



Ciencias Sociales
Universidad de la República
URUGUAY



**Trabajo
Social**

Universidad de la República
Facultad de Ciencias Sociales
Departamento de Trabajo Social

Monografía Final de Grado

“Uso del tiempo libre en la vejez”
Estudio de caso de la Asociación de Jubilados y
Pensionistas de UTE.

Nombre: Natalia Saravia Iglesias

Tutora: Dra. Mariana Aguirre Richero

Montevideo, Noviembre, 2020

Índice

1	Introducción	1
2	Presentación del tema de estudio	3
3	Fundamentación.....	4
3.1	Objetivo general	6
3.2	Objetivos específicos.....	6
4	Enfoque Metodológico.....	7
5	Antecedentes	10
6	Marco teórico	13
6.1	Vejez y envejecimiento.	13
6.2	Prejuicios y estereotipos hacia la vejez	17
6.3	Jubilación y Tiempo Libre.....	22
7	Análisis “Vivencias acerca del uso del tiempo libre en la vejez. Una aproximación a la Asociación de Jubilados y Pensionistas de UTE”.....	26
7.1	Breve caracterización de la Asociación de Jubilados y Pensionistas de UTE	26
7.2	La participación en AJUPEN UTE.....	27
7.3	Construcciones de género presentes en AJUPEN UTE	29
7.4	La vejez: cambios y percepciones	30
7.5	La jubilación: múltiples experiencias	34
7.6	Tiempo libre en la vejez: ¿Un bienpreciado?.....	36
8	Reflexiones finales.....	42
	Bibliografía consultada	46

Agradecimientos

A los viejos de mi vida, mis abuelos.

A mis padres, quienes han sido incondicionales en todo este arduo y gratificante proceso.

A mis amigos y personas queridas que me han motivado y apoyado en cada instante.

A mi tutora, por su paciencia y conocimiento brindado.

A la Asociación de Jubilados y Pensionistas de UTE, por su disposición y apertura para la realización del trabajo de campo.

Introducción

La presente monografía final de grado, constituye un requisito formal para el egreso de la Licenciatura de Trabajo Social, de la Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República.

El tema de estudio refiere al uso que hacen los viejos y viejas del tiempo libre, una vez que han culminado su trayectoria laboral. Se pretende a través de esta monografía generar insumos que aporten al conocimiento en el área de la vejez, acerca del uso del tiempo libre en esta etapa de la vida. También, es de interés explorar las percepciones que tienen los propios viejos y viejas acerca de la vejez y del uso del tiempo libre, conocer los factores que intervinieron al momento de usar el tiempo libre, así como también, analizar si existen diferencias en cuanto al género en su uso en esta etapa vital.

La elección de la temática, surge en primer lugar, como interés personal de quien suscribe a partir de la práctica pre-profesional enmarcada en el área vejez del Proyecto Integral “Cuidado Humano, Derechos e Inclusión Social” de la Licenciatura de Trabajo Social. La misma se desarrolló en los años 2015 y 2016, a través de la intervención con viejos y viejas a nivel individual, familiar, grupal, comunitario e institucional. En segundo lugar, es de interés problematizar tal temática, ya que Uruguay presenta una de las poblaciones más envejecidas de la región, así como también por el vacío académico existente en torno a la investigación del uso del tiempo libre en la vejez. Si bien existen estudios acerca de la temática de la vejez en la etapa post-jubilación, no hay antecedentes de estudios en Uruguay que centren su interés en el uso que hacen los viejos y viejas del tiempo libre, estando transversalizado el mismo desde una perspectiva de género.

A continuación, se presenta la metodología empleada para la recolección de información, para ello, se desarrolló una estrategia metodológica de carácter cualitativo, utilizando como técnica la entrevista semi-estructurada. De esta forma, se realizaron un total de ocho entrevistas tanto a varones como a mujeres integrantes de la Asociación de Jubilados y Pensionistas de la Administración Nacional de Usinas y Transmisiones Eléctricas (AJUPEN UTE).

En el siguiente apartado, se presentan los antecedentes en relación a la temática de estudio. Entre ellos, se encuentran tesis de grado y de posgrado tanto de la Facultad de Ciencias Sociales así como también de la Facultad de Psicología, los cuales tratan sobre investigaciones previas relacionadas a la problemática en cuestión.

Posteriormente, se desarrollan las categorías utilizadas en el marco teórico del presente documento. Para ello, en una primera instancia se profundiza a través de la mirada de diversos autores acerca de la vejez y el envejecimiento, sus múltiples dimensiones y las características que presenta Uruguay en relación a este tema. Se desarrollan las categorías prejuicios y estereotipos hacia la vejez, las concepciones y mitos existentes en torno a la misma, por parte de la sociedad y de lo/as propio/as viejos/as.

Por otro lado, se expone la categoría “género”, ya que se cree pertinente incorporar esta dimensión en el presente estudio, y por lo tanto problematizar acerca de las construcciones de género en esta etapa de la vida.

Por último, se plantean la “jubilación” y el “tiempo libre”. Se considera a la jubilación como un punto de inflexión en la vida de las personas, significando ello una modificación en diversos aspectos en la vida cotidiana de las mismas y por ende en su tiempo libre.

A partir de lo desarrollado en el marco teórico y del trabajo de campo realizado, se elabora un análisis acerca del uso del tiempo libre en la vejez, a través de los discursos de los/as entrevistados/as sobre esta etapa de la vida.

Finalmente, en función de lo planteado a lo largo del documento se exponen las principales reflexiones a las cuales se ha arribado. A través de las mismas se pretende reflejar el trabajo realizado y destacar las consideraciones finales en función de los objetivos planteados. También, como resultado de este proceso surgen nuevos lineamientos de indagación, como posible línea de estudio.

Presentación del tema de estudio

La temática que se abordará en la presente monografía final de grado refiere a “las vejeces” y a las posibles dificultades que los viejos y viejas pueden atravesar al momento de usar el tiempo libre, una vez que se han desvinculado del empleo formal, siendo este estudio transversalizado por una perspectiva de género.

Es relevante destacar que desde esta monografía se adoptará un posicionamiento teórico adhiriéndose a la perspectiva de Ludi (2012), quien expresa que hay que nombrar a los viejos como tales, sin eufemismos, deconstruyendo de esta forma los imaginarios existentes en torno a la vejez. Esta etapa de la vida se encuentra cargada de prejuicios y estereotipos, por lo tanto resulta imperante problematizar nuestras prácticas y cómo nos posicionamos frente al otro.

Por un lado, se considera importante mencionar que en el presente documento se alude al término “vejeces”, debido a que se parte de la concepción de que las mismas refieren a una construcción social acerca de un grupo de personas caracterizadas por coincidir en su edad cronológica. A partir de las diversas definiciones y dimensiones que abarca el proceso de envejecer se puede decir que las vejeces son múltiples y heterogéneas (Aguirre y Scavino, 2018, p. 143).

Por otro lado, cabe destacar que cuando se hace referencia al término “tiempo libre”, se alude a una determinada cantidad de horas no estructuradas por obligaciones, a partir de las cuales los sujetos tienen la libertad de elegir qué actividades realizar de acuerdo a sus intereses y deseos personales. El tiempo libre, se puede definir como un “tiempo disponible” contrapuesto al tiempo ocupado por actividades obligatorias (Pavía, Gerlero, Apendino, 1992, p. 45). Por tal motivo, la presente investigación se centrará en problematizar las posibles dificultades en relación al uso que los viejos y viejas le dan al tiempo libre luego de haber culminado la etapa laboral, focalizando la mirada en el tipo de actividades elegidas como también en las construcciones subjetivas que lo/as viejo/as hacen de éstas.

Fundamentación

El envejecimiento poblacional en Uruguay, es un tema que ocupa (y preocupa) cada vez más un lugar en la agenda pública en nuestro país, por lo cual se cree pertinente continuar profundizando acerca de esta temática, generando insumos que aporten a su debate.

En lo que respecta específicamente a la población vieja en Uruguay, se percibe a partir de los datos del Censo Nacional realizado en el año 2011 por el Instituto Nacional de Estadística (INE) un incremento de la misma “La población de 65 o más años pasó de representar el 7,6% del total en el censo de 1963 al 14,1% en el Censo 2011” (INE, 2011, p. 8). Tal aumento de la longevidad se debe a diversos factores, entre los que se encuentran, una mejor atención en materia de salud, lo que conllevó a un descenso en el índice de mortalidad, y el consecuente aumento en la esperanza de vida¹, ubicando a Uruguay como el país más envejecido de la región. Como menciona Calvo en Rodríguez y Rossel (2008), las proyecciones de población indican que continuará disminuyendo la fecundidad, al tiempo que continuará en descenso la mortalidad, contribuyendo de esta forma a profundizar el envejecimiento de la estructura poblacional. Es por tal motivo, que resulta pertinente problematizar acerca de la vejez en la sociedad uruguaya y cómo dicha población la vivencia (Calvo, 2008, p. 37 en Rodríguez y Rossel, 2009).

(...) Conocer la realidad que enfrentan los adultos mayores en nuestra sociedad resulta de una pertinencia absoluta tanto para comprender las dinámicas sociales y sus lógicas intrínsecas como para pensar las políticas públicas destinadas a afrontar las dificultades propias de una sociedad envejecida (Paredes, Berriel, Lladó, Carbajal, 2013, p. 100).

Brunet y Márquez (2016), realizan un estudio acerca del envejecimiento de la población uruguaya, destacando que el mismo a nivel nacional presenta algunas diferencias por departamentos, visualizándose una mayor proporción de mujeres con respecto a la cantidad de varones. La feminización del envejecimiento medido a través del índice de feminidad, definido como “la cantidad de mujeres por cada centenar de varones” (Brunet y Márquez, 2016, p. 17) es expresado en el Atlas

¹ Por esperanza de vida se entiende “el promedio de años que vivirán los integrantes de una generación hipotética, desde su nacimiento hasta su extinción, según el patrón de mortalidad de la población de interés en un momento determinado” (INE, s/f) extraído de: http://www.ine.gub.uy/c/document_library/get_file?uuid=779cae5b-2a86-47b1-a0aa-5850d0fabaac&groupId=10181

Sociodemográfico y de la Desigualdad del Uruguay en diferentes niveles, “muy alto”, “alto” e “intermedio”, destacándose que la capital del país es el único departamento que representa el valor “muy alto” (entre 141 y 171 mujeres por cada 100 varones), le sigue en el nivel “alto” del índice, Maldonado, Canelones, Colonia y Rivera. Los departamentos restantes estarían agrupados en el nivel “intermedio” (Brunet y Márquez, 2016, p. 18).

