

UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL
Tesis Licenciatura en Trabajo Social

Una mirada de la vejez en Montevideo:
la auto percepción de los Adultos Mayores
del Grupo “Caminantes del Prado”

Bárbara Vallarino
Tutora: Mariana Aguirre

2018

Indice

Introducción	1
Apartado Metodológico.....	3
Objeto de estudio	6
Pregunta	6
Hipótesis	6
Objetivo general y específicos.....	6
Antecedentes.....	7
Marco Téorico.....	9
Vejez.....	11
Cultura	13
Prejuicio.....	14
Identidad	19
Redes Sociales	21
Una aproximación al grupo Caminantes del Prado	23
Análisis.....	24
Autopercepción de los adultos mayores	24
Los adultos mayores y sus vínculos	30
La construcción de la vejez, su mirada desde los prejuicios.....	36
Rol de los adultos mayores en la actualidad y su cotidianidad	43
Reflexiones Finales	49
Bibliografía.....	51

Introducción

El presente trabajo corresponde a la monografía final de grado de la Licenciatura en Trabajo Social de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de la República. En la misma se abordará la temática referida a la construcción de la imagen sobre el Adulto Mayor. Para ello se considera la autoimagen que poseen los Adultos Mayores en la ciudad de Montevideo.

En tal sentido, se considera importante indagar y conocer las percepciones que tiene los Adultos Mayores sobre si mismos en un tiempo y espacio determinado. Por tal motivo, el propósito es poder visualizar algunos de los factores que influyen en la construcción de su autoimagen.

El interés por abordar la temática aquí planteada proviene en mayor medida de los conocimientos adquiridos a través de la práctica pre profesional cursada en el área vejez en el Proyecto Integral "Cuidado humano, Derechos e Inclusión Social" de la Licenciatura en Trabajo Social, comenzando en el año 2011 siendo luego retomado en el año 2013 en el Hospital Centro Geriátrico Dr Luis Piñeyro del Campo.

Por otro lado, la motivación para abordar la temática sobre vejez, se debe también a la relevancia que este grupo etario ha ido adquiriendo con el paso del tiempo en la sociedad actual debido a que según Paredes (2008) en América Latina el proceso de envejecimiento además de ser generalizado es irreversible. Es por tal motivo que Uruguay no escapa a esta realidad, encontrándose desde el Siglo XX, en una transición demográfica avanzada. Es uno de los países más envejecidos de la región, producto de la disminución en la fecundidad y la extensión de la esperanza de vida conllevado ello "(...) a que existan cada vez más personas mayores y que el peso de las mismas en la estructura poblacional vaya en creciente aumento" (Paredes, 2008, p. 17).

En los últimos años y como hace referencia Nathan (2013) el proceso de envejecimiento en nuestro país se ha incrementado, según los datos de los censos nacionales de población, la presencia de personas de 65 o más años se ubicó en el 9,8% en 1975, aumentando a 11,2% en 1985, 12,8% en 1996, 13,4% en 2004 y alcanzando el 14,1% en 2011. (Nathan, 2013, p.29)

Paredes (2008) afirma que en nuestro país el índice de envejecimiento es de 72, lo que significa que hay 72 adultos mayores de 60 años por cada 100 menores de 15. Si bien en la actualidad Uruguay no alcanza el índice de envejecimiento que existe en Europa (136), es importante señalar que es significativamente mayor al de América Latina (31), e incluso al registrado a nivel mundial (39) (Paredes, 2008, p.24-25).

El envejecimiento es una etapa en el curso de la vida, en donde se producen cambios de forma diferente a cada Adulto Mayor, es decir que es un proceso individual y diferencial, sumado a diversos factores que influyeron en su trayectoria de vida. Teniendo en cuenta este proceso de envejecimiento de la población uruguaya, es que se considera relevante abordar esta temática relativa a la vejez. Se buscando profundizar sobre la misma y a que la vejez es una construcción social y por tal motivo merece ser estudiada y abordada desde el Trabajo Social para de este modo generar nuevos conocimientos acerca de la misma.

Este documento estará dividido en seis partes las cuales se detallarán a continuación. En primer lugar, se planteará el tema elegido y se presentarán los objetivos de la temática que se estudiará en el apartado metodológico, el cual se focaliza desde una perspectiva cualitativa utilizándose como técnica de investigación la entrevista en profundidad de tipo semi estructurada. Se continuará planteando el marco teórico utilizando diversas categorías teóricas como son Vejez, Cultura, Prejuicios, Identidad, Interaccionismo Simbólico y Redes sociales. En una tercer parte, se plasmarán los resultados hallados, analizando la información recabada a partir del marco teórico presentado. Y por último, se presentarán las reflexiones finales a las cuales se ha arribado, destacando los principales hallazgos obtenidos del trabajo de campo. Por otra parte se destacan algunos aspectos propios del proceso de aprendizaje realizado por la autora del documento.

Apartado Metodológico

En el presente apartado se desarrolla la forma en que se analiza el tema de investigación abordado a través de los objetivos y el marco teórico para desarrollar un proceso que se ajuste con la investigación aquí planteada. Para intentar dar respuestas a la interrogante que llevó a realizar dicho trabajo, se utiliza un abordaje de carácter cualitativo.

El análisis cualitativo se basa según los autores Taylor y Bogdan en una “... investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable. (...) Es un modo de encarar el mundo empírico...” (Taylor y Bogdan, 1987, p. 20).

A su vez un estudio cualitativo, como indican Taylor y Bodgan “no es un análisis impresionista, informal, basado en una mirada superficial a un escenario o a personas. Es una pieza de investigación sistemática conducida con procedimientos rigurosos, aunque no necesariamente estandarizados.” (Taylor y Bogdan, 1987, p. 22) Este tipo de metodología pretende no limitar el universo ni las eventualidades de estudio a una conceptualización tomada a priori, sino por el contrario, permite la emergencia de nuevas lecturas.

El método que se lleva adelante en esta investigación es el estudio de caso, el mismo según *Stake (1999)* hace referencia a la particularidad, al estudio de la complejidad de un caso específico en un determinado contexto. (Stake, 1999, p.11)

Siguiendo con este autor, plantea que:

El cometido real del estudio de casos es la particularización, no la generalización. Se toma un caso particular y se llega a conocerlo bien, y no principalmente para ver en qué se diferencia de los otros, sino para ver qué es, qué hace. Se destaca la unicidad y esto implica el conocimiento de otros casos de los que el caso en cuestión se diferencia, pero la finalidad primera es la comprensión de este último. (Stake, 1999, p.20)

De acuerdo con esta definición se toma como "caso" al grupo conformado por Adultos Mayores de la ciudad de Montevideo llamado "Caminantes del Prado" el cual se presenta como esa particularidad en donde se enfocan las distintas dimensiones que estudiaremos en esta investigación. Se buscó obtener a través del mismo las distintas perspectivas y puntos de vista (emociones, experiencias, significados y otros aspectos subjetivos) de las personas implicadas permitiendo arribar a una mayor comprensión del tema a investigar. Es importante resaltar que los datos obtenidos en este documento no son posibles extrapolarlos a la población Adulta Mayor en general, sino que son característicos de este grupo estudiado en particular.

El plan de investigación seleccionado en esta instancia es un plan flexible, en el sentido de que, como expresa Vallés (1999) se mantiene abierto a la posibilidad de modificar, alterar y cambiar durante la recogida de datos en caso de ser pertinente.

La técnica que se aplica principalmente es la entrevista en profundidad de tipo semi estructurada, debido a que la misma permite una mayor libertad comunicativa, dando lugar en el diálogo con los entrevistados a agregar nuevas interrogantes que no se hayan tenido en cuenta al momento de la elaboración de la pauta.

Desde la perspectiva de Alonso (1999) el autor plantea que:

La entrevista es un proceso comunicativo por el cual un investigador extrae una información de una persona - el informante- que se halla contenida en la biografía de ese interlocutor. Entendemos aquí biografía como el conjunto de las representaciones asociadas a los acontecimientos vividos por el entrevistado (Alonso, 1999, p. 226).

Se la visualiza como una técnica privilegiada por medio de la cual se busca la aproximación al objeto de estudio a través de la experiencia de los actores involucrados. Es un modo de aprehensión que le da primordial importancia a la palabra para llegar a comprender los hechos psicológicos y sociales.

En lo que respecta a las entrevistas en profundidad, Taylor y Bodgan (1987) es el método por el cual el investigador toma información de un sujeto, pudiendo tener la

misma diferentes grados de estructuración. Es una técnica de encuentros cara a cara entre investigador e informantes manteniendo un diálogo pautado pero abierto, dirigido hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los mismos respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, dando lugar a la revalorización de sus intereses y puntos de vista.

El contexto en el cual se realizó el estudio de caso fue en el Departamento de Montevideo. Para la realización de las entrevistas se tomó una muestra de seis personas mayores de 65 años que integran el grupo "Caminantes del Prado" siendo actualmente 12 Adultos Mayores quienes conforman el mismo. El criterio para la elección de la cantidad de entrevistas a realizar, fue elegir a las personas de mayor permanencia dentro del grupo, con especial énfasis en el único varón que lo compone. El trabajo de campo se llevó a cabo en los meses comprendidos entre noviembre y diciembre del año 2017. Se buscó responder así mediante esta técnica al problema de estudio, partiendo de los puntos de vista y de las valoraciones que tuvieron estos actores sociales, así como también sus percepciones y opiniones. La elección de los entrevistados fue aleatoria, si bien se buscó que la misma sea abarcativa, estuvo supeditada al acceso a los recursos humanos disponibles siendo las entrevistas implementadas sin dificultades.

El grupo seleccionado para el presente documento fue estudiado en base a la información proporcionada por el Comunal 14 el cual fue elegido dado sus días y horarios de reunión coincidiendo los mismos con los días y horarios disponibles de quien suscribe. Las personas entrevistadas asisten a esta actividad desde sus inicios, todas son jubiladas y el 90% que conforman el grupo actualmente son mujeres.

Objeto de estudio:

La construcción de la autoimagen en los Adultos Mayores que participan en la actualidad en el grupo Caminantes del Prado en la ciudad de Montevideo a partir de los 65 años de edad en la actualidad.

Pregunta:

¿Cómo inciden la cultura, el prejuicio y las redes sociales en la construcción de la autoimagen del Adulto Mayor que participa en la actualidad en el grupo Caminantes del Prado en Montevideo a partir de los 65 años de edad en la actualidad?

Hipótesis:

Las personas mayores de 65 años que participa en el grupo Caminantes del Prado en Montevideo construyen una autoimagen de sí mismas en base al contexto cultural en el que se encuentran inmersas, dentro del cual los prejuicios, el concepto de vejez y las redes sociales son elementos determinantes a la hora de configurar la misma.

Objetivo General:

Aportar a la comprensión sobre la construcción de los procesos identitarios y por ende a las autopercepciones y autoimágenes de los Adultos Mayores que participan en la actualidad en el grupo Caminantes del Prado a partir de los 65 años de edad de la ciudad de Montevideo en la actualidad.

Objetivos específicos:

- Conocer la percepción que tienen los Adultos Mayores entrevistados sobre sí mismos y cómo describen el vínculo con su entorno.
- Conocer la valoración que realizan los Adultos Mayores con su grupo de pares.
- Analizar qué incidencia tienen para las personas mayores de 65 años, los prejuicios de terceros en la construcción de su autoimagen.
- Analizar aquellos elementos comunes en los discursos de los Adultos Mayores en relación a su proceso de envejecimiento.

Antecedentes

Teniendo en cuenta la temática a investigar vinculada a la construcción social de la vejez y los prejuicios vinculados a la misma desde la percepción de los propios adultos mayores, se realizó una búsqueda bibliográfica proveniente de las bibliotecas de las distintas facultades de nuestro país a través de (www.biur.edu.uy/F) a partir de lo cual se recabó información relevante acerca del tema de estudio.

En cuanto a los antecedentes encontrados no se identifican estudios específicos acerca del tema a estudiar en la presente monografía pero sí se registraron investigaciones, las cuales serán un insumo a la hora de orientar y contribuir con nuestro trabajo académico. Las mismas se detallan a continuación:

Entre ellos se destaca el documento realizado por Póppiti Méndez, Ma. Solange titulado Vejez en el siglo XXI: determinaciones culturales que inciden en su conceptualización, del año 2011 presentado en la Facultad de Ciencias Sociales. La temática abordada en esta tesis se basa en las diferentes determinaciones culturales y sociales que influyen en cómo se conceptualiza la vejez en el siglo XXI.

La tesis realizada por Bálsamo, Vivian llamada La tercera edad de ayer y de hoy, del año 2011 de la Facultad de Ciencias Sociales. En esta investigación se abordan los diversos factores que dieron lugar a las trasformaciones en el rol del anciano a lo largo de la historia, para entender el por qué de su situación actual.

Orellano, Rita presenta "Representaciones sociales sobre la vejez y el envejecimiento de jóvenes, adultos mayores y gestores de políticas públicas, en la ciudad de Young, publicada en el año 2014 en la Facultad de Psicología. En esta investigación se plantea determinar las representaciones sociales de la vejez y el envejecimiento, a través de la realización de entrevistas a jóvenes, adultos mayores y actores de políticas públicas, en la ciudad de Young desde una perspectiva intergeneracional.

