



Universidad de la República

Facultad de Psicología

**Personas Mayores y participación:
análisis de intervenciones en el programa APEX
durante el período de aislamiento por Covid-19.**

Servicio: Cerro Norte, Aprendizaje y Extensión (APEX)

Dafne Barros Ferrer. C.I.: 5.115.391-9

Tutora: Prof. Adj. Mag. Sylvia Montañez Fierro

Revisora Prof. Adj. Mag. Virginia Masse

Montevideo - 2022

Resumen	3
Introducción	4
Objetivos	5
Contextualización	5
1. Práctica “Efi interdisciplina-APEX”	5
2. Programa APEX	7
3. Subprograma de trabajo con Personas Mayores durante el período de Pandemia	8
4. Contextualización de la experiencia en “Talleres de Libre Expresión” durante el 2021	10
4.1. Taller de Libre Expresión Presencial	11
4.2. Taller de Libre Expresión en Hogares	12
4.3. Taller de Creatividad y Expresión por Zoom	14
Referentes conceptuales	15
1. Sentidos sobre el envejecimiento y la vejez	17
2. Vejez y Participación	19
2.1. Reconocimiento	20
2.2. Soledad	21
2.3. Género	23
Interpretación crítica de la experiencia	25
1. Sobre el rol profesional y análisis de la implicación	25
1.1. Programa APEX y Facultad de Psicología	25
1.2. Contexto Pandémico	27
1.3. Rol profesional	27
1.4. Personas mayores y modalidad de intervención	28
1.5. Escritura de esta producción	29
2. Potencialidades y debilidades identificadas en los tres distintos dispositivos de intervención	31
2.1. Taller de Libre Expresión Presencial	31
2.2. Taller de Libre Expresión en Hogares	33
3.3. Taller de Creatividad y Expresión por Zoom	35
Bibliografía Consultada:	38
Anexos	42

Resumen

El presente trabajo se centra en el “Taller de Libre Expresión”, ubicado dentro del dispositivo clínico - asistencial del Subprograma de Personas Mayores del Programa APEX de la Universidad de la República (UDELAR), el cual brinda atención y acompañamiento psicológico a sus integrantes mediante un dispositivo grupal-presencial.

Durante el 2021, se imposibilitaron los encuentros grupales-presenciales por un período prolongado de tiempo, a causa de la pandemia por Covid-19. La identificación de problemas llevó a generar actividades que implicaron desafíos de trabajo distintos, surgiendo diferentes propuestas que resultaron novedosas en la trayectoria de APEX.

Se entiende por propuestas novedosas a los proyectos que se implementaron como alternativa al “Taller de libre Expresión” que solía darse de forma presencial: “Taller de Libre Expresión en Hogares” y “Taller de Creatividad y Expresión por Zoom”.

El objetivo de este trabajo es reflexionar acerca de los formatos del “Taller de Libre Expresión” que se planificaron e implementaron en el sub programa para personas mayores del Programa APEX, realizados dentro del período agosto-diciembre del 2021, durante la pandemia por Covid-19, con personas cuyo rango de edad fue entre 67 y 88 años.

Se busca, para ello, problematizar acerca de los sentidos que son atribuidos a la vejez y envejecimiento analizando cómo estos impactan sobre la participación de las personas mayores en su contexto social, a través de conceptos como el de “género”, “soledad” y “reconocimiento”.

Por último hace un análisis sobre el rol profesional y la propia implicación de quien escribe y se identifican entre los tres distintos dispositivos descritos aquellas fortalezas y debilidades que cada uno de ellos presenta.

Palabras clave: Personas Mayores, Pandemia, Taller de Libre Expresión, Participación.

Introducción

El programa APEX (Aprendizaje y Extensión) desarrollado en el barrio Cerro de la ciudad de Montevideo es un espacio que tiene por objetivos:

Contribuir al estudio de los problemas de interés general y propender a su comprensión pública; defender los valores morales y los principios de justicia, libertad, bienestar social, de los derechos de la persona humana y la forma democrático-republicana de gobierno. (Ley Orgánica de la Universidad de la República, 1958, artículo 2)

Para poder cumplir con sus propósitos, el programa está dividido en subprogramas con objetivos y fines específicos. Uno de ellos y el cual compete a este trabajo es el subprograma etario dirigido a personas mayores. El mismo cuenta con 26 años de trayectoria, buscando brindar acompañamiento y atención integral mediante la conjunción de cuatro dispositivos a saber: comunitario, clínico -asistencial, de articulación interinstitucional e intersectorial y por último, de comunicación y debate.

El presente trabajo se centra en el Taller de Libre Expresión (TLE) ubicado dentro del dispositivo clínico - asistencial del Subprograma de Personas Mayores del Programa APEX de la Universidad de la República (UDELAR), el cual inició en 2007 brindando actualmente atención y acompañamiento psicológico a sus integrantes mediante un dispositivo grupal-presencial. El mismo será desarrollado más detalladamente en apartados posteriores.

Durante el 2021, fruto de las medidas tomadas por el gobierno de turno debido a la emergencia sanitaria por Covid-19, se imposibilitaron los encuentros grupales-presenciales por un período prolongado de tiempo. Esto derivó en la necesidad de buscar nuevas formas para continuar acompañando los procesos que las personas mayores venían realizando, a pesar del distanciamiento social al que se veían expuestas.

Docentes, estudiantes y profesionales pertenecientes a la institución, nos dispusimos a reflexionar sobre la situación en que se encontraban las personas mayores durante la crisis sanitaria. Consideramos que se estaba ante una situación de aislamiento debido a las medidas impuestas en el país en ese momento. Estimamos que era necesario la posibilidad de generar encuentros, abrir al diálogo y la comunicación. La identificación de problemas llevó a generar actividades que implicaron desafíos de trabajo distintos, originándose propuestas diferentes a las establecidas y que resultaron novedosas en la trayectoria de APEX, por las cuales surge el interés en esta producción.

Entendemos por propuestas novedosas los proyectos que se implementaron como alternativa al “Taller de Libre Expresión” que solía darse de forma presencial: “Taller de Libre

Expresión en Hogares” y “Taller de Creatividad y Expresión por Zoom”. Uno de los objetivos de este trabajo consiste en analizar la experiencia práctica realizada dentro del período agosto-diciembre del 2021, con personas cuyo rango de edad fue entre 67 y 88 años en el “Taller de Libre Expresión” y los dos formatos antes referidos, que surgieron a partir del mismo.

Siguiendo esta línea se busca que la experiencia no sea una acumulación de aprendizajes personales, sino que permita a futuros actores conocer las potencialidades y limitaciones que fueron identificadas dentro de cada modalidad para que se facilite la generación de propuestas y actividades en y con la población, pudiendo adaptarse a las distintas necesidades y posibilidades.

Objetivos

Objetivo general: Reflexionar acerca de los formatos de “Taller de Libre Expresión” que se planificaron y se realizaron en el sub programa para personas mayores del Programa APEX, durante la pandemia por Covid-19.

Objetivos específicos:

- Problematizar sobre los sentidos que se le atribuyen a la vejez y el envejecimiento y cómo estos afectan en los roles que las personas mayores ocupan y su participación en su contexto social.
- Documentar la experiencia, buscando que la misma aporte a las prácticas futuras.
- Describir el análisis realizado en los tres distintos dispositivos e identificar fortalezas y debilidades.

Contextualización

1. Práctica “Efi interdisciplina-APEX”

En el marco de las prácticas de ciclo integral y ciclo de graduación de la Facultad de Psicología, se enmarca el convenio con APEX el cual posibilita la inserción de estudiantes avanzados de la licenciatura. Los estudiantes se integran en los servicios de salud del Programa APEX de la Universidad de la República (UDELAR) durante 8 meses. En dicho servicio el estudiante tiene una carga horaria presencial obligatoria de 8 horas semanales,

divididas en Ateneos Interdisciplinarios, espacios de supervisión y concurrencia a los lugares de práctica, en los cuales las intervenciones se encuentran orientadas por un profesional referente y acompañadas por un equipo docente de la Facultad de Psicología.

En este trabajo, se presenta la experiencia dentro del “Espacio de Formación Integral de Profundización” realizada por quien escribe. La misma se propone para el ciclo de graduación desde el Instituto de Psicología y Educación y el Instituto de Psicología Clínica. El objetivo del Espacio de Formación Integral es permitir al estudiante incursionar en los diferentes roles y perspectivas del trabajo del psicólogo en el primer nivel de atención.

En la práctica se comparte con aquellas personas que acuden al programa, profesionales y estudiantes de varias disciplinas, que varían según el subprograma al cual el estudiante se inserte. A lo largo de esta producción se hará referencia al subprograma de personas mayores, en el cuál se forman equipos integrales entre profesionales y estudiantes de nutrición, trabajo social, geriatría, medicina y psicología, buscando proporcionar abordajes interdisciplinarios para las personas mayores.

Durante las intervenciones, como se señala en el documento “Para la Renovación de la Enseñanza y Curricularización de la Extensión y Actividades en el Medio” (2013), se destaca la necesidad de considerar la igualdad de las personas, darle prioridad al intercambio y al diálogo entre ellas, tener en consideración los distintos saberes al momento de plantear objetivos de relevancia social, todo lo anterior dando prioridad a los problemas de los sectores más postergados.

Se generan intercambios entre los actores, profesionales y estudiantes de cada subprograma que enriquecen y facilitan la práctica y que a su vez resultan beneficiosos para la población, para el servicio y para el estudiante, pues se va generando un proceso educativo transformador (Souza, 2009). En esta línea de pensamiento, como la concebimos, se considera que el acercamiento al trabajo de los equipos, que llamamos “apexianos” aporta en la formación del estudiante brindando herramientas introductorias a la investigación, al análisis crítico de las prácticas comunitarias y al acercamiento a prácticas de carácter integral (Viñar y Cavalli, 2015) entendiendo éstas como el movimiento que, sin descuidar los aprendizajes y la producción de conocimiento, pone a la interacción con la sociedad como el motor de la vida universitaria (APEX, s/f).

2. Programa APEX

El Programa APEX tiene su génesis en 1993, aunque el proyecto para la creación del mismo es anterior a la dictadura de Uruguay (1973). APEX promueve el mejoramiento de la calidad de vida de la población residente, que se desarrolla en el Municipio A¹ (Anexo 1). Se interviene a través de la conjunción de las funciones universitarias, de los diferentes profesionales y de la universidad con otras instituciones con las que comparten objetivos (Álvarez, 2015; Viñar y Cavalli, 2015).

El Programa está definido como un espacio Interdisciplinario e integral que procura la concurrencia conjunta, integrada y coordinada de los servicios universitarios en el ámbito comunitario, asociado indisolublemente a la enseñanza, investigación, extensión y asistencia. Este programa educacional asocia la docencia con la prestación del servicio de atención primaria de la salud, sobre bases de integración docente-asistencial y promoviendo la participación protagónica de la comunidad y sus organizaciones no gubernamentales en sus diversas formas de expresión (Ordenanza, 1993).

Desde sus inicios hasta la fecha, el programa alienta el aporte de estudiantes de distintos servicios creando un modelo de aprendizaje “Apexiano”, que destaca al ámbito comunitario como espacio de educación formal. Se considera que el desarrollo del aprendizaje se da en base a problemas, es decir, en el entendimiento de las necesidades, problemas y potencialidades como algo no dado a-priori. El aprendizaje se construye al involucrarse y apropiarse, buscando alternativas, elaborando y ejecutando proyectos, trabajando en equipo, muchas veces multidisciplinarios y retribuyendo a la sociedad respecto del saber universitario (Beltran, 2009).

Podemos encontrar entre los objetivos del Programa algunos que se destacan, a saber: partir de la estrategia de Atención Primaria de Salud para impulsar el desarrollo de un Sistema Local de Salud en el área del Cerro y sus aledaños; desarrollar y profundizar el Programa de proyección comunitaria y barrial; impulsar la creación de Programas específicos de animación sociocultural, ambiente y desarrollo productivo, considerando que los mismos tienden a mejorar la calidad de vida de la población. Para lograr el cumplimiento de los objetivos el Programa se estructura en Subprogramas temáticos, etarios y territoriales, teniendo a su vez dos Unidades de Apoyo: Unidad de Información y Unidad de Metodología para el Trabajo Comunitario (Beltran, 2009).

En el año 2000 el Programa comienza un proceso de re-estructura, que finaliza en el año 2002 y aún se mantiene, abarcando nuevas zonas: Casabó, La Paloma, La Boyada,

¹El Municipio A corresponde a los siguientes barrios: Paso de la Arena, Nuevo París, Belvedere, Prado Nueva Savona, La Teja, Cerro, Casabó Pajas Blancas, La paloma Tomkinson, Tres Ombúes Pueblo Victoria.

Rincón del Cerro, la Villa del Cerro y Cerro Oeste- Santa Catalina, buscando abarcar la mayor parte del área urbanizada del Zonal 17 (Beltran, 2009).

3. Subprograma de trabajo con Personas Mayores durante el período de Pandemia

Dentro del subprograma de trabajo con personas mayores, se encuentran: la policlínica, que brinda atención gerontológica, social, psicológica y nutricional, de forma individual o familiar y los espacios grupales que comprenden los talleres de libre expresión antes mencionados y el “Cine Foro” llevado adelante por la referente y estudiantes de Trabajo Social.

Es sabido que en los años 2020 y 2021 el mundo se vio afectado por una pandemia causada por el virus Covid-19. Debido a ello nuestro país tomó medidas restrictivas que llevaron a detener las actividades de múltiples servicios, incluyendo los brindados en el Programa APEX.

Fue un período de incertidumbre donde las decisiones gubernamentales dictaminadas cambiaban en relación al avance y evolución de la enfermedad pandémica relacionada con los contagios existentes. Esto llevó a modificar también los dispositivos de trabajo dentro del programa así como los modos de relación entre las personas que asistían, implicando un mayor desafío si tomamos en cuenta que las personas mayores que participan del subprograma de APEX eran consideradas población de riesgo frente al Covid-19.

En consecuencia, el Programa APEX de la Universidad de la República (UdelaR) tuvo que reorganizar y adaptar sus actividades, buscando dar respuesta a las problemáticas que emergieron en los territorios del Municipio A a raíz de este contexto socio histórico sin precedentes. Los impactos estaban vinculados principalmente a los efectos que las emergencias sanitarias, económicas y sociales produjeron en la población (Olivetti, 2021).

La primera etapa de intervención, que comprendió los primeros cinco meses pandémicos, consistió en recepcionar y atender las problemáticas que tenía la población. Cabe mencionar que algunas de las personas que participaban del subprograma dependían de ingresos que recibían por trabajos informales los cuales alcanzaban apenas para satisfacer sus necesidades básicas, y por ende las intervenciones estaban ligadas a conseguir canastas de alimentos, recetas de medicamentos y facilitar las dificultades de acceso a algunos servicios (Álvarez et al, 2021).

Luego que el equipo definió la estrategia a seguir y cómo intervenir se decidió el modo de continuar con las actividades de promoción de salud y atención gerontológica, que

consistió en elaborar una encuesta de seguimiento telefónica (Anexo 2). La misma permitió identificar factores que se valoraron predominantes como efectos de la pandemia. Entre ellos se destacan los cambios en el ejercicio de la autonomía y sentimientos de soledad asociados a la ausencia de espacios grupales (Álvarez et al, 2021). En relación a esto último cabe destacar que la mayoría de las personas entrevistadas manifestaron que su principal preocupación refería a los vínculos de amistad. Esto puede darse dado que muchas veces las relaciones que brindan apoyo emocional y acompañamiento, son principalmente de otras personas mayores que cuentan con sus mismos tiempos y debido a la pandemia dicha red que permite naturalmente un sostén se debilitó (Álvarez et al, 2021).