Aguirre y Scavino (2018) mencionan en su libro “Vejez de las mujeres” la diversidad de formas en que las mujeres viven la vejez, así como también las desigualdades de género presentes en diversos ámbitos de la vida cotidiana de las mismas que transcurren en esta etapa vital. En la presente investigación se ahondará a través de una mirada de género acerca de las diferencias que pueden existir entre varones y mujeres al momento de usar el tiempo libre, con respecto a la diversidad de propuestas y/o actividades elegidas por la población en cuestión.

Se tomará como punto de inflexión la jubilación, considerándose a la misma como un momento de cambio en la cotidianeidad del viejo y/o vieja desde diversos ámbitos (económico, psicológico, social), pasando de ser un trabajador asalariado con una jornada laboral determinada a “jubilado”, implicando ello una modificación y una reorganización en su rutina. Por tal motivo, en la presente investigación se tomará como población de estudio a diversas personas que hayan participado del mercado laboral formal, excluyendo de esta forma aquellas que se dedicaban al trabajo doméstico.

Sirlin (2007), alude a las diversas dimensiones que comprende la jubilación, como son, la dimensión jurídica, la económica, la psicológica, así como también la dimensión social. Estas hacen que transitar el proceso jubilatorio no sea solo el pasaje de realizar cierta actividad a dejar de hacerlo, sino que acarrea un cambio a nivel económico, a nivel de las relaciones socio-familiares, vinculares, un cambio en la rutina y en actividades diarias. Es por ello, que transitar esta etapa se vuelve una experiencia diferente y única para cada persona mas allá de los factores que presentan en común.

En relación a lo expuesto anteriormente se parte de la siguiente pregunta:

- ¿Qué factores determinan el uso que le dan los viejos y las viejas al tiempo libre una vez jubilados?

Se plantea como hipótesis:

- Los roles de género determinan que el uso del tiempo libre sea utilizado de forma diferente por mujeres y varones.

Los objetivos que guiarán el presente estudio, se distinguen en general y específicos:

En lo que respecta al objetivo general, se pretende:

- Generar insumos que aporten al conocimiento en el área de la vejez, acerca del uso del tiempo libre una vez que los viejos y viejas han culminado su trayectoria laboral.

Los objetivos específicos son:

- Identificar qué usos le dan los viejos y las viejas al tiempo libre.
- Explorar las percepciones que los viejos y las viejas tienen acerca de la vejez y el uso del tiempo libre en esta etapa del ciclo vital.
- Conocer los factores que intervinieron al momento de decidir qué usos se le iba a dar al tiempo libre una vez alcanzada la jubilación.
- Analizar si existen diferencias de acuerdo al género con respecto al uso que le dan los viejos y viejas al tiempo libre.

Enfoque Metodológico

En esta monografía se utilizó el enfoque metodológico de carácter cualitativo, ya que se considera el más adecuado para el alcance de los objetivos planteados. Ello se debe a que por un lado, los resultados obtenidos al no ser cuantificables se centrarán en “la interpretación del investigador acerca de lo que se ve, oye y comprende” (Batthyány y Cabrera, 2011, p. 79). Por otro lado, se entiende que el desarrollo de la metodología planteada no se encuentra predeterminada, “El proceso de investigación cualitativa es emergente. Esto significa que el plan inicial de investigación no puede ser prescrito rígidamente y que las fases del proceso pueden cambiar” (Batthyány y Cabrera, 2011, p. 78), por lo tanto su flexibilidad permitirá ir realizando modificaciones en el transcurso del mismo si así lo requiere.

La metodología cualitativa presenta ciertas características que la diferencian de otros paradigmas, como son las referidas al diseño y al rol del investigador frente a lo que investiga. Siguiendo los aportes de Boron (2005), en la investigación cualitativa el investigador forma parte de la realidad la cual desea conocer, teniendo mayor protagonismo sus valores. Es por ello que este debe usar la “reflexividad” manteniendo distancia del objeto que se desea investigar. En lo que respecta al diseño, el mismo se irá reformulando con categorías que irán emergiendo a lo largo del proceso, así como también podrán hacerlo las técnicas utilizadas en la investigación cualitativa entre las cuales se prioriza la entrevista, la observación, el análisis de discurso y el análisis documental (Boron, 2005).

El interés del presente estudio, es problematizar las experiencias de los viejos y las viejas con respecto al uso del tiempo libre, centrándose principalmente en aquellas actividades de ocio que realizan en su vida cotidiana tanto las mujeres como los varones mayores a 65 años de edad, una vez que se han desvinculado del empleo formal.

La técnica que se utilizó para la recolección de datos fue la entrevista. La misma se define como

una conversación: a) provocada por el entrevistador; b) realizada a sujetos seleccionados a partir de un plan de investigación; c) en un número considerable; d) que tiene una finalidad de tipo cognitivo; e) guiada por el entrevistador; y f) con un esquema de preguntas flexible y no estandarizado (Corbetta, 2007, p. 344).

Corbetta (2007) establece que la entrevista cualitativa se puede clasificar en diversos tipos, según los objetivos que se plantean en la investigación, la misma puede ser: estructurada, semiestructurada o no estructurada.

En el presente trabajo se utilizó la entrevista semiestructurada, en la cual el entrevistador cuenta con un guion de preguntas con las categorías centrales a tratar, teniendo la libertad de elegir el orden de la presentación de las mismas. También si así se desea, se puede solicitar que el entrevistado aclare o profundice sobre alguna de las áreas abordadas (Corbetta, 2007) “Esta forma de realizar la entrevista concede amplia libertad tanto al entrevistado como al entrevistador, garantizando al mismo tiempo que se van a discutir todos los temas relevantes y se va a recopilar toda la información necesaria” (Corbetta, 2007, p. 353).

La pauta de entrevista a realizar se elaboró en base a las dimensiones que transversalizan el marco teórico de esta monografía. Tales dimensiones corresponden a: vejez, género, jubilación y tiempo libre. El trabajo de campo fue realizado en el período que abarca desde el 19 de Junio, 2020 al 13 de Julio, 2020. La cantidad de entrevistas realizadas se estableció considerando el “efecto de saturación” a partir del cual el entrevistador luego de realizar un determinado número de entrevistas, ya no percibe nueva información adicional a considerar “(...) conforme va viendo casos similares una y otra vez el investigador adquiere confianza empírica de que una categoría está saturada” (Glaser, Strauss, 1967, p.61 en Valles, 1999, p. 215). Las mismas fueron realizadas, tanto en el domicilio de los/as entrevistados/as, así como también mediante videollamada a través de la herramienta “Zoom”. Se entrevistaron tanto a varones como a mujeres entre los 68 años y 82 años de edad, integrantes de la Asociación de Jubilados y Pensionistas de la Administración Nacional de Usinas y Trasmisiones Eléctricas (AJUPEN UTE), considerando para ello la heterogeneidad de las entrevistas. Se contempló la misma cantidad de entrevistados varones (4) y mujeres (4) en concordancia con la proporción de viejos y viejas que participan regularmente en la Asociación. Se abarcó diferentes áreas de inserción laboral e instrucción formal de los mismos. Por otra parte, se realizaron dos pautas de entrevistas. Una de ellas a informantes claves, siendo éstos “protagonistas observadores o que tienen información” (Sautu, 2005, p. 13), en este caso se entrevistó a socios y socias de AJUPEN UTE. Por otro lado, como informante calificado, se entrevistó al Presidente de la Asociación, “Estas personas cumplen un rol fundamental en una investigación como conocedores expertos del tema que se pretende investigar. Se encuentran en un lugar privilegiado y poseen información que puede ser de utilidad para contextualizar el fenómeno a estudiar (...)” (Batthyány y Cabrera, 2011, p. 90).

El muestreo se determinó a partir del procedimiento de “bola de nieve”, el cual se desarrolla a través de la elección de un entrevistado/a de forma aleatoria por parte del investigador, y luego se le solicita a las personas entrevistadas que sugieran a otras pertenecientes al ámbito de interés de estudio (Valles, 1999, p. 215).

El diseño de investigación de esta monografía se centró en un estudio de caso de Asociación de Jubilados y Pensionistas de la Administración Nacional de Usinas y Trasmisiones Eléctricas (AJUPEN UTE) este se caracteriza por: estar focalizado sobre una situación en particular, problematizando en profundidad lo que se desea investigar (Stake, 1999).

De un estudio de casos se espera que abarque la complejidad de un caso particular. (...) El estudio de casos es el estudio de la particularidad y de la complejidad de un caso singular, para llegar a comprender su actividad en circunstancias importantes (Stake, 1999, p. 11).

La elección por realizar un estudio de caso tomando a la Asociación de Jubilados y Pensionistas de UTE, es a partir del recurso nombrado “por conveniencia” el cual “permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador” (Manterola y Otzen, 2017, p. 230). Ello se debe a los recursos (tanto económicos como humanos) que cuenta quien investiga, así como también por la apertura del grupo en cuestión para realizar la mencionada tarea.

La sede de AJUPEN UTE, se encuentra localizada en el departamento de Montevideo facilitando de esta forma el trabajo de campo, también se toma a este departamento por ser junto con Lavalleja, Colonia, Flores, Florida y Rocha, uno de los que tiene mayor peso relativo de viejos y viejas en el País (Brunet y Márquez, 2016, p. 5).

