

La jubilación

"No te preocupes tanto por la vida, de cualquier forma no saldrás vivo de ella"
Anónimo

Camilo Ramírez Garza

Dadas las condiciones laborales y económicas actuales: la extensión de los años de trabajo, la desaparición de la seguridad social y la instauración del trabajo por honorarios, etc. quizás en poco tiempo, si no es que ya, desaparecerá la jubilación. Por los que para muchas personas, la vida laboral, terminará por coincidir en su totalidad con el tiempo de vida. Esto tendrá consecuencias, tanto económicas como subjetivas. Sin embargo, todavía en la actualidad millones de trabajadores pasan de la vida laboral al -¿disfrute?-de su jubilación.

Quienes se jubilan emprenden una experiencia que plantea, por un lado, el disfrute del tiempo de descanso -justo y necesario- después de una larga vida laboral, ahora se trata de "cosechar los frutos" del trabajo -se dirá, y por el otro, confrontarse con una nueva condición de vida: pasar del ajetreo laboral del día a día, donde se cumplían funciones determinadas, las cuales otorgaban referentes específicos: ser ingeniero, médico, policía, maestro, etc. a dedicarse más tiempo a otras



No es raro que dicho pasaje, del ámbito laboral al de la jubilación, sea vivido por algunos con incertidumbre y dolor, como una pérdida, como un duelo.

actividades en la casa y/o actividades sociales.

No es raro que dicho pasaje, del ámbito laboral al de la jubilación, sea vivido por algunos con incertidumbre y dolor, como una pérdida, como un duelo, pues se ha dejado algo de sí tras esos años laborales, y ahora no se encuentran las formas de retomar o

reinventar nuevas vías de hacer algo con el tiempo libre, por lo que en muchos casos, la persona que se jubila se confina al sillón frente al televisor y de ahí a terminar en breve tiempo su existencia. Esto, aunque suene muy dramático, es parte de lo que muchos trabajadores al jubilarse experimentan: detrimento de la salud física, deterioro

Psicología

cognitivo, síntomas depresivos, etc. No por nada la diabetes y los infartos al miocardio, así como las embolias tienen una alta incidencia en personas que habiendo perdido el referente laboral que daba organización y soporte a su existencia, no logran enlazarse a otras actividades que les desarrollen creativamente, divirtiéndolas más allá de la comida y la bebida, por lo que terminan consumiéndose a sí mismo en el consumo.

"Es en el juego y solo en el juego que el niño y el adulto como individuos son capaces de ser creativo... y sólo al ser creativo el individuo se descubre a sí mismo" (Donald Winnicott) ¿Y qué tal si se pensara la jubilación como un juego nuevo? Más allá o más acá de la pérdida de referentes laborales que otrora organizaran la vida, la posibilidad de ahora, "llenar" con algo diferente (una pasión nueva, antigua, etc.) para desarrollar una posición activa

ante la vida actual, apropiarse del tiempo presente de otra forma, como por ejemplo, retomar un viejo reto/proyecto que aguarda a la espera de ser rea-lizado.

Vivir para la nostalgia (el dolor por el retorno) es en cierta forma perder el instante que posibilitaría realizar aquello que se desea hacer, sin embargo también se puede decidir vivir así: vivir para recordar, pues recordar es vivir. Sin embargo para muchos adultos mayores anclarse al solo recuerdo de las viejas batallas, consiste en experimentar un sin sentido del tiempo y vida presente, por lo que cuando encuentran una pasión en el instante que viven, experimentan la vida (creativa) de nuevo; entonces han descubierto la falacia de "Chango viejo no aprende maroma nueva"

<http://columnacamilo.jimdo.com>
Twitter: @CamiloRamirez_

Tratan autismo con tecnología mexicana

La doctora Mónica Elizabeth Tentori Espinosa, del Centro de Investigación Científica y de Educación Superior de Ensenada (CICESE) diseñó un material didáctico a partir de tecnología ubicua que se emplea en las terapias cognitivas de niños con autismo.