El equipo no dudaba de la necesidad de volver a las actividades presenciales (Anexo 3), evaluando lo importante de atender a la población de personas mayores, considerando la vulnerabilidad a la que se veían expuestas. Desde la mirada de los diferentes servicios se coincidía que la presencialidad era fundamental para la continuidad de los objetivos generales y específicos abordados por el programa. Se entendía que el mecanismo de trabajo hasta ese momento era el más óptimo, obteniendo resultados positivos en la población participante.

Durante la crisis sanitaria, se buscó que los objetivos del programa se mantuvieran adaptando herramientas necesarias para ello, siempre con la perspectiva de que dicha situación no sería permanente. Es así que atendiendo a las posibilidades reales, se construyeron nuevos espacios de encuentro, con el fin de continuar dando respuestas. Ahora bien, para que el encuentro con el otro sea posible, es necesario crear las condiciones que permitan habitar dicho encuentro, entendiendo el “habitar” no como la mera ocupación de un espacio sino como la determinación y construcción del mismo con el otro. (Álvarez, et al, 2021, p.1).

La encuesta telefónica sirvió para poder identificar qué situaciones eran más urgentes, y las mismas se priorizaron al momento de citar de forma presencial. Se podrá visualizar en las entrevistas a las referentes (Anexo 3) la valoración al trabajo presencial y la impronta que el mismo tiene, pero a su vez la capacidad de adaptación del programa para continuar el trabajo con la comunidad.

Durante el 2021 hubo otro pico en los casos de Covid-19 impidiendo los encuentros presenciales. Con un panorama más claro, luego de la experiencia obtenida el año anterior, se pudo comenzar a pensar en planificar actividades alternativas que contemplaran los cuidados necesarios para no generar contagios, atendiendo a la vez, a aquellas necesidades que ya se habían identificado. Los distintos servicios buscaron alternativas:

- Desde el servicio de nutrición estas fueron *“virtuales y/o telefónicas e individuales y escasamente domiciliarias con las medidas sanitarias vigentes en el momento” (...)* *“Todas las que permitieran “alimentar” el vínculo y acompañar. Evitar el aislamiento social.*

Llamadas telefónicas, videollamadas, mensajes de texto". (Prof. Adj. Lic. Nut. Raquel Palumbo, Anexo 3).

-Desde el servicio de trabajo social se buscaron distintas *"estrategias para continuar el vínculo y la proximidad en medio del distanciamiento físico y los protocolos vigentes para la salud. En este sentido, el uso de las tecnologías y las aplicaciones permitieron según la situación continuar trabajando desde el dispositivo asistencial (Policlínica), como desde el grupal (CineForo), en el caso de mi disciplina. La comunicación y el intercambio pasó a ser virtual (llamadas telefónicas, videollamadas, grupos de whatsapp) y en situaciones que lo requerían con las medidas correspondientes a instancia en domicilio con las medidas y recaudos establecidos por protocolo"* (Asist. Lic. TS Cecilia Rodríguez, Anexo 3).

-Desde el servicio de atención gerontológica *"se tomaron decisiones para disminuir su nivel de exposición. Se utilizaron estrategias de trabajo nuevas, acompañar fue uno de los primeros objetivos, junto con la detección precoz de situaciones de salud que debían ser vistos en forma presencial y también inmediata"* (Asist. GII. Médica Geriatra Verónica Silveria, Anexo 3)

Este trabajo se centrará en las intervenciones realizadas desde una perspectiva psicológica, atendiendo principalmente a los sentimientos de soledad y ausencia de espacios grupales antes mencionados.

4. Contextualización de la experiencia en "Talleres de Libre Expresión" durante el 2021

"Soy libre, puedo recomenzar el taller" (Monica, 83 años)

En este apartado se describe el "Taller de Libre Expresión" y sus dos formatos inspirados en éste, que quien escribe tuvo la posibilidad de participar en el período Agosto - Diciembre del 2021, dentro del espacio de Personas Mayores del Programa APEX. El equipo de trabajo ese año se conformó por Virginia Álvarez (Psicóloga), Cecilia Rodríguez (Trabajadora Social), Raquel Palumbo (Nutricionista) y Verónica Silveira (Médica Geriatra), así como estudiantes de trabajo social, nutrición, registros médicos y psicología.

La situación pandémica antes descrita exigió a estudiantes, docentes y profesionales de la institución pensar en cómo dar continuidad a estos espacios, cuidando a la población a la cual nos dirigimos y permitiendo que no sólo aquellas situaciones más urgentes sean atendidas. Con el entusiasmo de dos estudiantes de psicología: Sofía Lapaz y Dafne Barros, quien escribe, y el sustento de docentes y referentes, se gesta en Julio del 2021, la idea de realizar "Talleres de Libre Expresión en hogares" los cuales fueron llevados a cabo de agosto a octubre del mismo año.

El primer dispositivo a presentar es el “Taller de Libre Expresión”, el cual si bien, en orden cronológico no fue la primera experiencia realizada debido a la imposibilidad de encontrarnos en APEX, es un recurso ya utilizado por el equipo, llevado adelante por Virginia Álvarez (actualmente Psicóloga del equipo) desde 2007 y por ende la profesional a lo largo de los años le ha dado sustento teórico, analizando las características de esa forma de trabajo. Veremos que las otras experiencias surgidas en el 2021, comparten algunas líneas y tienen como motor el “Taller de Libre Expresión”.

4.1. Taller de Libre Expresión Presencial

El “Taller de Libre Expresión” que se realiza habitualmente en el programa APEX tiene sus bases en la Psicología de la expresión. Se destaca como antecedente en el trabajo con técnicas expresivas los planteos de Winnicott (1971), quien propone que en el juego la persona se muestra creadora, permitiendo que se manifieste la personalidad de la persona de forma auténtica. En las técnicas expresivas se posibilita la capacidad creadora. Los diferentes mediadores (arcilla, pintura, lápices, marcadores, recortes, etc) facilitan el acceso a emociones, deseos y fantasías que no se logran a través de lo verbal (Álvarez, 2015).

Namburg (1970), pionera de la Psicología de la Expresión, señala que la diferencia entre los dibujos producidos en la terapia artística, de los realizados en test gráficos es que los primeros surgen espontáneamente y los últimos son estimulados.

Cabe destacar que el uso del término “Psicología de la Expresión”, “Taller de Libre Expresión” se debe a que el énfasis está en el proceso de producción y no en la dimensión estética del producto (Álvarez, 2015). Este término es elegido por adherencia a lo propuesto por Carrasco, quien diferencia la expresión del arte, señalando que en el arte el énfasis está en el resultado final y en la expresión el énfasis está en el proceso creativo (Álvarez, 2015). El taller se denominaba de esa forma por los elementos y el espacio físico que lo componen, las actividades que se desarrollan y el clima que allí se vive, atendiendo a que el número de integrantes permita el análisis de la coordinación y/o observadores, que se disponga de diversos materiales y texturas así como que el ambiente sea legítimo (Carrasco y Fernández, 1970).

Este taller estimula el intercambio entre las personas, brindando la posibilidad de que cada participante exprese su opinión en el aquí y ahora, permitiendo el “reconocimiento” del otro en tanto diferente y semejante a la vez, estableciendo relaciones horizontales entre compañeros y con la coordinación. El proceso del taller no se queda con lo ocurrido en el día y hora del encuentro, sino que está vinculado con la apropiación del espacio, cómo se conectan con la experiencia y el descubrimiento mutuo (Álvarez, 2015).

El rol del Psicólogo consiste en dar paso a la posibilidad creadora, más que en el análisis proyectivo. Destacar lo novedoso de las producciones derivado por la singularidad del encuentro así como de la identidad, siempre en transformación, relacionada con nuestro entorno y los vínculos que establecemos.

Fue posible observar en dichos encuentros los elementos antes mencionados, donde las 9 mujeres que integraban el taller lograron en un ambiente adecuado expresarse libremente, asombrándose con sus creaciones al encontrar aspectos propios que se mantenían, así como otros novedosos. Se pudo valorar cómo diferentes instancias permitieron reflexionar sobre su vida cotidiana repercutiendo positivamente.

En octubre del 2021, cuando las condiciones sanitarias lo permitieron, se logró retomar el “Taller de Libre Expresión” de forma presencial (Anexo 4 y 7), como se venía realizando desde el 2007 hasta antes de la pandemia.

Se convocaron a las once personas que venían participando en la modalidad en hogares con el fin de continuar el proceso con el mismo grupo, sin embargo participaron nueve de las personas convocadas, siendo estas todas mujeres. Esta modalidad funcionó durante octubre y noviembre con una frecuencia semanal de una hora y media, los días viernes en el horario matutino.

En este taller los roles de Sofía, la compañera de trabajo y el mío consistieron en observar la dinámica del grupo, registrar y acompañar el proceso. Se trataba en ocasiones de acompañar a Virginia, la referente, a preparar y planificar las propuestas. En dos ocasiones se nos brindó, como estudiantes la posibilidad de planificar y coordinar el grupo de taller.

4.2. Taller de Libre Expresión en Hogares

Esta modalidad de taller fue la primera del 2021, desarrollándose durante agosto y septiembre (Anexo 5 y 8). La misma consistió en concurrir a los domicilios de las personas participantes, para alcanzarles propuestas y materiales plásticos que se seleccionaron previamente. Se les acercó y explicó la consigna de la propuesta y se intercambió con cada participante, aclarando dudas, dialogando y a su vez registrando la experiencia.

El equipo se conformó por la PsicEloga Virginia Álvarez y las dos estudiantes que realizaron la propuesta. Se intentó cumplir con los objetivos del “Taller de Libre Expresión”, los cuales son: a) abordar de forma grupal las problemáticas ya instaladas por la historia de vida del sujeto y b) actuar como espacio de promoción de salud. Esto último significó que el dispositivo permitiera el despliegue de factores protectores de la vejez como jugar, fantasear, reír, generando en el presente vivencias gratificantes (Álvarez, 2018).

En una primera instancia no se creyó posible que esta modalidad de “Taller de Libre Expresión” habilitara el encuentro del grupo debido a que era de carácter individual, realizado en los hogares de las once personas mayores que participaron. Sí se esperaba que gracias al acompañamiento de las talleristas se redujera el sentimiento de soledad antes mencionado. Sin embargo, nos llevamos la grata sorpresa de que además de que sucedía esto último, gracias a la existencia de un grupo de whatsapp entre las participantes y Virginia, la psicóloga referente, hubo diálogo y por tanto encuentro, que aunque virtual resultó ser significativamente positivo para estas personas.

Frente a la propuesta “*Qué cosas buenas nos dejó la pandemia*” una participante comentó “*Buscamos la forma de comunicarnos y saber cómo nos sentimos y apoyarnos mutuamente!!*” (Loreley, 82 años). Era usual en el grupo de whatsapp que circulara durante las mañanas un “*Buenos días chiquilinas de APEX!*” (Adriana, 81 años) y a veces surgían preguntas e intercambios a raíz de las propuestas como “*No seas haragana, levántate temprano y hacé los deberes, nosotros estamos al sol haciendo deberes, vení acá a hacer los deberes con nosotras*” (Adriana, 81 años) o “*Mala, mala compañera, no me orientas, estoy leyendo acá, el poema está precioso pero no entiendo si tengo que poner un resumen escrito*” (Mercedes, 72 años). Resultó curioso que las personas mayores utilizaban expresiones como “deberes” o “trabajo” cuando se referían a las propuestas.

La coordinación e implementación de la propuesta tenía sus dificultades, quizás porque se trataba de una experiencia nueva e innovadora, en situación de pandemia. A esto se le suma la falta de experiencia de las estudiantes en esta propuesta con las características descritas, y lo que implicaba para ellas la tarea, entre otras de planificar los objetivos y las actividades en este contexto de confinamiento.

La institución así como el equipo de referentes del espacio de personas mayores se mostraron desde un comienzo a disposición; durante el proceso la psicóloga referente Virginia estuvo disponible y atenta para guiarnos; la Institución nos abrió sus puertas, para que la implementación sea posible, facilitando impresiones en formato papel para poder entregar las consignas, materiales plásticos necesarios para que cada persona pueda realizar la actividad desde su hogar y la camioneta para poder acudir a cada uno de los domicilios.

La implementación del taller no fue sencilla, algunas de las dificultades radicaron en lograr organizarnos como equipo para encontrar momentos de planificación, supervisión y preparación de materiales. También dependíamos de los tiempos institucionales ya que algunos recursos, como la disponibilidad de la camioneta para poder asistir a los hogares distribuidos por el municipio A, no eran de tiempo completo. Todo ello impidió que desde el comienzo se pueda fijar un día y hora para entregar los materiales, lo cual generó la

necesidad de comunicarnos con las participantes vía telefónica, unos días antes, para asegurar nuestra presencia y futuro desarrollo de la actividad.

Se realizaron cuatro encuentros durante los meses de agosto y septiembre. En octubre se habilitó nuevamente la posibilidad de encuentros presenciales en el predio de APEX y coincidió en que era el “mes de las Personas Mayores”, fue una oportunidad para retomar el formato presencial en el momento de conmemoración del mes que las agasajaba.

4.3. Taller de Creatividad y Expresión por Zoom

Se detalla aquí dos de los cuatro talleres para personas mayores realizados vía Zoom durante Octubre: “mes de las Personas Mayores” (Anexo 6 y 9). Se buscó como forma de celebrar este mes, generar un dispositivo al cual personas mayores de todo el país (que tengan interés, cuenten con conexión a internet y conocimiento de la herramienta Zoom) puedan acceder. Es importante aclarar que la pandemia acercó a las personas mayores, entre otros, una herramienta no muy utilizada, el “Zoom”, quisimos aprovechar esta experiencia acumulada y vincular a través de talleres por Zoom a personas mayores de todo el territorio.

La propuesta se basó en ofrecer cuatro talleres: los dos primeros pretendían generar un espacio de promoción de salud e intercambio entre pares mientras se estimulaba la memoria y la atención; los dos últimos, en los cuales nos centraremos, pretendían generar un espacio de promoción de salud e intercambio entre pares, mientras se promovía la expresividad y la creatividad mediante el uso de recursos musicales y literarios.

Al igual que los dispositivos anteriores este tenía como objetivo actuar como espacio de promoción de salud. Sin embargo no se mantuvo la meta de abordar de forma grupal las problemáticas ya instaladas por la historia de vida del sujeto, ya que a diferencia de los talleres antes mencionados éste se caracterizó por ser únicamente cuatro encuentros, y los integrantes no tenían relación previa.

Las actividades de este taller se planificaron y distribuyeron en un grupo de cinco estudiantes, donde se asignaron de forma alterna roles de coordinación, moderación y observación. La organización y puesta en acción de las actividades fueron supervisadas por la psicóloga referente del equipo de APEX.

El público que participó del taller virtual fue diferente a los descritos anteriormente, en el sentido de que participaron integrantes de distintos departamentos, en el cual la mayoría era la primera vez que asistía en una actividad del servicio de APEX.