Antecedentes

En este apartado se realizará un breve recorrido bibliográfico por diversas tesis de grado y de posgrado, publicadas en la Facultad de Ciencias Sociales y Psicología, las cuales abordan el área de estudio que aquí se trata, la vejez. Aunque se destaca la inexistencia de monografías de grado que aborden el tema del uso del tiempo libre, a continuación, se presentarán algunos trabajos publicados que refieren a aspectos de la temática vejez, como es el envejecimiento, el retiro del mercado laboral y el impacto de la jubilación en la vida cotidiana de los viejos y viejas.

Se toma como uno de los antecedentes la monografía titulada “Tercera edad: el desafío del retiro laboral” presentada por Fabiana Fernández (2003), de la Facultad de Ciencias Sociales, Udelar. La autora parte de la siguiente pregunta problema, la cual guiará el desarrollo de su estudio, “¿Es posible que las personas de tercera edad gocen de satisfacción y reconocimiento social después del retiro laboral, en una sociedad donde la valoración está dada por la rentabilidad de los seres humanos?”. A través de una metodología cualitativa, realiza un análisis bibliográfico, recorriendo de esta forma diversos aspectos de la vejez, desde su conceptualización, el aspecto psicológico, biológico, sexual, así como también los vínculos en la misma. La autora enfatiza el cambio de rol en esta etapa de la vida, aludiendo al trabajo, la jubilación, el tiempo libre y a los ingresos económicos. Culmina su estudio interpelando al envejecimiento en nuestro país, cómo se visualiza el mismo, y la posibilidad de un envejecimiento activo como una nueva alternativa.

Ma. Solange Pópitti, (2012) en su tesis de grado titulada “Vejez en el siglo XXI: Determinaciones culturales que inciden en su conceptualización”, presentada en Facultad de Ciencias Sociales, alude al proceso de globalización en la cual está inmersa la sociedad actual, abordando cómo la tecnología y los medios de comunicación tienen un lugar significativo al momento de definir la vejez. La autora parte de la pregunta: ¿Qué determinaciones culturales inciden a la hora de definir qué es ser viejo?. Para responder a la misma utiliza una metodología cualitativa, específicamente un estudio bibliográfico, realizando un análisis y reflexión acerca de las determinaciones culturales existentes en torno a la vejez.

Cabe también hacer referencia a la Tesis de grado de Rodrigo Hollich, presentada en Facultad de Ciencias Sociales (Udelar), titulada “Hacia el retiro del mercado laboral del viejo. Configuración de una nueva cotidianeidad” (2015). El autor centra su investigación en el impacto que tiene el proceso jubilatorio en la cotidianeidad del viejo. Destaca como categorías centrales en su análisis, el trabajo, la familia y la cotidianidad. Problematisa además la desvinculación del mercado formal, como un

momento de transición en la vida del sujeto donde el mismo pasa de su condición de “trabajador a jubilado”, analizando qué significado adquiere el viejo en ese proceso como tal. Hollich (2015), utiliza una metodología cualitativa, realizando un análisis y reflexión acerca de las categorías centrales de su investigación a través de diversos autores, acentuando el énfasis en la vida cotidiana del jubilado y la vinculación con sus familiares.

Por otro lado, y acercándonos un poco más a la temática que concierne a la presente investigación, Octavio Hernández en su tesis de grado, presentada en Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República (UdelaR) llamada “La jubilación... ¿y después? proceso de desvinculación del Mercado Laboral” (2016). Investiga desde el paradigma del curso de vida el proceso de retiro del mercado de trabajo por parte de los viejos. El autor indaga en las consecuencias que ello genera en la vida cotidiana de los mismos y de qué manera la jubilación repercute en diversos ámbitos de sus vidas, como es en la rutina, su organización y su economía. A partir de la metodología cualitativa y utilizando la técnica “bola de nieve” entrevista a diversos informantes de la ciudad de Florida, realizando un total de catorce entrevistas tanto a mujeres como a varones en edades que oscilan entre los 65 a 96 años de edad.

Se tomará como antecedente también la tesis de grado “Entre el trabajo y la jubilación: La vejez” presentada por Carolina Barbé (2015) enmarcada en la Facultad de Psicología, UdelaR. Si bien la presente monografía se centra en la etapa post jubilación, se considera también la transición de ser trabajador asalariado a jubilado. Por lo tanto, se cree pertinente tomar este trabajo como antecedente ya que busca conocer la significación del empleo y las representaciones sociales relacionadas a la vejez y a la etapa jubilatoria. La autora utiliza una metodología cualitativa indagando acerca de las representaciones y las vivencias del trabajo, el proceso de jubilación y la vejez. A través de entrevistas semiestructuradas, la muestra es seleccionada tratando de equiparar la misma cantidad de varones y mujeres, que sean funcionarios de diversas facultades de la UdelaR próximo a jubilarse, para de esta forma aproximarse a conocer cómo vivencian y se “preparan” desde diversos ámbitos para la etapa jubilatoria.

Se cree pertinente tomar en consideración por último la tesis presentada en Facultad de Psicología, UdelaR, titulada, “Representaciones de envejecimiento y vejez asociados a la participación de Adultos Mayores” (Mikaela Pivani, 2015). La misma es relevante para el presente estudio debido a que toma en consideración las propias representaciones que los viejos tienen acerca del envejecimiento, y cómo impacta la salida del mercado laboral en sus vidas. Para ello, la autora se plantea como eje central conocer las representaciones que tienen los integrantes de una comisión

barrial de adultos mayores y cómo éstas operan al momento de la participación de los mismos. A través de un análisis cualitativo por medio de entrevistas realizadas a viejos participantes de una comisión, la autora llega a resultados entre los cuales se destaca un antes y un después con respecto a la salida del mercado laboral. Aparecen los binomios activo / pasivo y la relación de una vejez activa asociada a la participación en alguna actividad de la sociedad, y también una vejez pasiva relacionada a aspectos negativos del proceso de envejecimiento.

Marco teórico

En el presente apartado se expondrán las categorías analíticas que transversalizan este trabajo, las mismas son: vejez y envejecimiento, prejuicios, género, jubilación y tiempo libre.

Vejez y envejecimiento

Como se expresó anteriormente, este estudio centra su foco de atención en la vejez, etapa del ciclo vital de las personas en donde se producen diversos cambios, tanto a nivel individual, como a nivel socio-económico. Las formas de concebir a la vejez y al envejecimiento varían de acuerdo a cada sociedad y al tiempo histórico en el cual se encuentre inserto la persona.

El criterio para determinar quién es viejo y por qué se es viejo, varía de lugar en lugar. Las definiciones de ser viejo también pueden variar de un período histórico a otro. Entonces, parece apropiado decir que el envejecimiento es un concepto cultural además de ser un proceso biológico (Sánchez, 2000, p. 12).

La vejez como categoría central de análisis, será abordada en función de diversos planteos expuestos por diferentes autores presentándose a través de ellos las principales características de esta etapa de la vida y cómo es vivenciada en la misma el tiempo libre.

La definición del término vejez varía como se hizo mención, de acuerdo al tiempo histórico, al contexto, y a la disciplina desde la cual se la estudie. Huenchuan (2003) refiere al concepto de vejez desde una perspectiva multicausal, relacionada la misma con la edad cronológica, la edad social y la edad fisiológica. La primera de ellas, refiere a la edad en años, estando vinculada al lugar que ocupa el sujeto en la sociedad en función de su edad. La edad social, refiere a los modos de actuar que se consideran “adecuados” a partir de su edad cronológica. Por último, la autora alude a la edad fisiológica la cual está determinada por las capacidades funcionales y el gradual deterioro del cuerpo (Huenchuan, 2003).

En esta línea, Ludi (2005) sostiene que la vejez:

se configura como una construcción socio-cultural, sobredeterminada 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: físicos,

biológicos, psicológicos, sociales y emocionales, constituyéndose en una experiencia única en relación con estos aspectos y dimensiones (p. 32).

En la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores se define al envejecimiento como un “Proceso gradual que se desarrolla durante el curso de vida y que conlleva cambios biológicos, fisiológicos, psico-sociales y funcionales de variadas consecuencias, las cuales se asocian con interacciones dinámicas y permanentes entre el sujeto y su medio” (MIDES, 2015, p. 10). El envejecimiento constituye uno de los cambios más significativos ocurridos en las últimas décadas a nivel mundial, visualizándose a partir de ello un aumento de las personas viejas (mayores de 65 años de edad), debiéndose principalmente a cambios ocurridos en diversas variables demográficas, como son, un aumento en la esperanza de vida, la disminución de la mortalidad, y los saldos migratorios negativos, provocando modificaciones en la composición etaria de las diversas sociedades (Sánchez, 2000).

Sánchez (2000), expresa que el envejecimiento puede abordarse desde dos perspectivas, tanto a nivel individual como a nivel poblacional. El envejecimiento de los individuos es un proceso que ocurre desde el nacimiento hasta la muerte, a partir de un aumento en la edad cronológica. Sin embargo, cuando se habla de envejecimiento de una población, la autora refiere a un cambio en su estructura demográfica, a un aumento en la proporción de viejos con respecto al resto de la población (Sánchez, 2000).

Desde este enfoque se define al envejecimiento como:

(...) un fenómeno natural que se refiere a los cambios que ocurren a través del ciclo de la vida y que resultan en diferencias entre las generaciones jóvenes y las viejas. El mismo se define como un proceso natural, gradual, de cambios y transformaciones a nivel biológico, psicológico y social, que ocurre a través del tiempo (Sánchez, 2000, p. 33).

Si tenemos en cuenta al envejecimiento desde una perspectiva individual, se puede decir que el mismo no es homogéneo, si bien las personas pueden tener la misma edad cronológica existen diferencias entre ellas en cuanto a las experiencias de vida, ingresos, condición física, vínculos, entre otras características, las cuales establecen diversas formas de vivir la vejez.