Se trata de un prototipo llamado T3, que es un cubo de tres por tres centímetros con varios sensores en su interior además de un acelerómetro, un motor, un micrófono, una bocina y un arreglo de luces.

El cubo T3 puede programarse para emitir diferentes patrones de luz (por ejemplo parpadear o iluminarse en verde, blanco y rojo), moverse a una distancia predeterminada o girar, y grabar canciones o instrucciones para los niños con autismo. Los acelerómetros se utilizan para detectar cuando el niño toma, agita o suelta el cubo.

Este material, indicó la investigadora del CICESE, una vez que se introduce en un objeto (por ejemplo en un muñeco de peluche), se programa para que pueda hablar, cantar, iluminarse o moverse cuando el niño lo tome.

De acuerdo con la especialista, el cómputo ubicuo propone un ambiente tecnológico-informativo de dispositivos en diferentes escalas, como es el caso de una computadora de escritorio,

A través de dispositivo didáctico programan actividades para interactuar con pacientes

reaccionar a diferentes interacciones que la persona requiera dentro de la terapia", explicó la especialista del CICESE.

El T3 se evaluó en la clínica Pasitos con 17 niños que padecen autismo y tuvo un impacto en el comportamiento del niño, redujo los manierismos, incrementó la motivación del niño en la terapia.

Como los pequeños que padecen esta enfermedad tienen problemas de atención, las terapeutas tratan de llamar su atención, en ocasiones lo logran después de varias horas, y al emplear el cubo pasan mayor tiempo atentos durante en las terapias.

Indicó que antes de introducir esta tecnología en las terapias de niños con autismo, los pequeños hacían en promedio 20 "manerismos", como mover la cabeza o agitar las manos, y mostraban problemas de comportamiento.

positivo al cual le pusimos un algoritmo de reconocimiento de patrones que registra si lo toma o lo suelta, y nos hace saber con qué presión lo agita", explicó.

El segundo prototipo desarrollado por la especialista del CICESE es el CleanBookun proyector multimedia capaz de aumentar una superficie e imágenes de la guía de actividades -paso a paso- para los niños.

Y el tercero se llama Mosocouna aplicación de realidad aumentada que ayuda a los niños a incrementar la práctica de habilidades sociales e interacciones.

La especialista concluyó que estos dispositivos proponen una nueva manera de interactuar con un ambiente computacional y tecnológico de realidad aumentada, lo que permite descubrir información digital asociada a un objeto o una información básica.

DESARROLLAN DISPOSITIVO TERAPÉUTICO

Con el propósito de apoyar algunas terapias de personas con discapacidad, alumnos de la Ingeniería en Tecnologías Electrónicas del Tecnológico de Monterrey, Campus Guadalajara, desarrollaron "Abby", un aparato que contribuye a lograr el aprendizaje de nombres de los elementos del entorno.

"Abby" es una tecnología que consiste en un juego electrónico con pantalla, sonido e iluminación, y que posee 12 botones intercambiables, además de incluir librerías temáticas que cambian la dinámica de juego y la retroalimentación. A través de ésta, es posible



Una de las niñas haciendo tap.

fomentar el aprendizaje mediante conceptos asociativos, de manera que la persona comprende y relaciona una imagen con el botón.

Las personas con autismo requieren de terapias que fomenten la asociación entre objetos o símbolos y un estímulo visual, por esta razón, esta tecnología resulta un método eficaz para lograr el aprendizaje asertivo de la relación entre las imágenes, los sonidos y los botones con algún significado.

