

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

**Los espacios grupales en la vida cotidiana de las personas
mayores: el caso del Complejo Municipal Salud, Cultura y
Deporte y el del Programa Centros Diurnos de la Intendencia
de Montevideo**

María Emilia Coito

Tutora: Teresa Dornell

2019

Índice

Índice.....	2
Resumen.....	3
Introducción.....	4
Antecedentes.....	8
1.- Vejez y envejecimiento	
1.1 - ¿Qué es la vejez?.....	13
1.2 – Ser “viejo” en la sociedad actual.....	14
1.3- Importancia del ciclo de vida en la vejez.....	16
1.4 – Envejecimiento.....	17
2.- Estrategias de atención a la vejez a partir del Estado y de la sociedad civil	
2.1 – Envejecer en Uruguay.....	20
2.2 – Atención a nivel estatal.....	21
2.3 - Políticas públicas enfocadas a la vejez desde el primer gobierno del Frente Amplio hasta la actualidad	23
3.- Vida cotidiana, participación e integración en la vejez	
3.1 – Ser activo en la vejez.....	27
3.2 – Redes sociales y participación.....	29
3.3 -Importancia del grupo en la vida cotidiana de la persona mayor.....	31
3.4 – El grupo como factor de protección.....	33
3.5 – Vida cotidiana y comunidad.....	35
3.6 – Las personas y la Vida Cotidiana.....	35
Reflexiones finales.....	40

Bibliografía.....	44
Fuentes documentales.....	49
Anexo.....	52

Resumen

La vejez y el envejecimiento poblacional, son dos fenómenos que han ido adquiriendo una importancia cada vez más significativa en los últimos años. Envejecer es considerado un proceso particular que involucra determinados factores que inciden en la vida de las personas. La vejez por su parte, se construye social y culturalmente desarrollándose en cada espacio y tiempo determinado.

El tránsito que cada persona realiza hacia la vejez es único y particular. Transitar por una vejez activa o pasiva, influirá en la calidad de vida y en la vida cotidiana de las personas.

En la monografía se pretenderán explorar y analizar cómo aspectos centrales del estudio, como la persona mayor logra integrarse a los grupos, qué actividades realiza, la influencia que tienen las actividades y la integración que se da al interior de cada grupo en la vida cotidiana de la persona mayor, y qué significado tiene para esta población la grupalidad.

En esta línea, se considera que las preguntas que guiarán éste estudio serán: ¿Cuál es la importancia que le otorga la persona mayor a los grupos a los cuales pertenece? La persona mayor que integra un grupo, ¿Considera que su vida ha mejorado? ¿Cómo influye la soledad en la vida de una persona mayor? ¿Hay diferencias entre la vida cotidiana de las personas mayores que integran un grupo, con aquellas que se encuentran aislados? ¿Cuál es el impacto que genera en la persona mayor la desvinculación de un grupo al cual pertenecía?

Palabras claves: Vejez – Envejecimiento – Vida Cotidiana - Grupo

Introducción

El presente documento constituye la monografía final de grado correspondiente a la Licenciatura en Trabajo Social de la Facultad de Ciencias Sociales, de la Universidad de la República.

La temática seleccionada está orientado a conocer la influencia que tiene el formar parte de grupos en la vida cotidiana de las personas mayores. El interés por estudiar lo que ocurre en la actualidad en la vida de la persona mayor, surge a partir de la sensibilización e importancia que ha ido adquiriendo éste cohorte poblacional en los últimos años.

Este estudio se enmarca en la Convención Interamericana Sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores¹.

Desde el año 1948 la Organización de las Naciones Unidas (ONU) comenzó a destacar la importancia del lugar y el papel que ocupa en las sociedades modernas la población adulta mayor.

En el año 1991, la ONU publicó “Los principios en favor de las personas de edad”, como medida para introducir en los programas de las Naciones Unidas principios de independencia, participación, cuidados, autorrealización y dignidad, como garantía de los derechos de los mayores.

El lema “**una sociedad para todas las edades**” adoptado por la Segunda Asamblea Mundial de Envejecimiento (2002), incluye el objetivo de que todas las personas de edad, tengan la oportunidad de poder seguir contribuyendo a la sociedad. Para poder lograr esto, es necesario eliminar los factores que generen discriminación y prejuicios sobre las personas mayores.

La participación en actividades sociales, económicas, culturales, deportivas, recreativas y de voluntariado contribuye también a aumentar y mantener el bienestar personal. Las organizaciones de personas de edad constituyen un medio importante de facilitar la participación mediante la realización de actividades de promoción y el fomento de la

¹ El objetivo de la Convención es promover, proteger y asegurar el reconocimiento y el pleno goce y ejercicio, en condiciones de igualdad, de todos los derechos humanos y libertades fundamentales de la persona mayor, a fin de contribuir a su plena inclusión, integración y participación en la sociedad (Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, 2015).

interacción entre las generaciones (Informe Segunda Asamblea Mundial de Envejecimiento, 2002, p.10).

En la monografía se pretenderá analizar y comprender la influencia que el grupo tiene en la vida cotidiana de las personas mayores, tomando como referencia el grupo del Complejo Municipal Salud, Cultura y Deporte (SACUDE) y el del Programa Centros Diurnos de la Secretaría de las Personas Mayores de la Intendencia de Montevideo.

El presente trabajo se encuentra estructurado en tres capítulos. El primero pretende dar cuenta de lo que se considera teóricamente cómo vejez y envejecimiento, desde la mirada de lo social y desde la mirada de la gerontología social. Además se abordará el desarrollo de las dimensiones prejuicios y estereotipos en la vejez, como factores que explican la mirada que desde la sociedad se tiene sobre la misma.

En el segundo capítulo se realiza un breve recorrido acerca de cómo han ido modificándose y evolucionando las políticas de atención a la vejez en Uruguay. Así mismo, se desarrollarán teóricamente las políticas que a partir del primer gobierno del Frente Amplio (2005) hasta la actualidad se han ido implementando.

El tercer y último capítulo hace hincapié sobre la relevancia que la integración social adquiere en la vida de las personas mayores. Para ello, se centra la atención en las redes sociales y en cómo influyen en la vida de las personas mayores, para prevenir situaciones de aislamiento social, depresión y soledad, incorporando las expresiones aportadas en el encuadre de las entrevistas realizadas.

Este capítulo además, pretende dar cuenta de la relación que se establece entre las personas mayores, el grupo y la vida cotidiana. En este capítulo se intenta exponer como el grupo adquiere un lugar significativo para la vida cotidiana de las personas mayores y cómo llega a convertirse en un sostén emocional para estas. Interpelando esta triangulación: persona mayor – grupo - vida cotidiana, desde los diversos testimonios obtenidos en las entrevistas realizadas, las cuales darán cuenta del papel que el grupo cumple en la vida de cada una de estas personas.

Objetivo general

- Conocer la importancia de los espacios grupales en la vida cotidiana de las personas mayores.

Objetivos específicos

- Indagar el desarrollo de la dinámica grupal de las personas mayores del Complejo Municipal "SACUDE" y del Centro Diurno N°8 de la Intendencia de Montevideo.
- Comprender los procesos relacionales entre las personas mayores dentro de cada uno de los grupos.
- Entender los procesos comunicacionales entre las personas mayores dentro de cada uno de los grupos.
- Explorar las semejanzas y diferencias que se identifiquen entre el grupo del Complejo Municipal "SACUDE" y el grupo del Centro Diurno N°8 de la Intendencia de Montevideo.

Población Objetivo

- Personas mayores que integran el grupo del Complejo Municipal "SACUDE" correspondiente al CCZ 11 y el grupo del programa Centro Diurno N°8 CCZ 8, así como, las personas mayores que algún momento integraron estos grupos y en la actualidad ya no forman parte.

Estrategia Metodológica

El enfoque de investigación que se consideró para la realización de la monografía fue de corte cualitativo, de carácter descriptivo, exploratorio y comparativo.

Para el abordaje de la temática se utilizó la técnica de revisión documental y bibliográfica, con el objetivo de profundizar teóricamente sobre el tema seleccionado.

Se realizaron entrevistas de carácter exploratorio y comparativo a personas mayores que integran los grupos del Complejo Municipal "SACUDE" y del Centro Diurno N°8. A su vez, se logró realizar una entrevista a una persona mayor que en algún momento integró el grupo del "SACUDE" pero que en la actualidad ya no forma parte. En lo que respecta al Centro Diurno N°8 ésta entrevista no logró concretarse.

Las personas mayores entrevistadas fueron seleccionadas al azar. Para obtener la información requerida, se asistió a cada centro en los días que los grupos se reunían y se entrevistó a las personas mayores que se encontraban presentes y que aceptaran realizar la entrevista. En el Complejo Municipal "SACUDE", se realizaron dos entrevistas a personas que participan del grupo y a una que en la actualidad no concurre más. Con respecto al grupo del Centro Diurno N°8, se logró obtener cuatro entrevistas de las personas que participan del grupo.

Es oportuno destacar que no se logró contactar a personas mayores que integraban anteriormente el grupo del Centro Diurno N°8.

Para diferenciar los aportes obtenidos a partir de las entrevistas, se le adjudicó a cada persona mayor entrevistada un número, el sexo, la edad y el espacio grupal al que pertenecen. Complejo Municipal "SACUDE" (CMS) y Centro Diurno (CD).

Con la realización de las entrevistas se buscó comprender la vida cotidiana de las personas mayores que integran ambos grupos, o qué en algún momento lo integraron: cómo llegan a integrarse a los mismos, qué actividades realizan, cómo influyen las actividades y la integración que se genera al interior de cada grupo en la vida cotidiana de la persona mayor, y qué significado tiene para ellos la grupalidad.

En este sentido, se pretende realizar un análisis comparativo sobre la vida cotidiana de las personas mayores que se encuentran integrando un grupo en relación a las que actualmente no lo integran.

Por otra parte, con este estudio comparativo se intenta visualizar las semejanzas y las diferencias que se dan en la interna de los dos grupos territorialmente reconocidos, teniendo en cuenta que ambos son parte de una misma institución como es la Intendencia de Montevideo (IM), pero considerando que el Centro Diurno es un programa desarrollado por la Secretaría de las Personas Mayores, correspondiente a la división de Políticas Sociales y del Departamento de Desarrollo Social, y el Complejo Municipal "SACUDE" perteneciente al Departamento de Cultura.

Antecedentes

El envejecimiento es considerado un fenómeno natural que alude a los cambios que ocurren a través del ciclo de la vida y que resultan en diferencias entre las generaciones jóvenes y mayores. Se define como un proceso gradual y natural, de transformaciones a nivel biológico, psicológico y social que van ocurriendo a través del tiempo.

Este fenómeno ha sido resultado de significativos procesos demográficos, como el descenso notorio de la mortalidad y el aumento de la esperanza de vida al nacer. Uruguay es el país de América Latina con la estructura de población más envejecida.

La población de 65 y más años en Uruguay, pasó a representar el 7.6% del total en el Censo de 1963 al 14.1% en el Censo de 2011. Dentro de la población adulta mayor, el 52.61% tiene entre 65 y 74 años de edad, y el 27.19% tiene 80 o más (Instituto Nacional de Estadística, 2016).

Esta realidad demográfica que presenta Uruguay, implicó la necesidad de incluir al envejecimiento en los procesos de diseño, instrumentación y análisis de las políticas públicas.

Históricamente, el Estado uruguayo ha actuado previniendo situaciones sociales de la población adulta mayor a través de la provisión de bienes y servicios, articulados con el mercado de trabajo. En este sentido, es necesario destacar que las políticas sociales han adquirido distintas formas a través de la historia, según el modelo adoptado en cada momento (Perdomo, 2009).

Hacia mediados de los años 70', comenzó a desarrollarse en todo el mundo la crisis del Estado de Bienestar. Desde ese entonces, el Estado proteccionista comenzó a sufrir críticas desde diferentes sectores de la política y de la sociedad civil, desde donde se planteaba la ineficiencia del Estado en la provisión de bienes y servicios públicos. El Estado social quedó sujeto al corporativismo, al burocratismo y la ineficiencia (Bresser Pereira, 1998).

En lo que respecta al área de las políticas públicas, el Estado se concentró en la formulación, regulación y control, transfiriendo a la sociedad civil y/o al mercado, las actividades de prestación directa de los servicios públicos.