Ese mismo año presenta Almeida, Stefany su tesis de grado llamada Percepción de los estudiantes sobre estereotipos positivos y negativos hacia la vejez, perteneciente a la Facultad de Enfermería. El objetivo de este trabajo es identificar las percepciones de

los estereotipos negativos y positivos hacia el Adulto Mayor que manifiestan los estudiantes de la licenciatura en el curso llamado: Salud del adulto y anciano.

Por último Ferrari, Valentina titula su tesis de grado Soledad en la vejez: el adulto mayor y su entorno social como agentes de cambio, del año 2015 perteneciente a la Facultad de Psicología. En este documento se realiza un análisis orientado a develar aquellos escenarios en los cuales la soledad es temida por el Adulto Mayor. Se piensa cómo inciden en ellos las redes sociales de apoyo y los estereotipos negativos contruidos socioculturalmente sobre la vejez y el proceso de envejecimiento. En el mismo sentido se analiza cómo esta visión estereotipada influye en la autopercepción del propio Adulto Mayor.

Marco teórico

En esta monografía nos posicionaremos teóricamente desde el interaccionismo simbólico ya que las imágenes construidas en torno a la vejez se generan en la interacción, sea entre los actores o consigo mismos, por lo que para comprender el proceso de la construcción de identidad de los Adultos Mayores nos enfocaremos desde en los aportes realizados por Herbert Blumer (1982) y su teoría del interaccionismo simbólico. En su libro “Interaccionismo simbólico: perspectiva y método”, el autor define cuatro premisas para comprender la realidad social (Blumer, 1982, p. 37).

La primera de estas premisas, hace referencia a que el ser humano orienta sus actos hacia los objetos en función de lo que estas significan para él. Una segunda premisa se relaciona con el significado que los individuos le dan a estos objetos, los cuales surgen como resultado de la interacción social que cada individuo tiene con su prójimo. En una tercer premisa lo que se plantea es que los significados que los individuos le dan a los objetos, pueden ser manipulados o modificados por los mismos individuos a través de la interpretación que cada uno desarrolle dentro de su entorno. La cuarta y última premisa que plantea el autor hace referencia a que la realidad no es estática, sino dinámica. Esto se debe a que todos los actores sociales se encuentran en permanente cambio. (Blumer, 1982, p. 37).

Con lo esbozado previamente sobre las premisas entendemos que los seres humanos actúan respecto a las cosas sobre la base de los significados que éstas tienen para ellos. Ello deriva o surge de la interacción que los individuos sostienen con sus semejantes, y estos significados se manejan y se modifican a través de un proceso interpretativo desarrollado por la persona al enfrentarse con las distintas situaciones que van surgiendo.

El planteamiento que hace Blumer (1982) nos sirve para entender que cada individuo, dependiendo del lugar en que esté, va a darle un significado determinado a los objetos que lo rodean y, además, va a poder manipular esos significados. Es interesante tener esto presente para entender cómo las personas que se encuentran en una misma situación (en nuestro caso, los Adultos Mayores) van a ir desarrollando formas semejantes de darle significado a los objetos que lo rodean.

Los significados no son estables y varían con la interacción por lo tanto existe un permanente proceso de interpretación. Los significados y los símbolos se van aprendiendo en el curso de la interacción social. Y es mediante estos que las personas actúan, interactúan e interpretan (Blumer 1982). Los significados se estabilizan en un universo simbólico y producen cierta “normalidad”. Es decir que esos significados que damos a las cosas son socialmente aceptados y son reales para nosotros.

Sánchez señala que “En la visión interaccionista- simbólica de la vejez se argumenta que la interacción de factores, tales como: el ambiente, la persona y sus encuentros sociales, pueden afectar el proceso de envejecimiento. (Sánchez, 1990, p. 93)

Siguiendo en la línea del interaccionismo simbólico nos parece apropiado plasmar la teoría dramática de Goffman (1959), en la cual se estudia a la sociedad centrándose en las interacciones cotidianas cara a cara y entendiéndolas como rituales dramáticos. El mismo hace alusión a “el término actuación para referirse a toda actividad de un individuo que tiene lugar durante un periodo señalado por su presencia continua ante un conjunto particular de observadores y posee cierta influencia sobre ellos” (Goffman, 1959, p. 33). Así es que desentrama la organización general de la sociedad en torno a los individuos que son como actores, ya que intentan transmitir una imagen convincente de sí mismos frente a los diversos auditorios a los que se enfrentan. El autor no busca demostrar cuales son los sentimientos que llevan a las personas a actuar de diferentes maneras, sino que quiere transmitir la idea de que el individuo adopta diferentes “fachadas” sociales y personales, escenarios entre otros que le permiten desenvolverse en la vida cotidiana para conseguir sus propios fines. Se cree apropiado aplicar esta perspectiva teórica a nuestra investigación para esclarecer el papel que deben asumir los viejos a la hora de desempeñar su rol en la sociedad en la que se encuentre inmersos, conocer qué imagen de ellos mismos desean proyectar, y verificar si esto influye a la hora de conformar su identidad.

Se pretende conceptualizar qué se entiende por vejez para luego poder adentrarnos en las categorías subyacentes de la misma tales como cultura, prejuicios,

vejeismo, identidad, y redes sociales. Para ello se tendrán en cuenta los distintos aportes teóricos y conceptuales de diferentes autores que hablan sobre la temática en cuestión, los cuales aportarán significativamente a nuestro tema estudiado.

De esta manera y habiendo precisado cada uno de estos conceptos tendremos una mayor aproximación acerca de cómo los mismos habrán de ser abordados y considerados en este trabajo en relación a nuestro objeto de estudio.

Vejez

Para comenzar es importante plantear que se entiende a la vejez:

(...) como condición humana, como proceso de envejecimiento y momento de la vida de una persona, con sus limitaciones y posibilidades de adaptación activa ante los cambios que lo posicionan en una situación diferente, nueva, desconocida; que lo sitúan en un espacio de tensión respecto de sus necesidades y las posibilidades y contexto de satisfacción de las mismas (...) (Ludí, 2005, p. 25).

Según Ludi (2005), la vejez es un constructo social, propio de cada tiempo y con distintas características, las cuales han de darle una determinada valoración a este concepto que va modificándose conforme a cómo la sociedad cataloga al Adulto Mayor. Es decir que, según dicha definición, resulta complejo determinar una concepción universal de la vejez, debido a que ésta varía de acuerdo a los diferentes significados que cada sociedad le asigne a la misma. No existe una única forma de concebir la vejez, ni mucho menos de vivirla; las diferencias se construyen de acuerdo a las trayectorias de vida que cada sujeto recorre, experimenta y a los contextos sociales. Si bien pueden destacarse aspectos comunes en el proceso de envejecimiento, los mismos tendrán para cada sujeto un sentido y significado propio.

A su vez, la autora Sánchez Salgado (2005) define a la vejez como " (...) un proceso natural, gradual, de cambios y transformaciones a nivel biológico, psicológico y social, que ocurre a través del tiempo." (Sánchez; 2005, p. 67) Para la interpretación que se hace sobre la vejez, es fundamental tomar estos tres aspectos conjuntamente.

Ahondando un poco más en lo que se comprende por vejez podemos decir que para Filardo y Muñoz (2002) la misma es entendida como un constructo social el cual abarca tres dimensiones: las cuales definen como biológica, subjetiva y social.

“[1] la edad biológica (que incluye feno y genotipo: factores ambientales y rasgos genéticos que determinan el cuerpo biológico).

[2] la edad subjetiva (que refiere a la autoimagen, la identidad de un sujeto y a las “estrategias simbólicas” que el mismo instrumenta para regular ambas).

[3] La edad social refiere a las normas de comportamiento que un sujeto asume en un determinado campo, es decir sus status-roles y las “estrategias reales” que emplee para regularlos” (Filardo y Muñoz, 2002, p 243).

Para el análisis de dichas dimensiones es importante que las mismas sean abordadas desde una perspectiva tanto micro como macro a los efectos de poder tener una visión más integral de la temática abordada. (Filardo y Muñoz; 2002).

Con respecto a la perspectiva micro, la edad subjetiva abarca elementos como autoimagen, identidad y estrategias simbólicas. En la edad social son tomados en cuenta los “status- roles’ que posee cada individuo y las estrategias que aplica en su regulación. Y la edad biológica envuelve todo aquello que se relaciona estado de salud, nivel de capacidad, apariencia, entre otros. (Filardo y Muñoz, 2002). En cuanto a una mirada macro, la dimensión subjetiva toma en cuenta las ideologías relativas a la edad que predominan en la sociedad, las políticas implementadas y posibles nuevos imaginarios sociales estructurados. Continuando con la dimensión social, la misma se refiere a los elementos relacionados a la estructura social, donde se distribuyen y comprenden los status-roles. “Son los factores que más tienen que ver con lo que tradicionalmente llamamos “estructura social” (Filardo y Muñoz; 2002, p. 244). Y la última dimensión biológica se refiere a las consecuencias demográficas de dichos elementos, es decir “ (...) los ciclos de los organismos biológicos -y sus cambios- determinan la pirámide de edades y sus indicadores de mortalidad, fecundidad y migración. (Filardo y Muñoz; 2002, p. 244).

Para llevar adelante el análisis de las diferentes dimensiones de la vejez anteriormente mencionadas, es necesario especificar unidades de análisis y objetos. Si bien, no podemos dejar de tener presente que a la vejez debemos mirarla y analizarla desde esa perspectiva multidimensional, para nuestro objeto de investigación la dimensión que abarcaremos con mayor centralidad será la subjetiva, debido a que la misma engloba las siguientes unidades de análisis (Filardo y Muñoz, 2002, p. 245)

- Lo individual (las características propias de cada unidad de análisis).
- Los distintos enfoques y contrapuntos discursivos sobre la unidad de análisis que estamos estudiando.
- Un nivel de consenso o "setting" (el sujeto estudiado negocia entre su esencia y lo normativo acorde a las pautas culturales imperantes).

Cultura

Por lo expuesto resulta pertinente definir qué se entiende por cultura tomando los aportes de Harris (2007), quien define a la misma como "el conjunto aprendido de tradiciones y estilos de vida, socialmente adquiridos, de los miembros de una sociedad, incluyendo sus modos pautados y repetitivos de pensar, sentir y actuar (es decir, su conducta)" (Harris, 2007, p. 19,20)

Teniendo en cuenta la definición anterior se puede observar cómo el término vejez es producto de una construcción cultural propia y única de cada sociedad en un determinado momento histórico. Por tal motivo su concepción ha cambiado, ya que se han ido observando nuevas manifestaciones con respecto a su definición.

Por otra parte, la cultura contempla una suma de singularidades y características de una determinada sociedad, las cuales son producto de la peculiaridad de la misma. Es así que "La cultura (...) es aquel todo complejo que incluye el conocimiento, las creencias, el arte, la moral, el derecho, las costumbres y cualesquiera otros hábitos y capacidades adquiridos por el hombre en cuanto miembro de la sociedad" (Kahn apud Tylor, 1975, p. 29).

El envejecimiento es inevitable e irreversible para todos los individuos, no obstante esto no quiere decir que todos los individuos envejezcan de la misma manera.

Si bien se suceden acontecimientos biológicos y fisiológicos que le ocurren a todos, existen según Sánchez (2005) "...formas particulares de envejecer y el significado que se le atribuye en la vida no es universal" (Sánchez, 2005, p. 11), influyendo en ellos la esencia del individuo y el curso de su vida.

Es posible visualizar que aunque no exista una única forma de envejecer, autores como Piña Moran (2006) expresan algunas dificultades generales para los Adultos Mayores que habitan en las sociedades occidentales. Entre estos factores se encuentra el predominio de los avances tecnológicos y científicos, frente a ello el Adulto Mayor presenta una posición desvalorizada. Esto se debe a que el valor social está relacionado a la pertenencia al mercado laboral, a la producción, y a las obligaciones que derivan de la misma y en este caso la vejez estaría arraigada fuertemente a la jubilación, a la pasividad. Por lo cual, y siguiendo en la línea que el autor plantea, los viejos se ven privados del status socio- económico que les otorga el trabajo, sumándole la idea de falta de utilidad social y de aportes considerados valiosos por parte de esta población.

Continuando en la línea teórica de Piña Moran, la autora Ludí (2012) hace alusión de que en términos de productividad y/o utilidad, la vejez adquiere una desvalorización debido a que el protagonismo se logra a través de la eficiencia, lo que uno genera para el mercado y el alcance de sus resultados.

En síntesis, y teniendo en consideración todo lo esbozado hasta aquí, podemos decir que "la vejez es actualmente ese continente gris en el que vive una población indecisa, un poco quimérica, perdida en la modernidad..." (Le Breton, 1995, p. 142). Por tanto, todo lo que refiere a la idea de vejez adquiere una serie de matices, los cuales son fuente de una pluralidad de prejuicios y nociones que se observan en diferentes formas de manifestación.