Vale aclarar que este taller se diferencia en gran medida del “Taller de Libre Expresión” original que se lleva a cabo en APEX de forma presencial, tanto en su población

objetivo², en las técnicas a utilizar³, en su encuadre⁴ y en sus objetivos, que varían de forma parcial debido a los aspectos antes mencionados. Sin embargo se trae aquí la experiencia con el fin de presentar diferentes modalidades posibles en el trabajo con personas mayores, para analizar y reflexionar sobre sus potencialidades y limitaciones.

Es de destacar que la intención de este material es exponer los distintos registros realizados con los aportes de los diferentes actores de esta experiencia para lograr producir un texto que dé cuenta del entramado y de la rica propuesta que se fue articulando.

Referentes conceptuales

Es importante delimitar el porqué se utiliza a lo largo del trabajo el término Personas Mayores y no otro. En primer lugar señalamos que este es el término elegido y utilizado por el equipo que trabaja con esta franja etaria en el Programa APEX, lugar donde se da la experiencia que se sistematiza.

El equipo de APEX decidió utilizar este término y no otro para dirigirse a personas mayores o iguales a 65 años⁵, ya que encontró que la población que asistía al programa no se identificaba con el término “viejo/a”, “anciano/a” (Anexo 3). Se observó que el término Persona Mayor generaba una mayor apropiación, como se extracta de la entrevista realizada a la Asist. Mag. Psic. Clínica Virginia Álvarez:

“Si bien en el equipo técnico solemos hablar de vejez, viejes, viejo/a en estos años de trabajo percibimos que no es la forma en la cuál se autodenomina ni se identifica la población que prefiere ser nombrada como “adulto/a mayor” podríamos preguntarnos también, mayor a qué? lo cuál sería un eufemismo, pero algo fundamental en el trabajo comunitario es no imponer lecturas y/o interpretaciones técnicas, respetando deseos y necesidades de la población”.

La palabra “viejo/vieja”, así como sus sinónimos, tienen una significación vaga, estereotipada y hasta peyorativa, ya que en general no se toma en cuenta las diferencias entre las personas y sus situaciones, percibiendo a la vejez como un proceso de deterioro, no de crecimiento y desarrollo (Zetina, 1999). Esta perspectiva no es nueva, ya desde la década del 60 se observan trabajos como los de Butler en donde se reconocen las actitudes prejuiciosas que las sociedades modernas tienen respecto a la vejez (Lladó y Carbajal, s/f).

²La población objetivo, si bien eran personas mayores, estas presentaban otro nivel socioeconómico y cultural que las que suelen asistir presencialmente al predio de Apex.

³ Al no ser posible trabajar con técnicas pictóricas a través de la plataforma Zoom, se decidió implementar otras técnicas viables para esta modalidad como son los recursos musicales y literarios.

⁴ Este fue virtual mediante la plataforma Zoom, con un período de tiempo significativamente menor al “Taller de Libre Expresión Presencial” y al “Taller de Libre Expresión en Hogares”.

⁵ Sin embargo, desde el entendido que los procesos de envejecimiento son heterogéneos, no se puede establecer un límite de edad tan rígido y el mismo se puede flexibilizar en función de las necesidades de cada sujeto.

En nuestra disciplina podemos observar cómo se producen teorías que están influenciadas por el impacto existente de los prejuicios sociales dirigidos hacia la población de personas mayores. Por ejemplo la teoría del desapego de Cummings y Henry de 1961, predominante en los años 70, que plantea que en esta franja etaria habría una reducción de interés en actividades sociales, acompañada del retraimiento psíquico causada de forma natural y evolutiva al aumentar de edad (como se cita en Hernandez et al., 2008). Esta teoría puede reforzar los prejuicios que consideran el envejecimiento como un apalancamiento natural de la actividad tanto física como mental, transformando a la persona mayor en un ser cada vez más pasivo.

Por otro lado, existen teorías como la del activismo de Maddox de 1973 que se opone al postulado teórico mencionado anteriormente, proponiendo que el proceso de envejecimiento será más satisfactorio en función de la cantidad de actividades que realice y mantenga la persona mayor, y en caso de no poder seguir realizando ciertas actividades debido a limitaciones propias del envejecimiento, será menester buscar un reemplazo de las mismas que resulten gratificantes para el sujeto (Salvarezza, 1993).

Tomando esto en cuenta, es que el equipo se ha preocupado por reflexionar en cómo dirigirse a esta población, entendiendo que la forma de dirigirnos a los sujetos impacta en la percepción que tienen de sí mismos y que afectará, como veremos más adelante, en su construcción identitaria y subjetiva.

En un principio el espacio de trabajo dentro del Programa APEX fue denominado “Espacio de Adultos Mayores”, utilizando una referencia de edad cronológica. Sin embargo más recientemente en el tiempo se decidió utilizar el término “Espacio de Personas Mayores” ya que esto no implicaba diferenciar entre adultos y adultas mayores, ni englobar todo en un término masculino como se solía utilizar, considerando también el alto número de mujeres que asistían al programa. Particularmente en las experiencias que se analizaron en este trabajo se puede observar la mayoría de mujeres, donde quince de las sesenta y seis personas que formaron parte de las intervenciones eran de sexo femenino. Para profundizar sobre el concepto de género y su tratamiento en APEX se consultó a la Asist. Lic. TS Cecilia Rodríguez:

“Desde el equipo fuimos modificando la forma de denominar a las personas con las cuales trabajamos ya que la problematización y la postura crítica y ética nos caracteriza. En este sentido, la forma de nombrar a las personas con las cuales trabajamos es fundamental, el lenguaje utilizado hace referencia a nuestro quehacer cotidiano y postura teórico-metodológica. Actualmente adherimos a “personas mayores” por varios motivos. Por un lado, hace referencia a dejar de denominar adultos mayores, lo que permite entender que adultos somos todas las personas luego de los 18 años de edad. Asimismo, la denominación adultos mayores no contempla las relaciones dadas por la categoría género e

invisibiliza las mujeres mayores siendo altamente significativa su existencia según los datos del último censo nacional que hace referencia a la feminización de la vejez. Darle la denominación de personas las coloca como sujetos y sujetas de derecho (adultos y adultas somos todes quienes tenemos mayoría de edad), e incluyendo así lo femenino y masculino.

El término contribuye a promover mejores formas de nombrar reconociendo su calidad de sujeto de derechos, con lo cual permite tomar conciencia sobre la forma de nombrar a las personas, evitando prejuicios por ejemplo, si les decimos "abuelas, abuelos", nombrando un rol el cual puede o no estar presente".

1. Sentidos sobre el envejecimiento y la vejez

La literatura sobre envejecimiento y vejez se ha pronunciado a lo largo de la historia como un tema polisémico. En efecto, la forma de entender a la vejez a lo largo de las diferentes épocas se ha visto muy influenciada por las creencias de las mismas y sus condiciones socioculturales, generando distintos modos de entenderla (Muchinik, 2006; Pérez, 2004).

Sin embargo actualmente el envejecimiento se ha vuelto un fenómeno mundial sin precedentes. Los grandes desarrollos científicos que se dieron a partir del siglo XX generaron cambios sociales y económicos permitiendo el incremento masivo de la esperanza de vida, volviéndose el envejecimiento poblacional cada vez mayor (Pérez, 2004). Al 2020 la esperanza de vida a nivel mundial en promedio, según información recabada por el Banco Mundial, ha ascendido a los 73 años. Desde 1960 a la actualidad la esperanza de vida aumentó 21 años (Banco Mundial, s/f) (Anexo 10).

Pérez (2004) hace una historización del concepto de vejez y envejecimiento, señalando que la etapa está vinculada a un plano existencial y singular hasta el siglo XIX. Es a partir del siglo XX que estos conceptos se redimensionan y reformulan permitiendo comprender a la vejez como un proceso complejo, particular y subjetivo en el cual influyen multiplicidad de fenómenos.

El cambio de paradigma se vio impulsado por las Naciones Unidas, permitiendo reconocer e incorporar una perspectiva de derechos para esta población lo cual llevó a la implementación de políticas públicas que garanticen el pleno goce de sus derechos, trabajando para su protección social mediante la creación de modalidades de inclusión que permitan el desarrollo íntegro de las personas mayores (Huenchuan, 2009). Esto se puede visualizar en comentarios de las participantes (Anexo 6), como:

-“Nosotros que somos de otra época” (...) “importaba mucho la censura, de los andariveles instituidos por la sociedad”. (Andrea, 67 años).

-“Nosotros venimos de una época donde se juzgaba mucho todo, se reprimía mucho todo” (Rosa, 68 años).

-“Un privilegio llegar a esta edad, a ser adultos mayores” (Rosa, 68 años).

-“No sé de cuánto hará que escribió esa canción, me da la impresión que es un concepto de la vejez de unas décadas atrás, que hoy en día no lo tomamos así” (...) “lo habla como la clausura de la juventud, me da la impresión que te mete al cajón” (...) es como que un día te levantaste y ya sos viejo y me parece que no” (...) “me parece que hoy en día tenemos otro concepto sobre la vejez” (...) “hay otra mirada.” (Andrea, 67 años).

-“La canción esa es como que ya salís y ya sos vieja, pero no es así, porque mientras uno tenga una mente clara que pueda pensar y pueda disfrutar de la vida (...)” (Susana, 73 años).

En un informe publicado por la CEPAL y el Banco Mundial (2016) se destaca que Uruguay es el país más envejecido de América Latina con un mayor porcentaje de personas mayores de 65 años, por consiguiente la población se encuentra envejecida. En relación a ello, se pueden tomar las ideas de Pérez (2004) quien propone que cada sociedad debe producir conocimientos, generar políticas de estado y buscar abordar de manera integral esta etapa, logrando condiciones de vida dignas para esta población. Desarrollar políticas públicas, sociales y sanitarias es permitir y fomentar la integración activa de las personas mayores a su contexto sociocultural.

El envejecer implica la interrelación entre acontecimientos evolutivos, sociales, culturales, políticos, biológicos y psicológicos que atraviesan la vida cotidiana, donde la suma de ellos es más que cada una de las partes (Berriel y Pérez, 2006). En este sentido hablamos de proceso de envejecimiento, comprendiendo que es un proceso particular y complejo, que abarca múltiples aspectos, donde los cambios se producen de forma gradual y no repentinamente (Zetina, 1999).

Es importante señalar que no hay una única forma de envejecer, sino que dicho proceso es el resultado individual de etapas anteriores, de características biodemográficas, socioeconómicas, sociofamiliares, socioculturales, entre otras, que llevan a que sea construida por cada persona a través de su propia historia y deseos (Zetina, 1999; SIVE2).

Sería un error pensar a las personas mayores como un colectivo homogéneo, sin embargo encontramos en la sociedad un *imaginario social* (Castoriadis, 1993) que dicta esta homogeneidad y dificulta la comprensión de que configuran un colectivo muy diversificado, reafirmado de forma inmanente en la práctica (Batthyány, 2007).

2. Vejez y Participación

*“Estamos compartiendo esta mesa como la
comparte una familia al sol y al aire libre en
APEX porque el grupo que formamos ahí es
eso la familia de compañeras, con cariño”
(Mercedes 72 años)*

La participación es un proceso que enlaza a los sujetos con otros que también están involucrados. En este sentido la participación ciudadana hace referencia a intervenir, responsabilizarse, es decir, estar presente, ser parte y ser tomado en cuenta (CAPV³, 2008). Si pensamos este término, entendemos que la participación es un proceso social en el cual se necesita de al menos dos sujetos con la intención de ser parte, y de tomarse en cuenta.

Enfocados en esta franja etaria, encontramos que los cambios sociales causan que la población de personas mayores quede replegada, es por ello que hace pocas décadas surgen las organizaciones enfocadas en esta población. En 2009 el Ministerio de desarrollo Social solicita a los representantes de las organizaciones sociales de personas mayores la elaboración de un documento con la opinión social y cívica sobre la temática Vejez y Derechos Humanos. Esto genera el surgimiento de la Red Nacional de Organizaciones de Personas Mayores (REDAM), con el apoyo técnico y logístico del Área de Personas Mayores del Ministerio de Desarrollo Social (MIDES), que luego se llamará Instituto del Adulto Mayor (INMAYORES), comenzando su funcionamiento oficial en el año 2012.

Estos espacios han cobrado un lugar relevante, ayudando a mejorar la calidad de vida para esta población y habilitando una nueva configuración de participación ciudadana, posibilitando el repensar a la población de personas mayores desde su complejidad (Ciarniello, M. 2013). La conformación de espacios con estas características ayuda a promover la capacidad de las personas mayores, a que conozcan sus derechos y ser agentes activos en la construcción de sus demandas así como en la solución de las mismas (Fassio, A. 2012)

2.1. Reconocimiento

“Agradecer la disposición de ustedes (...) para mi es una alegría enorme el amor que han puesto en esto”

(Andrea, 67 años)

Es de relevancia ahondar aún más en los procesos de participación que esta población se ve involucrada. En este sentido la Teoría del Reconocimiento brinda aportes para pensarnos como sociedad frente a esta situación. El objetivo de este apartado es traer algunas nociones sobre el reconocimiento para analizarlas brevemente.

Honneth (2006) define al reconocimiento como “un comportamiento de reacción con el que respondemos de manera racional a cualidades de valor que hemos aprendido a percibir” (p. 139). Esta acción moral está determinada por valores sociales que se verán ampliados mediante luchas sociales por el reconocimiento, que tendrán su base en los daños psíquicos causados por un no reconocimiento en sus distintas esferas, a saber: amor, derecho y solidaridad.

El objetivo del autor consiste en proyectar una teoría sociológica-moral del sufrimiento humano, dado que el principal daño a la subjetividad de las personas es la ausencia de reconocimiento (Honneth, 1997). Esto limitará la autonomía personal del grupo o sujeto que no es reconocido adecuadamente, afectando sus relaciones intersubjetivas, es decir aquel proceso mediante el cual compartimos nuestros conocimientos con otros (Rizo, 2005), inhabilitando a su vez la posibilidad de autorrealización (Honneth, 1997).

Considerando que el individuo se percibe a sí mismo, indirectamente, mediante las concepciones de quienes lo rodean (Mead, 1972) se puede observar como el reconocimiento social es condición del desarrollo de la identidad. Cuando una persona no es reconocida, esto se verá acompañado por una pérdida en la personalidad que puede causar sentimientos de menosprecio social como enojo, vergüenza o indignación (Honneth, 1997).

Si lo analizamos desde esta perspectiva, las organizaciones enfocadas en las personas mayores surgen con el fin de lograr un reconocimiento en la esfera del derecho, es decir aquella que busca lograr un reconocimiento igualitario para todos los sujetos, ubicándolos en el ámbito público. Sin embargo no se limitan a actuar en esta esfera.

García-Fuster (1997) plantea que estas organizaciones ayudan a reivindicar los derechos de esta población, romper estereotipos, así como a generar espacios de reunión que permiten formar redes. Esto último corresponde a la esfera del amor de Honneth, esfera que se establece en las relaciones primarias de amor, sean estas de parentesco, amistad o de otra índole.

Dichas relaciones permiten a los individuos confirmarse recíprocamente como entes de necesidad (Arrese, 2010), lo cual está relacionado a la tercera esfera del reconocimiento de Honneth, vinculada con la solidaridad. La misma corresponde a aquello que se le reconoce al individuo por aportar a la sociedad, según sus características personales, permitiendo a su vez que el sujeto valore sus cualidades, reconociendo y resaltando las diferencias personales y los estilos de vida singulares (Honneth, 1997).