En este sentido, Huenchuan (1999) sostiene que una política pública es una toma de posición de parte del Estado con respecto a un problema que ha causado interés público y que por tanto, se ha logrado instalar como un asunto destacado en la agenda de gobierno. En el caso de las políticas de vejez, se entenderán como aquellas acciones organizadas por parte del Estado

frente a consecuencias económicas, sociales y culturales del envejecimiento poblacional e individual.

En el año 1991, hubo un cambio paradigmático con respecto a la población adulta mayor, estos son los Principios de las Naciones Unidas. Así mismo, en América Latina, a fines de la década del 80', se incorporaron medidas específicas a favor de las personas mayores. Otro instrumento a destacar, fue la Estrategia Regional de Implementación para América Latina y el Caribe del Plan de Acción Internacional sobre el envejecimiento, el cual fue adoptado por los países miembros de la CEPAL en el año 2003 (Huenchuan, 1999).

De este modo, en palabras de Huenchuan (1999):

(...) la preocupación por la situación de las personas mayores forma parte, por una parte, de un amplio proceso de toma de conciencia a nivel mundial respecto del envejecimiento de las sociedades y de los desafíos económicos, sociales, políticos y culturales que ello conlleva; y por otra, del reconocimiento cada vez más amplio de los derechos como marco normativo que debe orientar el desarrollo (p.53).

Los programas nacionales que se encuentran actualmente en curso, que han sido diseñados exclusivamente para la población adulta mayor, tienen su origen en tres etapas distintas de formación. La primera etapa comienza en el siglo XIX y se extiende hasta los años 80', donde se generaron las políticas básicas de previsión social: las jubilaciones y pensiones. Una segunda época aparece con la recuperación de la democracia, caracterizada por la ampliación de las prestaciones sociales y por la atención que se comenzaba a tener sobre otras necesidades, ligadas específicamente a la problemática de la integración social intra e intergeneracional de la persona mayor. Por último, la tercer etapa en la elaboración de los programas para las personas mayores, fue la incorporación de políticas focalizadas sobre la población dentro de este cohorte poblacional que presenten carencias severas (Tejera, 2009).

Si se toma como referencia los objetivos de la presente monografía, es importante colocar el énfasis en la segunda etapa desarrollada, donde se destaca la importancia que comenzó a adquirir la integración social para las personas mayores.

A partir de los aportes del autor, se plantea que los programas que comenzaron a marcar una mayor integración para la población adulta mayor fueron creados entre el año 1985 y el 2000. Entre ellos se destacan, por un lado, el Turismo Social, como programa dirigido a aspectos de recreación y socialización; programa de financiamiento a ONGs por parte del

Banco de Previsión Social (BPS), para el desarrollo de actividades de las personas mayores con énfasis en el área de la integración social; por otra parte, los programas de utilización de las plazas de deportes y “Abuelo Amigo” marcan el comienzo de políticas que proyecten a las personas mayores mediante actividades de integración con sus pares y con otras generaciones.

Parafraseando a Tejera (2009) el desarrollo de las políticas de integración social para las personas mayores en las dos últimas décadas, acompaña un fenómeno de disgregación familiar que le aporta a las situaciones de soledad y falta de vínculos de las personas mayores, una incidencia más aguda.

El autor sostiene que hay una diferencia entre las clásicas políticas de pasividades y atención de la salud de las personas mayores y las nuevas políticas. Mientras las clásicas implicaban trabajar con las personas en tanto individuos, las nuevas consideraban como objetivos de los programas a las personas en su entorno y sus vínculos de socialización. Estos programas de integración buscan incentivar la creación de grupos, formar vínculos y motivar la intervención de las personas mayores en los espacios públicos.

Para realizar un desarrollo completo de las políticas que se brindan en Uruguay a la población adulta mayor, no alcanza únicamente con describir lo que sucede a nivel de las políticas nacionales, sino que, se debe de complementar con el perfil de las políticas en el ámbito departamental.

La herramienta central de políticas a nivel departamental han sido los hogares de ancianos, pero principalmente los centros diurnos, que también registran un desarrollo dinámico en la recuperación democrática. En el periodo 2005-2009, vuelve a aparecer una fuerte dinámica caracterizada por la gestación de programas específicos de integración social de las personas mayores, con mayor diversidad temática y colocando el énfasis en contenidos recreativos, culturales, deportivos y formación en derechos (Tejera, 2009).

En el ámbito local la encargada de llevar adelante los programas para las personas mayores es la Intendencia de Montevideo, quien ha ido desarrollando algunas acciones orientadas a la población adulta mayor a través de la Secretaría de las Personas Mayores.

La Secretaría de las Personas Mayores se crea en el año 1990, con el objetivo de implementar un conjunto de políticas que se destinen a fomentar y fortalecer la integración de las personas mayores, pudiendo mejorar de esta manera su calidad de vida².

Los cometidos centrales que presenta la secretaría son: por un lado, fomentar la inclusión social de las personas mayores de 60 años, a través del nucleamiento y la socialización, evitando la discriminación y el aislamiento social, siendo estos factores que afectan la calidad de vida de las personas. Por otro lado, la Secretaría de las Personas Mayores busca promover procesos de participación social, en el cual los vecinos y vecinas, personas mayores de Montevideo, se involucren en la toma de decisiones, en la evaluación de acciones que se desarrollen en su beneficio y en la gestión social.

Las líneas programáticas que desarrolla la secretaria son: participación, recreación y arte; educación permanente; construyendo solidaridad intergeneracional; inclusión, nucleamiento y socialización. Es dentro de ésta última línea, donde se encuentra el desarrollo del Programa Centros Diurnos.

Los Centros Diurnos buscan estimular la inclusión social de personas mayores de 60 años en adelante, en situación de vulnerabilidad psicosocial, mediante actividades de corte recreativo, deportivo, artístico y socializador³.

El objetivo general del programa es promover el envejecimiento activo de la población, potenciando el desarrollo de las personas mayores mediante su participación activa, la expresión y el acceso a espacios de socialización, recreativos, culturales y artísticos.

El segundo grupo que se consideró para la presente monografía es el que se lleva adelante en el Complejo Municipal Salud, Cultura y Deporte (SACUDE). El "SACUDE" es un proyecto que tiene como objetivo principal, mejorar la calidad de vida de los vecinos y vecinas del Municipio D, mediante la promoción de su acceso democrático a la cultura, el deporte y la salud⁴.

² Secretaría de las Personas Mayores. Disponible en: <http://www.montevideo.gub.uy/servicios-y-sociedad/personas-mayores/personas-mayores>

³ Programa Centros Diurnos. Disponible en: <http://www.montevideo.gub.uy/servicios-y-sociedad/personas-mayores/adulto-mayor/centros-diurnos-para-personas-mayores>

⁴ Disponible en: www.sacude.org.uy

Se construyó en el año 2010, en el Barrio Municipal, en la zona de Casavalle, en el marco de la regularización de tres asentamientos que estaban presentes en la zona: Barrios Unidos, 3 de Agosto y Curitiba.

La misión institucional que presenta el Complejo Municipal "SACUDE" es:

Promover, desarrollar y articular, desde un proyecto educativo, integral e inclusivo, programas, y actividades disfrutables, que favorezcan el acceso a la salud, la cultura y el deporte, de los hombres y mujeres, de todas las edades, especialmente del Municipio D y la zona "Casavalle" de la ciudad de Montevideo, como medios de transformación individual y colectiva para el desarrollo de la participación comunitaria, la calidad de vida, la promoción de derechos, y la equidad social⁵.

⁵ Disponible en: www.sacude.org.uy

Vejez y Envejecimiento

1.1 ¿Qué es la vejez?

A lo largo de los años, la población de edad avanzada ha ido en constante crecimiento. En Uruguay las personas viven cada vez más años. Los cambios demográficos más significativos en la era contemporánea que han marcado el crecimiento de la población mayor a 65 años de edad, ha sido el descenso que ha venido experimentando la natalidad y al aumento de la esperanza de vida al nacer, que cada vez es más alta en la sociedad uruguaya.

Uruguay inició su proceso de transición demográfica a fines del siglo XIX, culminando a fines del siglo XX. Esto ubica a Uruguay como uno de los países dentro de América Latina con las tasas más bajas del crecimiento poblacional, y por ende, él que tiene la estructura de población más envejecida del continente.

Históricamente, se ha visualizado a la vejez como una etapa de la vida cargada de estereotipos y prejuicios. Esto ha ido cambiando con el transcurso del tiempo, aunque no ha sido aún en su totalidad.

En el lenguaje cotidiano, cuando se habla del envejecimiento de una persona, se suele relacionarlo con una edad avanzada, con un estado físico y una mente deteriorada, y con una pasividad predominante.

La sociedad en la modernidad, sostiene Sánchez (1990), tiende a definir a la vejez en términos de edad cronológica, basados en estadísticas, puesto que la edad de una persona es utilizada para demarcar las diferentes etapas de la vida. En lo que respecta a las sociedades primitivas, la vejez era considerada y determinada por las condiciones físicas y mentales del individuo.

Llegar a la vejez en la sociedad, no responde únicamente a la edad que cada persona tenga, sino que se basa además en el estado de salud que la misma presente y en la mirada que ésta tenga sobre la vida. A nivel de factores biológicos, el envejecimiento de una persona suele relacionarse con un deterioro físico, con la disminución de capacidades, como la visión, la audición y la pérdida de habilidades físicas. En lo que respecta a los factores psicológicos, se suele asociar con el deterioro cognitivo; mientras que los factores sociales en el envejecimiento, están relacionados con el aislamiento social, la soledad, la depresión y el maltrato.

En este sentido, es importante exponer lo que se define como vejez, que en palabras de

Ludi (2005), es considerada, por un lado, como una construcción y configuración sociocultural, y por el otro, la vejez como condición humanada, como proceso de envejecimiento de la vida de una persona, con sus limitaciones y posibilidades de adaptarse de forma activa a los cambios que lo posicionan en una situación diferente.

Es necesario realizar una diferenciación entre vejez y envejecimiento. La vejez es una construcción social y cultural que se da en cada espacio y tiempo, a partir de determinadas condiciones materiales y simbólicas de la vida. Envejecer es considerado un proceso particular y complejo que va comprendiendo factores biológicos, sociales, psicológicos, constituyendo una experiencia concreta que está marcada por las huellas que la trayectoria de vida de la persona van dejando (Ludi, 2005).

El envejecimiento no debe ser únicamente relacionado con el deterioro físico del cuerpo, sino que deben tenerse en cuenta múltiples factores que van influyendo en la vida de la persona. La vejez es una construcción social, puesto que es importante como cada sociedad va construyendo su pensamiento sobre la misma y como se va visualizando a la persona que se encuentra transitando su proceso hacia la etapa de la vejez.

Los tránsitos hacia la vejez que cada individuo realiza según Rossel y Rodríguez (2009), se encuentran marcados por el retiro del mercado de trabajo, el acceso a la jubilación, la llegada de nietos o la viudez, el deterioro físico y la pérdida de autonomía e independencia. En este sentido es esencial poder visualizar a la vejez como una etapa del ciclo de la vida por el cual la mayoría de las personas van a transitar.

1.2 Ser “viejo” en la sociedad

Para poder comprender la realidad y el significado que ha ido adquiriendo la vejez, es importante visualizar el lugar que se le asigna a las personas mayores en una sociedad, la representación que se tiene de ellos, en diferentes tiempos y espacios.

Se considera que la edad cronológica a partir de los sesenta años, marca el inicio de una nueva etapa en la vida de una persona. Esto suele estar asociado en general, al momento de la jubilación como un fenómeno “connatural”. Estos cambios van generando una serie de alteraciones para las personas mayores y para quienes los rodean, puesto que:

(...) la sociedad suele tener una visión estereotipada y negativa de la edad de la vejez y subordina a quienes la experimentan por medio de un conjunto de restricciones para constituirse como sujetos autónomos. Surge así una relación opresiva entre las personas

mayores y la sociedad, que es la misma que viven las mujeres y las personas con discapacidad, aunque basadas en causas diferentes: la anatomía imponiendo el destino en el caso de las primeras, la deficiencia haciendo lo propio con las segundas (Palacios y Bariffi, 2007 en Huenchuan, p.24).

Es de destacar, que el trabajo ha sido visualizado históricamente, como lo que brinda sentido y mantiene ocupadas a las personas en su vida cotidiana. Es a su vez, un espacio en el cual se desarrollan redes sociales que son en su mayoría, las redes más cercanas con las que una persona cuenta. Cuando llega el momento de la jubilación, la persona se encuentra, por un lado, con la pérdida económica que el trabajo le otorgaba y por el otro, con la ausencia de las redes sociales que el mismo le brindaba cotidianamente.

