboración para responder la siguiente encuesta que tiene como objetivo determinar la validez del Programa físico-recreativos para la recreación de las personas mayores que visitan el hotel “Brisas del Caribe” Varadero”. Se le comunica que su nombre y criterios no serán revelados.

País: _____. Edad: _____ Sexo: _____

Instrucciones.

Tomando en consideración lo fácil y rápido que podrá contestar las siguientes interrogantes, responda sinceramente cada uno de los aspectos que se miden, situando una cruz (X) en la respuesta que considere representativa de su criterio. Se le especifica que las categorías son: muy adecuada (MA), bastante adecuada (BA), adecuada (A), poco adecuada (PA) y no adecuada (NA). Argumente el por qué en los casos de poco adecuada o no adecuada.

Ofrezca su valoración en cuanto a:

1-Exponga su grado de satisfacción en relación con las actividades de animación que se realizan en la instalación

2-Expresé sus consideraciones en cuanto a la calidad de las mismas

3-Ofrezca su criterio en cuanto a las actividades observadas por usted

4-¿Qué calificación le otorga a la participación del equipo de animación en el programa físico-recreativo para la recreación de las personas mayores en el hotel “Brisas del Caribe”?

5-¿Cómo califica las actividades que se realizan en el programa físico-recreativo para la recreación de las personas mayores el hotel “Brisas del Caribe”?

6-¿Cuál es su valoración general en cuanto a las ofertas que se presentan en el programa físico-recreativo?

Nota. Argumente en los casos de poco adecuado (PA) y no adecuado (NA).

Muchas gracias por su cooperación.

Anexo 7. Tabla de significación porcentual aplicada para el cálculo de los puntos críticos de la distribución binomial mediante el algoritmo de Bukač J.

| No. | 10 % | 5 % | 1 % | | No . | 10 % | 5 % | 1 % | | No . | 10 % | 5 % | 1 % |
|-----|------|-----|-----|--|------|------|-----|-----|--|------|------|-----|-----|
| 1 | | | | | 21 | 15 | 16 | 17 | | 41 | 27 | 28 | 30 |
| 2 | | | | | 22 | 16 | 17 | 18 | | 42 | 27 | 28 | 30 |
| 3 | | | | | 23 | 16 | 17 | 19 | | 43 | 28 | 29 | 31 |
| 4 | | | | | 24 | 17 | 18 | 19 | | 44 | 28 | 29 | 31 |
| 5 | 5 | | | | 25 | 18 | 18 | 20 | | 45 | 29 | 30 | 32 |
| 6 | 6 | 6 | | | 26 | 18 | 19 | 20 | | 46 | 30 | 31 | 33 |
| 7 | 7 | 7 | | | 27 | 19 | 20 | 21 | | 47 | 30 | 31 | 33 |
| 8 | 7 | 8 | 8 | | 28 | 19 | 20 | 22 | | 48 | 31 | 32 | 34 |
| 9 | 8 | 8 | 9 | | 29 | 20 | 21 | 22 | | 49 | 31 | 32 | 34 |
| 10 | 9 | 9 | 10 | | 30 | 20 | 21 | 23 | | 50 | 32 | 33 | 35 |
| 11 | 9 | 10 | 11 | | 31 | 21 | 22 | 24 | | 51 | 32 | 33 | 36 |
| 12 | 10 | 10 | 11 | | 32 | 22 | 23 | 24 | | 52 | 33 | 34 | 36 |
| 13 | 10 | 11 | 12 | | 33 | 22 | 23 | 25 | | 53 | 33 | 35 | 37 |
| 14 | 11 | 12 | 13 | | 34 | 23 | 24 | 25 | | 54 | 34 | 35 | 37 |
| 15 | 12 | 12 | 13 | | 35 | 23 | 24 | 26 | | 55 | 35 | 36 | 38 |
| 16 | 12 | 13 | 14 | | 36 | 24 | 25 | 27 | | 56 | 35 | 36 | 39 |
| 17 | 13 | 13 | 15 | | 37 | 24 | 25 | 27 | | 57 | 36 | 37 | 39 |
| 18 | 13 | 14 | 15 | | 38 | 25 | 26 | 28 | | 58 | 36 | 37 | 40 |
| 19 | 14 | 15 | 16 | | 39 | 26 | 27 | 28 | | 59 | 37 | 38 | 40 |
| 20 | 15 | 15 | 17 | | 40 | 26 | 27 | 29 | | 60 | 37 | 39 | 41 |

*: P < 0.1; **: P < 0.5; ***: P < 0.01