Prejuicios

Los conceptos y las preconociones que se tienen acerca de los prejuicios no siempre obedecen a aspectos negativos y/o peyorativos. Según Allport (1954), si bien al hablar de prejuicio generalmente se lo relaciona con algo negativo, las personas pueden ser prejuiciosas a favor de los demás, haciéndose y creándose una imagen de alguien en función de dichos, características, comentarios de terceros, etc. Para afirmar esto, toma la definición del New English Dictionary, en donde se reconoce al prejuicio tanto

positivo como el negativo “Un sentimiento favorable o desfavorable, con respecto a una persona o cosa, anterior a una experiencia real o no basado en ella.” (Allport, 1954, p. 21)

Retomando la perspectiva a la que alude el autor, se plantea que los prejuicios son valoraciones morales que hace una cultura de alguna de sus propias prácticas. Es un modo de designar aquellas actividades que se desaprueban (Allport; 1954). Dentro del marco de nuestro trabajo una de esas actividades es la concepción de y desde la vejez a través de una gran variedad de manifestaciones y expresiones.

Enfatizando en el párrafo precedente, Allport también sostiene que el prejuicio es una “antipatía basada en una generalización inflexible y errónea, la cuál puede ser sentida o expresada, dirigida hacia un grupo como totalidad o hacia un individuo por ser miembro de un grupo” (Allport, 1954, p. 9). Esa antipatía puede manifestarse en comportamientos negativos hacia otra persona o grupo, lo que implica actos discriminatorios, negando un tratamiento equitativo y justo hacia el otro (Allport, 1954).

El prejuicio hacia la vejez se refleja en una estigmatización de esta etapa de la vida y las actitudes discriminatorias y peyorativas que recibe el conjunto de personas pertenecientes a ese grupo. En consecuencia se teje una sumatoria de prejuicios basados en la edad cronológica, construyendo así una suerte de “cultura prejudicial hacia los viejos” basada en el rechazo a la vejez y sus distintas expresiones (...) [Por tanto] el hombre no vive jamás en estado de naturaleza; en su vejez, como en cualquier edad, su condición le es impuesta por la sociedad a la que pertenece.” (De Beauvoir, 2012, p. 15)

Los individuos tienden a crear prejuicios al formar generalizaciones y conceptos que simplifican de forma excesiva la experiencia, por lo que carecen de un fundamento real, como lo expresa Allport (1954). Dichos prejuicios constan de dos elementos: una “actitud” que puede ser favorable o desfavorable, y una “creencia” errónea asociada a esa actitud. En general, el sistema de creencias se acomoda a la actitud que posea un carácter más permanente, lo que dificulta su modificación. Según el autor, existen múltiples fuentes de prejuicios y discriminación, vinculadas a la estructura social, la explotación económica, las costumbres y el miedo.

Interrelacionando las categorías conceptuales que hemos venido mencionando a lo largo de este marco teórico damos cuenta de cómo se confluyen entre sí para dar lugar a la concepción del viejismo.

En la actualidad la concepción sobre vejez tiene una connotación negativa, la cual está atravesada por mitos, prejuicios y estereotipos. En el caso de los Adultos Mayores se denomina, según el autor Salvarezza (2011) como “viejismo”. Efectivamente es este teórico quien acuña esa terminología, tomando los aportes de Allport para estudiar los prejuicios dirigidos hacia la vejez.

Hecha esta breve salvedad, afirmamos que “el término viejísimo define al conjunto de prejuicios, estereotipos y discriminaciones que se le aplican a los viejos simplemente en función a su edad” (Salvarezza, 2011, p. 28).

Ludí (2005) también retoma la idea de este autor, donde:

Argumenta que está ampliamente demostrado que en la sociedad existe una actitud de discriminación y segregación hacia la población vieja que se denomina “viejísimo”. (...) Subyace en el viejísimo el espantoso miedo y pavor a envejecer, y por lo tanto el deseo de distanciarnos de las personas mayores que constituyen un retrato posible de nosotros mismos en el futuro (Salvarezza apud Ludi, 2005, p. 27)

En la misma línea que el autor Salvarezza, Sánchez Salgado (2005) sostiene que los atributos despectivos (declinación, humillación, etc.) hacia la vejez son concepciones erróneas que representan mitos o prejuicios contra esta última y retoma el termino “gerofobia” (ageism) creado por el gerontólogo norteamericano Robert Butler, para hacer referencia a los prejuicios y estereotipos negativos hacia las personas Adultas Mayores debido, únicamente, a su edad.

Todo este entramado es producto de las interacciones que se van dando en función de determinadas pautas culturales en la cuales se encasilla a la vejez y se le establecen determinadas características de índole peyorativo, lo cual es planteado tanto por Goffman (2008) como por De Beauvoir (2012) . Según el primero de estos autores:

La sociedad establece los medios para categorizar a las personas y el complemento de atributos que se perciben como corrientes naturales en los miembros de

cada una de esas categorías. El medio social establece las categorías de personas que en él se pueden encontrar el intercambio social rutinario en medios preestablecidos nos permite tratar con "otros" previstos sin necesidad de dedicarles una atención o reflexión especial (Goffman, 2008, p. 11, 12).

Por su parte, De Beauvoir da cuenta de que" (...) la sociedad asigna al anciano su lugar y su papel teniendo en cuenta su idiosincrasia individual, su impotencia, su experiencia; recíprocamente, el individuo está condicionado por la actitud práctica e ideológica de la sociedad para el" (De Beauvoir, 2012, p. 16).

De todo lo dicho con antelación, es que se da lugar a la gestación del estigma. En este caso, el estigma que se le "asigna" al viejo y al concepto de vejez. Goffman en su obra *Estigma: identidad deteriorada* (2008), hace un recorrido sobre el concepto estigma, estableciendo que fueron los griegos quienes crearon este término haciendo referencia a las marcas en el cuerpo las cuales tenían como finalidad reflejar algo malo en las personas portadoras de estas. Actualmente, el significado de estigma es muy similar al de su origen pero con ella se designa "al mal en sí" y no tanto a las manifestaciones corporales (Goffman, 2008). El estigma produce que no se considere a las personas en todas sus dimensiones sino que ese atributo menospreciado lo define en su totalidad (Goffman, 2008). En este sentido, afirma que "el término estigma será utilizado, pues para hacer referencia a un atributo profundamente desacreditador" (Goffman, 2008, p. 11).

En alusión a esto último el elemento desacreditador es la vejez en todas sus dimensiones. Todo ello se puede vislumbrar en los distintos tratos que reciben los viejos por parte del resto de los actores etarios en los distintos ámbitos en donde se desenvuelven a diario. Cuando se habla de estigma, se hace referencia a la situación de una persona que se encuentra inhabilitada para ejercer una plena aceptación social. (Goffman, 2008). Explica la situación de las personas que poseen un estigma y cómo afecta poseer el mismo en sus relaciones con los demás, en su manera de actuar, y como desempeña su rol.

El estigma como ya lo ha definido el autor, es creado por la propia sociedad, "es un rasgo general de la sociedad, un proceso dondequiera existan normas de identidad "

(Goffman; 2008: 163). El individuo que se encuentra en esta situación deriva de una diferencia que es establecida por la sociedad, por lo que para su comprensión, es necesario entenderlo como resultado de la interacción entre individuos, y por tanto de los procesos de construcción social en los que participa (Goffman, 2008, p. 13). O sea, que es producto de una relación social, de una interacción particular entre dos o más individuos y para comprender el sentido de un estigma es necesario enmarcarlo en los procesos de construcción social en los cuales los individuos participan.

Para el autor, existen tres tipos de estigma: el primero refiere a deformidades físicas; el segundo a un estigma que es dado por "defectos del carácter del individuo"; y el tercero el estigma puede estar dado por pertenecer a una etnia, raza o religión heredada. Toda persona que sea portadora de alguna de estas características es desplazada de la categoría "normales", y seguramente sufran algún tipo de discriminación (Goffman, 2008, p. 14).

Goffman (2008) hace un planteo en cuando a la visibilidad o percepción del estigma, dice que el mismo constituye un componente decisivo, pero que en los casos como el "ser presidiario" no se da una representación inmediata sino que varía dependiendo si se conoce o no de manera previa al individuo estigmatizado y de cómo se posiciona el mismo en la sociedad. Este conocimiento previo muchas veces puede basarse en rumores, o por el contacto con alguien que posee con el mismo estigma.

En síntesis, al generarse una idea estereotipada de la vejez, se da una pérdida de la individualidad de cada persona y con ella una negación a los rasgos propios de cada viejo, rasgos que hacen a su identidad, de ese modo adjudicándoles una nueva identidad.

Los conceptos y representaciones sobre este momento de la vida que podemos explicitar, tanto como aquellos que subyacen, fundamentalmente los prejuicios, son la base de la construcción colectiva del imaginario social arraigado en vastos sectores de la población- incluido los propios viejos- acerca de lo que concebimos como vejez (Ludi, 2012, p. 24).

Los prejuicios negativos están presentes en todos los seres humanos, incluso en aquellos que se encuentran en esta etapa. Todo esto hace que el individuo como viejo se haga una idea de sí mismo (autoimagen), producto del pensamiento de terceros y decómo estos lo visualizan al mismo. A raíz de ello al Adulto Mayor se le “otorga” un rol y determinadas pautas de comportamiento, las cuales refuerzan la categorización y las características que se le “imponen” como constructo social o imaginario colectivo por parte de los demás.

Identidad.

Al hablar de identidad debemos tener presente, que la misma tiene múltiples interpretaciones según el enfoque y ámbito en donde se aplica el término.

Tomando los aportes de Dubet (1989) el mismo plantea que existen distintas posiciones para entender la identidad, las cuales son: la identidad como dimensión, la identidad como recurso, identidad como compromiso y la identidad como trabajo del actor.

La primera es como dimensión de la integración, lo cual significa una postura de la sociedad vista como un sistema social en donde los individuos incorporan todos los aspectos del orden social y a partir de allí lo van reproduciendo y al mismo tiempo configurando su forma de actuar (Dubet; 1989). Según el autor “La identidad es entonces la auto representación de su lugar y de su integración.” (Dubet, 1989, p. 525). Con esto el autor refiere a un punto de vista de la identidad moldeada a partir de lo externo al individuo, de todo aquello presente en el contexto en el que se encuentra.

La segunda dimensión se trata de la identidad como recurso. Remarca la importancia de la acción del sujeto, colocándose en los intereses del mismo, y esta identidad es tomada como un instrumento que permite mejorar la posición del grupo o del sujeto. Esta forma de pensar la identidad, es igual a pensarla como un recurso para obtener ciertas metas, por lo tanto, en este sentido, podemos pensar la identidad, como un recurso de poder. Una de las teorías que claramente se aplican son por ejemplo los movimientos sociales, los cuales se caracterizan por ser un grupo no formal de individuos u organizaciones que tiene como finalidad lograr un cambio.

La tercera dimensión propuesta por Dubet (1989) es la de identidad como compromiso. En este caso el autor explica que se trata también de una perspectiva desde el lugar del actor, no obstante, cabe señalar que ésta se entrelaza con el entorno al enfocarse en los aspectos culturales, los valores y las prácticas sociales que influyen en el sentido que le da el actor a sus acciones y así a los aspectos de su identidad. Y la cuarta dimensión presentada por Dubet (1989) como “trabajo del actor” se puede decir que involucra las tres anteriores ya que hace alusión al sujeto propiamente dicho y de qué forma estas tres son conjugadas por este mismo.

Este planteo se realizó para conocer las diferentes formas de concebir la identidad que se irá definiendo a lo largo de la biografía del sujeto y en interacción con los otros. Esto nos aporta una idea más específica respecto a los múltiples planos que pueden estar en juego en la construcción de la identidad. Responden a lo social donde se produce o no el reconocimiento del otro, como a lo individual en tanto la capacidad del individuo de autodefinirse a sí mismo.

Todo esto es considerado para analizar la problemática particular que se nos presenta a la hora de pensar la identidad que van construyendo los viejos que se encuentran inmersos en la sociedad actual. El individuo que se encuentra dentro de esta franja etaria es aquel que “... por definición arbitraria (...) ha alcanzado por lo menos la edad de sesenta y cinco años” (Sanchez, 1990, p. 192).

Entendiendo además, que el proceso que sufre la persona que comienza a transitar la vejez conlleva a la redefinición misma de su identidad. La cual, se debe aceptar y asumir. Sin embargo, esto se da mediante un proceso y no de forma inmediata.

Otro aporte al respecto es el realizado por la escritora Mitjavia (1994), quien plantea que “La identidad es un producto social y, al mismo tiempo, un elemento clave de la realidad subjetiva, y como toda realidad subjetiva, se encuentra en relación dialéctica con la sociedad. Su construcción, cristalización y remodelación se explican en función de las relaciones sociales” (Mitjavia, 1994, p. 69) Es decir que para la construcción de la identidad, son primordiales las relaciones sociales. Con respecto a la población que nos compete analizar en este trabajo la identidad del Adulto Mayor en la actualidad se construye bajo prejuicios, lo cual da lugar a visualizar como se reconoce la vejez y cómo el Adulto Mayor se reconoce como tal.