El formar redes y participar en espacios que generen la integración comunitaria, permite un mayor empoderamiento en las personas mayores, alcanzando logros a nivel personal y social (García-Fuster, 1997).

Se corroboró en estas instancias como se daba un adecuado reconocimiento, generando en las personas participantes emociones positivas, lo podremos visualizar a lo largo de todas las intervenciones, pero particularmente en una de las primeras donde se les propuso dar un mensaje al resto de los participantes del taller (Anexo 5 y 11), surgiendo expresiones tales como: *“Muchos tenemos la suerte de encontrar a lo largo del camino una mano amiga que (...) le da color a tu vida”* (Noelia, 70 años); *“Vivir sin amigos es morir sin dejar huellas, gracias”* (Roberto, 76 años); *“Soy feliz, nuestro grupo, cariños a todos”* (Monica, 83 años); y *“Estamos sentados como se sienta una familia, al sol y al aire libre, en APEX porque el grupo que formamos ahí, eso es la familia de compañeras, con cariño”* Mercedes (72 años) .

2.2. Soledad

“Aprendí que las distancias se acortan cuando tenemos amigos”
(Gloria, 74 años)

La Real Academia Española (2020) define la soledad como “Carencia voluntaria o involuntaria de compañía” así como “Pesar y melancolía que se sienten por la ausencia, muerte o pérdida de alguien o de algo”. Esto lleva a reflexionar en primer lugar sobre la diferencia entre estar solo y sentirse solo, como señala una participante en un taller donde trabajamos dicho concepto *“a veces nos sentimos solos estando acompañados”* (Gloria, 74 años). Siguiendo a Bermejo (2003) cuando la soledad es deseada y conseguida puede ser incluso positiva y enriquecedora, permitiendo hacer cosas que no podríamos en compañía; sin embargo el mismo autor advierte sobre la complejidad del sentirse solo, señalando lo paradójico que puede tener este sentimiento ya que en ocasiones se experimenta incluso estando en compañía.

En esta línea podemos establecer una diferenciación entre soledad subjetiva y soledad objetiva. Por un lado la soledad subjetiva refiere a la sensación de estar solo que se

genera como consecuencia de sentimientos de insatisfacción con las relaciones sociales existentes o por la ausencia de las mismas y que, por ende, no depende de la cantidad de contactos sociales, sino por la calidad de los mismos (Cardona et al, 2007; Bermejo, 2003; Rubio 2009). Por otro lado la soledad objetiva, hace referencia a la falta de compañía, a la ausencia real de una red social de apoyo (Bermejo, 2003, Rubio 2009) y de integración social. Esto último en caso de volverse constante en el tiempo, puede causar soledad por aislamiento social (Muchnik y Seidmann, 1998).

Organizaciones como APEX cobran una relevancia fundamental ya que trabajan con el objetivo de darle a sus integrantes una red de apoyo, contención y estimulación permitiéndoles formar vínculos y sumarse a la comunidad a la que pertenecen. La pandemia, que trascendió en el tiempo más de lo esperado, generó por momentos una crisis en cuanto a poder llevar adelante los objetivos, en este sentido se corría el riesgo de que sus integrantes cayeran en un aislamiento social, difícil de revertir. Algunas instituciones, particularmente APEX, lograron actuar rápidamente y responder a sus objetivos a pesar de la situación, no sólo del Uruguay, sino mundial, esto se vio reflejado en comentarios de las participantes como *“Agradecer este proyecto (...) que nos mantuvo activos y en compañía” (Gloria, 74 años)*, *“Me sentí muy ocupada, lindo, fue divertido porque conversamos sobre lo que cada una estaba haciendo y nos mostramos los trabajos por el celu. Me sentí muy bien estando con ellas, conversando, fue una linda compañía tenerlas presente” (Silvia, 77 años)*

Bazo (1989), en su investigación “Personas ancianas: Salud y soledad”, señala que a cualquier edad, las personas que se sienten más solas son también quienes se sienten más enfermas, sin embargo se reconoce que hay poblaciones más vulnerables que otras en relación a la presencia de este sentimiento. La recabación de datos realizada por el autor permite identificar que las personas de ingresos más bajos; que han enviudado; tienen mayor edad; se sienten enfermos; y sobre todo mujeres, suelen tener un mayor sentimiento de soledad. Ante estos datos resulta imprescindible indagar en esta temática, dado que si bien el estudio es de otro país, la población a la cual nos dirigimos en el espacio de personas mayores del programa APEX comparte la mayoría o todas las características señaladas.

En relación con lo indicado anteriormente, enfocándonos en la perspectiva etaria, el estudio permite visualizar la relación entre los sentimientos de soledad y la edad, señalando que este sentimiento aumenta a medida que envejecemos (Bazo, 1989). Diversos estudios e investigaciones concuerdan que esto se debe a tres causas principales: el deterioro de las relaciones familiares, el aislamiento social y una menor participación en actividades agradables (como se cita en Ferrari, 2015).

Durante las intervenciones las propias actonas hicieron mención de esta perspectiva señalando la importancia de tener *“Calidad de vida para prevenir, si tenes espacios de recreación, de comunicación o de estar con otros no es lo mismo que estar aislados”* (Andrea, 67 años), así como lo esencial de *“Recibir amor, recibir cariño, contención, eso me parece fundamental para la recuperación de cualquier persona”* (Rosa, 68 años).

2.3. Género

“Nos agarramos, nos miramos a la cara, Roberto en el medio por ser hombre, es el único en el medio”
(Loreley, 82 años).

El género es una categoría sociocultural al igual que la edad. Esta categoría tiene un fundamento biológico basado en la corporeidad de los seres humanos y sus diferencias sexuales. Sobre esta biología, llamada sexo, cada contexto sociocultural interpreta y brinda diferentes sentidos y subjetividades entorno al mismo generando así, categorías de género que son socialmente construidas. En este sentido las mujeres y los hombres somos el resultado de una producción histórica y cultural (Osorio, 2019).

Esta perspectiva se vuelve relevante en esta sistematización debido a que no pasó desapercibida a lo largo de toda la experiencia la feminización de la intervención y a su vez, la feminización de población con la que se trabaja. Con esto se hace referencia al destacado porcentaje de personas de sexo fememnino tanto en estudiantes, docentes, referentes como en quienes nos centramos, las personas mayores.

Por otro lado desde el campo gerontológico se reconoce que la vejez está feminizada, ya que si bien nacen más varones que mujeres, estas últimas tienen mayor esperanza de vida y por ende estadísticamente es mayor el porcentaje de adultas mayores que de adultos, hecho que se intensifica a mayor edad (Manes, 2021). En nuestro país esto se ve reflejado en el Censo de Población y Vivienda 2011, donde encontramos que en el tramo etario de 65 a 74 años las mujeres representan el 56% de la población, incrementándose a 68% en el tramo mayor de 79 años y continúa aumentando a medida que se elige un rango de edad mayor (Thevenet, 2013).

Sin embargo sería reduccionista creer que el destacado número de mujeres participantes en los talleres se debe únicamente a este motivo. Siguiendo a Manes (2021) la dicotomía mujer-hombre viene acompañada de atributos dicotómicos que se asocian a cada género, a saber subjetivo-objetivo, emocional-racional, abstracto-concreto, valores-hechos, cuerpo-mente, metafórico-literal, particular-universal y público-privado. Podemos observar que históricamente las mujeres son quienes se encargan de la vida doméstica, así como

quienes ejecutan políticas sociales de asistencia y cuidados hacia la población en general y a las personas mayores en particular (Grassi, 1989; Manes, 2021).

Estas construcciones y estereotipos sociales nos acompañan desde antes de nacer y determinan en gran medida nuestras elecciones, las actividades de las que participamos, incluso cómo nos sentimos, haciendo que el proceso de envejecimiento sea vivido de forma diferente según nuestro género. Un ejemplo es cómo se vive la jubilación, donde siguiendo a Pivani (2015), tanto en hombres como en mujeres, esta implica una desorientación de la vida cotidiana y desvinculación con la vida social que implica adaptarse y realizar nuevas actividades que permitan reintegrarse socialmente, sin embargo los varones describieron este suceso como un duelo, mientras que las mujeres de una forma menos traumática.

Lejos estamos aquí de poder comprender e interpretar las desigualdades generadas por los roles de género y las posiciones de poder que acompañan el proceso de envejecimiento, pero sí podemos visualizar que como sociedad necesitamos disminuir las desigualdades de género y así lograr mejorar la calidad de vida (Fuentes, 2019). Cabe aclarar que nos referimos a igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades, ya que como se mencionó anteriormente entendemos a las personas mayores como un grupo heterogéneo, donde todas son diferentes.

Trabajar el concepto de género con las personas involucradas, es decir, entre profesionales, estudiantes y participantes, ha sido objetivo del programa APEX ayudando a problematizar sobre la temática. La población con la que se trabaja en este tipo de organizaciones trae consigo un paradigma sociocultural arraigado y si bien no es el objetivo principal de los diferentes espacios ir al fondo de sus raíces, sí se ha ido trabajando sensiblemente el concepto. En APEX particularmente se ha trabajado respetando la integridad de cada una de las personas mayores, pudiéndose notar la incorporación sensible de este concepto en comentarios de participantes como: *“Hoy me dirijo a ustedes en grupo, las quiero por igual a todas y todos” (Monica, 83 años)*. Es loable pensar que en la medida que la sociedad uruguaya cambie los paradigmas con respecto a esta temática las próximas generaciones que trabajarán con personas mayores verán otros enfoques.

Interpretación crítica de la experiencia

1. Sobre el rol profesional y análisis de la implicación

Cuando realizamos un análisis crítico de la experiencia tomamos ciertos caminos donde nos centramos en algunas aristas y otras las debemos dejar de lado. Estas decisiones no son aleatorias, pero aunque sean meditadas siempre existen las propias implicaciones de quien escribe o interviene. Trabajar sobre nuestras implicaciones nos ayuda a representar la realidad que intentamos comprender a través del conocimiento y reconocimiento de lo que nos determina (Ardoino, 1997).

La implicación no es un fenómeno voluntario, sino un fenómeno inconsciente que se padece, “es aquello por lo que nos sentimos adheridos, arraigados a algo, a lo cual no queremos renunciar” (Ardoino, 1997 p.2). En este sentido es importante diferenciar implicación de compromiso, ya que suelen confundirse. Este último si es voluntario.

En este sentido no se le puede adjudicar a la implicación un carácter de “buena” o “mala”, sino que debe ser considerada como algo existente y necesario de ser analizado para evitar la *sobreimplicación*, a saber, cuando no somos capaces de reconocer nuestras adhesiones y no adhesiones, participaciones y no participaciones, sobre motivaciones y desmotivaciones e investiduras y no investiduras libidinales, perjudicando nuestro accionar. Jamás tenemos una actitud neutra, no somos completamente objetivos (Lourau, 1991).

Se detalla a continuación mi proceso de análisis como persona que intervino y ahora escribe, considerando que esto forma parte de elementos intervinientes que construyen la realidad. Un análisis crítico y escucha atenta, debe partir de estos elementos que ayudan a una mejor comprensión de lo antes escrito, porqué se eligieron estas aristas y desde qué óptica se ha parado. Además permite pensar desde nuevos esquemas, con nuevos ojos (Acevedo, 2002). “implicados sí pero sobre implicados no” (p. 10).

1.1. Programa APEX y Facultad de Psicología

El haber realizado la práctica de “ciclo integral”, en el Programa APEX durante el segundo semestre del 2020, me despertó el interés en profundizar y continuar aprendiendo de los talleres de libre expresión que brinda el subprograma de personas mayores de APEX.

Con el fin de comprender en qué consiste el rol profesional dentro de esta institución es pertinente hacer referencia al marco en el cual el espacio de Personas Mayores del Programa APEX está inserto. A partir de la nueva estructura del Sistema Nacional Integrado

de Salud (SNIS), tomando en cuenta su organización en niveles de complejidad asistencial⁶, situamos este servicio en un primer nivel de atención. Esto significa que el rol profesional implica diseñar propuestas de promoción y prevención de la salud pertinentes, esperando dar respuesta a la mayoría de las situaciones de salud.

En esta línea durante la intervención con personas mayores se debe tener presente, sin generalizar, las características propias del envejecimiento y poder reconocer en qué situaciones se necesita estar alerta y observar. Entre ellas se identifican “periodos prolongados de tristeza, pérdida de interés, imposibilidad de disfrutar las actividades que antes se disfrutaban, aislamiento, cambios bruscos en el apetito o el sueño y los estados de confusión o desorientación” (Álvarez, 2018).

El involucramiento personal en el trabajo como futura psicóloga en el marco del primer nivel de atención en salud no es azaroso, sino que responde a aspectos de mi historia de vida que me llevan a considerar que la promoción y la prevención de la salud, buscando evitar la enfermedad antes que tratarla una vez instalada, es sumamente positivo y necesario. Sin embargo, lejos estoy de considerar que los otros niveles de atención en salud no sean necesarios o importantes, reconociendo que éstos son tan fundamentales como el primer nivel.

Entiendo que el interés por el espacio de intervención grupal y el trabajo interdisciplinario está íntimamente vinculado a inclinaciones propias, y por ello la elección de participar en estas instancias dentro del programa APEX. En relación a las propuestas de intervención y análisis de las mismas, considero que se ven favorecidas al ser realizadas de forma grupal, generando espacios conjuntos para pensar la experiencia. Por otro lado, el trabajo interdisciplinario enriquece el encuentro, permitiendo una visión integral del sujeto, pudiendo dar respuestas que contemplen de forma holística a la persona.

Ser estudiante de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República influye en la forma en que se vive la experiencia, ya que esto conlleva a ser evaluados, entregar trabajos, encuentros formales de análisis y reflexión, provocando una mirada diferente. Destaco que la obligatoriedad de la supervisión incide parcial y positivamente en cómo nos comportamos y las decisiones que tomamos.

Es de reconocer que a través de mi hablan también docentes, referentes, tutora, las personas mayores así como otras personas con las que me estoy formando y generando nuevas formas de pensar y actuar.

La intención de sistematizar estas experiencias con el fin de que colaboren en un futuro como insumo, estuvo desde un principio. El objetivo de describir los tres formatos de “Taller de Libre Expresión”, a saber: “Taller de Libre Expresión en Hogares”, “Taller de Libre

⁶ Ley Sistema Nacional Integrado de Salud N° 18.211 de 2008

Expresión Presencial” y “Taller de Creatividad y Expresión por Zoom”, en este trabajo fue surgiendo en la medida que se implementaban las nuevas modalidades de intervención, llevando a realizar un registro intencional de algunos aspectos allí acontecidos. Se reconoce y explicita que de la experiencia pueden haber infinitas lecturas y ésta es sólo una, la propia.

1.2. Contexto Pandémico

Pasados varios meses, al tomar nuevamente contacto con los registros de esta experiencia (videos, imágenes, producciones diversas, escritos), analizarlos y reflexionar, se descubren nuevos sentidos, preguntas, diferentes interpretaciones, en relación al momento mismo de la práctica realizada.

