

Informe de Gymkana

Primera Gymkana por el adulto mayor
Parque Omar - agosto 2025

Por Yadyra Yáñez

Índice

1. Objetivos de la Gymkana
2. Estrategias
3. Estadísticas
4. Objetivos alcanzados
5. Conclusiones



Objetivos de la Gymkana

El objetivo principal de la Gymkana por el adulto mayor, fue crear un espacio de visibilización de los programas de Fundación MAI ante la comunidad, mientras se promueve el “hacer arte” a través de los 5 ejes de estimulación del Método MAI, (Métodos Arteterapéuticos Integrados) hacia un envejecimiento activo y saludable.



Estrategias



ESTRATEGIA 1: Permisos y presentación

Alianzas con las principales entidades que faciliten la acción: Despacho de la Primera Dama, Junta Comunal de San Francisco y presentación proyecto a empresas patrocinadoras.

ESTRATEGIA 2: Alianzas

Con escuelas de medicina, enfermería, psicología y demás, en canje por horas de labor social, a quienes se capacitó en los ejes y colaboraron en los materiales y atención en la feria.



ESTRATEGIA 3: Difusión

Difusión en medios de comunicación, radio, tv, redes Sociales, influencers, sobre la feria y las actividades realizadas. Envío de Nota de prensa. Alianza con SUMARSE.

Estadísticas actuales

Según el censo poblacional en Panamá existen 563,641 personas mayores (INEC, 2023). aproximadamente 14%. Para el 2050 el dato se duplicará pasando a ser casi un 25% de la población panameña.

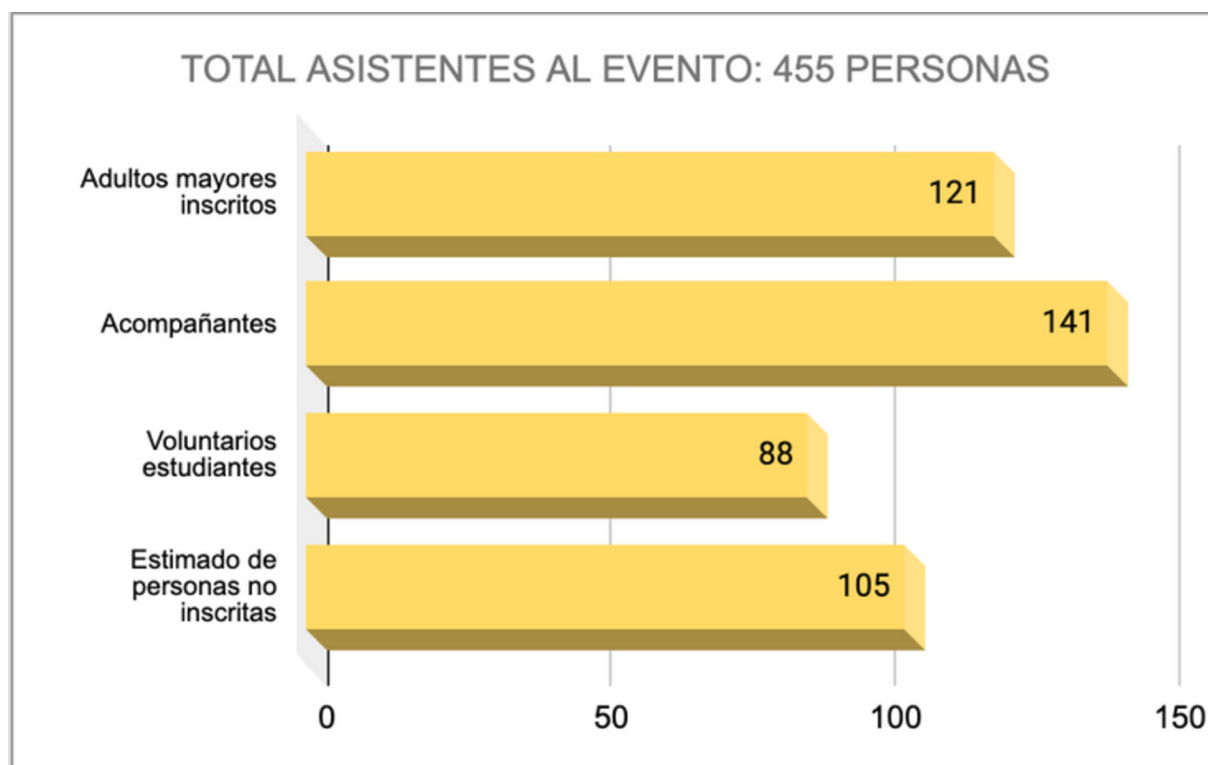
En la zona metropolitana se estiman 132,505 personas mayores y entre los padecimientos más destacados: el 65% personas mayores de 65 años sufren depresión, principalmente los que viven en albergues; a nivel de enfermedades físicas la mayoría sufre hipertensión y diabetes.