Otro concepto que estimamos pertinente mencionar cuando hablamos de identidad es el que hace referencia a "sí mismo", el cual fue introducido por Mead (1934) bajo el nombre de "self". Es un fenómeno cognitivo por el cual la persona es capaz de objetivarse, de considerarse como objeto y como sujeto en función de los procesos interactivos del individuo para con otros actores. Este concepto, el "sí mismo", es importante para abordar la temática de las identidades ya que da cuenta del momento en el que la persona se piensa a sí misma y puede proyectarse a partir de sus experiencias pasadas. El concepto de "self" se va desarrollando en un proceso reflexivo en el cual la persona es capaz de ponerse inconscientemente en el lugar de otros y actuar como estos lo harían, así las personas son capaces de verse a sí mismas de igual modo que las otras personas las ven.

De la interacción con el otro, Goffman (2008) reconoce dos tipos de identidad. La identidad social virtual, dada por el carácter que se le atribuye a la persona. Se refiere a aquellos rasgos que son difíciles de comprobar que la persona tenga ya que los mismos se configuran en base a potencialidades; y la identidad social real, la cual comprenden los atributos y la categoría que de hecho pertenecen a la persona, que además son demostrables (Goffman; 2008: 12). Esto significa que depositamos expectativas en los individuos que constituyen lo que debería esperarse de él, lo que debería ser, construyendo así la identidad social virtual. Lo que el individuo realmente es, puede hacer, es su identidad social real. El problema surge cuando estas identidades se oponen, cuando se da una discrepancia entre la identidad social virtual y la real. En este sentido el hecho de que ambas identidades no coincidan da lugar a que se subvalore a una persona por parte de la otra que no está dentro de la misma generación (entre viejos y jóvenes). Esa subvaloración da lugar al estigma y todos los conceptos y nociones negativas que surgen del mismo.

Redes Sociales

Una forma de abordar el concepto de las Redes Sociales es a través de los conceptos planteados Mónica Chadi (2000), quien concibe a la red social como " un grupo de personas, miembros de la familia, vecinos, amigos y otras personas, capaces de aportar una ayuda y un apoyo tan reales como duraderos a un individuo o una familia" (Chadi, 2007, p.27).

El apoyo que representan las relaciones sociales para los Adultos Mayores es muy importante en esta etapa de la vida, ya que juega en muchos casos como un soporte en lo afectivo dando lugar a un grupo de pertenencia y de contención. Esto es debido a que "Desde nuestro nacimiento hasta nuestra muerte, los seres humanos formamos parte de grupos sociales. Estos grupos se van modificando en extensión, calidad y cantidad, a medida que la vida transcurre (...)" (Chadi, 2000, p. 23)

Por otro lado también es pertinente tomar en cuenta la clasificación que realiza Chadi (2000), quien reconoce tres tipos de redes sociales, las primarias las cuales refieren a las relaciones más próximas al individuo como lo son la familia (la unidad básica), amigos o vecinos. Por otra parte se encuentra la red secundaria, la cual tiene un contexto más lejano que las primarias, pero siguen siendo próximas (grupos recreativos, de trabajo o de estudio). Y por último, se encuentra la red terciaria, conformada por organizaciones que nacen y se constituyen con la finalidad de cumplir con determinados objetivos que satisfacen las necesidades individuales del sistema de usuarios. Estas necesidades son específicas y deben ser trabajadas dentro de organismos que fueron creados para cumplir con las mismas (escuelas, sistema de salud y sistema judicial). (Chadi, 2000, p. 58).

Una aproximación al grupo Caminantes del Prado.

El grupo "Caminantes del Prado" funciona aproximadamente desde hace 3 años en la ciudad de Montevideo. Esta actividad se realiza en el centro Deportivo y Recreativo Plaza de Deportes N7, ubicado en la zona del Prado desarrollándose los días domingos.

Este grupo fue pensado para dichos días debido a que se lo visualiza como el día de la familia, siendo ello una de las situaciones que se percibe comúnmente en el imaginario colectivo. En las personas mayores se visualiza en mayor medida el tema de la soledad, ya que según el Censo del año 2011 un 34,22% de personas mayores viven en hogares unipersonales en el país (Brunet y Márquez, 2016, p.8). Por tal motivo, de alguna manera en este grupo se apunta hacia aquellas personas que no están con sus familias los domingos para que de este modo puedan agruparse y acompañarse. Además de la caminata se realiza una merienda compartida, se coordinan salidas y/o paseos durante el año, se festejan cumpleaños o algún acontecimiento especial y al finalizar el año realizan una actividad de cierre.

Esta actividad depende de la Intendencia de Montevideo, específicamente de la Secretaria del Adulto Mayor¹ y de la Secretaria de Deporte la cual se encuentra dentro del cronograma de descentralización. El grupo pertenece al Municipio A y CCZ 14, desarrollándose la actividad de manera gratuita y tiene como objetivo promover la actividad física así como también la recreación entre los Adultos Mayores. La población que participa son personas mayores de 60 años, auto válidas, de distintas zonas de Montevideo concurriendo actualmente entre 10 y 15 adultos mayores de las cuales el 95% son mujeres. En la actualidad y de acuerdo a la información brindada por la Intendencia de Montevideo, hay aproximadamente 187 grupos en todo el departamento funcionando en los distintos municipios y comunales.

¹ Es una dependencia de la Intendencia de Montevideo que forma parte del departamento de Desarrollo Social, la cual tiene como uno de sus principales cometidos, (...) el objetivo mejorar la calidad de vida, impulsando la socialización, la recreación, la educación y la grupalidad de las personas mayores de Montevideo". Uno de los lineamientos que se plantea es apelar a la promoción de programas que promuevan al envejecimiento activo de esta población (IM, 2012 p.8).

Análisis

El presente análisis se elaborara a partir de los resultados obtenidos, de las entrevistas realizadas considerándose apropiado estructurarlo en base a los objetivos inicialmente planteados en este documento. Las dimensiones consideradas del marco teórico para las entrevistas fueron vejez, cultura, prejuicio y redes sociales.

Autopercepción de los adultos mayores

Los seis Adultos Mayores entrevistados relacionan la vejez como una etapa de la vida donde prima la libertad y el disfrute; pudiéndole dedicar más tiempo a sus intereses y visualizándose con más experiencia y conocimiento.

“Para mi ser adulta mayor es el momento para disfrutar ya que cumpliste con todo, criaste a los hijos, ayudaste a criar a los nietos y se trabajó toda la vida y ahora es el momento para disfrutar a pleno y también de descanso (...) (Femenino, 76 años).

“Una persona mayor como yo soy, es una persona que ha vivido bastante tiempo y que de golpe se encuentra con que tiene una cantidad de años y que tiene más experiencia, más conocimiento de las cosas y más libertad”. (Femenino, 82 años)

En este sentido reafirmamos lo que plantea Ludi (2005) con respecto a que “Envejecer es un proceso particular y complejo que comprende factores biológicos, psicológicos, sociales; constituye una experiencia singular, concreta, “marcada” por huellas de trayectorias de vida, de prácticas sociales” (Ludi, 2005, p.17). Envejecer es parte inevitable del ciclo vital de todas las personas, y por tal motivo debe contemplarse como un proceso que es gradual y no repentino; que no solo abarca lo genético, sino que también involucra al medio social y a cada persona en sí, es decir, las decisiones que toma cada persona sobre el estilo de su vida en el transcurso de la misma. Si bien se relaciona a la vejez con determinados acontecimientos como consecuencia de la misma, resulta hoy en día muy difícil conceptualizarla, debido a que los Adultos Mayores son una población heterogénea, en la cual el estilo de vida y la personalidad son particulares en cada individuo.

Por lo esbozado anteriormente se observa que si bien hay cambios en sus modos de vida, los Adultos Mayores no lo visualizan negativamente sino que al contrario tiene una visión positiva de cómo se encuentran actualmente en esta etapa de cambios.

"(...) yo creo que tengo menos edad por dentro de la que realmente tengo, me veo al espejo y me veo que estoy vieja pero no tengo barreras para hacer las cosas para caminar, para andar todo el día, siempre estoy haciendo cosas, ayudando." (Femenino, 76 años).

"En parte yo me siento así y en parte no, me siento porque tengo los años cumplidos, es decir, formo parte de ese rango de edad y siento que tengo libertad, que decido por mí mismo, pero por otro lado no me veo así, será por mi carácter que vivo embromando y eso." (Masculino, 65 años)

En estas respuestas se relaciona lo que Simon de Beauvoir apud Ludi (2012) expresa con respecto a que:

La vejez se presenta con más claridad a los otros que al sujeto mismo; es un nuevo estado de equilibrio biológico; si la adaptación se opera sin tropiezos, el individuo que envejece no lo nota (...) Aunque el cuerpo nos envíe señales éstas son ambiguas (...) (Ludi, 2012, p. 19).

Los seis Adultos Mayores entrevistados son conscientes que han envejecido, es decir se auto perciben como tales, pero en sus argumentos se visualiza que transitan dicho proceso como algo normal y por tanto no constituye un obstáculo para el desarrollo de su vida.

La imagen que se desprende de las personas viejas, mediante fuentes históricas diversas, varía de cultura en cultura, de tiempo en tiempo y de lugar en lugar. Este hallazgo, sin duda alguna, reafirma que no existe una concepción única o definitiva de la vejez sino concepciones inciertas, opuestas y variadas a través de la historia en torno a esta temática (Sánchez, 2005, p. 47).

Es posible relacionar lo expresado con que no todos los Adultos Mayores transitan de igual forma su proceso de envejecimiento y en consecuencia, para algunos es más fácil llevarlo a cabo y sostenerlo que para otros. Sin embargo cinco de los seis Adultos Mayores entrevistados manifiestan sentirse bien físicamente, anímicamente, con buena salud, más jóvenes y activos.

Esto se puede vincular con lo expresado por Sánchez (2005), con respecto a los cambios biológicos, psicológicos y sociales debido a que desde lo biológico, la vejez es un fenómeno universal e irreversible, es el cambio más visible para la sociedad debido a las modificaciones en el sistema orgánico lo cual se visualiza en el caminar, en las arrugas. También cabe mencionar que no todas las personas que llegan a ser Adultas Mayores tienen un envejecimiento del organismo al mismo tiempo.

“ (...) hay momentos que me siento sí. Porque me veo los años y date cuenta que los mismos años te lo dicen. Ya el movimiento el caminar, vos te das cuenta que ya no es lo mismo físicamente.” (Femenino, 76 años)

“ (...) estoy bastante bien de salud por lo menos es lo que yo creo y la verdad es que muchas veces no me veo de 78 años y otras veces sí porque me duelen los brazos o no puedo caminar tan rápido, es algo que viene, que le viene a todo el mundo con el pasar de los años. Pero siento que las limitaciones se van presentando, hago referencia a limitaciones físicas porque de espíritu yo me siento muy bien con ánimo de hacer cosas”. (Femenino, 78 años)

“El único problema que tengo es la vista, pero en febrero ya me operan y nada más por suerte la mente y las piernas todo bárbaro. La mente es importantísima por eso hay que ejercitarla todo el tiempo, porque mientras se esté lucido se puede vivir bien.” (Femenino, 82 años).

Se observa que al envejecimiento biológico lo acompaña la senectud definida “ (...) como el conjunto de cambios estructurales y funcionales que experimenta el organismo como resultado del transcurrir del tiempo” (Sánchez, 2005, p. 34).

Sánchez (2005) considera que los cambios psicológicos se relacionan generalmente con la pérdida en la adquisición de conocimientos, destrezas y con el aumento de sentimientos de depresión y tristeza por la pérdida de algún miembro de su entorno más cercano. Estos cambios conllevan a una nueva adaptación del Adulto Mayor en este proceso.

En el caso de los Adultos Mayores entrevistados no manifiestan la presencia de pérdidas sino que todo cambio logran adaptarlo positivamente, esto último se refleja en las siguientes palabras

“ (...) yo me siento así, yo me siento bien. Anímicamente muy bien, me siento perfecta con salud con ganas de vivir. Quiero disfrutar lo máximo posible y que cada persona mayor disfrute a su manera (...) ” (Femenino 82 años)

“A partir de los 60 años uno cambia la forma de ser, ya no aguantas nada (risas). Contestas de otra manera antes lo pensaba antes de hablar ahora no directamente lo contestas (...) ”. (Femenino 72 años)

“ (...) O sea siempre fui así, siempre salí empecé tarde hacer gimnasia como a los 30 años y una vez que salí no hay marcha atrás jaja. (...) no tengo que darle explicaciones a mi esposo tampoco porque lo que hago está bien, para mí está bien y si para él no está bien o no le gusta es problema de él. Yo no tomo ningún remedio gracias a Dios y hago una vida sana, lo que hago es compartir una comida con compañeros, reuniones, bailes si voy nos sentamos en la mesa y conversamos, empecé a tener más actividades y espacios para mí.” (Femenino 66 años).

También se encuentran los cambios sociales que se dan en el mundo externo del Adulto Mayor y que afectan su mundo interno y la posición en la cual se encuentra en la sociedad. En otras palabras es “el medio social, el cual varía considerablemente, determina el significado de la vejez para una persona y si esa experiencia de envejecer será positiva o negativa” (Hooyman apud Sánchez, 2005, p. 36).