El rol profesional en un primer nivel de atención, estuvo relacionado, principalmente durante el contexto pandémico, a trabajar el concepto “participación” en sus diferentes dimensiones, intentando que la población a la cual nos dirigíamos encontrara formas y herramientas para lograrla.

Ahora bien, el ser humano es un ser biopsicosocial, es decir que por naturaleza necesita de los demás para vivir. Si consideramos, como hemos visto, que actualmente para la población de personas mayores suele haber un déficit en la participación, se vuelve sumamente relevante reflexionar sobre las consecuencias de lo vivido en el período de pandemia. Este momento estuvo caracterizado por la disminución de las relaciones interpersonales, dado que los encuentros sociales eran vistos como algo peligroso (más aún con las personas mayores), dificultando el encontrar un otro dispuesto, y llevando inevitablemente a la aparición de sentimientos de soledad. Como proponen Álvarez et al (2021), no podemos dejar de reconocer que fue la población de mayor edad la que más sufrió las consecuencias de la pandemia en el marco del 2020.

Sin embargo todos nos vimos afectados, todos tuvimos una disminución en nuestras relaciones interpersonales. Me pregunto si estas personas no me sirvieron también a mí de sostén en este período, volviéndose estas experiencias tan significativas que me llevaron a decidir utilizarlas en mi trabajo final de grado.

1.3. Rol profesional

¿Qué significa ser psicóloga en estos dispositivos? Esta pregunta surgió constantemente mientras implementábamos los talleres. Detecto conscientemente que el rol de los psicólogos es muy amplio y seguramente a medida que avance en la trayectoria mi rol se irá construyendo, sumando formas de interpretar y actuar a mi caja de herramientas.

Sin embargo, noté que comencé a forjar mi propio estilo profesional y que las circunstancias implicaron sobre todo ser flexible.

Fue necesario para adaptarnos a la nueva realidad, pandemia mediante, y generar actividades acorde a las necesidades actuales que se nos presentaron, romper con el encuadre fijo para accionar desde un encuadre móvil, a saber de Rodríguez Nebot (1998) conocer al ser en situación, flexibilizando lo estático para aceptar el devenir histórico temporal, dejando abierta la posibilidad de dar movilidad al encuadre.

Sucedió que en la mayoría de los talleres no tuvimos consignas abiertas a ser pensadas con la población. Los talleres solían ser previamente planificados en torno a temáticas o disparadores que nosotros considerábamos pertinentes en relación al contexto que se vivía y la escucha de necesidades que surgían en los espacios previos. Resultó interesante observar cómo en uno de los talleres coordinados por Virginia, hubo cierta flexibilidad y apertura proponiendo que las producciones fueran realizadas en torno a disparadores que las propias participantes trajeron en el caldeamiento. Si bien la escucha se volvió una herramienta fundamental para orientar nuestra práctica, y valorando que la vivencia educativa formal me ayudó a aprender nuevas herramientas para dar paso a la misma, es claro que el conocimiento no tiene fin y que de esta experiencia aún queda mucho por aprender.

1.4. Personas mayores y modalidad de intervención

En un primer momento lo que me llevó a escoger esta instancia práctica fue la modalidad de intervención y las técnicas que se utilizaban. Esta fue la primera vez en mi trayectoria formativa que tuve la posibilidad de insertarme en un proceso de trabajo con un dispositivo grupal que utiliza técnicas artísticas, lo cual me incentivó.

Si bien los tres dispositivos descritos anteriormente⁷ tuvieron sus diferencias, entiendo que también tuvieron aspectos en común. Un ejemplo es en relación a nuestro rol, el cual consistió en dar lugar a esa necesidad de expresión que las personas (en este caso mayores) tienen.

Debíamos generar espacios donde la imaginación y la creación promuevan el pensamiento reflexivo, permitiendo el despliegue de aquello que motiva e impacta en lo cotidiano. Fue necesario facilitar la participación y la escucha de las necesidades individuales, pero también las grupales. Para lograr que las propias actrices pudieran conectarse con sus sentires, reflexionar sobre temáticas y desplegar sus voces a través de los distintos recursos (dibujos, sonidos, textos, olores, texturas, entre otros) fue un requisito generar lazos de confianza y mantenerlos en el tiempo que duró cada taller.

⁷ “Taller de Libre Expresión Presencial”, “Taller de Libre Expresión en Hogares” y “Taller de Creatividad y Expresión por Zoom”.

Estas instancias confrontaron con aspectos que en mis experiencias educativas y laborales anteriores no había tenido. Logré visualizar la importancia del rol del psicólogo, como agente que permite el despliegue del malestar para poder habitarlo y transformarlo. Esto no significa que se deba generar momentos de malestar, pero sí tener la habilidad y experiencia práctica de dar lugar a que aparezca cuando se considere necesario. Este aspecto si bien teóricamente es sumamente abordado, no es algo que se pueda aprender únicamente en los textos y en la academia, sino que es menester la práctica profesional acompañada de supervisores y profesionales de mayor experiencia para adquirir e incorporar dicho saber.

Debido a que, en este caso, los encuentros del “Taller por Zoom” y del “Taller en Hogares” no permitían el despliegue de un campo de trabajo adecuado para el sostén de diferentes malestares y ansiedades que pudieran surgir con la intervención, se buscó planificar consignas que dentro de lo posible impactaran de forma positiva en cada una de las participantes (Anexo 12). Sin embargo en el “Taller de Libre expresión”, que se da de forma presencial en el predio de APEX, trabajando con un grupo de forma continua, era parte de nuestros objetivos permitir el despliegue de las problemáticas que las personas mayores tienen. Esta experiencia trasciende en el aprendizaje y crecimiento profesional.

Siguiendo esta línea y reflexionando hoy, un poco más distanciada de la práctica entiendo que nuestro rol profesional comienza desde mucho antes de iniciar los talleres, para ser precisos, desde el momento que nos acercamos al Cerro, recorriendo y conociendo el barrio y el programa. Descubriendo las características de la población y las circunstancias del contexto en el cual se desarrollaría nuestra práctica, para poder adecuar los marcos teóricos y las técnicas al momento de la intervención (Carrasco, 2001).

Remarcando esto último destaco uno de los trabajos que se nos solicitó al comenzar la práctica “EFI-interdisciplina APEX”. El mismo consistió en familiarizarnos con el barrio al que íbamos a insertarnos, y realizar una presentación para compartir con los compañeros y docentes. Fue en esta etapa inicial tan importante, que al finalizar la exposición de un video del acercamiento al Cerro y al Programa APEX (Anexo 13), se nos señala cierto “enamoramiento” dada la visión positiva que tuvimos, mostrando los elementos pintorescos y turísticos del Cerro y no los que develan las carencias del barrio. Se puede ver aquí aspectos personales que influyeron durante toda la intervención.

1.5. Escritura de esta producción

Buscando fundamentar el porqué del desarrollo de este trabajo, interpretando críticamente la experiencia realizada en APEX durante el 2021, entendí que los elementos elegidos estaban teñidos por la subjetividad y entorno socio histórico de quien escribe, dándole un valor y significado propio. Esta sistematización ayudó a aprender más de la

experiencia y reflexionar sobre la misma, dándole cierta objetividad, a continuación se describirán brevemente porqué fueron elegidos estos temas y no otros al momento de realizar esta producción.

Uno de los conceptos desarrollados fue “género”. El interés por profundizar en el mismo se debe a que este tema actualmente se trata en una gran cantidad de campos de la sociedad Uruguaya y particularmente dentro del subprograma de personas mayores, como se mencionó anteriormente. Sin embargo, percibo que este interés surge a partir de aspectos destacados por las integrantes del taller desde un primer momento, ya que esta fue la única instancia donde hubo un participante masculino y el mismo era nombrado y señalado en las producciones (Anexo 14).

El incluir la “soledad” también derivó de las observaciones a lo largo de las intervenciones. Empero, este concepto cobró relevancia dado el momento socio histórico que atravesábamos. Me refiero específicamente al período de aislamiento social por el virus Covid-19.

El primer acercamiento que tuve a la temática del “reconocimiento” fue a través de mi tutora Sylvia Montañez, profesional licenciada de la facultad de Psicología, con especialización en Psicología Social y formación en artes visuales. En su tesis de maestría “La crisis del reconocimiento: una discusión de la problemática social de la subjetividad vulnerable” así como otros trabajos escritos por ella, generaron una sensibilización comprendiendo lo importante que era integrar dicho concepto en esta producción.

Todos estos puntos convergen en un tema que decidí fuese el central: la participación de las personas mayores, enfocándonos aquí en el análisis de las intervenciones realizadas en el programa APEX durante el período de aislamiento por Covid-19. Pensar esta problemática no fue sencillo y al ser la misma de carácter social fue necesario analizar qué aspectos de nuestra sociedad facilitan o imposibilitan la participación de dicha población.

Tanto al intervenir como al reflexionar sobre las posibilidades de participación en estas edades es necesario tomar en cuenta el concepto de envejecer en nuestra sociedad, comprendiendo que el mismo es prejuicioso. La decisión de utilizar el término Personas Mayores surge por la inserción en el subprograma de APEX, sin embargo no se limita a ello. Puedo afirmar que he incorporado el término dentro de mi marco de referencia conceptual, apropiándome del mismo. Ahora bien, con ello no se pretende invisibilizar, ni dar por resuelto la discriminación hacia esta población. Si bien como aclara en la entrevista la Lic. Virginia Álvarez *“él término por sí mismo no elimina los prejuicios que puedan existir”* (...) se considera importante adaptar el vocabulario que utilizamos para utilizar aquellos que permitan la identificación de la población y una dirección respetuosa y que apele por los derechos de las personas.

2. Potencialidades y debilidades identificadas en los tres distintos dispositivos de intervención

Es parte de los objetivos del presente trabajo dar cuenta de algunas de las estrategias que el equipo de Personas Mayores de APEX adopta para promover la participación de las personas mayores durante 2020 y 2021, período de aislamiento social. En este apartado se comparan los tres distintos dispositivos que, durante 2021, se tiene la posibilidad de presenciar: “Taller de Libre Expresión en Hogares”, “Taller de Libre Expresión por Zoom” y “Taller de Libre Expresión Presencial” (Anexo 15).

Es de destacar que si bien, como veremos a continuación, los mismos tienen diferencias, también es posible identificar entre ellos similitudes. Elementos como la transformación de los participantes se puede ver en todos los dispositivos, por ejemplo al intercambiar sobre las “representaciones sociales respecto a sus posibilidades como personas mayores” (Álvarez, 2015 p.69) u otras temáticas, que muchas veces fueron impulsadas por el equipo.

Otro elemento común en los talleres son la utilización de mediadores artísticos (pictóricos, musicales, literarios, etc), los cuales facilitan a los participantes acceder y expresar emociones, fantasías y deseos. Mediante el “juego”, en estas actividades que dan paso a la creatividad, expresión e imaginación, el profesional referente busca que los participantes puedan volcar algo de sí y llevarse no solo una reflexión propia sino algo del otro. Se observa también el elemento de lo novedoso, la sorpresa, la singularidad, lo inmutable de la identidad, siempre en transformación, relacionada con los vínculos que establecemos y el entorno en el cual estamos inmersos (Álvarez, 2015)

2.1. Taller de Libre Expresión Presencial

Este dispositivo tiene muchos potenciales en relación a lo que allí se despliega que han sido identificados a lo largo de los años, pero también durante el período octubre-diciembre 2021. Se puede destacar como el taller “constituye un espacio privilegiado para la creación de nuevas formas de significación y nuevas construcciones simbólicas” (Álvarez, 2015, p. 79), permitiendo en el encuentro el reconocimiento del otro en tanto semejante y diferente a la vez. “Participar, compartir, discutir con otros/as resulta clave para lograr el equilibrio entre lo uno y lo múltiple esencial en la construcción de la identidad” (Álvarez, 2015 p. 79).

La apropiación del espacio por parte de las personas participantes se pudo visualizar en sus expresiones como un motivante, por lo tanto es una de las potencialidades de la modalidad presencial. Se observa que el pertenecer a un grupo en nuestro caso fue un

factor significativo para la asistencia, así como que el encuentro semanal permite simbólicamente la proyección a futuro (Álvarez, 2015).

Esta modalidad de taller facilita el pensar y hacer con otros, un conocimiento, descubrimiento y sostén mutuo (Álvarez, 2015). Se destaca que tanto el profesional como el grupo, pueden detectar distintas situaciones y contener lo que allí se despliega, abordando de forma grupal las problemáticas ya instaladas por la historia de vida del sujeto a la vez que se forma parte de un espacio de promoción de salud.

Otro aspecto que es más sencillo de implementar en un taller presencial, es la realización de producciones conjuntas (Anexo 16). En nuestro caso decidimos utilizar esta modalidad como primera actividad al encontrarnos de forma presencial. La propuesta permite observar la conducta de los participantes frente a la resolución conjunta de una tarea, identificando roles y modos de participación (Moccio, 1980).

Para la implementación del taller es una facilidad poder otorgar los materiales in situ, donde las integrantes pueden compartir. El explicar las consignas oralmente y poder despejar dudas individuales y grupales, así como observar la realización de las producciones y atender a las verbalizaciones, ayuda tanto a la implementación como al análisis y la escucha.

La modalidad presencial le permite al profesional preparar el ambiente adecuado a sus objetivos. Desde el equipo esto posibilita generar distintos climas que se utilizan principalmente en el primer y último encuentro del taller, así como en caldeamientos a lo largo del proceso. Se pudo utilizar los cinco sentidos como modos de sensibilización y encuentro con el otro. Actividades con movimiento corporal y por el espacio, intercambio verbal, ronda de masajes, meditación guiada, detectar distintas texturas, olores, sonidos, presentar línea del tiempo a través de las producciones realizadas durante el proceso fueron algunas de las estrategias utilizadas (Anexo 17).

Sin embargo durante el 2021 se presenta el peculiar desafío de recomenzar los talleres presenciales, manteniendo los cuidados sanitarios necesarios y a su vez contemplando otras formas de cuidado, más afectivas y emocionales, ya que el no poder saludar, abrazar, compartir alimentos, como solía hacerse, era algo que afectaba a las participantes y frente a lo cual, en general, mostraron resistencias.

También se genera cierta tensión en relación a la accesibilidad. Al realizarse en el predio de APEX distintas razones pueden llevar a la inasistencia de algún integrante o suspensión del taller, entre ellas se identifican: a) la necesidad de trasladarse, tomando en cuenta la población con la que trabajamos y en el contexto donde se ubican, donde caminar en días de lluvia se vuelve difícil; b) el clima de nuestro país, con un invierno muy frío y un verano muy caluroso, que limita a las personas mayores y c) los paros del transporte público.

2.2. Taller de Libre Expresión en Hogares

La primera tensión que se generó desde el equipo en relación a este dispositivo fue en torno al término “Taller”. Siguiendo a Cano (2012), este término hace referencia al espacio físico en donde se trabaja, se crean nuevas formas y se comparten conocimientos. En este sentido, como ya se hizo mención, el “Taller de Libre Expresión Presencial” se denominaba de esa forma por los elementos y el espacio físico que lo componen, las actividades que se desarrollan y el clima que allí se vive (Carrasco y Fernández, 1970). Sin embargo en la modalidad que aquí se describe, estos aspectos conceptuales estaban siendo parcialmente modificados.

Una de las principales debilidades de la adaptación del dispositivo “Taller de Libre Expresión Presencial” hacia los hogares, se relaciona con el aumento de recursos tanto capitales como humanos, necesarios para su implementación.