Salvarezza (2002), sostiene que la mayoría de la población de todas las culturas y sociedades le va adjudicando conductas negativas a las personas mayores, de forma muchas veces inconscientes, pero en otras muy conscientes y activas. En la sociedad, existen actitudes de discriminación y segregación hacia la población adulta mayor denominada "viejismo".

El "viejismo" es una actitud incorporada a través de los años y transmitida por la cultura; es una actitud que se da frecuentemente en la sociedad y depende en la mayoría de los casos de las identificaciones que desde la niñez se tiene con las personas mayores. Es además, un prejuicio, una discriminación y un estereotipo hacia la persona mayor que remite al miedo que el resto de la sociedad tiene a envejecer, generando por tanto, un distanciamiento de la población más joven hacia las personas de edad más avanzada (Amico, 2002).

Esta discriminación se basa en la utilización de prejuicios. Es importante destacar que: (...) llegamos a la vejez, sin el conocimiento necesario para asumirla, y de allí la necesidad de luchar contra este imaginario social. Imaginario social concebido como construcción colectiva, más o menos arraigada en vastos sectores sociales, y dentro del cual tienen un lugar preponderante los prejuicios (...) (Ludi, 2005, p. 28).

Se suele considerar a la vejez como sinónimo de institucionalización, aunque cada vez menos. Esta asociación se basa en que las formas más antiguas de atención a las personas mayores ha sido su internación en instituciones como lo son los asilos. Si bien es una práctica corriente del siglo XIX, su inspiración moralizante y segregadora sigue marcando en la actualidad la representación colectiva de la edad avanzada (Guillemard, 1992, en Huenchuan).

1.3 Importancia del ciclo de vida en la vejez

La trayectoria biográfica de la persona mayor se encuentra estructurada a partir de dos elementos que son esenciales en la vida de todo individuo: la desvinculación del mercado laboral y el cambio que la persona asume dentro de la familia y en la sociedad (Dornell, et al, 2015).

Dentro de la misma lógica es importante destacar los aportes de Rodríguez y Rossel (2009), quienes plantean que al diluirse el vínculo directo que el individuo tenía con el mercado de trabajo, se van debilitando en paralelo, las rutinas y las redes sociales generadas por el mismo.

Cuando la persona se jubila comienza a perder la rutina que le otorgaba el trabajo y los vínculos formados en el mismo, generando en la mayoría de las situaciones un aislamiento social.

El tránsito que cada individuo realiza hacia la vejez es esencial para comprender los cambios que cada persona ha experimentado en su ciclo de vida. Desde la perspectiva de ciclo de vida se entiende que el mismo "(...) es un instrumento clave para comprender la continuidad y los cambios en las vidas de las personas a lo largo del tiempo y los contextos sociales en que se produce el tránsito hacia la vejez" (Settersen, 2006, p. 4).

En los países altamente industrializados, en donde gran parte de la población ha podido acceder a un trabajo formal por lo menos en la segunda mitad del siglo XX, culminar la trayectoria laboral y pasar a la jubilación resulta de gran importancia para las transiciones relacionadas a la edad adulta. Por otra parte, en los países de América Latina el envejecimiento resulta relevante por razones entre las que se destacan por un lado, lo limitado del régimen de pensiones para la población trabajadora, la deficiencia del sistema de seguridad social para las personas mayores que de alguna manera sí pueden acceder a servicios de salud y el amplio tema de la pobreza (Elder y Cobb, 1993).

En la sociedad actual, el trabajo y la educación son vistos como principales factores de la integración de un individuo a la sociedad. Cuando la persona se jubila comienza un proceso en el cual ya no cuenta con el estatus que el mercado laboral le otorgaba, así como tampoco la contención que le brindaban las redes sociales generadas en el mismo.

Es importante destacar que el trabajo es el eje central de la vida de toda persona, en tanto, se puede visualizar con más claridad el cambio que genera en la misma la jubilación, impactando tanto en el aspecto económico como en el psicológico y social.

Las transformaciones que se van dando dentro de la familia de cada persona así como las que se van generando en el trabajo, son dos aspectos claves para poder comprender los diferentes procesos de envejecimiento. Cada individuo es único, por ende, el proceso que cada uno realice depende de su historia de vida.

1.4 Envejecimiento

El envejecimiento de la población es considerado uno de los hechos sociales más importantes y con implicaciones de más largo alcance de las sociedades postindustriales desde comienzos del siglo XXI. En la mayoría de los países que se encuentran en vías de la industrialización, se percibe la tendencia del envejecimiento, en donde coinciden tres factores: un crecimiento de la población de más de 65 años, un aumento en las personas ancianas y el aumento de la esperanza de vida al nacer (Kehl y Fernández, 2001).

Es considerado un fenómeno natural que alude a los cambios que ocurren a través del ciclo de la vida y que resultan en diferencias entre las generaciones jóvenes y viejas. Se define como un proceso gradual y natural, de transformaciones a nivel biológico, psicológico y social que van ocurriendo a través del tiempo (Sánchez, 2005).

El envejecimiento es además, un fenómeno global que ha sido resultado de procesos demográficos como el descenso de la mortalidad y el aumento de la esperanza de vida al nacer.

Parafraseando a Mishara y Riedel (1995), cuando se habla de envejecimiento, se alude habitualmente a cambios físicos negativos, como son la pérdida de fuerza, disminución de la coordinación y dominación del cuerpo. Si bien esto sucede en la mayoría de las situaciones de las personas que van envejeciendo, se omiten las diferencias individuales y los factores en que éstos se relacionan, con aquellos que proceden del entorno y medio social.

Es importante tener en cuenta que no todos los individuos envejecen al mismo ritmo y de la misma manera, ni todos los cambios que van ocurriendo en el tránsito hacia la vejez son negativos. Cada situación es particular e individual. El tránsito hacia la vejez que cada persona realice, es único.

La transición según Elder y Cobb en Blanco (2011), hace referencia a cambios de estado, de situación o de posición, que no son necesariamente predeterminados o previsibles, sino que hay algunos cambios que tienen mayores o menores probabilidades de ocurrir. Dentro de estos cambios se destacan por ejemplo, la salida del sistema educativo y la salida del mercado laboral, puesto que prevalece una expectativa en torno a la edad de las personas, variando según los ámbitos, los grupos de diversas culturas o sociedades. Es de destacar, que las transiciones no son fijas y por ende, se pueden presentar en diferentes momentos sin estar predeterminadas, encontrándose siempre dentro de las trayectorias, las cuales le dan forma y sentido.

A lo largo de los años, el tiempo en las sociedades ha estado dividido en periodos socialmente relevantes: las distinciones dependiendo de la edad se van sistematizando y las responsabilidades y los derechos de los individuos se van distribuyendo según la edad social (Neugarten en Ludi, 2012).

La edad social es la edad que la sociedad le va adjudicando a una persona a partir de la mirada de los otros, condicionando la posición disminuida que tienen las personas mayores en las sociedades occidentales, restringiendo de esta manera su autonomía. En este sentido, se va generando un estereotipo hacia las personas de edad avanzada, a partir de una contemplación por parte de la sociedad que los visualiza como personas que presentan un deterioro físico.

Desde la gerontología plantea Sánchez (2005), el envejecimiento se caracteriza por ser biológico, psicológico y social. El envejecimiento biológico alude a los cambios físicos que van reduciendo la eficiencia del sistema de órganos del cuerpo de la persona. Por su parte, el envejecimiento psicológico refiere a los cambios que ocurren en los procesos sensoriales y perceptuales de la persona, como destrezas motoras, funcionamiento mental, personalidad, emociones, motivaciones y los impulsos. Por último, cuando se habla de envejecimiento social se hace referencia a los hábitos sociales y las relaciones en el ámbito social como son la familia, los amigos y las relaciones que se van estableciendo dentro de las organizaciones.

Las personas mayores son catalogadas por numerosos adjetivos adjudicados por la sociedad; no es normal que todos los adjetivos comienzan con "in", aludiendo a una carencia. Retomando a Améry (2012), estas carencias aluden a la persona mayor como incapaz, inepta, indeseable, inhábil. Considerando que todos los adjetivos comienzan con "in", se entiende como un destructivo, como expresión de una negación que surge de causas emocionales del individuo que son muy profundas, entendidas por parte de la sociedad como la aniquilación de la persona que está envejeciendo.

En referencia a los aspectos que intervienen en la mirada negativa que algunas personas en la sociedad tienen acerca de la vejez, Texler en Huenchuan (1980) considera que hay cuatro factores que intervienen en las conductas y actitudes negativas hacia las personas mayores en la sociedad. Estos son: el miedo a la muerte, la importancia que se le adjudica a la juventud como ideal, la productividad medida en términos de potencial económico y el imaginario de que la mayoría de las personas mayores se encuentran institucionalizadas.

El principal temor de la vejez para la sociedad, es la muerte. En este sentido, aparece el "viejismo" como un reflejo de un profundo malestar de las generaciones jóvenes y adultas, hacia la impotencia e inutilidad de la vida que representa la vejez en el imaginario social. Esto es expresado en un rechazo personal hacia las personas mayores (Butler y Lewis, 1977). Por su parte, el énfasis que socialmente se le adjudica a un ideal joven constituye un rasgo sobrestimado en la sociedad; ocurre lo mismo con la preponderancia de los proyectos personales, asociados al poder y al éxito. Las personas mayores cuando llegan a la vejez, pierden ambos atributos, por lo cual constituirán una carga para la sociedad (Butler, 1969).

Por último, la vejez comienza a hacer sinónimo de institucionalización. En palabras de Guillemard (1992), estas asociaciones se relacionan en la forma más antigua que existía de atención a las personas mayores, la internación en asilos. Es una práctica corriente del siglo XIX, que sigue marcando de forma moralizante y segregadora, a la representación colectiva de la edad avanzada.

Durante el transcurso que la persona hace en la vejez, se van produciendo cambios que son independientes de las condiciones físicas. Estos cambios son determinados por el entorno social y cultural en el cual está inmersa la persona. Es la edad de una persona mayor, quien determina un nuevo estrato social y es la sociedad, quien le asigna a la persona una posición en la misma.

En tanto, la determinación histórico-social de la vejez se expresa no solo en la personalidad de cada ser humano a nivel individual, sino que además en el plano social, donde la sociedad es quien le atribuye a la persona particularidades específicas en sus representaciones y le brinda o le niega espacios sociales (Sánchez, 2000, p.37).

Estrategias de atención a la vejez a partir del Estado y de la sociedad civil

2.1 Envejecer en Uruguay

El envejecimiento poblacional es una temática muy instalada en el país. Uruguay se caracterizó por experimentar una temprana transición demográfica caracterizada por tasas de fecundidad que se situaban en alrededor de tres hijos por mujer a mediados del siglo XX, y una esperanza de vida alta a finales del siglo XIX, combinado con el efecto que generó la emigración del país en la época de la dictadura militar (1973-1985) y la crisis económica que sufrió Uruguay en el año 2002.

Según los datos otorgados por la CEPAL (2017), la tasa global de fecundidad en Uruguay correspondiente al período 2015-2020, es de alrededor de 1,98 hijos por mujer, inferior al nivel de reemplazo. Por su parte, la esperanza de vida al nacer fue de 77 años en el período 2010-2015.

El descenso notorio que ha experimentado la tasa de fecundidad y de mortalidad ha generado que el crecimiento poblacional del país se enlenteciera y que la estructura por edad se envejeciera cada vez más.

El aumento progresivo que han tenido las personas mayores en Uruguay ha requerido de una atención más integral y focalizada por parte del Estado, a partir de la implementación de políticas públicas enfocadas a la atención de la vejez.

A partir del Censo realizado en Uruguay en el año 2011, puede apreciarse que el 14% de las personas tienen más de 64 años de edad, superando más de 500 personas los 100 años, determinando de esta manera la estructura poblacional envejecida que presenta el país.

Es importante destacar, que si bien Uruguay es el país que tiene la población más envejecida de la región, las políticas sociales vinculadas a este grupo poblacional son escasas y sectoriales. No existe una política nacional que organice las acciones que van surgiendo desde el Estado en sus distintos ámbitos (Huenchuan y Paredes, 2006).