Con respecto a los cambios en su modo de vida al envejecer cinco de los seis entrevistados manifiesta que la salida del mercado de trabajo ha sido un cambio para su vida, debido a que ese rol que desempeñaban lo posicionaba en un determinado lugar en la sociedad.

“Si mucho (...) yo he notado que la vejez no es lo mismo porque cuando yo trabajaba era una cosa y ahora es otra.” (Femenino, 72 años)

“ (...) en relación al trabajo ahora es un espacio que perdí pero también gané otros.” (Femenino, 82 años)

Según Sánchez (1990) en las sociedades modernas contemporáneas los individuos relacionan el concepto de vejez directamente a la edad, años vividos y las consecuencias que ellos generan. En este tipo de sociedades el trabajo posiciona a las personas de una determinada manera debido a que predomina la productividad de las mismas. Y todo aquel que por tener cierta edad debe retirarse del mercado laboral, experimenta en mayor o menor medida cambios en el medio social en el que vive, provocando una ruptura en su espacio de socialización, y de sus vínculos que formaban parte de su vida cotidiana.

A su vez Sánchez (2005), entiende que cuando hablamos de vejez es imprescindible que no la relacionemos únicamente a sentimientos de pérdida y abandono, sino que tomemos en cuenta las ocupaciones que los Adultos Mayores desempeñan tanto en su familia, como con vecinos, grupos comunitarios, etc. (Sánchez, 2005, 45, p. 45-46) Las personas entrevistadas al transitar esta etapa de la vida, no visualizan en ella un cambio rotundo sobre todo porque hay Adultos Mayores que mantienen muchos de los roles y vínculos que tenían anteriormente o en consecuencia replazan los viejos por otros nuevos.

Los Adultos Mayores sienten que hay roles que han perdido, pero también sienten que han ganado otros.

“Los roles los mantuve, lo que dejé de hacer es trabajar porque me jubilé, yo trabajo desde los 8 años, éramos 7 hermanos y había que trabajar sino no comías. (...) El rol de

abuela me enloquece tengo unos nietos divinos, tengo 3 varones todos realizados (...). (Femenino, 78 años)

“Si he mantenido, pero ahora tengo mucho más tiempo para mí. Antes era horrible trabajando te puedes imaginar que era imposible, no me podía dedicar a mí y ahora sí y eso me da satisfacción poder hacer lo que quiero (...) también que siento que la educación que no es lo mismo la de ahora a la de antes completamente distinta donde los roles han ido cambiando. (Femenino, 76 años)

“Sí creo que mantuve y los mantengo. Mirando un poco para atrás ahora que me decís, un rol que cambié es que me jubilé, pero en general mantengo los roles. Y un rol que tengo ahora y me da satisfacción es tener libertad, la libertad ante todo y poder dedicar mi tiempo a lo que quiero sin compromisos. Crié a mis hijas y trabajé muchos años, llegó el momento de disfrutar.” (Femenino, 72 años)

El tener un mayor tiempo para ellos, les da la posibilidad de tener nuevos roles, de poder participar en diferentes actividades de su interés las cuales anteriormente no podían hacerlo debido a tener otros roles cómo era por ejemplo el trabajo tanto dentro como fuera del hogar. Esto se puede relacionar con lo que expresa Batthyany (2015) la cual sostiene que a lo largo de la historia, con el paso del tiempo, las funciones de la mujer dentro de la familia se han ido modificando, la misma comienza a insertarse en el mercado de trabajo, deja de ser solamente ama de casa que se encarga del cuidado del hogar y de sus integrantes y comienza a tener sus propias aspiraciones. Estos cambios hacen que la mujer comience a tener una doble jornada, una remunerada en la medida que trabaja fuera del hogar para obtener su dinero propio, y a su vez la otra no remunerada ya que sigue encargada, en mayor medida, de las tareas de la casa y los cuidados de sus integrantes. Una vez retiradas del mercado laboral, si bien siguen realizando estas tareas domésticas, disponen de su “nuevo” tiempo realizando actividades que anteriormente no podían.

En relación a ello es importante señalar que:

Mientras el retiro puede bajar la moral temporalmente, este evento no se convierte en un problema si la salud del retirado y la interdependencia económica estén garantizadas y si existe una integración en relaciones sociales adecuadas. Por otro lado, la experiencia no será igual ni tendrá el mismo significado si la salud, ingresos o relaciones sociales se ven afectadas (Sánchez, 1990, p. 80)

Los cambios a los cuales se enfrentan las personas en esta etapa son debido a múltiples factores conllevando nuevos desafíos, adaptaciones resultado de experiencias personales.

De esta manera, Ludi (2012) expresa:

En los modos de envejecer particulares, destacamos la implicancia de las condiciones materiales y simbólicas de la vida, de las trayectorias de vida, y atado a ellas, destacamos la idea de trascendencia y de sentido de la vida, pilares que en cualquier contexto social, económico, cultural, cobra suma importancia en la construcción de una "buena" vida, de una "buena" vejez, de una vejez digna (Ludí, 2012, p. 22).

Cada uno de los Adultos Mayores entrevistados tiene su visión y representación de lo que es la vejez y de cómo ellos se imaginaban en este momento de la vida y de los cambios que han tenido. No podemos dejar de reconocer que todos los Adultos Mayores que participan de esta actividad se visualizan mejor de lo que esperaban ya que están dispuestos a participar en diferentes actividades, ello les hace tener una visión positiva de su presente y es por eso que asumen de muy buena manera su vejez. Es importante destacar que este grupo de Adultos Mayores participantes de Caminantes del Prado tiene características particulares, ya que son personas auto válidas, con disposición de participar en actividades físicas y es por tal motivo que no podemos dejar de tener en cuenta que sus integrantes expresan un tipo de vejez dentro de la diversidad de vejezes que existen. Y como se dijo antes no es posible extrapolar estos resultados a los Adultos Mayores en general.

Los Adultos Mayores y sus vínculos.

En relación a la valoración que realizan los Adultos Mayores de su grupo de pares, se puede mencionar que los seis entrevistados se visualizan a futuro realizando

las mismas actividades que tiene hasta el momento, con expectativas de seguir adelante, anímicamente bien y con salud.

“ (...) me veo igual que ahora, espero que igual que ahora poder caminar y poder andar que es lo principal (...) ” (Femenino, 76 años)

“ (...) hasta que Dios me de fuerza voy a seguir así o mejor todavía (...) No se tiene que dejar estar, tiene que comer bien, participar en distintos talleres estar activa para vivir lo mejor posible en la última etapa de la vida.” (Femenino, 82 años)

“Seguir con mis tareas, ayudar a mi familia como le he hecho hasta ahora, no perder la cabeza que es lo más importante, porque si me duele un brazo o una pierna no importa pero lo importante es la cabeza que no la pierda (...) ” (Femenino, 66 años)

En referencia a esta última respuesta, visualizamos que el Adulto Mayor está acompañado de determinadas características, asignándole a las mismas una imagen como es por ejemplo estar en un rango de edad, o el deterioro propio del transcurrir de los años. Este grupo de Adultos Mayores si bien manifiesta sentirse bien y tener una visión positiva de la etapa por la cual están transitando, también expresa el “miedo” que tienen de que se le presenten diferentes enfermedades como son por ejemplo el Alzheimer u otras patologías que marcan una ruptura con su realidad, ya que es más frecuente que las mismas se den en las personas que transitan la vejez a diferencia de otras etapas de la vida.

Los Adultos Mayores entrevistados manifiestan que participan en varias actividades como son hidrogimasia, Taichí, caminata, manualidades, taller de costura, entre otros. Estos espacios están conformados en su mayoría por personas de su misma edad, compartiendo vínculos con ellos más de una vez a la semana. En relación a los vínculos expresan,

(...) te tenes que adaptar a la gente y la gente adaptarse a vos porque nadie es perfecto y todos tenemos defectos.” (Femenino, 76 años)

"Divino el vínculo, sinceramente es bárbaro. Nunca me imaginé que estas reuniones me iban a dar tanta alegría y cuando no voy las extraño. (...) yo no participaba en estas reuniones porque no conocía a nadie y no sabía si me iban a aceptar, pero luego que comencé me fui animando a participar de otras y fui muy bien recibida y son mis espacios me siento bárbara mucho mejor. Yo estoy muy sola, el único hermano vivo que tengo vive en Dolores y la sobrina con la que vivo trabaja todo el día y casi ni nos vemos." (Femenino, 86 años)

"Es bárbaro el vínculo, yo no tengo problemas con nadie. Si no me gusta la cara o la veo seca me quedo calladita la boca en un costado tranquila (...) cada uno es como es. Si alguna me habla mal no le hablo más y punto ya está." (Femenino, 66 años)

Los entrevistados manifiestan compartir con sus vínculos la edad, las vivencias, los modos de vida y temas de conversación en común por ser de una misma época, lo cual los acerca aún más. Ello se visualiza en las siguientes palabras.

" (...) la edad también, significa mucho. Las cosas que hemos vivido también, lo digo porque nacimos en la misma época y ahora es diferente. Todas sus épocas tiene lo suyo, sus costumbres." (Femenino, 76 años)

"La edad, la etapa en que estamos de la vida, en el carácter, en los gustos compartimos muchas cosas en común, somos de la misma época ya que hoy en día se viven otras cosas hoy cambio mucho y al juntarnos recordamos cosas de antes que hoy ya no están. (Femenino, 82 años)

"Experiencia de repente viste, pero no experiencia de saberlo todo, sino de escuchar. Yo he aprendido muchísimo con personas mayores muchísimo porque lo más grande que tienes que tener son los oídos siempre abiertos para escuchar a quien sea, que te diga lo que sea, que te hablen lo que sea, que te comente lo que sea y vos si te sirvió lo asimilas y si no te sirvió no le das bolilla." (Femenino, 66 años)

Vinculado a lo anterior Ludi (2012) plantea que "la edad sigue siendo un factor crucial para cada individuo (...). Las personas utilizan la edad como una guía para

adaptarse a los demás (Ludi, 2012, p. 17,18). La edad refleja la preferencia de este grupo de Adultos Mayores para agruparse ya que presentan características similares y también porque la propuesta está focalizada a personas que forman este grupo etario.

Los seis Adultos Mayores optan más por compartir espacios con personas de su misma edad, que en los que se encuentran personas jóvenes porque como se hizo mención anteriormente se relacionan mejor y tiene un mayor entendimiento con personas de su misma edad.

“ (...) me gusta más a mí participar en grupos que hayan Adultos Mayores. Yo me relaciono bien con la gente de mi edad, hablamos de las mismas cosas, nos entendemos más.” (Femenino, 76 años)

“ (...) me gustan los espacios con personas mayores, por la experiencia que tienen (...). (Femenino, 66 años)

Los Adultos Mayores entrevistados en su gran mayoría se preocupan por crear vínculos y espacios con las personas que los rodean. Ellos evalúan de forma muy positiva participar en actividades, debido a que estos espacios de recreación construyen un lugar de pertenencia.

“ Participar de estos espacios con mis pares son espacios de escucha, donde ellos te confían muchas cosas, hablamos nuestros problemas, después escuchas que te preguntan cómo está la situación de tu casa, o sea ahí veo que se acuerdan de mí y yo vengo acá y todos saben mi nombre por ejemplo eso me gusta es sentir un mimo. Soy el único hombre que participo acá y en las otras actividades que hago mirá este año en hidrogimasia, el profesor me dio un diploma que decía “Nada solo porque le tiene miedo a las mujeres” jaja. (Masculino, 65 años)

“ (...) Tengo un mayor sentimiento con respecto al compañerismo se ampliaron mis vínculos en los espacios que comparto con otras personas, me llaman continuamente para preguntarme cosas y esas cosas no las puedes dejar y esas personas si te buscan por algo es uno tiene que acatarlo para que sientan apoyo, como yo también siento apoyo de su parte.” (Femenino, 66 años.)

Las redes sociales, son claves en la vida cotidiana de todos los individuos y más para los Adultos Mayores ya que por medio de las mismas se da una potencialidad en los lazos. Siendo en muchos casos necesarias para que familiares, amigos, vecinos actúen como un verdadero sostén del Adulto Mayor.

Dabas (1993) en relación a ello argumenta que:

Cada miembro de una familia, de un grupo o de una institución se enriquece a través de las múltiples relaciones que cada uno de los otros desarrolla. Los diversos aprendizajes que una persona realiza se potencian cuando son socialmente compartidos en procura de solucionar un problema común (Dabas, 1993, p. 21).

Envejecer induce cambios y una nueva adaptación al lugar en el cual se ubica la persona a lo largo de su vida. Participar de estos espacios lleva al Adulto Mayor a sentirse que aún puede vivir, participar, disfrutar y desarrollarse como personas vitales que pueden seguir aportando a la sociedad y a la construcción de su vida, dando lugar de ese modo a la inclusión social y permitiendo también posicionarse desde un lugar más visible y positivo.

En palabras de Sánchez (2005):

La recreación, particularmente en la vejez, puede significar crear nuevamente, motivar, establecer nuevas metas, nuevos intereses y estilos de vida (...) puede considerarse como un método de intervención terapéutico de restauración. Se trata primordialmente de mejorar la calidad de vida en esta etapa del ciclo vital, haciéndola agradable y productiva. Por consiguiente, la calidad de vida en las personas ancianas significa involucramiento en actividades estimulantes, creativas y de mucho significado.” (Sánchez, 2005, p. 207).