Sánchez (1990) sostiene que la vejez está transversalizada por cuatro aspectos, los cuales no ocurren de forma igualitaria para todas las personas. Uno de ellos es el biofisiológico, este refiere

tanto a los cambios que se van produciendo en la apariencia física, la pérdida de habilidades, como también la disminución de la resistencia a enfermedades. La autora alude a este cambio como el “envejecimiento biológico normal”, conocido por el nombre de “senectud”, donde el individuo en la medida que aumenta en edad, va disminuyendo en la eficiencia funcional del organismo. Otro factor es el psicológico, este se relaciona con los procesos sensoriales, con las destrezas, la inteligencia y las emociones que atraviesa el viejo. Estos elementos relacionados anteriormente junto al ambiente en el cual se desarrolla el sujeto, conforman el tercer aspecto mencionado por la autora, llamado del comportamiento, en el cual se destaca la auto-imagen, los roles sociales establecidos y las actitudes. Por último, se encuentra el sociológico, el cual está estrechamente relacionado a la sociedad en la cual ocurre el proceso de envejecimiento, las formas de envejecer, las relaciones sociales, los lazos familiares, los vínculos, y demás particularidades que hacen que la vejez se encuentre transversalizada por el aspecto social (Sánchez, 1990). La relación de estos cuatro factores influye y caracteriza a las diversas formas de envejecer.

Cuando problematizamos a la vejez, siguiendo el planteamiento de Ludi (2005) estamos aludiendo a las “situaciones de vejez”, ya que las mismas son heterogéneas, con características y procesos singulares. “Cuando hablamos de *situaciones de vejez* específicamente, hacemos referencia a situaciones personales, particulares, singulares de viejos, que se corresponderá con la contención y respuesta que cada trama relacional familia-sociedad hace frente a sus requerimientos” (Ludi, 2005, p. 42).

Por otro lado, al tener en cuenta el envejecimiento desde una perspectiva poblacional, Uruguay se caracteriza por ser uno de los países más envejecidos en la región,

Cabe recordar que Uruguay inició tempranamente su proceso de envejecimiento (a principios del siglo XX), en comparación con sus pares regionales (Pellegrino, 2013; Calvo, 2016) y que, junto con Cuba, constituyen los dos países de la región donde las personas mayores tienen mayor peso relativo (Paredes et al., 2010). (Brunet y Márquez, 2016, p. 5).

En esta región una de las características más relevantes que se desprende del proceso de envejecimiento es el sobre-envejecimiento de la población. “Es decir, se da un incremento de la proporción de las personas de más edad. Las consecuencias de estos cambios tienen repercusiones directas aumentando las demandas de servicios de salud y cuidados” (MIDES, 2015, p. 24).

Si bien cada Estado define a la vejez en función de diversos estándares, en nuestro país la misma se define a partir de los 65 años de edad.

Se considera como población adulta mayor en nuestro país a las personas mayores de 64 años de edad. Si bien en la mayoría de los países de la región se los considera a partir de los 60 años, en Uruguay la ley 18.617 del año 2009 define que al momento de cumplir los 65 años de edad todas las personas son consideradas como adultas mayores (Thevenet, 2013, p. 2).

Una de las características que hacen que Uruguay esté dentro de los países más envejecidos de la región, es la longevidad. A partir de los datos obtenidos del Censo Nacional realizado en el año 2011, se destaca que las personas mayores de 64 años de edad constituyen el 14% del total de la población del país. Ello se encuentra enmarcado a una tendencia a nivel mundial, en la cual diversos países han aumentado su esperanza de vida. Por otro lado, Uruguay en materia de envejecimiento poblacional se caracteriza a nivel histórico por el temprano proceso de envejecimiento, el cual ocurre a principios del 1900 teniendo rasgos culturales similares a los europeos (Brunet y Márquez, 2016).

A partir del análisis de diversos indicadores como lo son por ejemplo, la natalidad, la mortalidad y el sexo, expresados y analizados en el Atlas sociodemográfico y de la desigualdad del Uruguay (2016), se señala que nuestra pirámide poblacional presenta un proceso de “sobreenvejecimiento” de la población, así como también la “feminización de la vejez”, llegando las mujeres a edades más avanzadas que los varones. El estudio se encuentra transversalizado por el eje territorial, llegando a la conclusión que la población uruguaya es una de las más urbanizadas de la región, viviendo el 87% de la población vieja en áreas urbanas (Brunet y Márquez, 2016).

Las características mencionadas anteriormente hacen de la sociedad uruguaya una población envejecida. Con respecto al posicionamiento de los Estados frente a la cuestión del envejecimiento poblacional, en el año 2002 se llevó a cabo en Madrid la Segunda Asamblea Mundial sobre Envejecimiento, en la cual se produce un cambio de paradigma pasándose de considerar a la vejez como una etapa de carencias a concebirla como una etapa de derechos (MIDES, 2015).

En tal sentido, la Convención Interamericana sobre la protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores ratificada por Uruguay en el año 2016, sostiene que es necesario

(...) 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 (MIDES, 2015, p. 9).

A partir de la mencionada Convención los Estados Parte (entre ellos Uruguay), se comprometen a garantizar los derechos establecidos en la misma, algunos de ellos son: la defensa de los derechos humanos y libertades fundamentales de la persona mayor, igualdad y no discriminación, participación, integración e inclusión plena en la sociedad, bienestar y cuidado, seguridad física, económica y social, autorrealización, respeto y valorización de la diversidad cultural, protección judicial efectiva (MIDES, 2015).

Prejuicios y estereotipos hacia la vejez

Las formas de vivir la vejez, así como también las percepciones existentes sobre ésta han variado a lo largo de la historia. Ello se debe a que las creencias y los imaginarios sociales que se crean en torno a la misma responden a un tiempo histórico y cultural determinado. “En sociedades antiguas, el anciano era aureolado por el privilegio sobrenatural que le concedía la longevidad y como resultado de esto ocupaba un lugar primordial. La longevidad se vinculaba a la sabiduría y a la experiencia” (Sánchez, 2000, p. 52).

Con el paso de los años esta imagen del viejo fue cambiando hasta llegar al presente en donde la sociedad sienta sus bases sobre la juventud, la productividad y el consumo. En la actualidad, el trabajo se vuelve una categoría central en la vida de las personas, por ende cuando las mismas abandonan el ámbito laboral se las asocia a ciertos estereotipos con una carga peyorativa, siendo la mayoría de las veces negativos y erróneos. Allport (1977), define que “Ya sea favorable o desfavorable, un estereotipo es una creencia exagerada que está asociada a una categoría. Su función es justificar (racionalizar) nuestra conducta en relación a esa categoría” (p. 215). Con respecto a la población vieja, se le suele atribuir un sinnúmero de estereotipos, los cuales llevan a asociar a esta población como improductiva, no sólo en el ámbito laboral sino que también se generaliza a otras esferas de la vida, como por ejemplo en lo que refiere al ámbito doméstico (Hernández, 2009).

En esta misma línea, Sánchez (2000) alude a que en general las creencias y estereotipos acerca de la vejez son incorrectas, ya que debido a la edad, las personas viejas son consideradas como pasivas, incapacitadas físicamente, débiles, dependientes, entre otras características, jugando los medios de comunicación un rol preponderante en ello acentuando la imagen de los viejos como sinónimo de deterioro, exaltándose en contra posición la juventud.

En este sentido, Allport (1977), alude a los estereotipos como una idea fija que acompaña a cierta categoría, desempeñando un rol relevante en el prejuicio,

(...) los estereotipos no bastan para explicar por completo el rechazo. Son ante todo imágenes inherentes a una categoría, invocadas por el individuo para justificar el prejuicio de amor o el prejuicio de odio. Desempeñan un papel importante en el prejuicio pero no lo explican completamente (Allport, 1977, p. 213).

Para dicho autor, el prejuicio es una actitud que puede ser desfavorable o no hacia una persona por el hecho de pertenecer a algún grupo y de esa forma adjudicarle ciertas cualidades atribuidas al mismo (Allport, 1977). La diferencia entre el juicio y el prejuicio reside en que “Los pre-juicios se hacen prejuicios solamente cuando no son reversibles bajo la acción de conocimientos nuevos” (Allport, 1977, p. 24).

En lo que respecta a los prejuicios en esta etapa de la vida, Salvarezza (1998) usa el término “viejismo” para referirse a una actitud de discriminación hacia la población vieja (p. 29). Según este autor éstos se estructuran a partir de situaciones subjetivas, las cuales una vez instauradas actúan sobre las formas de pensar y actuar de los individuos.

Se suele asociar a la vejez con ideas negativas, percibiéndose muchas veces que el propio viejo se apodera de ese discurso para referirse a sí mismo o a sus pares reproduciendo frases y actitudes pre-juiciosas. Ante ello, Salvarezza (1998) plantea que al llegar a viejos las personas poseen un imaginario acerca de lo que es la vejez, producto de sus vivencias previas, existiendo muchas veces actitudes prejuiciosas. Algunas personas asocian la vejez con enfermedad sin ponerse en el lugar del otro, conllevando a desconocer esta etapa la cual se encuentran transitando los propios viejos (Salvarezza, 1998, p. 37).

En esta línea, Sánchez (2000) retoma lo planteado por el gerontólogo Robert Bluter quien utiliza el término “gerofobia” para nombrar a los prejuicios y estereotipos negativos existentes hacia la población vieja basados simplemente en la edad. A partir de lo planteado, Erdman Palmore, distingue tres tipos de “gerofobia”, siendo las mismas: la social, la profesional y la comunitaria. La primera de ellas, refiere al retiro forzoso de los viejos de instituciones de la sociedad debido a su edad cronológica. La segunda, alude al trato hacia las personas viejas como si fueran niños. Por último, la

gerofobia comunitaria trata acerca de la falta de servicios y atención a las necesidades de los viejos (Sánchez, 2000).

La trayectoria histórica ha sido testigo de la forma estereotipada con que se ha tratado el tema de la vejez y como ésta se ha perpetuado. Estos estereotipos y prejuicios establecen una distancia entre las generaciones de donde emanan a su vez una serie de problemas que van afectando así la posición que la población vieja ocupa en nuestra sociedad (Sánchez, 2000, p. 61).