En América Latina, según los datos otorgados por la CEPAL (2002) la situación de las personas mayores es considerada heterogénea, aunque en general, se encuentra muy lejos de poder disfrutar de una calidad de vida acorde a las necesidades de ingresos económicos, salud, autonomía e integración intergeneracional. Como forma de contraponer esta situación, las

personas mayores contribuyen con sus familias y con la comunidad, desde el tiempo dedicado al cuidado de los niños hasta convertirse en la fuente permanente de ingresos del hogar del cual forman parte.

Las personas mayores en Uruguay, han comenzado con el transcurso de los años a ser reconocidos como sujetos que tienen la capacidad de contribuir a la sociedad, dejando de ser visualizados como una carga para las familias y el Estado. Este proceso de reconocimiento es lento y requiere de un avance mayor por parte de la sociedad civil y del Estado, por lo que debe comenzar a traducirse en acciones concretas que disminuyan las brechas entre las personas mayores y el resto de la sociedad, en oportunidades, capacidades y derechos.

En este sentido, el Estado debe tener la capacidad de:

(...) asumir una gestión estratégica, con una mirada del desarrollo a largo plazo. Tiene que incrementar la participación de los sectores excluidos y vulnerables en los beneficios económicos, desarrollar políticas públicas que suministren bienes y provean una apropiada y amplia protección social y, sobre todo, revertir la fuerza inercial de la desigualdad que se reproduce en el seno de los mercados y las familias (Huenchuan, 2012, p.13).

2.2 Atención a nivel estatal

La trayectoria de las políticas sociales en Uruguay en el campo de la vejez y el envejecimiento, ha estado ligada a aspectos de la relación establecida entre el envejecimiento y la protección social. La atención que se les brinda a las personas mayores en Uruguay a nivel de salud y de integración social, se da a nivel del Estado y de la sociedad civil.

Al hacer referencia a las políticas públicas enfocadas a la vejez en nuestro país, es importante considerar tres etapas que destaca Tejeras en Paredes (2009): en primer lugar, una primer etapa que se ubica a comienzos del siglo XIX y que culmina con la finalización de la dictadura en nuestro país, la cual se inicia con las políticas tradicionales en previsión social a la vejez, terminando de consolidarse de esta manera, la base del modelo de protección social del Uruguay. Esta etapa se caracteriza por el incremento de las políticas universales como la jubilación y la pensión a la vejez.

La segunda etapa se desarrolla entre la segunda mitad de la década del 80' y finaliza aproximadamente en la primera mitad de la década de los 90'; se encuentra caracterizada por la ampliación de prestaciones sociales dirigidas a la vejez. Se destacan como innovaciones los

programas de vivienda para pasivos y turismo social. Es importante destacar que en esta etapa de política pública la población beneficiaria eran las personas que se encontraban integradas al mercado de trabajo formal.

Por último, la tercera etapa tiene sus inicios en el segundo gobierno de Sanguinetti (1995) hasta la actualidad. Se busca políticas de inclusión focalizadas y ya no universales, que se focalicen en las personas adultas mayores que se encuentran en situaciones de vulnerabilidad (Tejeras, 2009; en Paredes et. Al. p.74).

Cabe destacar, que ésta última etapa se caracterizó por la dimensión que alcanzó la participación social. Particularmente desde la asunción de la izquierda al gobierno, se ha ido pasando de un modelo corporativo de producción de política a un gobierno que tiende a legitimar sus acciones de forma democrática, atribuyendo gran importancia a la participación ciudadana, diversificando la participación en las instancias de consulta, diseño y evaluación de las políticas públicas (MIDES, 2014).

Las organizaciones sociales por su parte, han diversificado la agenda de temas sobre los cuales pretenden incidir y en las situaciones particulares, procurando una mayor fuerza de alianzas intergeneracionales. Desde este movimiento puede entenderse la necesidad de la creación en el año 2009 de una Red Nacional de Organizaciones de Adultos Mayores (REDAM), que tuviese como cometido la unión de organizaciones diversas para potenciarse desde la diferencia, intercambiar información y poder acercar de forma conjunta, sus consideraciones al Estado (MIDES, 2014).

Las políticas enfocadas hacia la vejez en Uruguay pueden clasificarse de la siguiente manera: como políticas orientadas a la pobreza y a la vulnerabilidad, donde se destacan las prestaciones monetarias, las pensiones y las jubilaciones, como políticas implementadas por el Banco de Previsión Social, el Ministerio de Desarrollo Social y el Ministerio de Salud Pública; las políticas orientadas a la integración social, las cuales tienen como objetivo principal la inserción social de las personas mayores que han ido perdiendo su autonomía. Las acciones implementadas como ayuda para esta situación son aquellas que intervienen en las actividades de la vida cotidiana de la persona mayor, como alternativa a la institucionalización. Por otro lado, están las políticas enfocadas a la afirmación de los derechos, como políticas implementadas para reconocer a las personas mayores como sujetos de derechos. Esto puede ser relacionado con la creación del Instituto del Adulto Mayor (Inmayores) por parte del Ministerio de Desarrollo Social en el año 2012 (Huenchuan, 1999).

Inmayores ha sido uno de los institutos que ha centralizado su atención en las personas mayores en Uruguay. Este ha tenido como principal cometido la implementación del Plan Nacional de Vejez, desde el cual se busca que se tengan en cuenta las demandas, las políticas y los derechos de las personas mayores.

En el año 2012 se crea en Uruguay, en el segundo gobierno del Frente Amplio (2010-2014) el Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez, el cual plantea los lineamientos de las diversas acciones del Estado dirigidas a todas las personas adultas mayores del país. El Plan busca en este sentido, "(...) transformar y revertir, en el mediano y corto plazo, situaciones de vulneración de derechos al sistematizar una respuesta coordinada ante los problemas más inmediatos" (Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez, 2012, p.14).

El Segundo Plan de Envejecimiento y Vejez comienza a implementarse en el año 2016 estableciendo los lineamientos que articulan las acciones por parte del Estado, dirigidas a promover y proteger el ejercicio de derechos de todas las personas mayores. Su cometido principal es diseñar el curso de la interacción de las políticas públicas que abordan la temática de la vejez y del envejecimiento para los próximos años. Es importante destacar, la importancia que adquirió la sociedad civil en el proceso de la elaboración del Plan, el cual tuvo sus inicios partir de una consulta con la misma representada por la REDAM (Segundo Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez, 2016, p.8).

Dentro del Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez se visualiza al Sistema Integrado de Protección Social, el cual busca promover la integración de los ciudadanos a la sociedad, a través del acceso a bienes y servicios. Cuando se alude a la mejora de los servicios a los cuales acceden las personas mayores en Uruguay, se identifican varias necesidades. Es necesario en este sentido, destacar la importancia que tiene la sociedad civil al momento de identificar necesidades que ayuden a mejorar la calidad de vida de las personas. En este proceso se apuesta a que las personas mayores fortalezcan su integración social contribuyendo al ejercicio de ciudadanía.

2.3 Políticas públicas de atención a la vejez desde el primer gobierno del Frente Amplio hasta la actualidad

Durante el primer gobierno del Frente Amplio (2005-2010) las instituciones que se implicaron en las políticas públicas de vejez fueron el Banco de Previsión Social (BPS).

Ministerio de Desarrollo Social (MIDES), el Ministerio de Salud Pública (MSP) y la Intendencia de Montevideo (IM).

El Banco de Previsión Social existe en Uruguay desde el año 1967 y es considerado la institución más importante en términos de cobertura social.

Huenchuan y Paredes (2006) plantean que el Banco de Previsión Social es el organismo del estado que se encarga de coordinar, planificar y administrar la seguridad social del país. Se vincula con los trabajadores activos y las empresas a través de los beneficios que otorga.

Las principales líneas de acción que presenta el BPS son:

Sensibilizar a la población, con relación a la problemática de la vejez, procurar la integración social y rehabilitación de las personas mayores y personas con discapacidad. Promover el voluntariado a nivel nacional, fortalecer la sociedad civil organizada, potenciar la autogestión de las instituciones privadas sin fines de lucro (BPS, 2007).

Cabe destacar, como menciona Paredes (2013), que dentro de la gerencia de las prestaciones sociales brindadas por el BPS funcionan programas enfocados en mejorar la calidad de vida de las personas mayores; como soluciones habitacionales, relaciones intergeneracionales, atención para adultos mayores en situación de calle, turismo social, entre otras.

Ministerio de Salud Pública

A partir del gobierno del Frente Amplio se realizó en materia de salud una reforma del Sistema Nacional Integrado de Salud (SNIS), el cual comenzó a ejecutarse en el primer gobierno y terminó de consolidarse en el segundo gobierno de izquierda. Es importante destacar, que las políticas de salud en Uruguay no se encuentran enfocadas necesariamente en edades específicas, sino que se adaptan a las distintas poblaciones (Paredes, et.al, 2013, p.80).

El Ministerio de Salud Pública constituye el organismo estatal que ha desarrollado en el ámbito nacional, programas para personas mayores, en particular en el área de salud. El sistema de salud uruguayo está conformado por dos subsistemas: privado y público.

Uno de los puntos importantes a considerar cuando se hace alusión a las políticas de salud en nuestro país es la temática de los residenciales para las personas mayores. Con respecto a este tema, Paredes, et al (2013) destacan que se deben de obtener mayores recursos en el interior del país para poder realizar la totalidad de las inspecciones adecuadas. Es importante

visualizar que la centralidad que adquiere el tema de los residenciales para personas mayores en Uruguay responde a la falta de alternativas que hay paralelas a la institucionalización de la persona mayor.

Ministerio de Desarrollo Social

En el último periodo de gobierno del Frente Amplio (2005-2009) se crea el Ministerio de Desarrollo Social (MIDES), con el objetivo de realizar una atención de toda la temática social del país. El MIDES tiene a cargo la formulación y ejecución de políticas y planes sociales a nivel de grupos de población específica como mujer, adultos mayores, juventud y discapacidad, así como en temáticas de alimentación, salud, vivienda y trabajo (Paredes, 2015, p.85).

El Ministerio de Desarrollo Social tiene como objetivo principal:

(...) generar mecanismos para la protección de derechos de toda la población, trabajando en la importancia que tienen todas las personas para el desarrollo económico, social y cultural de nuestra sociedad, donde las personas mayores son parte sustantiva en la búsqueda del bienestar social y el acceso a bienes y servicios. La consecución de la igualdad en todas las edades es un aspecto clave del quehacer de las instituciones, para que la protección de los derechos sea realmente efectiva y duradera (MIDES, 2015).

Para atender las situaciones de dependencia que se generan en la vejez, dentro de las políticas sociales surgió a partir del gobierno del Frente Amplio el Sistema Nacional de Cuidados. Los cuidados en Uruguay, han sido incorporados como una dimensión prioritaria en la agenda del gobierno desde el año 2010.

En el año 2015 y con la asunción del tercer gobierno del Frente Amplio, comienza a instalarse en Uruguay el Sistema Nacional Integrado de Cuidados.

El Sistema de Cuidados es definido por ley como:

(...) el conjunto de acciones públicas y privadas que brindan atención directa a las actividades y necesidades básicas de la vida diaria de las personas que se encuentran en situación de dependencia. Comprende un conjunto articulado de nuevas prestaciones, coordinación, consolidación y expansión de servicios existentes, como asimismo la regulación de las personas que cumplen servicios de cuidados (Acosta; Picasso y Perrotta, 2018, p.161).



En Uruguay, un 11,5% de las personas mayores de 65 años, se encuentran en situación de dependencia y del total de las personas mayores, un 3,2% se encuentra en situación de dependencia severa. Estos niveles de dependencia y dependencia severa se incrementan con la edad, alcanzando niveles del 17% y 4,6% entre los mayores de 75 años (Plan Nacional de Cuidados, 2015).

Por cuidado se entiende, una “(...) función social, un bien público, y un derecho básico sin el cual no es posible concebir la existencia y la reproducción de la sociedad (...)” (Rico y Robles en Acosta; Picasso y Perrotta, 2018, p.34), diferenciando y visibilizando las relaciones entre el proceso de envejecimiento y la etapa de la vida, la vejez, y asumiendo la heterogeneidad de ambos (Acosta; Picasso y Perrotta, 2018).

Esta noción más amplia del cuidado, se considera que se ha podido avanzar en el concepto de dependencia como una situación individualizada, basada en un supuesto de normalidad que establece la desviación, desde el cual se determina quienes no disfrutan de una salud o un cuerpo normales.