Los Adultos Mayores pertenecientes a este grupo desarrollan actividades que antes no hacían, como es por ejemplo hacer ejercicio, manualidades y caminatas. Las diferentes actividades que realizan, conllevan un mayor aprendizaje y deseo de adquirir nuevos conocimientos ayudando de ese modo a romper con el estigma que tienen los propios viejos y la sociedad de que la vejez está ligada a la incapacidad de aprender.

“ (...) estoy muy feliz porque me muevo hasta donde llegue no sé pero quiero llegar un poco más, disfruto de los distintos ámbitos en los que me muevo y eso significa que a pesar de todo tengo algún tiempo para mí. ” (Femenino, 78 años)

“ (...) yo que no me quedo, participo en diferentes actividades. A todos lo que me invitan voy (risas). Es importante aprender nuevas cosas y más en ese momento que una no se imaginaba seguir aprendiendo”. (Femenino 76 años)

“ (...) yo trato siempre de participar. Voy a muchas reuniones que se organizan así como también entre nosotros organizamos comidas y paseos. Participar e intercambiar con otras personas te cambia la vida. Es muy importante no dejarse estar en la medida de lo posible seguir con las redes y espacios con tus pares”. (Femenino, 82 años)

“ Si porque yo participo de los espacios y siempre estoy buscando e informándome sobre nuevas actividades. Ojala que no se pierdan nunca estos espacios, y fue un trabajo duro para los profesores porque había muchas personas mayores insoportables, angustiadas, resentidas, de no saber lo que es compartir pero ahora si bien hay de repente discusiones o alguna planificación que no les gusta pero se habla y se llega a un acuerdo, se conversa.” (Femenino, 66 años)

Los vínculos juegan un papel central para los Adultos Mayores, porque les permite participar de estas actividades grupales mantenerse activos, además de la creación de nuevos vínculos en su cotidianidad como parte de un nuevo espacio de socialización, tomando al grupo como un lugar de referencia y de pertenencia fortaleciendo de esa manera su identidad.

En palabras de Ludi (2012):

(...) los vínculos adquieren una importancia fundamental en esta etapa de la vida, debido a que el fortalecimiento de los lazos (individuales/grupales) se constituyen en un sostén relevante para los viejos, ya que les permiten sentirse activamente integrados a través de su propia participación (...) (Ludí, 2012, p. 120)

Algunas de las personas entrevistadas argumentaron que aunque en menor medida también les gusta compartir los espacios con gente joven, disfrutando de los

mismos de manera diferente con respecto los compartidos con su grupo de pares. Con esto vemos que el compartir espacios con gente joven hace también que los Adultos Mayores perciban estos vínculos como una experiencia positiva y de cercanía con los integrantes de la familia. Como expresa Sánchez "muchas personas del mismo grupo generacional experimentan su vejez de diversas formas dependiendo del ambiente social". (Sánchez, 2005, p. 91)

"Me siento igual, con mis nietos y sus amigos me llevo muy bien, es decir, ambos espacios me gustan no tengo ningún problema (...)." (Femenino, 78 años)

"Prefiero más espacios con gente joven, en la facultad la mayoría de mis compañeros son jóvenes y nos llevamos fantástico, me han integrado muy bien. Tendría que haber más espacio intergeneracionales para que sea un aprendizaje reciproco. Ojo, con esto que dije no quiero dejar una imagen como que no me gustan los espacios con personas mayores, porque con ellos también se disfrutan otras cosas, no perdón otra cosa no, se disfruta de otra forma." (Femenino, 72 años)

Cada uno de los seis Adultos Mayores entrevistados, manifestó desde su individualidad haberse integrado favorablemente a esta actividad. A nivel general, es un grupo en el que ha sido significativo el proceso en el cual se logró construir su identidad como grupo, siendo su nivel de integración importante, así como la participación, cooperación y sentido de pertenencia de sus integrantes.

La construcción de la vejez, su mirada desde los prejuicios

Es relevante hacer referencia a los prejuicios existentes entre las diferentes generaciones que componen la sociedad, debido a que los mismos inciden en el tema aquí estudiado. Frente a ello se encuentran dos posturas dentro de los entrevistados, por un lado están aquellos Adultos Mayores que sienten que la mayoría de las personas jóvenes tiene prejuicios hacia ellos porque

" (...) nos ven viejos y no es así, porque las etapas en la vida han ido cambiando y ellos van a llegar a la etapa de nosotros. Les parece que no van a llegar, pero si van a llegar. (Femenino, 76 años)

(...) hay jóvenes que nos ven bien con respeto y otros nos ven como personas que son anticuadas pasa muchas veces que los demás proyectan de cómo es uno (...).(Femenino, 82 años)

"(...) Como me dijo un botija, "un viejo de porquería", yo que sé te digo lo que me han dicho (...). (Masculino, 65 años)

Desde esta postura se visualiza que existe una concepción negativa de la vejez, una manifestación de lo que Salvarezza (2011) denomina "viejismo" desde los jóvenes y de la sociedad en general a los viejos por verlos anticuados, pasivos, generando de este modo un rechazo social. Esto va acompañado de la teoría del desapego planteada por Cumming la cual es retomada por Salvarezza (2011) que habla el autor la cual sostiene que a medida que las personas envejecen se da una disminución de su interés vital para participar en actividades y oportunidades que se le presentan, generando un distanciamiento en la interacción social. Este grupo de Adultos Mayores entrevistados tienen una percepción de sí mismos mejor con respecto a la idea que tienen de cómo deberían ser o estar en esta edad.

Con esto es importante reafirmar que generalmente se consideran distintos acontecimientos como propios de la vejez, surgidos de ésta, pero en realidad son sucesos ocurridos tanto por el estilo de vida como por la personalidad de cada uno. Si bien experimentan cambios en el cuerpo, lo aceptan como algo natural, como parte de la vida, en otras palabras se visualizó una adaptación de la vejez, buscando actividades alternativas para su auto cuidado, para su desarrollo personal. Es importante tener en cuenta lo anteriormente dicho, pero no podemos dejar de lado los aspectos socio-culturales y económicos, ya que los mismos son determinantes y mediadores en la construcción de significados y representaciones que cada persona elabora en su vida cotidiana y de su identidad. Los adultos mayores entrevistados tienen una mirada favorable de su proceso en la cual destacan los aspectos positivos vivenciados al envejecer.

Al hablar de una carga negativa, se trata de un estigma incorporado, es decir, de la interiorización de aquellos atributos desacreditados que han sido colocados en ese grupo etario, debido a la configuración de determinados patrones de "anormalidad" vinculados a la edad. Ese rechazo hacia la vejez evidencia que se ha construido un

estigma sobre esta etapa del curso de vida, siendo la sociedad quien define a las personas que integran esta “categoría” en base a atributos negativos que los desacreditan (Goffman, 2008). Por lo tanto al hablar de estigma, hacemos referencia al producto de una relación social, de una interacción entre dos o más individuos siendo necesario para su comprensión los procesos de construcción social en los cuales participan, reafirmando identidades sociales.

Esto se da debido a la existencia de preconceitos arraigados, acompañados de comportamientos negativos hacia la persona vieja, los cuales han sido incorporados por la sociedad. Los mismos como afirma Allport (1954) están conformados por “*creencias*” erróneas y generalizadoras asociadas a una “*actitud*” desfavorable hacia este grupo etario negando un tratamiento equitativo y justo hacia el otro.

De esta forma, autores como Piña Morán (2006) aluden a la imagen desvalorizada que se ha construido en las sociedades occidentales en torno al concepto de vejez, colocando al viejo en una posición devaluada y cargada de atributos vinculados a la inutilidad social e inactividad. Son estos atributos, extendidos a partir de la falta del estatus socio-económico proporcionado por el trabajo, los que han incidido de alguna manera en que no solo los jóvenes tengan una visión negativa sobre la vejez. El prejuicio hacia la vejez analizado por Sánchez (2005) vincula a la misma con la incapacidad siendo dicho concepto absorbido por los viejos condicionando su modo de vida. Existen normas establecidas con respecto a cómo deben guiarse los Adultos Mayores, es decir “lo que se espera” de ellos dando lugar a una identidad determinada por la sociedad en la cual está inmersa.

No podemos dejar de reconocer que todas las personas que forman parte de este grupo etario transitarán su proceso de envejecimiento de una forma particular, el cual dependerá entre otras cosas, de los recursos que dispongan. Con esto se hace referencia a lo que Ludi (2005) llama “Situaciones de vejez” afirmando que “ (...) la edad no es una categoría per se, y las condiciones van marcando diferentes trayectorias, así como la manera de envejecer” (Ludi, 2005, p. 41) Es por esto que al hablar sobre el prejuicio hacia los Adultos Mayores, no es correcto hacerlo desde la generalización si no desde la particularidad que implican las diferentes “vejezes” existentes. Aquellos Adultos Mayores que estuvieron excluidos del mercado laboral o que debieron o quisieron

retirarse del mismo, experimentaron como consecuencia del mismo una reducción de sus ingresos, no teniendo muchas veces para su subsistencia los medios necesarios (seguridad económica, vivienda, salud, entre otras). Por tal motivo son considerados en ocasiones una carga social debido a que no producen en términos “económicos” siendo el Estado quien tiene que velar por ellos. En otras palabras, en función de la productividad y cuan “útiles” seamos para la sociedad en la cual nos encontramos inmersos es como nos visualiza el resto. El retiro del mercado no es un motivo de prejuicio si la persona cuenta con independencia económica, tiene un buen estado de salud y está incluido en la sociedad como es el caso en nuestro país en donde la vejez en muchos casos no es sinónimo de inactividad debido a que la gran cantidad de presidentes y legisladores, ministros y altos cargos asesores están ocupados frecuentemente por Adultos Mayores.

Pero es importante destacar también que no solo son los Adultos Mayores entrevistados quienes son prejuizados por parte de los jóvenes, sino que también en sus respuestas ellos tienen prejuicios hacia los jóvenes.

“(…)En cuanto a los jóvenes han habido cambios muy grandes por ejemplo en la convivencia de las parejas, madres solteras, hijos fuera del matrimonio todo eso ha cambiado muchísimo pero no me horrorizo, porque de esa manera se respeta al joven y su decisión, creo que es una cuestión de aceptación. En el fondo el ser humano quiere ser respetado” (Femenino, 82 años)

“Siempre te tratan como si ellos supieran más, la tecnología de ahora viste y de repente como uno habla o la educación que tuvo, ellos te critican tal cosa o tal otra y no es así el respeto siempre lo tiene que tener aunque ellos sepan mucho más que nosotros. Cada uno en su época tuvo lo suyo(…). (Femenino, 66 años)

Aquí podemos hacer referencia a lo que Harris define como endoculturación “ (...) es una experiencia de aprendizaje parcialmente inconsciente a través de la cual la generación de más edad incita, induce y obliga a la generación más joven a adaptar los modos de pensar y comportarse tradicionales.” (Harris,1990, p. 21)

Es algo recíproco que está en el imaginario social de los Adultos Mayores entrevistados acerca de cómo los ven los jóvenes que la vejez tiene una carga social negativa existiendo en la sociedad el concepto de que la juventud está acompañada por

la productividad, estableciéndose una mirada positiva hacia la misma. Aquí también influye que el joven de ayer no es el mismo que hoy, ya que los contextos sociales han ido cambiando. Según el autor Atchley apud Sánchez (2005) la vejez desde el punto de vista práctico, es en sí un estigma, definiéndola como " (...) el resultado injusto de falsos estereotipos que se han acumulado a través del tiempo" (Sánchez, 2005, p. 61). Es fundamental tenerlos presentes porque afecta en gran medida al Adulto Mayor cómo vive, cómo se ve a sí mismo, cómo se relaciona y cómo lo ven los demás, en otras palabras de su autopercepción y de cómo se construye su identidad. "La manera en que se caracterizan las personas de edad avanzada, contribuyen en gran medida a crear la situación y condiciones sociales en las cuales estos viven" (Sánchez, 2005, p. 61)

Pero también están los Adultos Mayores entrevistados que al tener un mayor contacto con sus nietos o con personas joven en su entorno no siente que exista una visión negativa hacia ellos ni viceversa.

"Depende a mí me ven siempre bien porque yo no estoy criticando lo que hacen los más jóvenes y en general los ven bien, va por lo menos es lo que veo de los jóvenes que me rodean y que tengo contacto que son mis nietos (...) (Femenino, 78 años)

"Y yo creo que los jóvenes de hoy en día están muy abiertos mentalmente y ven todo bien." (Femenino, 72 años)

"(...) hay jóvenes que te respetan como un ser mayor incluso te tutean que me gusta que me tuteen, o sea que no marcan la distancia de la edad como yo tampoco la marco con nadie. Es algo reciproco si vos tratas bien, ellos te tratan bien también." (Masculino, 65 años).

Al responder acerca de cómo ellos viven y de qué modo les afecta cómo los ve la sociedad y en el lugar en el cual se los posiciona, algunos de los Adultos Mayores entrevistados expresaron sentir indiferencia, poco interés de cómo los visualizan los jóvenes y otros por el contrario manifestaron sentirse bien de poder ser aceptados y de relacionarse sin ningún problema.