A partir de lo mencionado anteriormente se percibe la necesidad de conocer estos prejuicios para mitigarlos y eliminarlos, ya que los mismos no sólo influyen en el trato de las demás generaciones hacia las personas viejas, sino también en los profesionales que trabajan con esta población y en los propios viejos.

Género

La vejez como categoría central de análisis, se encuentra transversalizada como se expresó anteriormente por múltiples dimensiones, siendo una de ellas el género. Este concepto se diferencia del sexo ya que ambos términos hacen referencia a diferentes aspectos.

“Sexo” alude a la diferencia biológica entre el hombre y la mujer, mientras que “género” se refiere a la construcción social de lo “masculino” y lo “femenino” y a la forma como se articulan estas dos construcciones en relaciones de poder (Organización Panamericana de la Salud, 2004, p. 11).

Berriel, Paredes y Pérez citado en López (2006) aluden acerca de la diferencia entre sexo y género a través de las teorías feministas, las cuales consolidan el concepto de género para referirse a la construcción social del sexo, siendo aquello que “(...) sobre el dato biológico divide a los seres humanos en dos y que posteriormente la sociedad y la cultura intenta seguir perpetuando con el mantenimiento de esta estricta división” (p. 29).

En este sentido, (Aguirre, 1998) manifiesta que “la categoría de género da cuenta de cómo el sexo se construye socialmente” (Aguirre, 1998, p. 19, en Aguirre y Ferrari, 2015, p. 175) “Es el conjunto de características, roles, atributos, marcas, permisos, prohibiciones y prescripciones, asignado diferenciadamente a las personas en función de su sexo biológico” (Scott, 2000, citado en Aguirre y Ferrari, 2015, p. 175). Entonces se podría decir que cuando se hace alusión al sexo, se está

haciendo referencia al aspecto biológico, y cuando se menciona acerca de las creencias sobre lo masculino y lo femenino, se está haciendo alusión al género.

Lamas (1996), en su estudio sobre el género plantea interrogantes que incitan a la reflexión. La autora se cuestiona sobre las diferencias entre el sexo y el género, si siempre se asocia el sexo femenino con una hembra y el sexo masculino con un macho, a qué nos referimos cuando hablamos de lo “masculino” y lo “femenino”, y por qué tales asociaciones varían de una cultura a otra, (p. 110)“si en diferentes culturas cambia lo que se considera femenino o masculino, obviamente dicha asignación es una construcción social, una interpretación social de lo biológico” (Lamas, 1996, pp. 110-111).

Desde esta perspectiva, según Lamas (1996) se articulan tres componentes en relación al género:

- 1) La asignación de género, la misma se produce a partir de la apariencia de los genitales del bebé al momento de su nacimiento.
- 2) La identidad de género, se constituye al momento que el niño adquiere el lenguaje, pero todavía no distingue la diferencia anatómica entre los sexos. A partir de este momento el niño establece su identidad de género percibiéndose a través de ciertos comportamientos, juegos, y actitudes.
- 3) El papel del género, se presenta desde las normas establecidas por la cultura de una sociedad específica acerca de lo que es femenino y masculino.

En relación a lo expuesto, la autora plantea que si bien el sexo determinará ciertos roles sociales, ello no deviene de la biología, si no de los hechos sociales “(...) hay que tener en cuenta que si el género es una distinción significativa en gran cantidad de situaciones, es porque se trata de un hecho social, no biológico” (Lamas, 1996, p. 114). Esto se visualiza en los aportes de Berriel, et al. (2006), quienes afirman que “La categoría de género refiere a la organización social de la reproducción de las convenciones sobre lo masculino y lo femenino” (p. 30).

Berriel et. al (2006), mencionan que el origen y la evolución de la categoría género deviene de los movimientos feministas, a partir de los cuales se busca la visibilidad de las mujeres en diversos ámbitos, como por ejemplo en el político, económico, y social. Es así, que en la década de los setenta aparece en las Ciencias Sociales el estudio acerca de las mujeres desde diversos ámbitos del conocimiento científico como por ejemplo, desde la antropología, sociología, historia. Posteriormente, se pone el foco de atención en los conceptos de “rol y estatus”, donde se plantea las diferencias en las relaciones de poder entre varones y mujeres (pp. 30-31). Ello se puede visualizar en las diferencias en las horas dedicadas al trabajo en el mercado laboral, donde los menores niveles

de ingresos de las mujeres se vinculan a una participación menor que los varones en el trabajo remunerado, asumiendo el 52,3% de la carga global de trabajo (INMUJERES, 2010, p. 32). Ello se traduce en las diferencias de género en la vejez, relacionadas a las trayectorias laborales de varones y mujeres.

Las importantes brechas de género en los ingresos por jubilación dan cuenta de las desigualdades en el mercado de trabajo y del tiempo que insume a las mujeres el trabajo doméstico y de cuidados, debido a la persistente división sexual del trabajo en otros momentos del curso de vida (SEDESOL, 2010 y Tobío, 2005, citado en Aguirre y Scavino, 2018, p. 113).

A propósito, Huenchuan (2010) menciona que en los estudios acerca del envejecimiento si bien se toma al sexo como variable, existe un vacío en lo que respecta a la relación género y vejez. Por lo tanto, la autora alude que la combinación entre género y edad puede aportar a profundizar esta temática, reconociendo las diferencias existentes entre el envejecimiento masculino y el femenino.

En efecto, hombres y mujeres sufren discriminación en la vejez, pero su experiencia es diferente. Las relaciones de género estructuran el ciclo de vida desde el nacimiento hasta la edad madura e inciden en el acceso a los recursos y en las oportunidades, además de configurar las opciones de vida en todos los estadios vitales (Begum, 2010, citado en Huenchuan, 2010, p. 16).

Se podría decir que no es lo mismo ser mujer vieja que ser varón viejo, ya que ello “responde a procesos sociales en los cuales operan estructuras de desigualdad que se expresan en las diferencias materiales y simbólicas en torno a cada categoría” (Aguirre y Scavino, 2018, p. 26). Las autoras mencionan que esas desigualdades se expresan en la base de un modelo dicotómico de socialización, identificándose a los varones con el mundo público, la fuerza física, el mundo material y político. En cambio, a las mujeres se las suele asociar a la fragilidad, sensibilidad, a la crianza de los hijos, realización de tareas domésticas, así como también al ámbito privado (Aguirre y Scavino, 2018).

Aguirre y Scavino (2018), refieren a los estudios sociodemográficos realizados en nuestro país sobre el género en relación con la vejez. En los mismos se expresa “la vulnerabilidad de gran parte de las mujeres, quienes se enfrentan a la última etapa de su curso vital con menores recursos que los varones, medidos en términos de apoyo familiar, ingresos económicos y bienes disponibles” (p. 27). En este sentido, Huenchuan (2010) agrega que muchas mujeres desempeñan un rol importante en lo que respecta a la crianza de los hijos, al cuidado de otros familiares y como jefas de hogar.

A partir de todo lo expuesto, surge la necesidad de investigar acerca de la vejez transversalizada por tal categoría, conocer qué hacen los varones y mujeres con respecto al uso que le dan a su tiempo libre, cómo lo organizan y qué actividades realizan en función de su género.

Jubilación y Tiempo Libre

Al estudiar la vejez, debemos tener presente un evento importante el cual ocurre en la vida de algunos sujetos como lo es la jubilación. En el presente estudio se vuelve relevante abordar esta categoría ya que nos centraremos en aquellas personas que se encuentran transitando este proceso.

La jubilación produce uno de los mayores cambios desde el punto de vista social, económico, afectivo y relacional, ello refiere a:

la situación a la que pueden acceder las personas que, atendida la circunstancia de la edad, cesaron voluntaria o forzosamente en su trabajo profesional por cuenta ajena o por cuenta propia; es el término del desempeño de tareas laborales remuneradas, a causa de la edad (Hernández, 2009, p. 63).

El autor anteriormente citado plantea que la etapa de la jubilación comienza antes de la edad oficial, conocida esta fase como “prejubilación”, caracterizada la misma por la toma de conciencia de la próxima etapa planificándose cómo se vivirá en un futuro.

Tomando los aportes de Dornell (2015) en el proceso de preparación a la misma la centralidad se encuentra en diversas esferas de la vida del sujeto, no sólo en lo que respecta al ámbito laboral, sino que también impacta en la cotidianidad del mismo, y en sus relaciones intrafamiliares.

En lo que respecta a la “edad oficial” para acceder a la jubilación en nuestro país, según la información brindada por el Banco de Previsión Social (BPS), se establece que “Todo trabajador tiene derecho a la jubilación, siempre que reúna ciertos requisitos de edad y servicios aportados” (BPS, 2020, s/p). Para obtener la jubilación se requiere “un mínimo de 60 años de edad y 30 años de servicios prestados para acceder a una jubilación común” (BPS, 2020, s/p).

Esta nueva etapa se ve influenciada por un componente individual, relacionado a las actitudes personales de enfrentarse a la misma. Hernández (2009) alude a las diversas formas de enfrentar esta etapa como una “nueva perspectiva vital”. Por un lado, podría suponer una disminución en los ingresos, así como también un mayor aislamiento social ya que gran parte de las relaciones sociales surgen en el ámbito laboral.

El jubilado, extraña el estatus y red de apoyo con los que contaba al ser un trabajador, y debe por sus propios medios, crear un proyecto de vida que le aporte nuevas amistades, instancias sociales, nuevos ingresos y aprendizajes, entre otros aspectos. Pero, no todos los viejos tienen la capacidad, oportunidad o apoyo para crear esta nueva estrategia de vida, apareciendo estados de angustia, depresión y enfermedades somáticas que reflejan la inadaptación de muchos viejos en relación a este brusco cambio (Dornell, 2015, p. 120).