En primer lugar, fue indispensable contar con la disposición horaria para conseguir y preparar los materiales a entregar, asegurándose de que estos fuesen suficientes como para poder brindarle uno a cada participante, ya que no existía la posibilidad de compartir el espacio y por tanto los materiales, como por ejemplo pintura, pincel, cascola, tijera u otro que se pueda utilizar en función de la propuesta a desarrollar, con sus compañeros. Esto implicó una limitación en las actividades posibles de ser llevadas a cabo.

En segundo lugar fue necesario contar con la disponibilidad del chofer de APEX y coordinar con éste para transportarnos al hogar de cada una de las integrantes del taller, tomándose el tiempo necesario con cada una para poder intercambiar acerca de lo realizado en la consigna anterior, entregar y explicar la nueva consigna, a la vez que se enseñaban los materiales a utilizar.

En tercer lugar, en el transcurso del dispositivo nos dimos cuenta que era necesario realizar y enviar via whatsapp videos en los cuales explicábamos las consignas que habían sido entregadas previamente, debido a que esto facilitaba en gran medida la comprensión de las propuestas y su potencialidad. Esto permitía dar paso a preguntas e intercambio grupal en relación a las consignas. En el caso de las participantes que no contaban con whatsapp las llamábamos para dar un seguimiento e identificar si existían dudas en torno a la propuesta.

En nuestro caso como el encuadre se fue construyendo a medida que implementamos el dispositivo, fue necesario llamar a las personas mayores integrantes del taller para anunciar cuando pasaríamos por sus hogares, aspecto que también implicó más tiempo.

Estos aspectos que vuelven más compleja su implementación impidieron que podamos hacer un trabajo semanal y por ello el encuadre se definió de forma quincenal.

Cabe destacar que lograrlo fue posible gracias a que la institución apoyó la propuesta y facilitó en todo momento los recursos que se necesitaban para poder llevarla adelante.

Por otro lado, si continuamos la comparación de este dispositivo con el “Taller de Libre Expresión Presencial” encontramos que en este fue necesario planificar propuestas que generaran el menor malestar posible debido a imposibilidad de acompañar a las personas durante el proceso de ejecución de las actividades (Anexo 12). Además este dispositivo vuelve más difícil que la propuesta surja de forma espontánea por el grupo y por ende es necesario que la misma sea dirigida. A su vez se reconoce la intención de replicar las etapas en las cuales el “Taller de Libre Expresión Presencial” estaba dividido, a saber: caldeamiento, desarrollo y cierre, lo cual quizás confundió a las participantes y/o en algunas circunstancias fue difícil de lograr.

Por último encontramos que conceptualmente el dispositivo del “Taller de Libre Expresión” promueve el trabajo sobre el proceso de realización de las producciones, no en la interpretación (Álvarez, 2015) y mediante este dispositivo no se podía presenciar dicha realización.

Pese a estas controversias hay varios aspectos de este dispositivo que se vinculan con el “Taller de Libre Expresión Presencial” como lo es el compartir una misma propuesta, materiales similares, la posibilidad del intercambio, permitiendo sostener y fortalecer vínculos logrando el objetivo propuesto de otorgar contención. Empero el trabajo con técnicas expresivas cobra características particulares dependiendo del contexto y la población con la que se trabaja y considero sumamente interesante poder pensar este dispositivo de forma singular, en este contexto y con esta población.

El dispositivo sin dudas generó bienestar en las participantes, el recibirnos en las casas cuando les llevamos los materiales era algo que las alegraba. La mayoría nos invitaba a pasar, logrando tiempos y espacios con cada integrante distintos a los logrados en el predio de APEX, permitiendo otra forma de compartir y conocernos. Recibimos comentarios como “La pandemia me enseñó a respetar la naturaleza y ser feliz por compartir actividades como estas” (Mercedes, 72 años).

Si se analiza el promedio de asistencia del “Taller de Libre Expresión Presencial” y el “Taller de Libre Expresión en Hogares” encontramos que en este último es mayor, lo cual está ligado a las posibilidades de movilidad que tiene la población a la cual nos dirigimos. Además en este contexto, como fue mencionado, se vuelve difícil o imposible para las personas mayores salir los días de lluvia, ya que las calles no están acondicionadas para un traslado cómodo y seguro, por lo que este dispositivo permite una mayor continuidad.

Analizándolo hoy, en retrospectiva, considero que este dispositivo fue pensado en primera instancia como un reemplazo al “Taller de Libre Expresión Presencial”, que debió interrumpirse por la crisis sanitaria. Se buscó forzar la implementación de un dispositivo

para cumplir con objetivos que estaban pensados para otras circunstancias y encuadre. Es evidente que si se comparan el “Taller de Libre Expresión Presencial” con el “Taller de Libre Expresión en Hogares” se identificarán muchas fortalezas en el primero y muchas debilidades en el segundo ya que lo estamos analizando bajo la óptica de ciertos objetivos que son mucho más factibles de alcanzar desde las posibilidades que el “Taller de Libre Expresión Presencial” otorga.

No obstante, si nos planteamos pensar al “Taller de Libre Expresión en Hogares” como un dispositivo singular con sus propios objetivos, hallaremos en éste beneficios. En el encuadre del “Taller de Libre Expresión en Hogares” se visualizaron elementos propios de esta modalidad.

La institución obtuvo mayor visibilidad a partir de que las personas mayores participantes podían compartir con sus familiares y entorno las actividades propuestas por APEX. Además los tiempos de realización de las actividades cambiaron dando la posibilidad de que cada uno encuentre sus momentos y sus tiempos para llevar adelante la actividad. En este sentido la reflexión cobra un lugar propio y en las creaciones se observa por lo general dedicación y esmero, e inclusive el agregado de materiales personales que aportan a la singularidad de cada una de las producciones.

Los estudiantes que participan de estas propuestas normalmente lo hacen durante un tiempo breve de entre 4 y 8 meses. Esto lleva a que no se pueda generar continuidad y por tanto su involucramiento es diferente al de los profesionales de la institución que comparten con la población desde hace años. Esta modalidad de “Taller de Libre Expresión en Hogares” considero que logra un mayor involucramiento en menos tiempo, es claro que la continuidad no existe, pero sí la profundización de la población y del contexto en que se aborda el trabajo.

3.3. Taller de Creatividad y Expresión por Zoom

Por último se describen los Talleres realizados por Zoom brindados durante Octubre, Mes de las Personas Mayores. Como se mencionó anteriormente este dispositivo tenía fines y objetivos diferenciados a los del “Taller de Libre Expresión Presencial” y del “Taller de Libre Expresión en Hogares” aunque sí se sostiene el hilo de promover la expresión.

Desde el momento de planificar las actividades se generó cierta tensión, dado que a diferencia de lo que veníamos realizando, en esta ocasión debíamos buscar recursos no pictóricos que permitan la expresión. Esto se debía a que quienes participaban lo harían en sus hogares, desde distintas zonas del país y por ende no tendrían los materiales necesarios para un taller con estas técnicas. Por este motivo y dado que los encuentros

vinculados a la creatividad y expresión serían dos, se decidió realizar un taller con recursos musicales y otro con recursos literarios.

Algo característico del taller es que permite que la convocatoria sea abierta a todo el país y por ende la población que se presentó fue heterogénea en relación a la localidad (diferentes departamentos), nivel socioeconómico, nivel educativo, entre otros. Sin embargo es de destacar que al darse el taller mediante la plataforma Zoom, fue poco accesible. Es decir, entre los interesados pudieron participar únicamente quienes tenían conocimiento de la plataforma, así como algún dispositivo electrónico que permitiera el acceso y que tengan una buena conexión a internet, lo que significa, además de conocimientos, recursos económicos. Se puede observar que pese a haber sido abierta la convocatoria se inscribieron siete mujeres mayores, de las cuales solo una persona pertenecía al Programa APEX con el que trabajamos habitualmente y el promedio de asistencia a los talleres fue de cuatro participantes.

Realizar el taller mediante esta plataforma fue un desafío tanto para los estudiantes que lo implementamos, como para las personas mayores. Esta nueva metodología permite generar nuevas técnicas y actividades a desarrollar, se considera que con un mejor conocimiento de la plataforma se puede lograr un dispositivo con aún más posibilidades. Sin embargo, generar estos espacios ayuda al acercamiento y por tanto al aprendizaje del mismo.

Algunos obstáculos estuvieron ligados a dificultades para conectarse, con el encendido y apagado de los micrófonos y que todas las personas mayores ingresaban desde su celular, dispositivo pequeño, que puede dificultar la lectura de actividades o el número de integrantes que figuran en la pantalla. También dificultó que el grupo se conformó con personas que no se conocían previamente y que el taller contó únicamente con cuatro encuentros por Zoom. Se considera que en la medida que se promuevan más talleres con estas características, se puede consolidar un grupo, aprender sobre la plataforma y por ende generar mayor involucramiento de las personas y la permanencia de los participantes en el tiempo, un mayor sentido de pertenencia y con ello alcanzar nuevos objetivos.

Considero que en estas circunstancias ayudó y potenció el espacio el número “reducido” de participantes y aspectos a los que estuvimos atentos como conectarnos antes del horario del taller, o mantener siempre los micrófonos encendidos para que no hayan dificultades cuando alguien quiere hablar; aunque esto ocasionó algunas distracciones por interferencias del hogar.

En cuanto a los talleres, si bien la propuesta es novedosa, es necesario que se generen este tipo de espacios que permitan a las personas, en este caso mayores, dar uso

a la tecnología, dándoles herramientas que les pueden servir en otros ámbitos de su vida y promoviendo la flexibilidad en tanto se generan encuentros diferentes.

Un elemento fundamental que se percibió en el taller por Zoom es la proyección a futuro, dado que en esta modalidad había un encuadre claro en relación a los próximos encuentros. Era habitual cerrar con comentarios como *“Se generó una energía muy bonita y los espero el viernes que viene!”* (Rosa, 68 años)

También se pudo percibir que la inasistencia no estuvo relacionada al traslado, sino a características propias de la modalidad como imposibilidad para ingresar, no identificarse con la plataforma o con la propuesta.

Esta nueva modalidad, permite grabar fácilmente los encuentros (con autorización de las participantes), lo cual puede servir para un análisis posterior, para los referentes y grupos de estudiantes o utilizarse como insumo para el taller.

Creo que las personas que pudieron sostener los talleres los disfrutaron mucho, generaron vínculos y acortaron las distancias que la pandemia y el aislamiento social generó. Comentarios como *“Me encanta porque hago de cuenta que estoy con ustedes en una reunión, en un salón, así que los felicito por esta propuesta”* (Andrea, 67 años) y *“Mira que el Zoom a mi realmente no me gusta mucho pero esto ha sido como dijo Andrea, una reunión, como que estuvieran aquí todos, se generó una energía muy bonita y los espero el viernes que viene”* (Rosa, 68 años) permiten afirmar que estos talleres tienen la posibilidad de ver el contexto desde la perspectiva de Grippo et al (2011), entendiéndolo no como aquello que contiene, sino como aquello que entrelaza.

Bibliografía Consultada:

Acevedo, M. (2002). La implicación. Luces y sombras del concepto lourauniano. Universidad de Buenos Aires.

Álvarez, A. (2015). Los vínculos en el Taller de Libre Expresión: estudio de un dispositivo de intervención psicológica con personas adultas mayores. Tesis de Maestría. Montevideo: UR.FP

Álvarez, V. (2018). Aspectos psicológicos de la vejez y el envejecimiento. En Álvarez, V., Palumbo, R., Piovesan, S., Rodríguez, C., Salveraglio, I & Silveira, V (Eds.), *Trabajo con personas adultas mayores: Un abordaje integral en comunidad* (53-56 pp). UDELAR.

Álvarez, V., Palumbo, E., Rodríguez, C., & Silveira, V. (2021). Acortando distancias: abordajes con personas mayores en tiempos de pandemia. En Quintans, A., Lafluf, M., & Pereira, P (Eds), *Pandemia, Territorio y Extensión. Compilación de relatos, experiencias y análisis vinculados a la extensión en territorio durante la Pandemia de Covid-19* (31-37 pp). Policolor.

Apex. (s/f). *Territorio de actuación* - APEX.
<https://apex.edu.uy/el-programa/territorio-de-actuacion>

Ardoino, J. (1997). La implicación. Universidad Autónoma de México.

Arrese, H. (2010). Alteridad y reconocimiento en la Teoría de Axel Honneth. *Actio*, 1(2), 59-64. Recuperado de <http://actio.fhuce.edu.uy/images/Textos/12/Arrese12.pdf>

Banco mundial. (s/f). “Esperanza de vida al nacer”. Recuperado de <https://datos.bancomundial.org/indicador/SP.DYN.LE00.IN?end=2020&start=1960&view=chart>

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>

Batthyány, K. (2007). Articulación entre vida laboral y vida familiar: Las prácticas de cuidado infantil de trabajadoras asalariadas de Montevideo. En Gutiérrez, M (Ed), *Género, familias y trabajo: rupturas y continuidades. Desafíos para la investigación política*. CLACSO. ISBN: 978-987-1183-72-2.

Beltán, M. (2009). *Reflexiones sobre la formación profesional en trabajo social: aportes al tema a partir del análisis de las prácticas curriculares de la asignatura metodológica de la intervención profesional II, en el programa Apex-Cerro*. [Tesis de grado, UDELAR]. Colibrí. <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/10606>

Berriel, F., & Pérez, R. (2006). Imagen del cuerpo y producción de sentido: Estudio con adolescente, jóvenes, adultos y adultos mayores de la ciudad de Montevideo, Uruguay. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*, 23(6), 65-82. ISSN-e 1577-0788

Berriel, F., Paredes, M., & Pérez, R. (2006) Sedimentos y transformaciones en la construcción psicosocial de la vejez. En López, A. (Ed.) *Proyecto género y generaciones. Reproducción biológica y social de la población uruguaya Tomo I Estudio Cualitativo*. Trilce/UNFPA.

Castoriadis, C. (1993). *El mundo fragmentado*. Nordan.

Fuentes, A. (2019). Salud, género e inequidades en la vejez. En Osorio, P., Riveros, P., Meriño, J., Palma F, & Rodríguez, B (Eds.), *Género y políticas públicas: una mirada necesaria de la vejez* (57-64 pp). RedersTd.

García-Fuster, E. (1997). *El apoyo social en la intervención comunitaria*. Barcelona: Paidós.

Grassi, E. (1989). La mujer y la profesión de asistente social. El control de la vida cotidiana. Editorial Hvmanitas.

Herrera, F., Romero, A., Gonzales, E & Guillen, L. (2008). Percepción de los ancianos sobre los centros de desarrollo integral para el adulto mayor. Universidad autónoma de baja california, Mexico.

Honneth, A. (1997). *La lucha por el reconocimiento*. Editorial Crítica Grijalbo Mondadori.

Honneth, A. (2006). El reconocimiento como ideología. *ISEGORÍA*, 1(35), 129-150. Recuperado de <http://isegoria.revistas.csic.es/index.php/isegoria/article/view/33/33>

Huenchuan, S. (2009). Envejecimiento, derechos humanos y políticas públicas. Santiago de Chile: Naciones Unidas. Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE).