"Ah no eso tanto me da, no no porque ya sé cómo es la juventud de ahora entonces no me da nada (risas). No les enseñan a tener respeto por los mayores, las nuevas generaciones piensan que lo que decimos es anticuado, entonces trato de no dar corte a eso y que cada uno haga lo que quiera". (Femenino, 76 años)

“Yo no le doy bolilla, no me hago problema. Les digo a si mira que suerte y ustedes tiene que hacer esto y lo otro. Yo les mando la mía jaja, nunca me callo para que ellos aprendan también a que tenemos nuestra visión de las cosas y que no siempre tienen la razón.” (Femenino, 66 años)

“Y bien porque ellos me cuentan sus cosas, nos hacemos compañía y como yo los escucho y no los crítico, ellos se sienten a gusto conmigo, podemos pasar horas charlando”. (Femenino, 78 años)

“Fantástico, es muy bueno que los jóvenes no nos limiten solo por un tema de edad.” (Femenino, 72 años).

Con esto observamos que las imágenes de la vejez se generan en la interacción y el sujeto se reconoce a sí mismo como tal cuando es previamente reconocido por el otro. Son las personas quienes por medio de la construcción de significados y sus acciones dan sentido a la estructura social y la van construyendo con el correr del tiempo. La interacción influye en la forma de ir envejeciendo y donde los Adultos Mayores encuentran una etapa nueva del ciclo que implica continuidad en el proceso de desarrollo humano y no una ruptura con el mismo.

Por medio de la interacción con el otro es que se va construyendo la identidad de los individuos. En este caso de los Adultos Mayores es aquí donde se ponen en juego las dos identidades que Goffman (2008) reconociendo por un lado, la identidad social virtual que está vinculada a la apariencia, es la que se debería esperar de él, lo que debería ser, y la identidad social real, reconoce a lo que el individuo realmente es, puede hacer (Goffman, 2008, p.12). Pero cuando se da una tensión entre ambas donde lo esperado no es lo que se hace finalmente se produce la estigmatización. Es importante tener en cuenta con esto que los Adultos Mayores, en su proceso de envejecimiento también están construyendo una nueva identidad. Se pueden destacar dos dimensiones en la construcción de la misma, la individual donde el individuo se autodefine y la social en la cual se busca el reconocimiento del otro.

Las personas solo logran examinarse a sí mismas poniéndose en el lugar de otros y examinándose desde ese punto de vista del otro generalizado, es lo que según el autor Mead (1934) define como self lo cual da lugar a la forma de entender y abordar la

identidad de las personas, como un proceso que se va construyendo. Esa capacidad se va desarrollando a través de la actividad social y las relaciones sociales.

Por otra parte los Adultos Mayores entrevistados, en su etapa de adolescencia visualizaban a las personas mayores, más viejas de lo que en realidad eran. Asimismo ellos al estar transitando actualmente por esta etapa, se ven como más vitales, con mayor juventud en comparación con aquella imagen que ellos tenían de las otras personas Adultas Mayores.

“Y los veía viejitos, la veía viejita a mi mamá y yo ahora no me siento vieja con la misma edad de mi mamá (...). Creo que es porque anteriormente se dedicaba exclusivamente a la casa y a criar a los hijos y nada más. Hoy en día hay mucho más libertad.” (Femenino, 76 años)

“Si la verdad que los veía muy viejos, por ejemplo yo ahora tengo 82 pero mi abuelita por parte de mi madre murió a los 84 y yo ya la veía viejita con rodete, con vestidos largos me entiendes y yo la verdad que todavía con la edad que tengo me siento joven. Y también los veía muy dedicado a los demás, no tenían tiempos para ellos sino que estaban pendientes de cómo estaba el resto”. (Femenino, 82 años)

“Me daban lástima los viejitos, eso es lo que recuerdo. Me daba mucha lástima verlos en esa etapa, además lo que pasaba es que mis padres me tuvieron mayores, mi padre tenía 47 años y mi madre 43 cuando nací yo o sea que cuando yo tuve uso de razón para mí eran mis abuelos ellos” (Femenino, 65 años)

En sus respuestas podemos ver, por un lado como los adultos mayores entrevistados visualizaban a los demás y por otro la imagen que ellos tienen de sí mismo, al compararse con la imagen que tenían hacia los otros, lo cual los diferencia.

Esta diferencia en la percepción es, en gran medida, consecuencia del progresivo aumento de la esperanza de vida al nacer, luego de la transición demográfica. En el año 1950 la esperanza de vida era de 66, 5 años (Pellegrino, Cabella, Paredes, Pollero y Varela, 2008, p.16). Mientras que en la actualidad las personas cada vez viven más años debido a que “La esperanza de vida al nacer en el Uruguay actual es de 76 años: 72 para varones y 79 para mujeres (Paredes, Ciarniello, Brunet. 2010, p. 16).

Los significados de la realidad no son estables y varían según el contexto histórico en el que se den por medio de la interacción lo que da lugar a un permanente

proceso de interpretación y comportamiento humano. En las actitudes prevalecen ideas que han sido moldeadas en parte por el intercambio social, aunque en ocasiones no se está consciente de ellas.

Según George Mead en Sanchez (2005) “estableció (...) que la validación social era crucial en el desarrollo de la estima propia del individuo y es sabido que la persona anciana, al igual que todos los humanos, desempeñan las funciones que la cultura le asigna”. (Sánchez, 2005, p. 65-66). Es posible identificar situaciones específicas de cada una de los Adultos Mayores de acuerdo al contexto del cual formaban y forman parte.

Rol de los Adultos Mayores en la actualidad y su cotidianidad.

Al preguntarles acerca del reconocimiento que tiene el Adulto Mayor en la actualidad encontramos elementos comunes en sus respuestas. Todos los entrevistados visualizan una valoración en la implementación de diversas políticas sociales focalizadas hacia los Adultos Mayores en nuestro país atendiendo a sus necesidades y ofreciendo espacios para su participación.

En relación a ello una de las políticas existentes es el del Plan de Envejecimiento y Vejez 2013-2015, el cual:

Busca transformar y revertir, en el mediano y corto plazo, situaciones de vulneración de derechos al sistematizar una respuesta coordinada ante los problemas más inmediatos. Asimismo, da sostenibilidad y permanencia a los cambios y define criterios que aseguren el goce de los derechos de las personas en una sociedad para todas las edades (INMAYORES, 2012, p. 15)

Vinculado a esto los Adultos Mayores plantean lo siguiente,

“Hoy en día hay mayor participación de las personas mayores acá en Uruguay, cada vez hay más espacios para compartir con personas de la misma edad. Se nos tiene en cuenta.” (Femenino 76 años).

“Las personas mayores en la actualidad tienen un rol más positivo, se mueven, se relacionan más por lo menos yo es lo que veo de la gente que me rodea. Hay más

actividades y cada vez que vas a un grupo siempre te enteras de alguna reunión y ya te invitan a participar. Hay que hacerlos más visibles así cada vez somos más". (Femenino, 82 años).

"Si miramos en nuestro país, la persona mayor es bastante protagonista, mira el presidente es mayor y tiene un rol bastante importante. (...) hoy en día tenemos miles de derechos por ejemplo un día fui a la intendencia y me encuentro con que hay pila de actividades para los adultos mayores (...). Hoy los adultos mayores somos más activos (...)" (Masculino, 65 años).

"En la actualidad las personas mayores están cada vez más activas debido a que hay muchos más espacios (...) y muchos más espacios sin pagar que eso no es nada menor porque muchas veces podrán haber muchos lugares pero tenes que tener un sueldo enorme para pagarte un club, una hidrogimnasia, lo que sea. Ahora vas a cualquier parque, cualquier playa o plaza, decís "buenos días, buena tardes" y nada más no tenes que pagar absolutamente nada, si te queda cerca vas caminado y no pagas boleto tampoco." (Femenino, 66 años)

Según Goffman (2008) el estigma puede tener una mirada positiva, debido a que el hecho de que quienes pertenecen a una misma "categoría" tienden a agruparse, juntarse en pequeños grupos sociales. Este grupo de los Caminantes del Prado, como otros de los que forman parte hacen que los estigmatizados (en este caso los Adultos Mayores entrevistados) se encuentren frente a sus iguales lo que permite una nueva forma de percibirse sabiendo que no son los únicos. En estos espacios se comparten las vivencias, punto de vista, entre otras cosas. En diferentes palabras funcionan como contención. "De este modo se desprende que una categoría puede funcionar para favorecer entre sus miembros el establecimiento de relaciones y formaciones grupales (...)" (Goffman, 2008, p. 36) Pero podemos mirarlo en un sentido más amplio que el de reagrupar a las personas que comparten ciertas características que a su vez conllevan una carga, sino que la existencia de estos espacios también pueden convertirse según Ludi (2012) en:

(...) alternativas, en estrategias de acción posibilitadoras de la construcción de un sujeto viejo diferente que pone en tensión la imagen social de carga negativa y las prácticas

sociales/profesionales, lo que nos lleva a replantear el lugar del viejo en la sociedad actual (Ludí, 2012, p. 53-54)

Tener una vejez activa ayuda en cierta medida a romper con el imaginario social que existe sobre la misma dando la posibilidad de la construcción de una re significación de la vejez como una etapa activa, participativa y con buen estado de salud (el estigma también está planteado hacia la enfermedad y la pérdida de auto validez más allá de la edad).

También una de las entrevistadas si bien manifiesta que hay mayores espacios, visualiza que para los Adultos Mayores no son suficientes a pesar de que estamos en un país con un alto envejecimiento de la población, representando los Adultos Mayores un 14, 1% de nuestra población, según los datos del Censo del año 2011 de nuestro país. (INE, 2011)

“Bueno creo que no estamos muy amparados, es decir, hoy en día hay más políticas y leyes que nos amparan pero falta más y sobre todo en un país en el cual se caracteriza por tener una población envejecida. Falta más educación en ese sentido. Pero siento que como ya lo dije los Adultos Mayores hoy en día somos más libres.” (Femenino, 72 años)

Los Adultos Mayores entrevistados al preguntarles que les parecía a ellos que estaba bien y que estaba mal que haga un Adulto Mayor en su vida cotidiana, argumentaron que cada persona es libre de hacer lo que quiera y lo que tenga ganas independientemente de la etapa de la vida en la cual están transitando.

“ (...) yo en eso no me fijo, cada uno es libre de hacer lo que quiera independiente de la edad que tenga. La edad no nos limita, a mí no me gusta que me digan no hago tal cosa por fulanito, a mí no me preocupa yo vivo mi vida, en este momento vivo mi vida. (Femenino, 76 años)

“ Esta bien hacer por ejemplo lo que yo hago cosas físicas, hacer los quehaceres de una casa, salir hacer dirigencias hacerlas solas y no depender de nadie y que este mal en este momento no se me viene nada pero siento que si algo está mal que lo haga una persona mayor está mal también si lo hace otra persona más joven.” (Femenino, 82 años)

“ (...) cada uno tiene que hacer lo que siente, si veo que está mal su proceder y me pregunta le contesto y sino no (...). No significa nada la edad para mí, si voy a un grupo donde hay personas jóvenes o mayores y no me parece lo que están diciendo en ambos espacios por igual yo escucho sean jóvenes o viejos (...)” (Femenino, 66 años)

Lo anterior refleja lo que el autor Salvarezza (2011) toma de Cumming sobre la teoría del apego, a que los Adultos Mayores prefieren ser activos y participar en actividades sociales, y planteando la existencia de un envejecimiento feliz el cual viene condicionado por el apego de los mismos a sus objetos y actividades.

Por eso es importante tener en cuenta que:

(...) un buen envejecer estará dado por la capacidad que tenga un sujeto de aceptar y acompañar las inevitables declinaciones propias de la edad, sin insistir en mantenerse joven a cualquier precio, pero sin renunciar a una lucha activa para tratar de obtener el máximo de satisfacción con el máximo de fuerzas que en cada momento se disponga. (Salvarezza, 2011, p. 22).

Para el autor, no solo tiene que ser llevado adelante por el Adulto Mayor que forma parte de ese proceso, sino que también es necesario que los demás individuos que forman parte de la sociedad, ayuden en que puedan mantener sus objetos y actividades el mayor tiempo, y de no ser así que puedan sustituir algunas actividades por otras teniendo mayores alternativas.

Los Adultos Mayores entrevistados identificaron que las mujeres son más activas que los hombres, debido a que los mismos al llegar a la vejez sienten que se dejan estar, se achican más, son más remisos a los cambios en comparación al rol de la mujer que aparece como más activa.

“ (...) Yo creo que la mujer es más fuerte que el hombre aunque no lo creas y hay muchas mujeres solas porque la mayoría que están acá están solas y tiene una actividad por lo menos. La mujer se preocupa por mantenerse activa, por sentirse bien, por la estética y eso es importante. El hombre es más remiso para hacer estas cosas (...) ” (Femenino, 65 años)

“ (...) El hombre se limita más, es muy machista por ejemplo en estos espacios no participan mucho porque lo ven espacios sin sentido, piensa que si una veterana va un baile o hace gimnasia lo ve como una boludez (...) ” (Femenino, 66 años).