Por otro lado, también significa tener más tiempo libre, compartir momentos con la familia, contar con espacios de ocio y con ello la posibilidad de dedicarse a realizar actividades de interés personal. Siguiendo los aportes de Bueno y Buz (2006), la jubilación implicaría una oportunidad para los sujetos de utilizar el tiempo según sus preferencias personales, sin embargo ello no significa que todos los viejos cuenten con las posibilidades de ocuparlo de acuerdo a sus intereses (p. 14).

Una de las características en la vida del jubilado es el mayor tiempo libre con que se cuenta, siendo por lo tanto de interés ahondar en las actividades que realizan en ese “nuevo” tiempo, y si existe una planificación previa para el mismo. El tiempo libre en esta etapa, se expresa como un tiempo contrapuesto al ocupado por obligaciones (Pavía, et. al, 1992).

Hernández (2009), alude al beneficio de la realización de actividades en el tiempo libre, ya que las mismas producirán un efecto beneficioso tanto físico como mental en los viejos, planteando que las actividades tanto físicas (caminar, realizar ejercicios) como productivas y sociales (voluntariado) tienen un rol importante en los estados anímicos de los viejos de forma positiva.

Si bien la jubilación es percibida como un punto de inflexión en la vida de los sujetos, presentando ciertas características que fueron mencionadas anteriormente y que se expresan de forma generalizada en esta etapa, también hay que tener en consideración los factores individuales que hacen que la jubilación impacte de forma diferente en cada persona, “el tipo de trabajo que se ha realizado, el nivel de ingresos, la situación de salud en la que se esté, junto con otros factores psicológicos, físicos o sociales influyen la vivencia de la jubilación” (Bueno, y Buz, 2006, p. 6).

Siguiendo los aportes del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO, 2008), se presenta una tipología de los diversos grupos de jubilación, entre ellos se encuentra un primer grupo nombrado “transición a la vejez”, en el cual se visualiza la entrada a esta etapa como una transición a una fase de descanso. El segundo, llamado “nuevo comienzo”, donde las personas lo vivencian como una oportunidad para comenzar una nueva fase y realizar nuevas actividades. El tercer grupo, es designado con el nombre de “continuación”, en el cual no habría un cambio abrupto de la rutina. Por último, se encuentra la “ruptura impuesta”, donde se produciría una ruptura social en lo que

respecta a las relaciones y pérdida de estatus (p. 31). La fase posterior a la jubilación va a estar condicionada por la preparación previa que cada persona haya realizado ante la misma.

Las fases posteriores al inicio de la jubilación cobran especial relevancia según se haya elaborado la preparación previa al proceso. De esta forma, se considera extraordinariamente importante el proceso de elaboración previo para obtener resultados que proporcionen una calidad de vida óptima (IMSERSO, 2008, pp. 31-32).

Se debe tener en consideración una multiplicidad de factores que influyen en los usos que se le da al tiempo libre,

la ocupación del tiempo libre está muy condicionada por factores generacionales y sociales. La educación recibida, la diferenciación social de actividades para hombres y para mujeres, las condiciones de salud derivadas de sus hábitos comportamentales (higiene, alimentación, beber, etc.) o los estereotipos sociales son factores con un peso muy importante en cómo ocupan su tiempo libre las generaciones actuales de personas mayores (Hernández, 2009, p. 17).

Si bien en Uruguay no hay antecedentes de estudios que centren su interés en el uso que le dan los viejos a su tiempo libre, podemos tomar en consideración investigaciones que se han realizado en España acerca de la temática. A partir de la investigación “Uso del tiempo libre entre las personas mayores” (Del Barrio, 2007) se destaca la necesidad de tomar en cuenta las circunstancias vitales que han marcado la trayectoria de vida de los viejos de hoy en día,

Han crecido utilizando su tiempo sin planteamientos. Este estilo de vida ha delimitado, sin duda, su realidad y en la vejez se encuentran, en muchos casos, sin habilidades para utilizar su tiempo, un tiempo que, mayoritariamente, es considerado como *tiempo libre* (Del Barrio, 2007, p. 17).

En la etapa de la vejez, los sujetos se encuentran ante la situación de tener más tiempo libre pero sin contar con habilidades para saber usarlo, ya que los viejos de hoy día tuvieron una trayectoria de vida distinta a la de las generaciones actuales, en décadas pasadas no existía la cultura del tiempo libre, siendo el mismo dedicado al trabajo, a diferencia de la actualidad, donde muchas veces el tiempo libre es sinónimo de consumo (Del Barrio, 2007).

Por otro lado, García y Moreno (2010) aluden a la importancia de la participación de los viejos y viejas en distintas tareas de la sociedad, las cuales muchas veces no son reconocidas, destacando los espacios socio-educativos los cuales promueven el bienestar de esta población a través de diversas actividades para usar el tiempo libre estimulando así la participación.

De forma más concreta irán dirigidas a enriquecer la personalidad, fomentar la convivencia y solidaridad y potenciar actividades de integración intergeneracional. (...) En todo caso el uso del ocio y el tiempo libre ha de ofrecer al sujeto la oportunidad de disfrutar y desarrollarse desde la alternativa que, de acuerdo a sí mismo, manifieste o prefiera (García y Moreno, 2010, p. 72).

“Vivencias acerca del uso del tiempo libre en la vejez. Una aproximación a la Asociación de Jubilados y Pensionistas de UTE”

Breve caracterización de la Asociación de Jubilados y Pensionistas de UTE

En el presente apartado, se realizará a partir de las entrevistas realizadas a diversos socios/as e integrantes de la directiva de la Asociación de Jubilados y Pensionistas de UTE una descripción de la misma, exponiéndose sus principales características. Por otro lado, se abordará en el uso del tiempo libre por parte de los viejos y viejas nucleados en dicha Asociación, dando cumplimiento a partir de ello a los objetivos propuestos en esta monografía.

La Asociación de Jubilados y Pensionistas de UTE se formó en el año 1991 estando dirigida en la actualidad por funcionarios jubilados y pensionistas de la institución. En la misma, participan ex funcionarios jubilados y pensionistas, así como también en calidad de socio suscriptor aquellas personas que no cumplen con los requisitos de los socios activos, siendo estos últimos los que tienen la potestad de tomar las decisiones de índole política. En relación a ello, el Presidente de la Asociación expresa

Tenemos un estatuto que nos asocia a ex trabajadores de UTE o pensionistas de UTE, pero también tenemos socios suscriptores dentro del estatuto está, que son amigos y tienen otras condiciones para intervenir en la parte más política por decirlo de alguna forma que se genere adentro de la Asociación (Entrevista No 1, Presidente de AJUPEN UTE).

La Asociación se encuentra ubicada en la sede de la Agrupación UTE (AUTE) en el barrio de la Aguada en el departamento de Montevideo. AJUPEN UTE cuenta con aproximadamente trescientos socios, de los cuales alrededor de treinta concurren regularmente en las reuniones llevadas a cabo el primer y tercer miércoles de cada mes. La participación aumenta en fechas electorales aproximadamente al doble de socios/as. (Entrevista No 1, Presidente de AJUPEN UTE).

El Presidente de la Asociación, menciona que la misma tiene como misión

Poder participar de los reclamos que tiene la sociedad por ejemplo hacia su conjunto en general, pero en particular hacia los jubilados. Estar compartiendo con los amigos o compañeros que una vez estuvimos trabajando juntos, allí se hacen estos encuentros (Entrevista No 1, Presidente de AJUPEN UTE).

La Comisión Directiva se encuentra constituida por el Presidente, Vice-Presidente, Secretario, Pro- Secretario, Tesorero, Pro-Tesorero, Vocal y sus respectivos suplentes.

El estatuto te dice que cada dos años tenemos que cambiar las autoridades, también te dice que vos podes repetir un par de períodos más (...) se intenta renovar pero estatutariamente, físicamente estamos todos en la misma, y el compañero que no integra la Comisión tiene la misma validez del que está. Es un grupo muy heterogéneo y no tenemos eso de cargos ni nada por el estilo, lógicamente el Presidente y el Secretario tienen la participación en determinadas cosas (...) (Entrevista No 1, Presidente de AJUPEN UTE).

La participación en AJUPEN UTE

En lo que respecta a las actividades realizadas, por un lado se destacan las referidas a la esfera sindical, con la participación de AJUPEN UTE en la Organización Nacional de Jubilados y Pensionistas de Uruguay (ONAJPU), así como también en AUTE. “Allí se realiza por un lado la actividad propiamente sindical compartiendo en ONAJPU (...) y si no reivindicaciones que podamos lograr para los jubilados y pensionistas” (Entrevista No 5, Socia AJUPEN UTE). Por otro lado, manifiestan los/as entrevistados/as su participación en las actividades socio-recreativas, entre las que predominan almuerzos, chocolatadas, bingos, festejos de cumpleaños, celebraciones de fechas importantes y excursiones.

(...) tenemos una Comisión de Recreación que trabaja muy bien (...) Son eventos, excursiones, casi siempre hacemos un pretexto por ejemplo para el Día de la Mujer por ejemplo, y ahí festejamos los cumpleaños de los compañeros de tal período a tal período, después hacemos alguna comida, una buseca o algo, una chocolatada, y después las excursiones que son bastante participativas por parte de las compañeras y compañeros (Entrevista No 7, Socio AJUPEN UTE).

Otra gran actividad que destacan los entrevistados/as, es la elaboración y reparto en conjunto con AUTE de canastas obsequio en fin de año dirigidas a sus funcionarios activos y jubilados de la institución. Colaborando los integrantes de AJUPEN UTE con el armado de las mismas “tenemos una entrega de canastas de fin de año y bueno ahí participamos dentro de esa entrega, del armado de esas canastas y después en la entrega que le hacemos también a los socios jubilados (...)” (Entrevista No 7, Socio AJUPEN UTE).

Con respecto a la participación de los socios/as en las actividades llevadas a cabo en la Asociación, el Presidente menciona

Está muy dividida, muy dividida. Hay compañeros que tienen mucha iniciativa y bueno y hay otros que acompañamos (...) Y en las comidas de acuerdo a como sea ella (...) siempre los hombres por decir de alguna forma hacen las comidas de olla, asados, porque hay compañeros que les gusta y están en eso y después colaborar con la distribución todos colaboran, todos (Entrevista No 1, Presidente AJUPEN UTE).