En el país se cuentan 79 centros de larga estancia de los cuales solo 12 son subsidiados por el MIDES



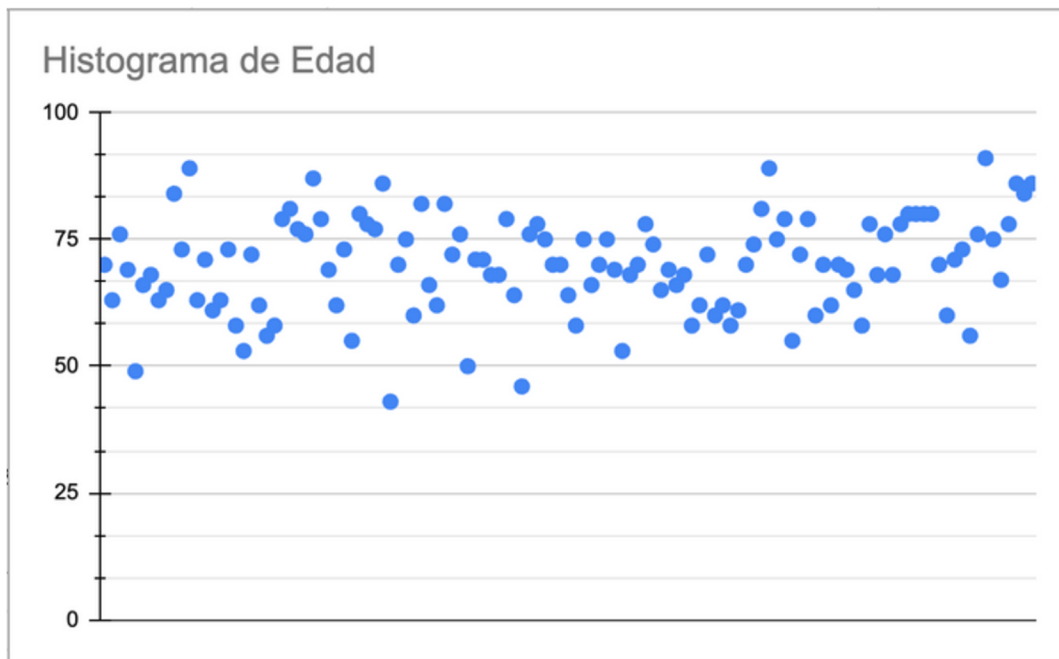
Objetivos alcanzados

La Primera Feria Gymkana por el adulto mayor representó una asistencia de 455 personas de los cuales:

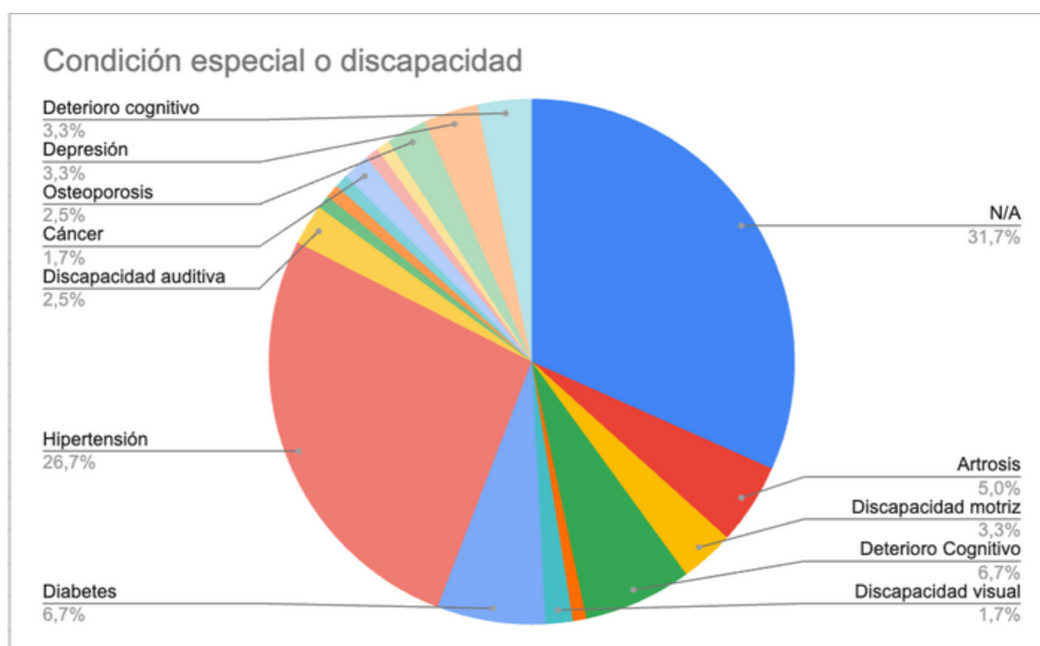




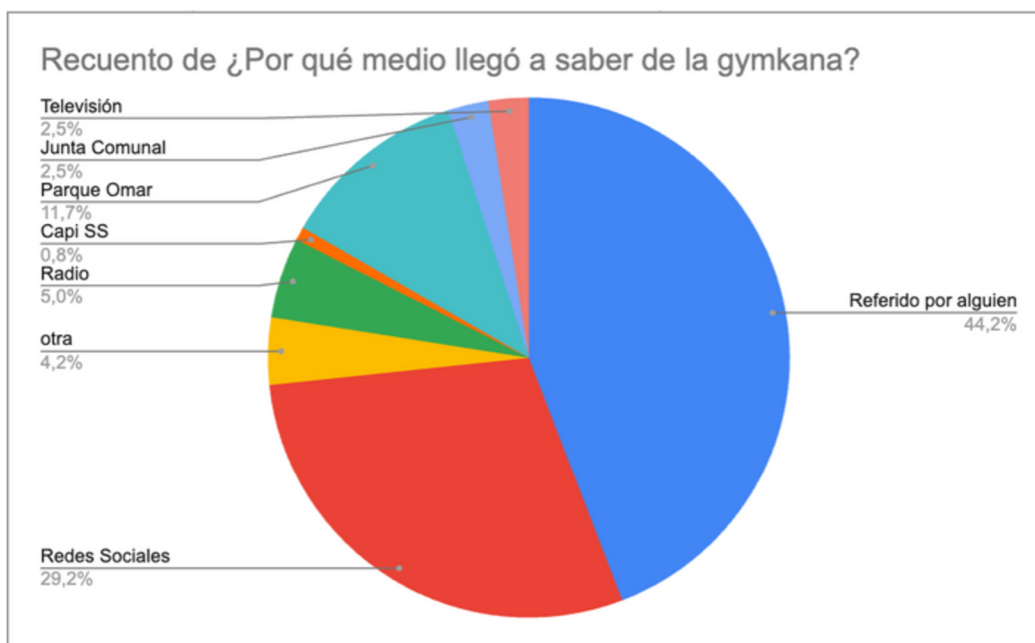
Las edades de las personas atendidas estuvieron en el rango de 49 y 91 años y el promedio estuvo en 70 años:



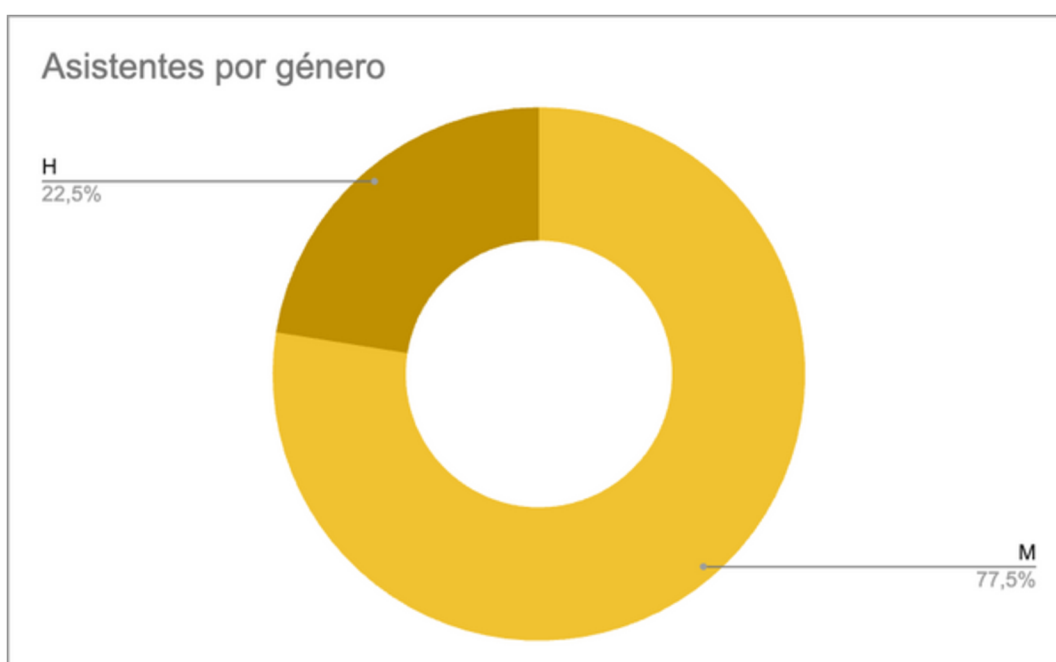
Se atendió a personas con las siguientes condiciones o discapacidades:



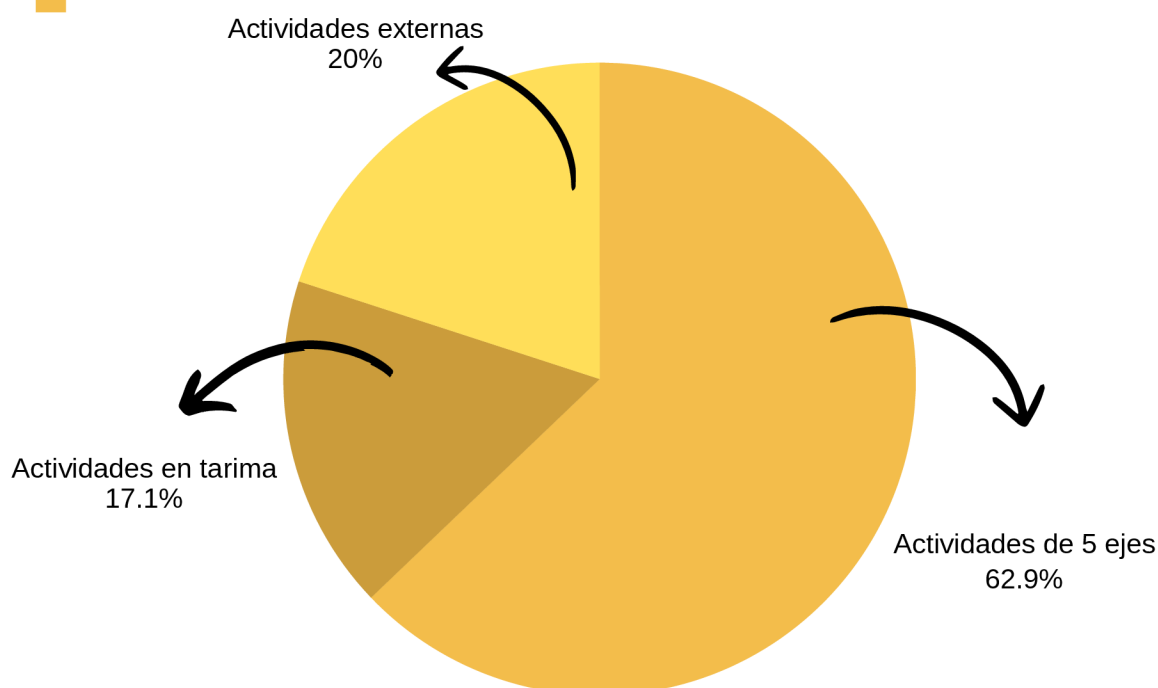
Los medios por los cuales recibieron la información de la feria:



La distribución por género está mayoritariamente hacia las mujeres, sin embargo un 22.5% de asistencia de hombres es significativo.



Objetivos alcanzados



De 8 de la mañana a 4 de la tarde, se realizaron 35 actividades simultáneamente de los 5 ejes de estimulación que propone el Método MAI, más actividades grupales en tarima y las de las empresas aliadas con lo cual cumplimos nuestros objetivos propuestos.

1. Eje Cognitivo
2. Eje Sensorial
3. Eje Motriz Fino
4. Eje Motor Grueso
5. Eje Psicosocial

| Conclusiones

Conclusión 1

El evento fue un éxito total. Las personas pidieron repetir el evento ya que no existen eventos donde el adulto mayor participe de manera tan interactiva y educativa. Los comentarios fueron muy positivos.

Hubo ausencia de las personas residentes de los hogares, se debe considerar que el domingo no cuentan con movilización.

Conclusión 2

La participación de los estudiantes de carreras de medicina, enfermería, psicología, terapia ocupacional, fisioterapia y otras le dio un enfoque más orientado hacia la salud y bienestar a los asistentes. Su trabajo se sintió muy valorado.

Conclusión 3

Es necesario realizar más alianzas con empresas, emprendimientos y entidades dedicadas a la salud en general y orientadas al adulto mayor, a fin de ampliar la oferta de productos, regalos y alternativas para las personas mayores asistentes.



GRUPO MAI

ARTE - SALUD - BIENESTAR

-  Coco del Mar, san Francisco
-  @fundacionmaipty
-  (507) 292-9391
-  eventos@fundacionmaipty.org

www.fundacionmaipty.org