Las tareas de cuidado no siempre son distribuidas de forma igualitaria entre hombres y mujeres, y entre generaciones. La vejez y las condiciones en las cuales se asegura el cuidado en esta etapa de la vida,

(...) se ve afectada por múltiples formas de desigualdad y exclusión. A pesar de que los indicadores de mayor esperanza de vida pueden señalarse como logros de un mayor bienestar, existen evidencias de que una parte significativa de las personas mayores carecería de las oportunidades efectivas para disfrutar de una vejez digna, lo que se debe no solo a que las inequidades sociales aumentan con la edad (...), sino también a las dificultades de la política pública para anticipar y planificar los problemas derivados del aumento significativo de la demanda y las múltiples presiones ejercidas sobre la familia y, en particular, sobre las mujeres (Acosta; Picasso y Perrotta, 2018, p.35).

Vida cotidiana, participación e integración en la vejez

3.1 Ser activo en la vejez

Históricamente, se ha tendido a vincular a las personas mayores con un rol pasivo que van adquiriendo en su vida cotidiana, como individuos que no participan activamente de la sociedad. Esto responde a la fuerte estigmatización que como se mencionó anteriormente, se le va adjudicando a la vejez, a través de mitos y prejuicios sociales que brindan una imagen de personas sin capacidades.

La perspectiva del envejecimiento saludable y envejecimiento activo desarrollado en la década del 90' por la Organización Mundial de la Salud (OMS), constituye parámetros que son importantes para referenciar políticas, programas y prácticas (Ludi, 2013).

El envejecimiento saludable implica un cuidado y una atención permanente de la salud y el sostenimiento de la capacidad funcional de las personas mayores. Sus objetivos principales son lograr una mayor esperanza de vida con adaptación adecuada a los cambios, inherentes al envejecer, proponer acciones que comprendan las dimensiones biológicas, sociales y psicoafectivas del envejecimiento (Ludi, 2013, p.5).

El envejecimiento activo por su parte, es un concepto más abarcativo que no se centra únicamente en aspectos relacionados a la salud. Entre sus premisas comprende "(...) la optimización de las oportunidades de bienestar físico, social y mental; de participación y seguridad; con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y mejorar la calidad de vida" (Ludi, 2013, p.5).

Parafraseando a Ludi (2013), los objetivos de lograr una mayor autonomía e independencia de las personas mayores a partir del envejecimiento activo, hace hincapié en generar condiciones para poder controlar, afrontar y tomar decisiones acerca de cómo vivir de acuerdo a normas y preferencias, contribuyendo de esta manera, en la participación continua de las personas mayores en espacios y temas sociales, económicos, culturales y cívicos.

Ser activo en la vejez sostiene Sánchez (2000), ha sido cuestionado fuertemente por la sociedad. Permanecer eternamente joven, ha sido siempre inherente al ser humano en todas las culturas y épocas. Envejecer es un miedo que se encuentra presente en las sociedades, puesto que la mayoría de las personas asocian a la vejez con la muerte; llegar a la vejez significa para muchas sociedades tener una posición social devaluada (p.40).

Por tanto, se considera que:

(...) la vejez se configura como una construcción socio-cultural, sobre determinada por dimensiones contextuales socio-económico-político-culturales que atraviesan la vida cotidiana; de allí que el envejecer sea un proceso particular y complejo, que comprende diferentes aspectos: físico-biológico-psicológico-social y emocional, constituyéndose en una experiencia única con relación estos aspectos y dimensiones (Ludi, 2012, p.28).

En este sentido, siguiendo a Oddone (1995) y Yuni (2000), la vejez se va construyendo socialmente y se va manifestando en la actitud y la voluntad de las personas mayores para integrar espacios sociales que les otorguen nuevos sentidos a la etapa de la vida que se encuentran transitando.

Los espacios sociales comienzan a ser visualizados como aspectos centrales para que la persona mayor pueda llevar una vida cotidiana activa, desarrollar sus capacidades, exponer pensamiento e ideas, y relacionarse activamente con sus pares.

Las organizaciones y asociaciones destinadas a la atención de las personas mayores, tanto en Uruguay, como en el resto de los países de América Latina, han ido en constante crecimiento, en respuesta a los cambios demográficos experimentados por la región.

Según Gascón y Browne (2008), el alargamiento de la esperanza de vida de una persona se va convirtiendo en rutinas que van perdiendo sentido creativo, puesto que las personas mayores eran generaciones que eran educadas para integrar el mercado de trabajo y la reproducción doméstica. Cuando el individuo pierde el trabajo como lugar que otorgaba sentido a su vida se encuentra en una situación de no saber qué hacer y de pérdida de sentido.

Es por tanto, que como respuesta a esta realidad social:

(...) desde organismos públicos, instituciones confesionales y organizaciones de la sociedad civil se promovieron diversas modalidades de participación y organización entre pares, tendientes a la integración sociales, la prestación de servicios comunitarios, y fundamentalmente la ocupación del tiempo libre (Gascón y Browne, 2008, p.89).

En la actualidad, las personas mayores según Huenchuan (2012) se están transformando en actores significativos, dejando poco a poco, la pasividad tradicional que caracterizo siempre a la vejez. La soledad que genera para las personas mayores producto de la falta de compañía familiar o de pares, deriva de las demandas de un mundo globalizado que es cada vez menos solidario.

Es de destacar, que han sido pocas las personas mayores que fueron relacionándose activamente con sus pares y construyendo nuevos espacios de socialización. En cambio, son muchas las que no han logrado aceptar la etapa de la vejez, que han elegido apartarse al sentir que ya no son tan útiles como antes.

A partir de las entrevistas realizadas para la presente monografía, surgieron aportes que enriquecen la temática seleccionada. Al indagar sobre la importancia que tienen los vínculos que se generan en el grupo de personas mayores del Complejo "SACUDE", una de las entrevistadas sostiene que estos vínculos son *"Importantísimos para el desarrollo de la persona, porque eso implica de que estas con tus pares, entonces como que el lenguaje es el mismo, aunque hay diferencias, las diferencias existen, porque no somos todos iguales. Eh, y hay que saber manejar las diferencias, porque a veces las diferencias hay que saberlas manejar, no somos todos iguales. Eh, por suerte también, sino sería aburrido ¿no? Si todos dijéramos vamos para allá y todos vamos, este, sería aburrido. Esta bueno que hayan diferencias. Entonces la diferencias hacen que, eh. Pero uno, que pasa, uno tiene como un espacio propio. Propio para la edad eh, para ciertas cosas (...)"* (1, ♀, 73, CMS).

Cada persona enfrentara la etapa de la vejez de manera diferente en función de su personalidad. Algunos la aceptarán de forma pasiva y dependiente, mientras que otros optarán por transitarla a través de actividades y de la participación social, de la incorporación activa a la vida familiar y comunitaria, con el objetivo de mantener una alta independencia en la vida (Sánchez, 2000).

Vivir la vejez de forma activa puede darse.

(...) siempre y cuando se haya aprendido a envejecer desde la adultez temprana, y siempre que el medio social propicie esa forma de vivir, sin aislar a la persona anciana ni exigirle lo que es incapaz de llevar a cabo o imponerle comportamientos preestablecidos al margen de sus necesidades e intereses individuales (Durán y Chávez, 1997 en Sánchez 2000, p.41).

3.2 Redes sociales y participación en la etapa de la vejez

Durante la vida de todo individuo, las redes sociales con las cuales cuenta en su vida cotidiana, cumplen un rol fundamental.

La red social es un proceso que se encuentra en una construcción permanente de forma singular y colectiva que se va desarrollando en múltiples espacios (Gascón y Browne, 2008).

El término red social implica un proceso de construcción permanente individual y colectivo. Se caracteriza por ser un sistema abierto, multicéntrico y autoorganizado, donde a través de un intercambio de carácter dinámico entre los integrantes de dos o más colectivos,

(...) posibilita la potencialización de los recursos que poseen y la creación de alternativas novedosas para la resolución de problemas o la satisfacción de necesidades. Cada miembro del colectivo se enriquece a través de las múltiples relaciones que cada uno de los otros desarrolla, optimizando los aprendizajes al ser éstos socialmente compartidos (Dabas, 1998, p.5).

Parafraseando a Dabas (1998), la red social presenta dos características centrales: la primera alude a ser un sistema abierto, lo cual implica que admite ingreso y egreso de las singularidades que lo componen. También da lugar a la posibilidad de cambios en las funciones que estas desempeñan. La segunda característica refiere a la multacentralidad de la red, donde no todo debe converger a partir de un centro único; la red debe apelar siempre a la reciprocidad.

Las redes sociales son definidas como:

(...) entidades relacionales complejas de carácter colectivo, que tienen atributos morfológicos e interactivos que le son propios y como fin, la satisfacción de las necesidades afectivas, informativas y materiales de los miembros que la integran. Estos atributos diferenciados en estructurales, funcionales y relacionales, presentan variaciones de calidad y cantidad; evolucionan en el tiempo y en el espacio (Chadi, 2000, p.190).

La presencia de redes sociales en la vida cotidiana de una persona mayor, es esencial para prevenir situaciones de aislamiento social, de soledad, depresiones y posibles suicidios. Suele darse de forma reiterativa, que cuando una persona llega a la etapa de la vejez, ésta se encuentra muchas veces marcada por pérdidas conyugales. Cuando la persona mayor transita por la viudez, comienza a experimentar en primera instancia, la soledad. Es importante en este sentido, que la persona pueda mantener un contacto y un relacionamiento cercano con los vínculos familiares. En el caso de no tener presente éste vínculo, la integración a espacios sociales puede beneficiar a combatir la soledad y transitar el envejecimiento en conjunto y de forma positiva.

Siguiendo esta lógica y tomando como referencia los aportes de una de las entrevistadas, ante la pregunta ¿Cómo era su vida cotidiana antes de ingresar al "SACUDE"? la entrevistada

sostiene que si “(...) quieren que me muera, me esconden la llave. Me cierran con llave y no me dejan salir. Entonces yo ahí me muero, porque tengo que vivir mirando novelas que vivo la vida de los demás y no vivo mi vida, sino la que me están viendo de la vida de los demás, tomando mate y esperando con el reloj a la hora de la pastilla (...)” (1. 73 años. ♀. CS). Otra entrevistada enunció que su vida cotidiana antes de integrarse al grupo “(...) era muy fea, porque me sentía muy sola, muy angustiada, muy... este, aun teniendo a mi hijo, pero igual me sentía sola” (1. 62 años. ♀. CMS).

En este marco, Ludi (2012) plantea nombrar a los espacios sociales en los cuales participan las personas mayores, como espacios socio-educativos-culturales, puesto que se configuran en espacios que son “con y de los viejos”, en los cuales se puede ir trabajando el proceso de envejecimiento en la cotidianidad de forma singular y grupal. En estos espacios sociales va cobrando gran relevancia la idea de “envejecer junto a otros”, espacios como la posibilidad de que el individuo pueda envejecer de otro modo.

En este sentido Huenchuan (2012) dirá que:

Participar implica involucrarse de manera activa y consciente con la eliminación de los obstáculos para obtener la igualdad real para todas las personas, y hacerse cargo del desafío que supone el proceso de envejecimiento en términos sociales y la vejez en una dimensión personal. Esta tarea demanda voluntades institucionales, personales y profesionales, supone romper esquemas tradicionalmente asistencialistas e invocar los derechos humanos, ejercidos plenamente por sus titulares (p.384).

3.3 Importancia del grupo en la vida cotidiana de la persona mayor

Desde esta perspectiva es importante plantear qué son los grupos y la importancia que estos tienen en la vida cotidiana de las personas mayores.

En lo que respecta a la vida cotidiana, ésta es considerada la vida de todo hombre, en donde cada cuál la vive a su manera y sin excepciones, en cualquiera sea el lugar físico e intelectual asignado por la división social del trabajo. Ningún hombre logra identificarse con su actividad humano-específica hasta poder desprenderse en su totalidad de la cotidianidad (Heller, 1970).

Socialmente se tiende a relacionar a lo cotidiano con lo natural, con aquello que se encuentra ajeno a la voluntad y a las acciones del hombre. Sin embargo, no se puede considerar que la vida cotidiana remite exclusivamente a lo que el hombre realiza “todos los días”, a lo

rutinario; es precisamente en ella donde se visualiza lo diverso, el azar, el movimiento, la incertidumbre. Es en la vida cotidiana, donde el hombre va reproduciéndose a sí mismo, generando y desarrollando diferentes espacios y acciones. Es además, donde comienza a surgir la integración con otros pares que van formando parte de la vida.