Un aspecto relevante que se destaca en la Asociación, es la importancia de la integración social entre sus miembros a través de las diversas actividades realizadas, generando de este modo vínculos que trascienden a la misma. “Se forman vínculos por decantación natural, por más afinidad o por cercanía (...) o por el vínculo de haber sido compañeros de sección de trabajo, se dan diferentes grupitos de otras reuniones” (Entrevista No 5, Socia AJUPEN UTE).

Es a partir de ese espacio de encuentro con el otro y de intercambio, que sus integrantes mencionan las redes establecidas en la Asociación en la actualidad.

(...) Toda esa generación se siguió y yo hoy me hablo y nos vemos cuando se puede (...) cuando empezaron a ir las mujeres, nosotras ya nos hicimos compañeras. Yo con X y XX somos muy amigos, siempre hacíamos vacaciones juntos, (...) seguimos esa amistad, ahora se extendió a los hermanos de X, al hijo de X, y ellos a su vez, a mi hija y nietos. Se formó un núcleo grande (Entrevista No 3, Socia AJUPEN UTE).

Como expresa Ludi (2012), los espacios creados por y para los viejos propician la participación, el intercambio y el encuentro entre pares, siendo la vejez vivenciada desde una perspectiva singular, colectiva y positiva.

En relación a la participación de los viejos y viejas en la Asociación el Presidente agrega

(...) es parte de sentirse bien, porque vos seguís haciendo algo que en general todos alguna vez hicieron, entonces esa militancia (...) el compartir, es parte, es una gran cosa (...) si vos te mantenes aislado y no tenes una comunidad en donde participar, bueno la soledad... ya lo dijo alguien “mal compañero de viaje la soledad” (...) te hace sentir más acompañado (Entrevista No 1, Presidente de AJUPEN UTE).

Construcciones de género presentes en AJUPEN UTE

Una de las características más sobresalientes de la organización abordada, es la concurrencia y participación en parejas. Un socio expresa,

“(…) predomina el grupo parejo, porque casi todos vamos con las señoras, y como también son socias, van como socias voluntarias, participamos todos” (Entrevista No 1, Presidente de AJUPEN UTE).

“En todas estas actividades funcionamos en pareja, matrimonio o no, no importa, pero si en pareja (…)” (Entrevista No 2, Socio de AJUPEN UTE).

Se menciona en las diversas entrevistas realizadas que ello se debe a que en un principio quienes integraban la Asociación eran solamente varones, ex trabajadores de la institución, surgiendo luego la iniciativa por parte de los mismos de que sus parejas se adhirieran como socias, participando actualmente en la misma. La gran mayoría de los socios concurren desde que la Asociación se conformó, otros en cambio, la fueron integrando a medida que adquirieron la jubilación o por invitación de algún socio/a.

De uno de ellos, o de más de uno, había surgido la necesidad de que no querían que fuera solamente una Asociación de hombres sino que hubiesen mujeres, decían ellos, que siempre tenían otras ideas, sobre todo para la parte social (Entrevista No 3, Socia de AJUPEN UTE).

En principio comenzamos a ser solo hombres, pero después, ¿por qué no las señoras? ¿Por qué no nuestras compañeras? Y ahí empezamos a ser... primero éramos veinticinco, treinta, y ahora fue aumentando el número y ahora somos, como te decía, más de setenta (Entrevista No 2, Socio de AJUPEN UTE).

En lo que respecta a las actividades anteriormente mencionadas realizadas en la Asociación, se percibe una división sexual en las mismas así como también en los roles desempeñados por sus integrantes. Aguirre y Scavino (2018), plantean que durante la socialización primaria y secundaria las personas interiorizan ciertas conductas, roles, atributos, en función de si se es varón o mujer. “Es en la interacción social que aparecen los mandatos acerca de qué implicancias tiene ser viejo respecto a otros grupos sociales y qué implicancias tiene ser mujer vieja o varón viejo en este marco” (Aguirre y Scavino, 2018, p. 26).

Por un lado, los varones se encuentran más involucrados a la tarea sindical, mientras que las mujeres se encargan de la organización de actividades socio-recreativas. “Eso es una cosa que naturalmente se da, quienes tienen más incorporado lo reivindicativo y quienes estamos más por el unir al grupo (...) quienes participan más de la parte social y quienes más en la parte llamémosle sindical” (Entrevista No 5, Socia AJUPEN UTE).

Es un poco por lo que se sabe más, sale así, espontáneo (...) las compañeras tienen esa delicadeza, ese cuidado y los compañeros más que nada para armar las cosas, las sillas, las mesas, el armado pesado, pero es todo un conjunto (Entrevista No 7, socio AJUPEN UTE).

A través de los estereotipos de género se establece un modelo dicotómico siendo el hombre asociado a lo “fuerte”, a la provisión de bienes materiales, al ámbito público; mientras que a la mujer se la vincula con la fragilidad, con lo emotivo, con lo sensible y con el mundo privado (Aguirre y Scavino, 2018, p. 26).

Actualmente, en la Asociación la Comisión Directiva se encuentra integrada solamente por varones, a diferencia de la Comisión de Recreación la cual está conformada mayoritariamente por mujeres, siendo ellas quienes se encargan de la organización de eventos y paseos. Un socio manifiesta “en este momento estoy en la directiva y soy Secretario General. Pero además, dentro de ONAJPU estamos en la Comisión de Seguridad Social” (Entrevista No 7, Socio AJUPEN UTE). De este modo se refuerza la histórica participación de los varones en la esfera pública y principalmente en espacios de toma de decisiones.

La vejez: cambios y percepciones

En las entrevistas realizadas a los viejos y viejas que concurren a la Asociación, se indagó acerca de la vejez, qué percepciones tienen sobre de la misma y cómo vivencian esa etapa de la vida. Al hablar de “vejez” estamos poniendo el foco de atención en todas aquellas dimensiones que atraviesan la misma como ser: la económica, la social, la cultural, la política, la biológica; las cuales determinan diversas formas de transitarla (Ludi, 2005).

La vejez es percibida de diferentes formas. Los/as entrevistados/as refieren principalmente al deterioro físico, profundizando también en otros aspectos como son los referidos a los cambios sociales, emocionales y socioeconómicos. A continuación, se exponen algunos de los cambios físicos mencionados por los viejos y viejas

(...) ponele hasta hace dos años para mi estaba todo bien, cuando entré a los setenta ahí tuve conciencia de la edad que tengo, (...) ahora ya no soy la persona de antes, me cuesta todo, en el sentido que me agacho y me cuesta levantarme, cosa que antes eso era distinto, pero ya te digo, yo lo empecé a notar cuando cumplí los setenta (...) (Entrevista No 4, Socio AJUPEN UTE).

(...) tengo artrosis en la columna y a veces me cuesta, cuando lavo los pisos y pienso “Ay por favor, que no vaya a tener que estar en una silla de ruedas” por eso me movilizo, yo soy sana, lo único que tengo es problema de huesos (Entrevista No 8, Socia AJUPEN UTE).

(...) tengo los inconvenientes que te van trayendo los años con limitaciones físicas y las mentales pero que uno a veces no se da cuenta (...) (Entrevista No 5, Socia AJUPEN UTE).

Y yo la veo por el tema si te miras al espejo, si te miras al espejo decís “pah! Ya no tengo casi pelo, y las canas” y ahí te das cuenta que los años están pasando, pero igual no lo tomo como mal ¿viste? (...) (Entrevista No 7, Socio AJUPEN UTE).

A partir de estos fragmentos se visualiza las percepciones de los/as entrevistados/as en relación a su vejez. Los mismos aluden al envejecimiento fisiológico y por ende a los cambios físicos ocurridos en su cuerpo, ya sea tanto en su apariencia como también en el deterioro de determinadas habilidades físicas. Sánchez (2000), refiere a este proceso como “senectud”, siendo definido como “el conjunto de cambios estructurales y funcionales que experimenta un organismo como resultado del transcurrir del tiempo” (Sánchez, 2000, p. 34). La autora hace referencia al envejecimiento biológico desde una perspectiva individual, ocurriendo de forma diferente en cada persona.

Alude también a que si bien es un proceso que ocurre gradualmente, el envejecimiento cronológico no tiene porque coincidir con el físico. “El envejecimiento biológico puede comenzar mucho antes que la persona alcance la edad cronológica de 65 años. (...) Por tanto, los cambios físicos ocurren a un ritmo diferente en las personas” (Sánchez, 2000, p. 35).

Con respecto a ello Ludi (2012), hace referencia a los cambios visiblemente notorios producto del envejecimiento “Es indudable que el paso del tiempo deja sus huellas visibles: arrugas, manchas, pérdida de tesura entre otras; significan un cuerpo distinto al que se ofrece culturalmente como modelo de identificación a través de avisos comerciales (...)” (Ludi, 2012, p. 19).

Con respecto a ello, en el discurso de los/as entrevistados/as se percibe ciertos cambios a nivel general que hacen a la vejez, en este caso, los mismos aluden a los cambios físicos, por ende cada persona lo vivencia y experimenta de forma singular y única.

Durante esta etapa, las personas no solo atraviesan cambios fisiológicos, sino que también experimentan otros cambios en otras esferas de la vida, como es en lo que respecta a la esfera psicosocial. Los/as entrevistados/as manifiestan que la cercanía de la vejez con la muerte, es vivida como una etapa de pérdidas de amigos y familiares.

“Como somos grandes viste que se te va achicando la familia porque la vas perdiendo, lo que tenemos más es amigos que familia” (Entrevista No 6, Socia AJUPEN UTE)

yo sé que casi siempre estamos en una etapa que perdes a algún compañero, perdes esto, perdes lo otro, y son golpecitos chiquitos pero que son golpecitos y compañeros que hicimos toda una amistad ¿viste? Ese es el momento más difícil cuando estás transitando esta etapa, como que te pones un poquito más sentimental ¿viste? Y te preocupa todo en ese sentido, la salud, y un montón de cosas... la familia mismo... (Entrevista No 7, Socio AJUPEN UTE).