Ley N° 12549. Ley Orgánica de la Universidad de la República (16 de octubre de 1958). <http://www.impo.com.uy/bases/leyes/12549-1958>

Lladó, M & Carbajal, M. (s/f). Producción de subjetividad sobre envejecimiento y vejez presente en las políticas públicas. Udelar.

Loreau, R (1991). Implicación y Sobreimplicación. El espacio institucional, Buenos Aires.

Manes, R. (2021). *Aportes de la perspectiva de género al campo gerontológico. Dossier. Aportes de las ciencias sociales y los feminismos al envejecimiento y las intervenciones*. Fronteras, 17 (2), 150-161

Mead, G. (1972). Espíritu, persona y sociedad. Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Moccio, F. (1980). El Taller de Terapias Expresivas. Buenos Aires: Paidós.

Muchnik, E. (2006). Envejecer en el siglo XXI. Historias y perspectivas de la vejez. Buenos Aires: Lugar editorial.

Olivetti, M. (2021). Acciones de la Universidad en el territorio en contexto de Pandemia en el Municipio A. En Quintans, A., Lafluf, M., & Pereira, P (Eds), *Pandemia, Territorio y Extensión. Compilación de relatos, experiencias y análisis vinculados a la extensión en territorio durante la Pandemia de Covid-19* (11-17 pp). Policolor.

Ordenanza del Programa Apex-Cerro de la Universidad de la República. (23 de Noviembre de 1993).

Osorio, P. (2019). Género, cultura y vejez. En Osorio, P., Riveros, P., Meriño, J., Palma F, & Rodríguez, B (Eds.), *Género y políticas públicas: una mirada necesaria de la vejez* (27-36 pp). RedersTd.

Para la Renovación de la Enseñanza y Curricularización de la Extensión y Actividades en el Medio. (2013). Recuperado de <http://extension.fcien.edu.uy/wp-content/uploads/2013/02/PARA-LA-RENOVACION-DE-LA-ENSEÑANZA-Y-LA-CURRICULARIZACION-DE-LA-EXTENSION-Y-LAS-ACTIVIDADES-EN-EL-MEDIO.pdf>

Pérez, R (2004). Introducción. En Nisisaki, S., & Pérez, R (Eds.), *Gerontología en Uruguay. Una construcción hacia la interdisciplina* (- pp). Psicolibros

Pivani, M. (2015). Representaciones de envejecimiento y vejez asociados a la participación de Adultos Mayores. Universidad de la República, UDELAR.

Rizo, M. (2005). La Intersubjetividad como Eje Conceptual para pensar la Relación entre Comunicación, Subjetividad y Ciudad. *Razón y Palabra*, 10(47), Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1995/199520655003.pdf>

Rofman, R, Amarante, V & Apella, I. (2016). Cambio demográfico y desafíos económicos y sociales en el Uruguay del siglo XXI. Comisión económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).

Salvarezza, L. (1993) Psicogeriatría, teoría y clínica. Paidós.

Souza, L. (2021). Introducción. En Quintans, A., Lafluf, M., & Pereira, P (Eds), *Pandemia, Territorio y Extensión. Compilación de relatos, experiencias y análisis vinculados a la extensión en territorio durante la Pandemia de Covid-19* (p. 9). Policolor.

Thevenet, N. (2013). Cuidados en personas adultas mayores. Análisis descriptivo de los datos del censo 2011. Departamento de Investigación y Propuestas. Área de Protección Social, MIDES.

Viñar, M & Cavalli, V. (2015). Acercarse para mirar, hacer para aprender. Desafíos de la formación integral en espacios curriculares de ingreso. *InterCambios. Dilemas y transiciones de la educación superior*, 2(2), 55-60. Recuperado de <https://ojs.intercambios.cse.udelar.edu.uy/index.php/ic/article/view/60>

Zetina, M. (1999). Conceptualización del proceso de envejecimiento. Universidad Autónoma del Estado de México.

Anexos

Anexo 1: Municipio A. Territorio de actuación del programa Apex.

“El territorio en el cual el programa trabaja e influye está definido actualmente por los límites que abarca el Municipio A de Montevideo. Éste está conformado por los siguientes 3 Concejos Vecinales: 14, 17 y 18” (Apex, s/f).



Anexo 2: Encuesta de seguimiento telefónica realizada por el equipo del subprograma de personas mayores.

1- La pandemia, ¿modificó sus rutinas diarias? *La respuesta debe contemplar: modificaciones en el intercambio social y actividades de la vida diaria.* Si responde SÍ: ¿Por qué? ¿En qué se modificó? Si responde NO: ¿Por qué? ¿Qué cree que ayudó a que no se realizarán modificaciones en sus rutinas?

2- ¿Considera que su estado de ánimo cambió en los últimos meses? *Debe contemplar cambios en el humor y la afectividad. Si no surgen espontáneamente indagar en ambos casos cuál es el mismo.* Si la respuesta es SÍ: ¿Por qué? Si la respuesta es NO: ¿Qué cree que ayudó a que no se realizarán cambios en su estado de ánimo?

3- ¿Se ha visto modificada su alimentación en el último período? Si la respuesta es SÍ: ¿Cómo se ha visto modificada? ¿Por qué se ha visto modificada? Si la respuesta es NO: ¿Qué cree que ayudó a que no se realizarán modificaciones?

4- ¿Se transformó el vínculo con su familia? *indagar si tuvo contacto con alguien en este tiempo.* ¿Con quienes? ¿De qué forma? ¿Videollamada, presencial, etc? Si la respuesta es SÍ: ¿En qué? o ¿De qué modo? Si la respuesta es NO: indagar las características del vínculo.

5- En relación a prestaciones sociales, ¿tiene trámites pendientes? (Ej.: en jubilación, pensión, coordinaciones médicas, otros). Si la respuesta es SÍ: ¿Cuáles?

6- ¿Ha necesitado consultar a algún profesional de la salud en estos últimos meses?

Anexo 3: Entrevista a las docentes referentes de Apex.

Asist. Lic. TS Cecilia Rodríguez Silva
Unidad Académica Temática Ciclo de Vida y Comunidad - Vejez

¿Porque consideras que desde el equipo se decidió utilizar el término “Personas Mayores” y no otro para referirse a la población a la cual se dirigen? ¿Consideras que este término elimina los prejuicios existentes hacia la población de esa franja etaria?

Desde el equipo fuimos modificando la forma de denominar a las personas con las cuales trabajamos ya que la problematización y la postura crítica y ética nos caracteriza. En este sentido, la forma de nombrar a las personas con las cuales trabajamos es fundamental, el lenguaje utilizado hace referencia a nuestro quehacer cotidiano y postura teórico-metodológica. Actualmente adherimos a "personas mayores" por varios motivos. Por un lado, hace referencia a dejar de denominar adultos mayores permite entender que adultos somos todas las personas luego de los 18 años de edad. Asimismo, la denominación adultos mayores no contempla las relaciones dadas por la categoría género e invisibiliza las mujeres mayores siendo altamente significativa su existencia según los datos del último censo nacional que hace referencia a la feminización de la vejez. Darle la denominación de personas las coloca como sujetos y sujetas de derecho (adultos y adultas somos todos quienes tenemos mayoría de edad), e incluyendo así lo femenino y masculino.

El término contribuye a promover mejores formas de nombrar reconociendo su calidad de sujeto de derechos, con lo cual permite tomar conciencia sobre la forma de nombrar a las personas, evitando prejuicios por ejemplo, si les decimos "abuelas, abuelos", nombrando un rol el cual puede o no estar presente.

Sabemos que por momentos, tanto en el 2020 como en el 2021, debido a la crisis sanitaria causada por el virus Covid-19, se tuvieron que pausar las actividades que se realizaban en el programa de forma presencial. ¿Qué características tuvieron las intervenciones realizadas desde tu área durante estos periodos? ¿Que alternativas se debieron buscar dado la imposibilidad de encontrarse de forma presencial?

Durante el período de crisis sanitaria, el Equipo debió buscar nuevas formas de abordaje con la población vieja con la cual trabaja así como estrategias para continuar el vínculo y la proximidad en medio del distanciamiento físico y los protocolos vigentes para la salud. En este sentido, el uso de las tecnologías y las aplicaciones permitieron según la situación continuar trabajando desde el dispositivo asistencial (Policlínica), como desde el grupal (CineForo), en el caso de mi disciplina. La comunicación y el intercambio pasó a ser virtual (llamadas telefónicas, videollamadas, grupos de whatsapp) y en situaciones que lo requerían con las medidas correspondientes a instancia en domicilio con las medidas y recaudos establecidos por protocolo.

¿Durante este período se consideró necesario volver a retomar las actividades presenciales? ¿Porque consideraba que era necesario?

En momentos en qué se evaluó que la situación sanitaria permitía, la presencialidad retomó con aforo, era una demanda de las personas el encuentro. No obstante, muchas desestimaron por miedos y temores a enfermarse. Para las personas con las que trabajamos, el APEX y el equipo son un espacio de referencia, de escucha y de planteo de sus múltiples situaciones de dolencia, afectación y también de compartir felicidad y logros. Con lo cual, habilitar prontamente la presencialidad fue una necesidad, desafío y responsabilidad.

Prof. Adj. Lic. Nut. Raquel Palumbo Durán
Unidad Académica Temática Ciclo de Vida y Comunidad - Vejez

¿Porque consideras que desde el equipo se decidió utilizar el término “Personas Mayores” y no otro para referirse a la población a la cual se dirigen?

Porque adherimos a las luchas por la inclusión y personas mayores es una expresión que permite incluir “viejas y viejos”, por lo menos en el texto y además porque es una expresión que se acopla bien a las acciones que el equipo desarrolla, porque es un equipo que trabaja con.

¿Consideras que este término elimina los prejuicios existentes hacia la población de esa franja etaria?

Obviamente, no. Las expresiones que buscan la inclusión son sin lugar a dudas un avance en la conquista de Derechos, pero no son suficientes. Y aunque se popularice el uso de la expresión personas mayores, entre el decir y el sentir hay una brecha que en sociedades como la nuestra llevará años disminuir. Son muy fuertes los prejuicios en relación a las personas mayores en nuestra sociedad y no se van a erradicar porque las llamemos de otra manera.

Sabemos que por momentos, tanto en el 2020 como en el 2021, debido a la crisis sanitaria causada por el virus Covid-19, se tuvieron que pausar las actividades que se realizaban el programa de forma presencial. ¿Qué características tuvieron las intervenciones realizadas desde tu área durante estos periodos?

Con las/os estudiantes fueron virtuales y en su mayoría grupales. Con las personas mayores virtuales y/o telefónicas e individuales y escasamente domiciliarias con las medidas sanitarias vigentes en el momento. En los dos casos “nuevas” formas, porque fue la primera vez que se instrumentaron.

¿Qué alternativas se debieron buscar dado la imposibilidad de encontrarse de forma presencial?

Todas las que permitieran “alimentar” el vínculo y acompañar. Evitar el aislamiento social. Llamadas telefónicas, videollamadas, mensajes de texto.

¿Durante este período se consideró necesario volver a retomar las actividades presenciales? ¿Porque consideraba que era necesario?

Durante todo el período sentimos la necesidad de la presencialidad porque era nuestra única forma de trabajo, pero entendíamos que el traslado de las personas no estaba recomendado por las autoridades sanitarias, ni por las decisiones que la Universidad había adoptado. Sumado a que las personas manifestaban no desear salir porque tenían miedo.

La presencialidad es insustituible como forma de encuentro, por todo lo que los cuerpos comunican.

Asist. Mag. Psic. Clínica Virginia Alvarez
Unidad Académica Temática Ciclo de Vida y Comunidad - Vejez

¿Porque consideras que desde el equipo se decidió utilizar el término "Personas Mayores" y no otro para referirse a la población a la cual se dirigen? ¿Consideras que este término elimina los prejuicios existentes hacia la población de esa franja etaria?

El término por sí mismo no elimina los prejuicios que puedan existir, "personas mayores" fue incorporado en los últimos años en la búsqueda de ser más inclusivas ya que adulto mayor no incorporaba perspectiva de género. Si bien en el equipo técnico solemos hablar de vejez, viejes, viejo/a en estos años de trabajo percibimos que no es la forma en la cuál se autodenomina ni se identifica la población que prefiere ser nombrada como "adulto/a mayor" podríamos preguntarnos también, mayor a qué? lo cuál sería un eufemismo, pero algo fundamental en el trabajo comunitario es no imponer lecturas y/o interpretaciones técnicas, respetando deseos y necesidades de la población.

Sabemos que por momentos, tanto en el 2020 como en el 2021, debido a la crisis sanitaria causada por el virus Covid-19, se tuvieron que pausar las actividades que se realizaban el programa de forma presencial. ¿Qué características tuvieron las intervenciones realizadas desde tu área durante estos periodos? ¿Qué alternativas se debieron buscar dado la imposibilidad de encontrarse de forma presencial?

Algunas estrategias fueron de todo el equipo (trascendiendo cada disciplina) lo primero ante la emergencia (que fue para todes) establecer una línea telefónica en donde las personas pudieran recurrir. Era un momento de mucha incertidumbre también para las personas que trabajaban en la salud y era necesario atender a la población más vulnerada (no olvidar que las recomendaciones hacía el grupo etario eran bastante alarmantes). Esto fue acompañado con la comunicación telefónica directa con usuarias/os con quienes ya teníamos contacto previo y sabíamos la falta de redes de contención (elementales en esta situación). Luego de esta primera etapa elaboramos una entrevista telefónica en donde indagamos distintos aspectos relacionados con su salud (estado de ánimo, redes, continuidad en procesos de atención, alimentación, acceso a medicación en patologías crónicas).

Te adjunto un artículo que escribimos sobre algunos resultados de la encuesta. En septiembre del 2020 con la llegada de la primavera, al poder realizar actividades en espacios abiertos retomamos la presencialidad con todas las medidas sanitarias necesarias.

Espacio de Cine, Taller de Libre Expresión y actividades de promoción de salud. Es importante aclarar que la atención presencial en Policlínica sólo se suspendió los primeros meses de alerta sanitaria. El 2021 también inició con la alerta sanitaria (por un aumento de casos) con lo cuál continuamos la indagación telefónica dando respuesta a algunas situaciones que requerían ser abordadas. También se realizó por primera vez una experiencia de Promoción de Salud a través de la Plataforma Zoom. Si bien el equipo había recurrido al uso de esta herramienta, fue recién en octubre del 2021 que se usó la misma para trabajar con la población.

¿Durante este período se consideró necesario volver a retomar las actividades presenciales? ¿Porque consideraba que era necesario?

La presencialidad se retomó en septiembre del 2020 debiendo interrumpirse a inicios del 2021 y retomando nuevamente en octubre de ese año. La presencialidad es clave en nuestro trabajo, en parte porque la presencia es insustituible, podemos compartir una llamada telefónica o videollamada, pero lo que se produce en el encuentro presencial con el otro genera efectos imposibles de transferir a otros espacios. Es cierto que nos sorprendimos de la potencia de los dispositivos virtuales (eso no podemos dejar de decirlo) pero igual lo que se genera en presencia en el encuentro es insustituible, los olores, las miradas. En el Zoom puedo silenciar al otro, apagar la cámara. En presencia si bien existen diversos mecanismos para no estar en el lugar eso resulta más visible. La presencia hace hacer, genera efectos. La mirada por ejemplo. La plataforma virtual me permite observar y ser observado pero no mirar y ser mirado, se pierde la bidireccionalidad de la mirada. Esto considerando a quienes tuvieron oportunidad de acceder al Zoom o videollamada (mínimo porcentaje) el resto de la población que tenía acceso al teléfono de línea y en algunos casos celular se perdía la posibilidad de interacción con más de una persona a la vez. Algo de lo que recogimos en las entrevistas telefónicas era la necesidad de retomar los espacios presenciales, la falta de espacios de escucha y encuentro y como eso afectaba su salud.