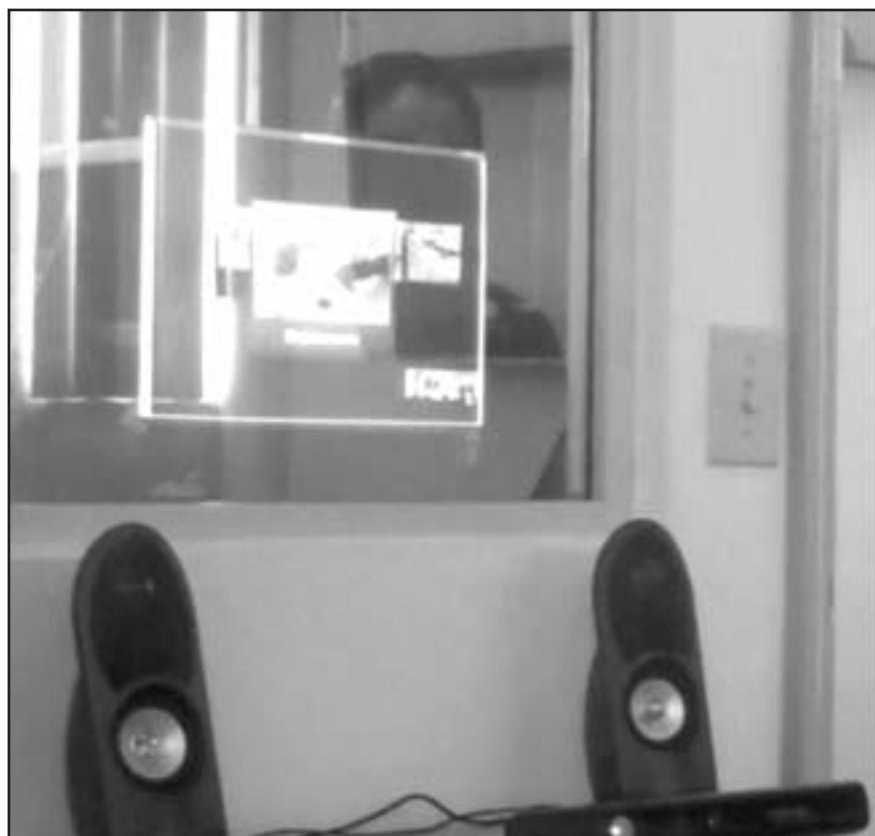
José Manuel Beltrán, uno de los alumnos del Tecnológico de Monterrey campus Guadalajara que desarrollaron la tecnología, refirió que Abby está diseñado para una mayor resistencia ante circunstancias ordinarias en pacientes con autismo. Por ejemplo, "Si el niño lo arroja, resiste y no se rompe, y aún

cuando esto pasara, no representa un gasto grande, además de es de fácil acceso y ofrece actualizaciones".

Para obtener resultados certeros, los universitarios realizaron observaciones con niños autistas pertenecientes a la Fundación HACE. Esta interacción les permitió perfeccionar progresivamente el sistema al observar que, de acuerdo con el comportamiento de los menores autistas, los botones tenían que ser diseñados con formas específicas, y la voz que incluye el dispositivo debía ser de alguien reconocido por el paciente, entre otros aspectos.

Hasta el momento, los alumnos de la institución académica han desarrollado el prototipo de "Abby", aunque faltan esfuerzos para su diseño exterior.

(Agencia ID)



El CleanBookun es un proyector multimedia capaz de aumentar una superficie e imágenes de la guía de actividades -paso a paso- para los niños.

teléfono inteligente o sensores embebidos en un lugar o contexto que dan servicios a los usuarios de manera natural y transparente.

El prototipo T3 se usa en la clínica "Fundación Pasitos", de Tijuana, Baja California, que atiende a cerca 60 niños con autismo, y el cubo se empleó porque este objeto puede incorporar implementos de uso cotidiano para los infantes.

"El cubo se introduce dentro de algún objeto, entonces el niño interactuaría con el juguete físico, pero ahora éste puede hablar, cantar, moverse y

Con el empleo del cubo T3 disminuyeron estos problemas, y han mostrado mayor interés en las actividades que les muestran las terapeutas.

La doctora Tentori Espinosa explicó que a partir de la problemática de los niños en la clínica de Pasitos desarrollaron esta tecnología y seleccionaron la adecuada con los maestros y estudiantes.

"Con esta tecnología embebida en diversas actividades de la vida cotidiana, los pequeños interactúan con el objeto aun cuando son niños de baja funcionalidad. El pequeño toma el dis-



Esta tecnología fomenta en los menores el aprendizaje mediante conceptos asociativos.