A partir de las entrevistas realizadas, se identificó que lo rutinario para las personas mayores del sexo femenino, se correspondía sólo a realizar las tareas del hogar y compartir el día a día con sus esposos. En este sentido, una de las entrevistadas expresa que: *“Mi vida cotidiana era haciendo las cosas de la casa y cuidando a mis nietos. Y seguía como ama de casa. Ahora no hago nada”* (5, ♀, 82 años, CD) De esta manera, la entrevistada manifestó que el ingreso al grupo de personas mayores hizo que saliera de su rutina, la cual se remitía exclusivamente a la realización de las tareas de la casa. Tal así, que en la actualidad su prioridad es asistir al grupo todos los días, sin mostrar preocupación por perder su rutina anterior.

La relación que se establece entre la viudez y la integración a los grupos por parte de la persona mayor, se encuentra presente en otro de los relatos obtenidos. *“Pero yo cuando empecé la iglesia acá, que fue cuando quedé viuda, empecé la iglesia fijo ¿viste? Porque antes iba cada poco pero porque mi marido no iba mucho, pero después que falleció el, me dedique a los dos lados y este, nunca más deje ¿viste? Tanto un lado como el otro”* (6, ♀, 84 años, CD).

La rutina que llevan adelante las personas mayores suele ser muy respetable por estos, por lo cual dejar en el día sus hogares no les resulta fácil a todos/as. *“(...) al principio me costó dejar la casa, apartarme de mi hogar, pero ahora estoy mirando la hora para poder venir porque me encanta, me siento bien, me siento acompañada, me siento feliz, me río y canto, que antes no lo hacía. Y fue completamente distinta mi vida (...)”* (5, ♀, 82 años, CD).

En la vida cotidiana de las personas comienzan a aparecer los grupos, como espacios de socialización, donde va cobrando gran relevancia el ambiente emocional que contribuya al aprendizaje y a la construcción de subjetividades. Las personas mayores visualizan a los grupos como un potencial que los ayuda a transcurrir sus procesos individuales de vida, destacando la transformación de la subjetividad que el grupo le otorga a cada individuo, puesto que los grupos otorgan apoyo y compañía que les permite a los mayores tener significados distintos a su vida cotidiana (Ludi, 2012).

El grupo cumple determinadas funciones que son esenciales para la vida de las personas mayores. El apoyo y el sostén emocional, son dos aspectos que en la etapa de la vejez deben estar muy presentes para prevenir y/o evitar, situaciones de soledad y de aislamiento social.

Éstos últimos, son aspectos que se encuentran muy presentes en la vida cotidiana de las personas mayores.

En este sentido, parafraseando a Ludi (2012), los grupos cumplen su función de apoyo no sólo cuando el miembro de éste atraviesa o debe enfrentarse a situaciones dolorosas, sino que él grupo permite también, que se puedan integrar personas que se encuentran viviendo situaciones de depresión, soledad y aislamiento.

Destacando la importancia del grupo, una de las entrevistadas expresa que éste aportó *“Mucho. Porque yo cuando falleció mi esposo, me sentí muy sola a pesar de tener mis hijos. Que pasa, en mi caso, yo no quería que mis hijos me sintieran llorar ni me vieran llorar, entonces acá en el grupo, a veces yo estaba triste, se me caían las lágrimas y me decían: “Bueno, a todas nos pasa lo mismo”. Te reanimaba un poco, saber que no solamente estas sufriendo vos, los demás también por las pérdidas, no, de la pareja. Pero este, nunca quería amargar a mis hijos, que me vieran triste (...)”* (4, 85 años, ♀, CD).

3.4 El grupo como factor de protección

Los factores de protección con los que una persona cuenta son aquellas “reservas” que se le otorgan para que pueda afrontar las diversas situaciones que se le van presentando en la vida. Estas “reservas” evitan o minimizan cualquier peligro al que el sujeto pueda estar expuesto, facilitando el abordaje de esa situación (Huenchuan, 2012).

Los factores de protección según la autora, pueden surgir en algunas situaciones, de las distintas acciones que se refieren al recorrido propio de la vida de una persona y en otras, se vinculan con los servicios que se les brindan y que reciben de las propias estructuras sociales en las que cada persona está inserta.

En lo que respecta a la persona mayor, es importante tener en cuenta y analizar el tipo de reservas con las que cuentan en esa etapa de la vida, tanto en cantidad como en calidad. Cuando las reservas de una persona mayor son escasas, es necesario implementar acciones que las solidifiquen para evitar situaciones de aislamiento y de maltrato. Es por ello, que las reservas son importantes para generar recursos que fortalezcan la autoestima individual y social de la persona.

Huenchuan (2012) considera que la principal forma de reserva para evitar el riesgo de la soledad de la persona mayor es la afectiva. Es sabido que los lazos afectivos se van

construyendo a lo largo de la vida, pero es esencial tener en cuenta que las comunidades y los Estados pueden y deben facilitar los entornos afectivos.

Los vínculos que una persona va estableciendo en un grupo son, sin duda, los lazos afectivos con los cuales la persona mayor cuenta en su vida cotidiana. Una de las entrevistadas que ya no concurre al grupo describió a esos vínculos como únicos y especiales. *"(...) muy lindo. Amigas para siempre digamos. Aunque no nos juntemos continuamente y todo, pero siempre estamos este, cerca, o nos saludamos, nos vemos. Si puedo concurrir a alguna cosa, a un festival o algo voy: ¿viste? Estoy siempre en contacto"* (3, 80 años, ♀, CMS)

En la etapa de la vejez, la soledad es el riesgo más importante por el que puede transitar una persona mayor. Cuando ésta vive en un entorno que es contenedor, se siente fuerte, lo cual no ocurre con quien se encuentra aislado socialmente. Es en este sentido en el que se hace necesario que se promuevan acciones que consideren fortalecer los lazos familiares y las relaciones vinculares.

Al hacer referencia a la importancia que tiene para la vida cotidiana de las personas mayores asistir al espacio "SACUDE" e integrarse al grupo, una de las entrevistadas manifiesta que el grupo *"(...) Aportó de la mejor manera. Eh, pienso que si yo no hiciera todo lo que hago, no estaría como estoy, porque por suerte el "alebán" no me ha llegado, por suerte puedo superar una cantidad de cosas como tenemos todos, mochilas que arrastramos o mochilas que en momentos, la vida no es fácil para nadie (...)"* A pesar de que las personas no encuentran siempre su bienestar en la vida diaria, tratan de sobrellevar las situaciones que se les presentan de la mejor manera. Para esto, expresan que el grupo es un espacio donde encuentran la salida para sus problemas. *"(...) siempre es bueno porque venís, venís y es como que te despejas, como cuando vas al psicólogo. Cuando volves, ya volves con la cabeza distinta, porque fuiste al psicólogo. Hiciste otras cosas totalmente distinto a lo rutinario. Si te quedas en tu casa, ¿sonaste!"* (1, 75 años, ♀, CMS).

En otra de las entrevistas realizadas se expresó que el grupo *"(...) aportó muchísimo. Aportó un cambio, un reconocerse a mí misma ¿no?, a liberarme de mí misma. De hacer cosas que nunca las hice ¿te das cuenta? Porque hacer teatro o ir a cantar a un coro era cuando íbamos a la escuela (...)"* (3, 80 años, ♀, CMS). De esta forma, se visualiza como algunas de las personas mayores se muestran sorprendidas al destacar que realizan actividades en su vida cotidiana que solo pensaban que podían llevarlas a cabo en su infancia o juventud.

Según Huenchuan (1999), las reservas que permiten que la persona mayor interactúe con pares, jóvenes, amigos, compañeros de entretenimiento, niño, entre otros, promueven la autonomía repelando la soledad y el aislamiento. Para esto, es importante apoyar medidas efectivas con enfoque intergeneracional e intercultural, evitando prejuicios y estereotipos, logrando de esta manera, una visión más positiva de la vejez.

En lo que concierne a la importancia de la intergeneracionalidad en la vida de las personas mayores, una de las entrevistadas responde que: *“Personalmente, personalmente yo, no me quedo solo con eso, porque para mí hay otras cosas. La interacción con la gente joven. Me gusta muchísimo el relacionamiento con adolescentes. Principalmente con adolescentes y niños (...), se empezaron a organizar desde hace tres años, el día del abuelo y se siguió como una eh, y como se tomó como propio de que siempre, en todas las actividades haya interacción. ¡Que eso está buenísimo! Pero yo personalmente tengo mucho contacto con los jóvenes, porque me gustan eh, los adolescentes. Me ven como si fuera una abuela. Yo que se puedo, lo que más este, pienso que lo fundamental es el respeto, entonces los respeto y ellos me respetan a mí”* (1, 75 años, ♀, CMS).

Por otra parte, otras de las reservas que Huenchuan (1999) nombra son las “reservas motivacionales”, las cuales le permiten a la persona mayor sentir confianza para emprender nuevos desafíos, conservar vínculos y mantener actividades que le otorgan beneficios a sus vidas. De esta manera se entiende que:

Las acciones concretas para fomentar las reservas motivacionales son aquellas que propenden al mantenimiento y el desarrollo de las capacidades y potencialidades de la persona mayor, la promoción y el respeto de su libertad de iniciativa, prestándoles los apoyos de asesoría, legales o financieros necesarios para el desempeño de sus actividades (Huenchuan, 2012, p.167).

3.5 Vida cotidiana y comunidad

El hombre como ser particular e individual no se encuentra sólo formando parte de la vida cotidiana, sino que es en la integración a grupos y en la sociedad, donde va adquiriendo consciencia colectiva.

La maduración que el hombre va alcanzando en la vida cotidiana, empieza siempre por los grupos, quienes son los encargados de transmitirle al individuo las costumbres, la ética y las normas de otras integraciones mayores. Es en el grupo, donde el hombre va aprendiendo los

elementos esenciales que forman parte de la vida cotidiana (Heller, 1970).

El hombre es un ser específico y particular, puesto que:

(...) es producto y expresión de sus relaciones y situaciones sociales, heredero y preservador del desarrollo humano; pero el representante de lo humano-específico no es nunca un hombre solo, sino siempre la integración (...) cuya parte consciente es el hombre y en la cual se forma su "consciencia del nosotros" (Heller, 1970, p.44).

Lo humano-específico siempre fue representado por la comunidad, a través de la cual se desarrolla la historia de la humanidad. Según el autor, todo hombre siempre tuvo consciencia de la relación establecida con la comunidad y en ella se ha formado su consciencia colectiva. El individuo es considerado un ser singular, el cual se encuentra en relación con su propia particularidad y con su propia especificidad, siendo en él, consciente ambos elementos.

En la formación de la vida cotidiana del hombre, el grupo es considerado el factor primario en la apropiación de la misma, interviniendo únicamente como mediador. Las habilidades necesarias que el hombre va adquiriendo en grupos concretos para la vida cotidiana, va a depender de la sociedad y del lugar que el hombre ocupa en la división social del trabajo.

El lugar que ocupa el grupo en la vida cotidiana de las personas mayores, es esencial. Una de las entrevistadas expresa que: *"Además hay una cosa que es una realidad, cuando uno, que por lo general casi todos vivimos con gente de otras edades, nos ayorramos a otras edades, pero siempre hay diferentes inquietudes, y hay momentos que pasas a ser el costurero de la casa. Es decir, cuando, cuando necesitan algo vienen al costurero, sacan lo que necesitan del costurero y después lo vuelven a poner; ¡que se quede quietito el costurero ahí! (...)"* (1. 75 años, ♀, CMS).

A pesar de convivir con sus familiares, algunas de las personas mayores presentan la necesidad de compartir espacios con otros pares, con personas de su edad. Sienten además, que las personas de otras generaciones con las cuales comparten su vida, no logran tener la sensibilidad necesaria que se requiere al tratar con una persona mayor. Motivan muchas veces, a que la persona se quede en su casa con el fin de prevenir situaciones que puedan perjudicar la dinámica familiar, sin considerar que esto lleva a la persona a un aislamiento social. *"(...) no es mi caso. Porque yo justamente busco otras cosas. Pero es el caso en general de los que se quedan en la casa. Por eso siempre les estoy diciendo: ¡vayan a los grupos, vayan a los grupos, intégrense con otras personas que van a ver que cambia! Porque que pasa, libra el autoestima.*

Entonces si nosotros estamos bien, están bien los que nos rodean. Para que estén bien los demás, tenemos que estar bien nosotros. Es el principio fundamental!" (1, 75 años, ♀, CMS).