Las distinciones con respecto a las perspectivas de género y a lo que “se espera” de cada uno, va acompañado de lo que Batthyány (2001) plantea como:

El ciclo vital de mujeres y varones presenta algunas diferencias. La mayor parte de los varones vende su tiempo en el mercado de trabajo durante un periodo determinado que le permite ganar derechos suficientes para su autonomía y el de su hogar. La mayoría de las mujeres asume el contrato implícito que la vincula con su familia de manera permanente en la cesión de su fuerza de trabajo, sin límites definidos temporales (Batthyány, 2001, p. 223).

Con esto podemos concluir que la “pasividad” que implica la jubilación es vivenciada en un mayor porcentaje por los hombres ya que si bien las mujeres se retiran del mercado laboral las mismas continúan “ocupadas” realizando los quehaceres del hogar.

A modo de síntesis, podemos decir que los seis Adultos Mayores entrevistados conciben el proceso de envejecimiento favorablemente destacan los aspectos positivos vivenciados al envejecer, visualizándose mejor aún de lo que pensaban porque sienten que en este momento su vida está más resuelta y que están bien de salud como para seguir disfrutando de la vida. También destacaron el poder contar con varios espacios y participar de los mismos, percibiéndolo como una oportunidad de sentirse que aún pueden vivir, disfrutar y desarrollarse como personas vitales.

El envejecimiento es un proceso que envuelve a la persona en su integralidad, llevándola a enfrentarse a ciertos desafíos y adaptaciones resultado de experiencias personales. También influye el medio social, la personalidad y las disposiciones sobre los estilos de vida que cada persona decida llevar a lo largo del transcurso de su vida así como los determinantes materiales. De esta forma, es importante recalcar que generalmente se consideran distintos acontecimientos como propios de la vejez,

surgidos de ésta, pero en realidad son sucesos vinculados tanto por el estilo de vida como por la personalidad de cada uno.

Reflexiones Finales

En este apartado se plantearán las principales reflexiones a los cuales se ha arribado acerca de la temática aquí estudiada, la construcción de la autoimagen que poseen los Adultos Mayores a partir de los 65 años de edad en la ciudad de Montevideo.

Tomando en consideración lo expresado por los Adultos Mayores entrevistados, específicamente aquellos que participan del grupo "Caminantes del Prado" visualizamos que la mayoría de los mismos tiene una visión positiva de su proceso de envejecimiento percibiéndose mucho mejor de lo que anteriormente pensaban. Esta postura se debe a varios motivos como son el estado de salud, que tienen menos obligaciones y tiene más tiempo para dedicarse a lo que les gusta, permitiéndoles de esa forma seguir disfrutando de la vida. No es menor tener en cuenta que este grupo de Adultos Mayores tiene ciertas características en común como son estar auto válidos, están bien de salud, los deseos y buena disposición para participar en diferentes espacios recreativos. Los Adultos Mayores que conforma el grupo Caminantes de Prado se diferencia de sus semejantes y del imaginario colectivo que existe sobre la vejez, ya que la misma es asociada con el envejecer y el miedo al paso del tiempo. Es por tal motivo que no podemos de este modo llegar a una generalización de lo que es la vejez en Montevideo ya que en este grupo se manifiesta una de las particularidades de las que conforman la vejez en general. Los cambios a los cuales se enfrentan las personas en esta etapa son debido a múltiples factores que a su vez llevan a enfrentarse a ciertos desafíos, adaptaciones resultado de experiencias personales.

Por otro lado, en cuanto a los objetivos propuestos inicialmente los mismos han sido cumplidos. El trabajo de campo ha sido positivo, ya sea por la información y buena disposición brindada por el referente del grupo como por los Adultos Mayores que conforman el mismo trabajándose de forma amena con las personas implicadas estando abiertas los mismos a toda colaboración, siendo ello fundamental para desarrollar nuestra investigación.

Es necesario romper con el imaginario colectivo de observar una persona Adulta Mayor e inmediatamente relacionarla con la inutilidad, con la pasividad, que solo espera el paso del tiempo, hasta que llegue su muerte. Es necesario seguir trabajando en pos de brindar herramientas para fomentar dicha problematización, permitiendo mantener una concepción diferente de la vejez cuestionando los diversos prejuicios y permitiendo de

ese modo conocer que existen otras vejezes, las cuales no representan ese imaginario. Ello en muchas ocasiones limita su accionar, condiciona su forma de vida y refuerza la construcción de ciertos prejuicios contra esta etapa de la vida.

El hecho de contextualizarnos en una sociedad demográficamente envejecida constituye un motivo válido para replantearse la construcción de la vejez y el envejecimiento, en nuestro país tratando de evitar la vulneración de los derechos de los Adultos Mayores.

Siguiendo esta línea, es posible afirmar que el envejecimiento poblacional constituye un factor importante en los sistemas económicos, políticos, culturales y sociales. Uruguay es un país en el cual el proceso de envejecimiento se va agudizando y por tal motivo es necesaria una mirada más focalizada sobre esta población y su abordaje. Es necesario generar una mayor conciencia por parte de la sociedad ya que aquellos que no forman parte de esa franja etaria, ven a la vejez como una problemática ajena, cuando en realidad es una etapa de nuestro ciclo vital y más tarde o más temprano se vive. En síntesis, es importante poner en cuestión la temática sobre la vejez, incluyendo la participación de diversos actores como son los propios Adultos Mayores, el Estado a través de diferentes políticas sociales y el compromiso de la población en general en relación a este tema.

Luego de realizar esta monografía surgen algunos cuestionamientos los cuales pueden ser abordados en futuras investigaciones como es la poca o casi nula participación de hombres en este grupo, la cual nos llevó a cuestionarnos entre otras cosas si esto es algo característico de este grupo o si por el contrario se da también en otros conformados por Adultos Mayores y de constatar de que sea así, conocer cuáles son los factores o aspectos que condicionan tal participación.

Bibliografía

- Allport, G. (1954): La naturaleza del prejuicio. EUDEBA. Buenos Aires.
- Almeida, S. (2014): "Percepción de los estudiantes sobre estereotipos positivos y negativos hacia la vejez", Tesis de Grado, Facultad de Enfermería - UdelaR. Montevideo, Uruguay
- Alonso, L. (1999): Sujeto y discurso: el lugar de la entrevista abierta en la práctica de la sociología cualitativa. En Delgado, JM. y Gutiérrez, J. (coords) "Métodos y Técnicas cualitativas de investigación Social" Editorial Síntesis. Madrid: España.
- Bálsamo, V. (2011): "La tercera edad de ayer y de hoy", Tesis de Grado, Departamento de Trabajo Social- FCS- UdelaR. Montevideo, Uruguay
- Batthyány, K. (2001): El trabajo de cuidados y las responsabilidades familiares en Uruguay. Proyecciones de demandas En Aguirre, R.; Batthyány, K (coord.) (2001) "Trabajo, Género y ciudadanía en los países del Cono Sur". Cinterfor. Montevideo
- Batthyány, K (2015) "Los tiempos del bienestar social. Género, trabajo no remunerado y cuidados en Uruguay". MIDES. INMUJERES. Doble clic Editoras.
- Blumer, H (1982) El Interaccionismo Simbólico: Perspectiva y Método. Hora SA. Barcelona.
- Brunet y Marquez (2016) " Envejecimiento y personas mayores en Uruguay". En Calvo (Coord.) (2016). Atlas Sociodemográfico y de la Desigualdad del Uruguay. Fascículo 7. INE -Programa de Población- IECOP- OPP -MIDES- UNFPA
- Chadi, M. (2000) "Redes sociales en el Trabajo Social". Ed Espacio, Buenos Aires.
- Dabas, E. (1993) "Red de redes: las prácticas en la intervención en redes sociales. Paidós. Buenos Aires.
- De Beauvoir, S. (2012) "La vejez". Editorial Sudamericana. Buenos Aires.
- Dubet, F. (1989): "De la sociología de la identidad a la sociología del sujeto" (pp.519-545) Estudios Sociológicos, año VII: N° 21. El Colegio de México, Centro de Estudios Sociológicos, México.

- Ferrari, V. (2015): "Soledad en la vejez: el adulto mayor y su entorno como agentes de cambio", Tesis de Grado, Facultad de Psicología - UdelaR. Montevideo, Uruguay
- Filardo y Muñoz. (2002): "Vejez en el Uruguay ¿Hacia una sociología de las relaciones de edad?" En Mazzei E. (comp.) El Uruguay desde la Sociología. Integración, desigualdades sociales, trabajo y educación. Montevideo: Departamento de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de la República.
- Goffman, E. (1959): "La presentación de la persona en la vida cotidiana". Editorial Amorrortu. Buenos Aires, Argentina.
- Goffman, E. (2008): Estigma. La identidad deteriorada. Editorial Amorrortu. Buenos Aires
- Harris, M. (1990): "Antropología cultural" Editorial Alianza. Madrid
- Harris, M. (2007): "Introducción a la antropología general". Editorial Alianza. Madrid
- INMAYORES. Plan Nacional de envejecimiento y Vejez 2013-2015.
- Le Breton, D. (1995); "Antropología del cuerpo y modernidad". Editorial Nueva Visión. Buenos Aires.
- Ludi, M. (2005): "Envejecer en un contexto de (des)protección social: claves problemáticas para pensar la intervención social". Espacio. Buenos Aires.
- Ludi, M. (2012): "Envejecimiento y espacios grupales: apuestas y desafíos. Colección Ciencias sociales". Espacio. Buenos Aires.
- Mead, G. (1934): "Espíritu, persona y sociedad. Desde el punto de vista del conductismo social". Paidós. España.
- Mitjavila, M. (1994): "Identidad social y comunidad" en Cuadernos del Claeh, Año 19, N° 69
- Nathan, M. "Envejecimiento poblacional en Uruguay" En: Calvo, J.J., Cabella, W., Bengochea, J. et al. 2013. "Detrás de los tres millones. La población uruguaya luego

del censo 2011”. Programa de Población-Facultad de Ciencias Sociales-Universidad de la Republica-Brecha. Montevideo

- Orellano, R. (2014): “ Representaciones sociales sobre la vejez y el envejecimiento de jóvenes, adultos mayores y gestores de políticas públicas, en la ciudad de Young”, Tesis de Grado, Facultad de Psicología - Udelar. Montevideo, Uruguay
- Paredes, M. (2008): “Estructura de edades y envejecimiento de la población”. En Varela, C. (coord.) Demografía de una sociedad en transición. La población uruguaya a inicios del siglo XXI. Montevideo: Programa de Población. Unidad Multidisciplinaria. Facultad de Ciencias Sociales. UDELAR- UNFPA.
- Paredes, M. Ciarniello, M; Brunet, N (2010): Indicadores sociodemográficos de envejecimiento y vejez en Uruguay: una perspectiva comparada en el contexto latinoamericano, Lucida Ediciones, Montevideo.
- Pellegrino, A; Cabella, W; Paredes, M; Pollero, R; Varela, C. (2008): “De una transición a otra: la dinámica demográfica en el Uruguay del siglo XX”. En Nahum, B. (comp.) “El Uruguay del Siglo XX. Tomo III: La Sociedad”. Editorial Banda Oriental- DS, Montevideo.
- Piña, M. (2006) “Trabajo Social Gerontológico: investigando y construyendo espacios de integración social para las personas mayores”. Ponencia presentada en el 33° Congreso Mundial de Escuelas de Trabajo Social. Chile.
- Póppiti Méndez, M. (2011) “Vejez en el Siglo XXI: determinaciones culturales que inciden en su conceptualización”, Tesis de Grado, Departamento de Trabajo Social-FCS- Udelar. Montevideo. Uruguay
- Salvarezza, L. (2011) “Psicogeriatría: Teoría y Clínica”. Editorial Paidós. Buenos Aires-Argentina.
- Sánchez Salgado, C. (2005) “Gerontología Social”. Ed. Espacio. Buenos Aires.
- Sánchez, C. (1990) “Trabajo Social y Vejez: teoría e intervención”. Buenos Aires: Editorial Hvmánitas.
- Stake, R (1999) “Investigación con estudios de casos”. Ed. Morata. Madrid.

- Taylor, S. J. Y Bogdan, R. (1987) “Introducción a los métodos cualitativos de investigación.” Ed. Paidós. España.
- Tylor, E. (1975) [1871] “La ciencia de la cultura”, a KAHN, J.S. (comp.): El concepto de cultura: textos fundamentales, p. 29-46. Anagrama. Barcelona.
- Valles, M. (1999). “Técnicas Cualitativas de Investigación Social. Reflexión metodológica y práctica profesional”. Editorial Síntesis. Madrid: España.

Fuentes documentales

- Ludi, M. (2011) Envejecer en el actual contexto. Problemáticas y desafíos. En Revista Cátedra Paralela N° 8. Argentina. [en línea] Disponible en: www.catedraparalela.com.ar/images/rev_articulos/arti00100f001t1.pdf (Acceso: 30/5/2017)
- IM (2012) Guía del Adulto Mayor. Disponible en: http://www.montevideo.gub.uy/sites/default/files/guia_adulto_mayor_im_ok.pdf (Acceso: 12/4/2018)