Asist. GII. Médica Geriatra Verónica Silveira
Unidad Académica Temática Ciclo de Vida y Comunidad - Vejez

¿Por qué consideras que desde el equipo se decidió utilizar el término “Personas Mayores” y no otro para referirse a la población a la cual se dirigen? ¿Consideras que este término elimina los prejuicios existentes hacia la población de esa franja etaria?

La utilización del término PERSONAS MAYORES, se adopta en forma posterior a la Convención Interamericana sobre la Protección de derechos de las Personas mayores. Este cambio se produjo en una búsqueda global de disminuir la discriminación y mitos hacia esta población. No creo que sea en lo absoluto suficiente, es otra forma de trabajar en la temática en forma paralela a otras muchas acciones.

Sabemos que por momentos, tanto en el 2020 como en el 2021, debido a la crisis sanitaria causada por el virus Covid-19, se tuvieron que pausar las actividades que se realizaban el programa de forma presencial. ¿Qué características tuvieron las

intervenciones realizadas desde tu área durante estos periodos? ¿Qué alternativas se debieron buscar dado la imposibilidad de encontrarse de forma presencial?

La situación que generó la pandemia por la enfermedad Covid-19 fue y sigue siendo compleja. En un contexto de trabajo con una población de mayor vulnerabilidad frente a la enfermedad, se tomaron decisiones para disminuir su nivel de exposición. Se utilizaron estrategias de trabajo nuevas, acompañar fue uno de los primeros objetivos, junto con la detección precoz de situaciones de salud que debían ser vistos en forma presencial y también inmediata. Se utilizó en otros espacios el trabajo por Zoom. También se realizaron visitas domiciliarias.

¿Durante este período se consideró necesario volver a retomar las actividades presenciales? ¿Porque consideraba que era necesario?

Se consideró retornar si y cuando a nivel país se dió una autorización sanitaria, se elaboró un plan de reintegro gradual por talleres y/o dispositivos de trabajo. Se diseñó un protocolo institucional para Covid-19, Se Difundió y se adaptó a la realidad del país. Volver a lo presencial era necesario, por todo lo que implica el encontrarse con el otro, entrevista personal, valorar en forma presencial, acompañar desde otro lugar. La evolución epidemiológica de la enfermedad y la vacunación permitió poder hacerlo.

Anexo 4: Acceso a notas de campo “Taller de Libre Expresión Presencial”.

https://docs.google.com/document/d/1st1WTC9xrVnsTTwRtEpL23hvlVvq7kQzdU_fUlvzlvo/edit?usp=sharing

Anexo 5: Acceso a notas de campo “Taller de Libre Expresión en Hogares”.

<https://docs.google.com/document/d/10yJh-L5pugnEsdzrlFACHjLeelCrlQpHMF6zIO8-6VI/edit?usp=sharing>

Anexo 6: Acceso a videos de “Taller de Creatividad y Expresión por Zoom”.

<https://drive.google.com/drive/folders/1onulzCjoDE7JGQr8rfrHbTqOZgdz-ohe?usp=sharing>

Anexo 7: “Taller de Libre Expresión Presencial”.



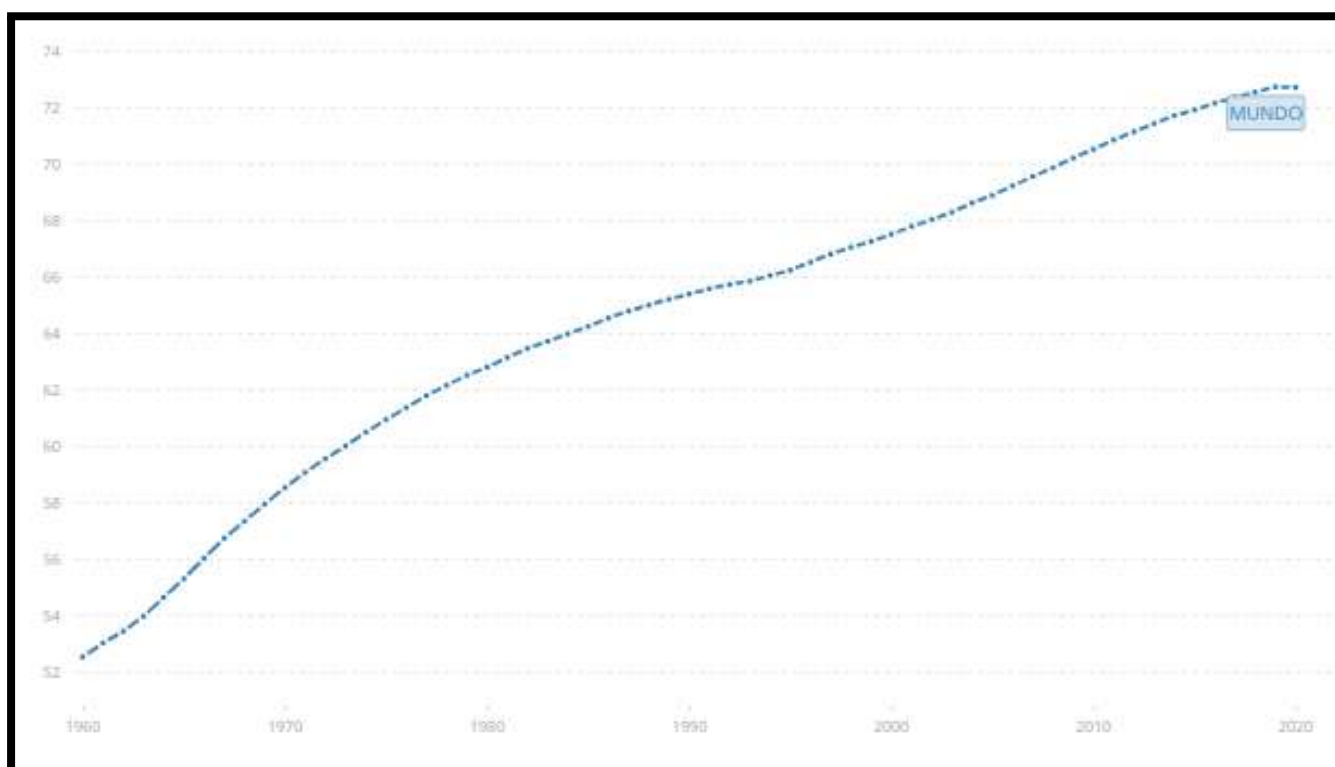
Anexo 8: “Taller de libre Expresión en Hogares”.



Anexo 9: Taller de Creatividad y Expresión por Zoom.



Anexo 10: Gráfica “Esperanza de vida al nacer, total (años)” (Banco Mundial, s/f).



Anexo 11: Algunas Producciones del primer taller en casa “Carta a un amigo”.



“Estamos sentados como se siente una familia, al sol y al aire libre, en APEX porque el grupo que formamos ahí, eso es la familia de compañeras, con cariño” (Mercedes, 72 años).

“Muchos tenemos la suerte de encontrar a lo largo del camino una mano amiga que (...) le da color a tu vida” (Noelia, 70 años).

“Vivir sin amigos es morir sin dejar huellas” (Roberto, 76 años).

Anexo 12: Consignas talleres en hogares⁸.

  UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
URUGUAY

Aprenderás que las nuevas amistades continúan creciendo a pesar de las distancias y que no importa que es lo que tienes en la vida sino a quien tienes en la vida, y que los buenos amigos son la familia que nos permitimos elegir.

Aprenderás que no importa a donde llegaste sino adonde te diriges y si no lo sabes cualquier lugar sirve.

Fragmentos del Poema "Carta a un Amigo" de [shakespeare](#)

¿Qué mensaje me gustaria transmitirle a mis compañeras de taller?

A partir de esta pregunta realizarás un collage con los [materiales que brindados](#).

Luego las producciones de todas las integrantes serán compartidas de una manera muy divertida...

  UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
URUGUAY

Mientras escuchas la canción "River flows in you piano" de Yiruma, reflexiona sobre cómo te sentiste al realizar la actividad anterior y recomenzar el taller.

Luego escribe una palabra o frase breve.

La enviaremos por audio de whatsapp, pero también puedes acceder a ella por youtube o con el siguiente link: https://www.youtube.com/watch?v=7maJOI3QM00&ab_channel=YirumaVEVO

¿Qué cosas buenas me dejó la pandemia?

A partir de esta pregunta realizarás una producción libre dibujando y/o escribiendo palabras en la hoja.

Luego las producciones de todas las integrantes serán compartidas de una manera muy divertida...

  UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
URUGUAY

Mientras escuchas la canción "El amor como razón del fin del mundo" de Silvia Meyer, te invitamos a moverte, dentro de tus posibilidades, para comenzar a relajarte y concentrarte.

La enviaremos por audio de whatsapp, pero también puedes acceder a ella por youtube o con el siguiente link: <https://www.youtube.com/watch?v=DKBjMuQeMIDs>

A continuación, podés tallar, pintar y decorar a tu manera, con materiales de tu hogar, la pieza de puzzle en yeso que te entregamos. Más adelante, con quienes nos encontremos de forma presencial, armaremos el puzzle incluyendo las piezas de todas las participantes del taller y Nicasio.

Cada pieza representa a cada una de ustedes, y su unión la grupalidad.

Luego las producciones de todas las integrantes serán compartidas de una manera muy divertida...

Anexo 13: Video de la familiarización del barrio Cerro.

<https://www.youtube.com/watch?v=2K20hrQhIAY>

Anexo 14: Producciones donde se señalaba que se había dibujado a "Roberto", el único varón participante del taller.



⁸ Se puede observar como en las dos primeras propuestas estuvo la búsqueda de replicar los tres momentos en el que se divide el "Taller de Libre Expresión Presencial", a saber: Caldeamiento, desarrollo y cierre. En relación a la "forma muy divertida" de compartir las propuestas, en un principio no teníamos claro cómo lo haríamos. El primero de octubre, durante la inauguración del "mes de las Personas Mayores" se dio un espacio para que los integrantes de este taller compartan en el programa de forma presencial, presentando las producciones realizadas durante este período y compartiendo una actividad de reencuentro.

Anexo 15: Tabla de potencialidades y debilidades.

POTENCIALES			
	PRESENCIAL	HOGARES	ZOOM
Profesionales	- Poder observar comportamientos y actitudes en la grupalidad. - Posibilidad de dar contención, cuando es necesario, a lo que en el espacio acontezca. - Posibilidad de preparar el espacio para generar ambientes óptimos para el dispositivo.	- Mayor involucramiento de los estudiantes en el contexto de trabajo de la institución. - Mayor acercamiento de los estudiantes a la realidad de quienes participan del dispositivo. - Posibilidad de observar comportamientos y actitudes de quienes participan en un contexto de carácter ecológico. - Posibilidad de acceder a tiempos y espacios personalizados con cada integrante.	- Posibilidad de grabar fácilmente los encuentros para futuras observaciones, análisis y actividades. - Posibilidad de crear nuevas técnicas y actividades a desarrollar.
Participantes	- Se pueden apropiar del espacio institucional. - Comparten con otros en un mismo espacio y tiempo, lo que facilita la generación de sentidos de pertenencia. - Se genera un compromiso que motiva al asistir a la institución. - Pueden reconocer semejanzas y diferencias en el grupo. - Posibilidad de generar vínculos y redes que modifican sus identidades. - Posibilidad de realizar tareas conjuntas. - Se puede generar proyección a futuro, debido al encuadre de frecuencia semanal.	- Posibilidad de fortalecer y sostener vínculos con las compañeras (grupo consolidado previo a la modalidad). - Posibilidad de sostén, contención y bienestar. - Posibilidad de compartir con la familia, vecinos y/o amigos, el desarrollo de las actividades propuestas. - Se genera un mayor tiempo para la reflexión sobre las propuestas. - Mayor tiempo para la realización de las propuestas, lo cual se vio reflejado en la dedicación y, por ende, en el resultado final de las producciones.	- Permite un acceso a participantes de distintas zonas del país. - Permite dar uso de las nuevas tecnologías, potenciando la flexibilidad en las personas. - Poder compartir con el grupo. - Pueden reconocer semejanzas y diferencias en el grupo. - Posibilidad de generar vínculos y redes que modifican sus identidades. - Se puede generar proyección a futuro, debido al encuadre de frecuencia semanal.
Encuadre	- Se facilita el caldeoamiento y desarrollo de las actividades debido a la posibilidad de brindar los materiales y herramientas necesarios. - Explicar a mayor cantidad de gente a la vez optimiza el tiempo.	- La existencia de recursos de la institución. - La flexibilidad de la institución APEX. - Se puede generar mayor visibilidad de la institución APEX en el entorno de las participantes. - Permite dar continuidad al trabajo en contexto de pandemia.	- Utilización de nuevas tecnologías que brindan otros recursos y herramientas, generando posibilidades diferentes. - Se eliminan las dificultades respecto al traslado. - Permite el encuentro, pandemia mediante. - Posibilidad de acercamiento y por tanto aprendizaje.

DEBILIDADES			
	PRESENCIAL	HOGARES	ZOOM
Profesionales	- Menor involucramiento de los estudiantes en el contexto de trabajo de APEX. - Menor acercamiento de los estudiantes a la realidad de las participantes.	- Imposibilidad de observar el proceso de realización de las propuestas. - Limitación de las actividades a ser llevadas a cabo, debido a la imposibilidad de contención a distancia, de no poder adecuar el espacio ni compartir los materiales (limitación económica).	- Grupo nuevo, con integrantes que no se conocían. - Escaso conocimiento de la plataforma. - Buscar recursos no pictóricos que permitan la expresión, que es la línea de trabajo habitual.
Participantes	- Menor tiempo para la realización de las producciones. - Necesidad de traslado.	- Imposibilidad de compartir espacio presencial con otros compañeros del programa. - Necesidad de manejar otros tiempos para las consultas acerca de las propuestas de trabajo.	- Menor tiempo para la realización de las producciones. - Necesidad de mayores recursos económicos para poder participar. - Mayor dificultad para conocer a los compañeros y equipo.
Encuadre	- En ocasiones se puede generar la inasistencia de los participantes, debido al clima, paro de transporte u otras adversidades que impidan o dificulten el traslado a la institución. - Imposibilidad de asistir en contexto de pandemia. - El dispositivo se ve limitado a una determinada zona, en nuestro caso el territorio del Municipio A.	- Aumento de recursos tanto capitales como humanos. - Limitaciones en la realización de las fases del taller, en específico el caldeoamiento y el cierre. - En nuestro caso, fue pensado como un "reemplazo" del taller de libre expresión.	- Dificultad en la accesibilidad por la plataforma. - La conectividad que por momentos puede ser inestable. - Escaso conocimiento de la plataforma. - El uso del celular como dispositivo de ingreso. - Posibles interferencias del hogar.

Anexo 16: Producciones conjuntas.



Anexo 17: Algunos ambientes generados durante los talleres presenciales.