En este sentido, es importante destacar que los grupos más importantes que van formando parte de la vida del hombre son la escuela, la familia y la comunidad; cada un interviniendo en la vida cotidiana de diferentes maneras.

En otra de las entrevistas surge una reflexión por parte de una de las entrevistadas sobre lo que representa el grupo: *"Si no hubiese estado en el grupo, quizás no lo hubiese podido soportar. Porque pude llevar adelante mi vida, de la perdida de mi marido, gracias al grupo, porque me resultó muy buena gente, todos. Y, incluso los empleados que están acá ¿viste? Muy considerados con la gente mayor, entonces la pasas, no te digo, pero te alivia en todo. Porque te ayuda a sobrevivir, porque vos decís, ¿para qué quiero vivir si ya se me fue mi marido de sesenta años de matrimonio? Toda una vida. Porque entre novios y matrimonios toda una vida. Y ahora después que se me mata el nieto, fijate que no era... Pero, vos sabes que yo me propongo salir adelante y sigo" (4, 85 años, ♀, CD).*

Hasta el nacimiento de la sociedad burguesa, la comunidad era el primer sistema de relaciones sociales que se le presentaba al hombre, el cual era siempre referido a los grupos particulares mediado por las necesidades de la comunidad.

Socialmente, se suele tener una visión estereotipada acerca de la relación participación social y vejez. Participar de forma activa en la sociedad, no suele asociarse a las personas mayores sino que a las generaciones más jóvenes.

En referencia a la importancia que puede adquirir la comunidad y la movilización en la etapa de la vejez, una de las entrevistadas expresa que los recursos humanos que el grupo de personas mayores del "SACUDE" logró conseguir fueron a partir de *"(...) la movilización, la organización. Porque todo va, todo este, se basa en las organizaciones de las comunidades. Las comunidades organizadas son las que manejan una cantidad de cosas. Porque de repente los que están detrás de los escritorios no lo saben, pero, la gente de, la gente sí lo conoce. Nosotros necesitábamos por nuestras patologías una profesora de educación física o un profesor, a la vez que queríamos a Mónica, no queríamos a otro, pero igual no importa, eso es aparte. Y después eh, este... necesitábamos y no habían recursos. No teníamos recursos porque somos todos gente con este... sueldos y jubilaciones este, bajas. No tenemos como para pagar un profesor" (1, 75 años, ♀, CMS).*

La comunidad es definida como un grupo del estrato social estructurada, organizada, con valores relativamente homogéneos, al que el hombre particular pertenece necesariamente. Una comunidad puede ser necesaria e importante desde el punto de vista económico, social y productivo de la sociedad en su conjunto (Heller, 1970).

Las necesidades de las comunidades se logran en su mayoría, a partir de la organización de las mismas. Cuando hay intereses de por medio que beneficiarán a un grupo de personas, estas tienen la necesidad de luchar por conseguir un recurso que no se les está otorgando.

A diferencia del Programa Centro Diurno, en el cual los recursos son otorgados por la Secretaría de las Personas Mayores, de la Intendencia de Montevideo, el grupo de personas mayores del "SACUDE" ha tenido que movilizarse para lograr conseguir recursos humanos y materiales que le permitieran sostener el grupo y acceder a más oportunidades, que los aproximara aún más, a ejercer la toma de decisiones y a participar de forma activa en la sociedad.

3.6 Las Personas y la Vida Cotidiana

La relación que se va estableciendo entre el hombre y la vida cotidiana, es esencial para poder comprender como las personas van transitando su vida. En lo que respecta a las personas mayores, la vida cotidiana de estos debe desarrollarse de forma activa e integrada para prevenir riesgos como la soledad y el maltrato. Como se mencionó anteriormente, la integración a espacios sociales es esencial para una vida cotidiana activa.

El cuidado muchas veces es el motivo por el cual las personas mayores se quedan en sus hogares con sus familias y no se integran a otros espacios. En la entrevista realizada a la persona mayor que dejó de integrar el grupo del "SACUDE", aparece el cuidado hacia la familia como motivo principal. La entrevistada expresa que tuvo que abandonar el grupo *"Después de que me hice cargo de mis nietos por problemas familiares ellos están a cargo mío y de mi esposo. Este, y bueno, no me daban los tiempos, ya no me daban, porque ir a la escuela, llevarlos, traerlos, la tarea diaria y todo, ya cambió. Entonces por eso es que dejé de ir. Con mucha, con mucha lástima, te lo digo de corazón. Porque yo fui otra persona después que me jubilé, vivía mi madre, estuve mucho tiempo absorbida con mi madre digamos, porque sí me absorbía. Entonces después que mi madre descansó, este, yo, este, disfruté, o sea de mi jubilación, de mi esposo, viste, y de los niños que eran más chicos, que estaban con sus padres. Pero después por circunstancias de la vida, ellos están a mi cargo"* (3, 80 años, ♀, CMS)

En palabras de Heller (1970) cuanto más dinámica va siendo la sociedad, y cuanto más casual es la relación que el hombre va estableciendo con los espacios que lo rodean, este se encuentra obligado a poner a prueba su capacidad vital.

En la medida en que el hombre comienza cambiar de espacios, de ambientes y relacionándose con diferentes personas en su vida cotidiana, va a ir enfrentándose a nuevas tareas y adquiriendo distintas costumbres.

Siguiendo esta lógica, una de las entrevistadas al ser consultada acerca de las diferencias que identifica entre su vida cotidiana de participar del grupo con la actual, expresa que hay *"(...) diferencias sí, porque hay diferencias porque la he buscado. He buscado los caminos para sentirme bien. Y los caminos para sentirme bien es tomar o, distancia de lo cotidiano y de la realidad"* (1. 75 años, ♀, CMS).

Según Heller (1970), en la vida cotidiana la actividad con la que los hombres van formando el mundo coincide con aquella que nos formamos a nosotros mismos. Los hombres no ejercen ninguna actividad que vaya más allá de su propia vida cotidiana. Es en este sentido que puede decirse que la unidad de la personalidad de un particular se realiza en la vida cotidiana.



Reflexiones finales

Desde la presente monografía final de grado, se logró tener una mayor aproximación a la temática seleccionada, generando en este último apartado, las reflexiones finales consideradas.

A partir de las entrevistas realizadas a las personas mayores que asisten al Complejo Municipal "SACUDE" y al Centro Diurno N°8, se logró tener conocimiento acerca de la relevancia que el grupo adquiere para las personas mayores que integran ambos espacios.

Es de destacar, que si bien el grupo ocupa un lugar esencial en la vida cotidiana de todas las personas mayores que asisten a los centros, surgieron diferencias entre el grupo del Complejo Municipal "SACUDE" y el del Centro Diurno N°8, que responden a la dinámica y funcionamiento de los mismos.

Considerando los aportes y expresiones obtenidos en las entrevistas se concluye que tanto las personas mayores que forman parte del grupo del Complejo Municipal "SACUDE", como aquellas que asisten al Centro Diurno N°8, tuvieron conocimiento acerca de las propuestas por recomendación médica y a partir del diálogo con vecinos/as y amigos/as.

Dentro de las semejanzas y las diferencias identificadas entre ambos grupos, se destacan oposiciones en las propuestas desarrolladas por estos espacios, que a pesar de ser generadas por la misma institución, como lo es la Intendencia de Montevideo, presentan diferencias en sus dinámicas grupales. El espacio grupal para personas mayores del Complejo Municipal "SACUDE" como se ha mencionado anteriormente, apunta a ser una propuesta abierta a todas las personas mayores y a toda la comunidad. Por su parte, el programa Centros Diurnos restringe el ingreso de personas, puesto que se prioriza a las personas mayores de 60 años, que se encuentran en situación de soledad y/o de aislamiento social, que presenten dificultades para relacionarse y que requieren de un espacio a diario al cual puedan asistir.

Uno de los aspectos a destacar que fue identificado y mencionado reiteradamente en el diálogo con las personas mayores que asisten específicamente al Centro Diurno N°8, es la importancia que adquiere la viudez en la relación que estos establecen con el grupo.

En líneas generales, las personas mayores que asisten al Centro Diurno y que han sido entrevistadas, mencionan a la viudez como uno de los motivos principales que las han llevado a buscar un espacio de integración social. Consideran que perder a sus esposos, las ha llevado a vivir en soledad, destacando que tienen hijos/as que las acompañan, pero que aun así se sienten

solas y aisladas. Así mismo, establecen que el grupo ha sido un factor primordial para superar los momentos de soledad y de tristeza. Es relevante destacar que la mayoría de las personas mayores que asisten al Centro Diurno N°8 son mujeres y viudas.

La viudez aparece como un aspecto que en gran medida impacta en la vida de las personas mayores, aunque puede ser vivida de diferentes maneras por hombres y mujeres. Las relaciones y los lazos sociales que se establecen en un grupo aparecen como la principal red de sostén que las personas mayores tienen para enfrentar las situaciones de soledad y de depresión.

La vida cotidiana que las personas mayores entrevistadas llevaban antes de integrarse a un grupo, resulta muy diferente a la que transitan en la actualidad. En su mayoría, consideran que antes se dedicaban a los quehaceres del hogar, a sus matrimonios, a sus hijos/as y sus nietos/as. En la actualidad, no consideran que quedarse durante el día en sus casas sea una opción.

Se considera destacar la importancia que las personas mayores de ambos grupos en las entrevistas le otorgaron a la intergeneracionalidad. Si se observa desde el punto de vista de los prejuicios que persisten en las sociedades sobre las personas de edad avanzada, sería común pensar que las generaciones de infancia, adolescencia y personas mayores no podrían integrarse para realizar intercambios. Sin embargo, de lo dialogado con las entrevistadas ha resultado que la integración con niños/as y adolescentes es de gran importancia para la vida de la persona mayor, puesto que sostienen que les brinda vitalidad y gran satisfacción.

Dentro de los objetivos específicos de la presente monografía, se había planteado en principio el poder realizar un análisis de la vida cotidiana de las personas mayores que en la actualidad no integran ningún grupo, pero que en algún momento lo habían integrado. Esto se dificultó en el grupo del Centro Diurno N°8 porque no fue posible tener contacto con las personas que han dejado de formar parte del centro, a raíz de que la mayoría que han dejado de asistir a la fecha, han fallecido. En el caso del grupo del Complejo Municipal "SACUDE", se logró contactar con una persona que integraba anteriormente el grupo. De esta entrevista, surgió que los motivos que llevaron a que tuviera que abandonar las actividades fueron familiares, haciéndose cargo de forma total de sus nietos/as.

El lugar que ocupa la persona mayor en la familia debe ser motivo de reflexión constante. Ser abuela o abuelo no implica tener que brindar exclusivamente su tiempo diario al cuidado, sino que deben de existir espacios de integración social para que la persona no se sienta excluido.

Por otra parte, se destaca a la emoción que fue surgiendo en las entrevistadas cuando relataban cómo era su vida cotidiana antes de ingresar a los grupos, donde aún vivían sus esposos, con los cuales compartían todo en el cotidiano. A pesar de vivir con sus hijos/as, las personas mayores expresan que tratan de desvincularse de los mismos cuando se sienten mal emocionalmente, porque consideran que no tienen que sobre cargar a sus familiares, los cuales tienen su vida y actividades. Es por esto, que identifican al grupo como un espacio donde pueden expresar sus sentimientos libremente, en el cual la mayoría comparten las mismas emociones relacionadas con las pérdidas.

En referencia a las políticas sociales de atención a la vejez, se han ido generando modificaciones que apuntan más a la persona mayor activa y sociable, que a una persona pasiva y dependiente. Es importante que se sigan generando y difundiendo los espacios de integración social que existen en Uruguay para personas mayores, puesto que estos son de suma importancia para que las personas transiten de forma saludable y de la mejor manera su vejez. Sin duda, no hay que dejar de visualizar a aquellas personas mayores que se encuentran en situación de dependencia, para las cuales se encuentra en desarrollo e implementación el Sistema Nacional de Cuidados.

El Complejo Municipal "SACUDE" y el Centro Diurno N°8, son espacios que tienen dentro de sus objetivos principales la integración social de las personas mayores. A pesar de que se desarrollan de diferentes maneras, en ambos lugares se reúnen grupos de personas mayores que comparten la necesidad de mantenerse activos a partir de la realización diaria de talleres y actividades, que le permitan a la persona continuar desarrollando sus capacidades. La importancia de ambas propuestas ha quedado expresada en las entrevistas realizadas a las personas mayores, donde expresan cómo el integrar y sentirse parte de un grupo ha generado un mayor bienestar en la calidad de vida de éstas.

A modo de conclusión final, es importante plantear que aún con los avances que se han ido logrando a nivel nacional y a nivel regional, las personas de edad avanzada siguen siendo la población más desplazada al momento de colocar el pie en generar políticas y actividades que logren otorgarle un mayor bienestar a las personas mayores, que son sin duda, la población con más presencia en el país. Los espacios grupales que brinda el Complejo Municipal "SACUDE" y el Programa Centro Diurno son ejemplos de propuestas que potencian a la persona mayor en lo social, en la integración, en el ejercicio de la ciudadanía, que a través de

los profesionales y encargados de los espacios se trabaja para que las personas sientan que a pesar de ser una población adulta mayor, deban dejar de ser personas activas y sociables.

La continuación de estas propuestas son el camino para poder seguir brindándole a las personas mayores, espacios que logren que un grupo de personas que se encuentran y se sienten en las mismas condiciones físicas y emocionales, hallen de forma conjunta el bienestar y la satisfacción diaria de querer continuar viviendo, cumpliendo sueños y metas que en algún momento de sus vidas se hayan propuesto.

Bibliografía

- ✓ Amico, Lucía Del Carmen (2010) *Envejecer en el siglo XXI: “No siempre querer es poder”*. *Hacia la de-construcción de mitos y la superación de estereotipos en torno a los adultos mayores en sociedad*. Revista Regional de Trabajo Social N° 48. [Online] Disponible en: http://www.revistatrabajosocial.com/pdf/48_f2eeee15c5916266e20ec34c9c8443de.pdf [Acceso 30/05/2018]
- ✓ Beauvoir, Simone de (2012) *La vejez*. Editorial Delbolsillo.
- ✓ Beltrán, Judith Alicia y Rivas, Adalver (2013) *Intergeneracional y Multigeneracionalidad en el envejecimiento y la vejez*. Revista Tabula Rasa. Bogotá - Colombia, No.18: 303-320. Enero-Junio (2013). [Online] Disponible en: <http://www.revistatabularasa.org/numero-18/14beltran.pdf> [Acceso 25/09/2018]
- ✓ Blanco, Mercedes (2011) *El enfoque del curso de vida: orígenes y desarrollo*. Revista Latinoamericana de Población, Vol. 5, núm. 8. Buenos Aires, Organismo Internacional. [Online] Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/3238/323827304003.pdf> [Acceso 25/09/2018]
- ✓ Brunet, Nicolás y Márquez, Clara (2016) *Fascículo 7. Envejecimiento y personas mayores en Uruguay. Atlas sociodemográfico y de la desigualdad del Uruguay*. [Online] Disponible en: <http://www.ine.gub.uy/documents/10181/34017/Atlas+Fasciculo+7/a80a383e-d903-40bc-8023-8d69e30988e2> [Acceso 15/04/2018]
- ✓ Chadi, Mónica (200) *Redes sociales en el trabajo social*. Editorial: Espacio.

- ✓ Comisión Económica Para América Latina y el Caribe. CEPAL (2000) *Cómo envejecen los uruguayos*. [Online] Disponible en: https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/28653/1/LCmydR185rev2_es.pdf [Acceso 27/04/2018]

- ✓ Cordero, Liliana; Cabanillas, Silvia; Lerchundi, Gladys (2003) *Trabajo Social con adultos mayores. Intervención profesional desde una perspectiva clínica*. ESPACIO Editorial. Buenos Aires, Argentina.

- ✓ Dabas, Elina (1998) *Redes sociales, familias y escuelas*. Editorial Paidós. Buenos Aires – Barcelona – México.

- ✓ Dornell, Teresa; Mauros, Romina; Sande, Sandra; Stemphetele, Saphir (2015) *Debates regionales en torno a la vejez: un acercamiento desde la academia y la práctica pre-profesional*. Montevideo, Uruguay. Udelar-Facultad de Ciencias Sociales.

- ✓ Heller, Agnes (1985) *Historia y vida cotidiana*.

- ✓ Huenchuan y Paredes (2006) *Escenarios futuros en políticas de vejez en Uruguay: continuidades y rupturas*. CEPAL. UNFPA. NACIONES UNIDAS. Editorial: TRILCE. Montevideo Uruguay. [Online] Disponible en: <http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/1395/1/politicas-y-vejez-paredes.pdf> [Acceso: 19/06/2018]

- ✓ Huenchuan, Sandra (2012) *Los derechos de las personas mayores en siglo XXI: situación, experiencias y desafíos*. CEPAL. Ciudad de México. [Online] Disponible en: https://www.cepal.org/ceclade/noticias/documentosdetrabajo/1/48571/1/libroForoMexico_completo.pdf [Acceso: 25/06/2018]

- ✓ Inmayores. Ministerio de Desarrollo Social (2014) *Nuevas políticas de envejecimiento y vejez*. [Online] Disponible en: <http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/25620/1/librillo.com.pdf> [Acceso: 15/01/2019]
- ✓ *rspectivas sobre el desarrollo humano*. Ediciones Pirámide, S. A. – Madrid.
- ✓ Lefebvre, Henri (1984) *La vida cotidiana en el mundo moderno*.
- ✓ Ludi, María Del Carmen (2005) *Envejecer en un contexto de (des)protección social: claves problemáticas para pensar la intervención*. Editorial ESPACIO.
- ✓ Ludi, María Del Carmen (coord.) (2012) Autoras: Ludi, Messina, Carina;Joannas, Yamina; Loizaga, Maria de los Ángeles. *Envejecimiento y espacios grupales. Apuestas y desafíos*. Buenos Aires, Argentina. Editorial ESPACIO.
- ✓ Ministerio De Desarrollo Social. Instituto Nacional de las Personas Mayores (2009) *Hacia un Uruguay más equitativo en materia de envejecimiento. Primer Debate Nacional sobre Políticas Sociales, Envejecimiento y Territorio*. Editorial IMPO.
- ✓ Ministerio De Desarrollo Social. Instituto Nacional del Adulto Mayor (2012) *Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez 2013-2015*. [Online] Disponible en: http://www.mides.gub.uy/innovaportal/file/22737/1/plannacionaldeenvejecimientoyvejez_digital.pdf [Acceso: 17/12/2018]
- ✓ Ministerio De Desarrollo Social. Instituto Nacional del Adulto Mayor (2016) *Segundo Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez 2016-2019*. [Online] Disponible en: <http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/66880/1/plan-nacional-de-envejecimiento-26-de-setiembre-imprenta.pdf> [Acceso: 15/12/2018]

- ✓ Ministerio De Desarrollo Social. INMAYORES-DINEM (2015) *Las personas mayores en Uruguay: un desafío impostergable para la producción de conocimiento y políticas públicas*. SIVE. Sistema de Información de Vejez y Envejecimiento. [Online] Disponible en: <http://www.mides.gub.uy/innovaportal/file/61742/1/las-personas-mayores-en-uruguay-un-desafio-impostergable-para-la-produccion-de-conocimiento-y-las-politicas-publicas.-2015.pdf> [Acceso: 15/12/2018]

- ✓ Mishara, B.L (1995) *El proceso del envejecimiento*. Editorial MORATA.

- ✓ Paredes, Mariana, et. al (2013) *La sociedad uruguaya frente al envejecimiento de su población*. Ediciones Universitarias. Montevideo: UR.PF, 2013.

- ✓ Pichon- Rivière, Enrique (1985) *Teoría del vínculo*. Ediciones Nueva Visión. Buenos Aires, Argentina.

- ✓ Pichon-Rivière, Enrique y Pampliega de Quiroga, Ana (2010) *Psicología de la vida cotidiana*. Ediciones Nueva Visión. Buenos Aires, Argentina.

- ✓ Rodríguez y Rossel (2009) *Panorama de la vejez en Uruguay*. Universidad Católica del Uruguay, IPES. UNFPA. [Online] Disponible en: http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/21557/1/panorama_de_la_vejez_en_uruguay.pdf [Acceso: 10/04/2018]

- ✓ Salvarezza, Leopoldo (1995) *El fantasma de la vejez*. Editorial Teckne. Buenos Aires, Argentina.

- ✓ Salvarezza, Leopoldo (1998) *La vejez: una mirada gerontológica actual*. Editorial Ciudad. Buenos Aires, Argentina.

- ✓ Sánchez, Carmen Delia (1990) *Trabajo social y vejez. Teoría e intervención*. Editorial: HVMANITAS. Buenos aires, Argentina.

- ✓ Sánchez, Salgado, Carmen Delia (2000) *Gerontología social*. Editorial ESPACIO.

- ✓ Sistema de Cuidados. MIDES (2015) *Plan Nacional de Cuidados 2016 - 2020*. [Online] Disponible en: <http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/110116/1/plan-nacional-de-cuidados-2016-2020.pdf> [Acceso 21/03/2019]

Fuentes documentales

- ✓ Asamblea General. Cuadragésimo quinto período ordinario de sesiones (2015) *Convención Interamericana Sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores.* [Online] Disponible en: <http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/56286/1/convencion-interamericana-sobre-la-proteccion-de-los-derechos-humanos-de-las-personas-mayores.-o.e.a.-2015.pdf> [Acceso 20/03/2019]

- ✓ Acosta. Elaine; Picasso, Florencia y Perrotta, Valentina (2018) *Cuidados en la vejez en América Latina. Los casos de Chile, Cuba y Uruguay.* Programa Interdisciplinario de Investigación sobre cuidados, familia y bienestar. Konrad Adenauer Stiftung. Santiago de Chile. 2018. c Disponible en: <http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/107068/1/cuidados-en-la-vejez-en-america-latina.pdf> [Acceso 20/03/2019]

- ✓ Censo (2011) [Online] Disponible en: <http://www.ine.gub.uy/censos-2011> [Acceso 05/04/2018]

- ✓ Complejo Municipal Salud, Cultura y Deporte. Disponible en: www.sacude.org.uy [Acceso 12/02/2019]

- ✓ Convención Interamericana Sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores. [Online] Disponible en: http://www.oas.org/es/sla/ddi/tratados_multilaterales_interamericanos_a-70_derechos_humanos_personas_mayores.asp [Acceso 10/02/2019]

- ✓ Elder. Charles D. y Roger W. Cobb (1993) *Formación de la agenda. El caso de la política de los ancianos.* [Online] Disponible en:

https://polpublicas.files.wordpress.com/2014/01/elder_y_cobb-formacion-de-la-agenda.pdf [Acceso 19/02/2019]

- ✓ Gascón, Silvia y Browne, Marcela (2008) *Especialización en Gerontología Comunitaria e Institucional. Módulo 8. Estrategias de Participación de los Adultos Mayores*. [Online] Disponible en: <https://www.desarrollosocial.gub.ar/wp-content/uploads/2015/05/Gerontolog--a-Comunitaria-Modulo-81.pdf> [Acceso 12/12/2019]

- ✓ Grupo de Trabajo Interinstitucional. Consejo Nacional de Políticas Sociales. Gabinete Social (2012) *Hacia un modelo solidario de cuidados. Propuesta para la construcción del Sistema Nacional de Cuidados*. [Online] Disponible en: <http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/110106/1/hacia-un-modelo-solidario-de-cuidados.-sistema-nacional-de-cuidados.pdf> [Acceso 10/03/2019]

- ✓ Naciones Unidas (2012) *Informe de la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento*. [Online] Disponible en: <https://undocs.org/es/A/CONF.197/9> [Acceso 20/02/2019]

- ✓ República Oriental del Uruguay. Cámara de Senadores. Repartido N° 327 (2016) *Convención Interamericana Sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores*. [Online] Disponible en: <https://legislativo.parlamento.gub.uy/temporales/S2016080327-004309003.pdf> [Acceso 10/02/2019]

- ✓ Sande, Sandra (2016) *La vejez en Uruguay: una perspectiva crítica*. [Online] Disponible en: https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/123456789/7271/1/RF_Sande_2016_n9.pdf [Acceso 14/11/2018]

- ✓ Secretaría de las Personas Mayores. Intendencia de Montevideo. Disponible en: <http://www.montevideo.gub.uy/servicios-y-sociedad/personas-mayores/personas-mayores> [Acceso 12/02/2019]