Con respecto a ello, Ludi (2012), retomando los aportes de Améry, expresa que el individuo al envejecer se cuestiona acerca de la muerte, transformándose esto en una cuestión personal, siendo en la vejez cuando más se problematiza acerca de la misma. (p. 20). “La muerte de un allegado, de un amigo, no sólo nos priva de su presencia sino de toda esa parte de nuestra vida que estaba comprometida en ellos” (Ludi, 2012, p. 20).

“El envejecimiento social se refiere a los hábitos sociales, papeles cambiantes y las relaciones en el ámbito social con familiares y amigos, relaciones de trabajo y dentro de las organizaciones tales como religiosas, recreativas y grupos políticos” (Sánchez, 2000, p. 36).

En relación a ello, los/as entrevistados/as aluden a sus relaciones intrafamiliares, a sus vínculos, a los cambios ocurridos en su vida cotidiana y a las diversas actividades que han incorporado en esta etapa de la vida. Expresan algunas entrevistadas al respecto:

(...) mi hija (...) vivía en Libertad y estábamos como muy alejadas, y ella empezó “¿Por qué no se vienen para acá? “Yo te ayudo con la abuela” y este... “ustedes van a pasar mejor”, bueno entonces nos fuimos para Libertad y nos llevamos por supuesto a mi mamá y ahí estuvimos unos doce años (...) (Entrevista No 3, Socia AJUPEN UTE).

(...) mi hija de lunes a viernes está acá en casa (...) entonces a mi es algo que me sirve porque tengo una actividad, sino pienso ¿pasaría acostada? No sé. Yo no me he quedado, por ejemplo voy a un curso de adultos donde hicimos informática, ahora estoy en un grupo que hacemos ajedrez, nos reunimos con esa gente (Entrevista No 8, Socia AJUPEN UTE).

(...) empecé a salir, otro tipo de disfrute de salir mucho a caminar, dedicarme más a mi jardín y bueno después empecé mucho con mis amigos, a tener salidas con los amigos, nos visitábamos, hacer reuniones, almuerzos, cenas, té, algún chocolate en casa y bueno después que entre acá en este grupo acá a AJUPEN, dos veces al mes nos reuníamos y estaba entretenida, y me empecé a vincular a organizar los paseos (Entrevista No 6, Socia AJUPEN UTE).

Tanto la condición física, como la psicológica y la socioeconómica, determinan la forma de transitar esta etapa, ya que por ejemplo, no la vivenciará de la misma manera un viejo con limitaciones físicas y con bajos recursos económicos, a otro que se encuentre en una situación opuesta a ésta. En lo que respecta a esta interrelación de dimensiones en la vejez una entrevistada menciona cómo su condición física le afecta en otros aspectos de su rutina.

tengo problema de baja visión (...) me da inseguridad, para tomarme un ómnibus, para cruzar una calle, pero siempre por el miedo a que no veo bien, tengo miedo a marearme ¿ves? (...) Pero dentro de las posibilidades voy en taxi a donde tenga que ir o mi nieta me acompaña a todo (Entrevista No 3, Socia AJUPEN UTE).

Depende como vivas también, como tengas tu entorno familiar, como te hayas rodeado, la vida te va llevando y también de tu personalidad, yo tengo una personalidad que me adapto a todas las personas que me rodean (...) (Entrevista No 6, Socia AJUPEN UTE).

A partir de las experiencias narradas en las diversas entrevistas, se percibe claramente que las formas de vivenciar la vejez se van conformando de acuerdo a las trayectorias de vida de cada persona, a su nivel socio-económico, a su estado de salud, a sus vínculos, y a la cultura en la cual se encuentre inserto. Ludi (2012) manifiesta

(...) no hay una definitiva y única manera de concebir y vivir la vejez. Sí hay aspectos comunes en el proceso de envejecimiento que se pueden destacar, pero que asimismo cobrarán diferente sentido y significación en cada persona o grupo (Ludi, 2012, p. 32).

Estos cambios, ya sean psicológicos y/o biológicos, se encuentran relacionados al ambiente social de las personas, influyendo de esta forma en sus motivaciones, expectativas y actitudes (Sánchez, 2000, p. 36).

La jubilación: múltiples experiencias

Otro de los cambios ocurridos en la vejez es el cese de la actividad laboral. Esta situación acarrea una modificación en la rutina de las personas, en el uso que le dan a su tiempo libre, a sus ingresos, a sus vínculos, entre otra multiplicidad de cuestiones que tienen que ver con sus propias experiencias de vida.

Según Sánchez (2000), el trabajo es considerado una parte significativa en la vida de las personas, en su identidad y estatus social, y por lo tanto la culminación del mismo puede significar un “descenso en la posición social”, así como también puede representar una mayor autonomía en su rutina (p. 127).

Alejarse de un empleo supone algo más que el cese de una actividad. Este cambio implica adoptar un nuevo papel de persona retirada y produce una sucesión de etapas. En el ciclo de la vida puede representar un final y a la vez un principio (Sánchez, 2000, p. 130).

De las entrevistas realizadas a socios y socias de AJUPEN UTE se desprenden diversas experiencias en torno a este suceso, estando ello transversalizado por múltiples cuestiones personales, como son por ejemplo, el motivo por el cual la persona se jubila, si hubo una planificación previa, y si la decisión fue voluntaria o no.

la jubilación es un paso que es muy difícil de dar ¿por qué? Porque no tienes marcha atrás. Si te casas y te va mal, te divorcias y ya está, cada uno para su lado, pero si te jubilas y te va mal, no tienes marcha atrás. (...) Son cosas que las vas perdiendo pero tá, vale la pena igual (Entrevista No 2, Socio AJUPEN UTE).

Yo cuando me jubilé llegó el momento de hacerlo, (...) pero yo ya lo había asumido de tal forma que no sentí, no lo sentí, empezamos a aprovechar ese año sabático con mi señora, participábamos en más cosas que nos gustan a los dos (Entrevista No 1, Socio AJUPEN UTE).

“(…) ya estaba deseando. Y la verdad fue para mejor porque tuve más tiempo para todo, con mi patrona también salir a hacer excursiones que a veces no puedes ¿viste?” (Entrevista No 7, Socio AJUPEN UTE).

Ah para mí la felicidad plena (risas) sí, sí. Siempre tuve la idea que jubilarse era una etapa hermosa, siempre lo vislumbre que el estar jubilado era fantástico y me tocó en una etapa de la vida que realmente jubilarme fue a pleno (Entrevista No 5, Socia AJUPEN UTE).

Mi padre se jubiló, se sentó en el banquito y ahí terminó sentado en el banquito, muchísimos años, como treinta años o más, y eso yo no lo quería para mí. Creo que muchos no lo quieren para ellos, y creo que lo mejor es mantener una actividad (Entrevista No 1, Socio AJUPEN UTE).

A partir de los relatos expuestos por los diferentes entrevistados/as se percibe las diversas vivencias en torno a este suceso. Algunos la proyectaron y se prepararon para ello; otros en cambio, la fueron transitando de acuerdo a cómo se desarrollaron los hechos. Como plantea Sánchez (2000), el retiro de la actividad laboral puede ser una experiencia positiva como negativa para quien la transite, ya que podría significar un vacío en la vida de las personas desde el punto de vista social y económico. “El retiro marca el final de lo que se concibe como una relación estrecha entre la clase de empleo que la persona mantiene y el estilo de vida que disfruta” (Sánchez, 2000, p. 127).

He pasado una época de jubilada con respecto a otros jubilados muy buena te diría, porque desde el punto de vista económico, mi jubilación es muy buena (…) Y yo al vivir, estar sola en mi casa vivo bien. Entonces no he sufrido las cosas que miles de jubilados sufren (Entrevista No 3, Socia AJUPEN UTE).

(…) tanto sea en la parte laboral como económica a mí me cambió mucho… con el tiempo te vas adaptando, por ejemplo hablando de los sueldos, es distinto cuando trabajaba a lo que fue de jubilado, ¿viste?... Pero con el correr del tiempo te vas amoldando a necesidades o al sueldo tuyo, entonces la vas llevando (Entrevista No 4, Socio AJUPEN UTE).

El relato de los/as entrevistados/as da cuenta de cómo la jubilación impacta en la esfera económica de cada persona, “La consecuencia mayor y más inmediata del retiro es el cambio en la situación económica” (Sánchez, 2000, p. 133). La trayectoria laboral determinará en cierto modo los

ingresos que se percibirán una vez jubilado y ello a su vez condicionará la forma en que se transite esta etapa.

Por otro lado, en lo que respecta al deseo de jubilarse existe una estrecha relación entre el tipo de actividad realizada en la trayectoria laboral y el mismo, entrando en juego los días y horarios de las jornadas laborales, así como también la tarea propiamente dicha. Los entrevistados/as que realizaban mayormente tareas que requerían de un trabajo y esfuerzo físico, así como también jornadas rotativas mencionaban su voluntad por adquirir la jubilación, aludiendo como positivo el poder contar con más tiempo libre para poder realizar actividades de interés personal, las cuales antes se veían impedidos de realizarlas. Con respecto a ello, un entrevistado menciona

(...) en mi caso personal, como te decía la rotación era tremenda, era tremenda. (...) cambias horario de dormir, de comer, de todo, la vida social se terminó. No hay sábado, domingo, (...) no había almanaque (...) Entonces cuando tuve la posibilidad de jubilarme no lo pensé nada (Entrevista No 2, Socio AJUPEN UTE).

En relación a lo expuesto anteriormente, Sánchez (2000), menciona que el retiro de la vida laboral representa mucho más que dejar de realizar una actividad en sí, implica un nuevo rol, el final de una etapa y el comienzo de otra. “Se terminan años de compromiso laboral pero pueden iniciarse nuevas oportunidades para el uso del tiempo y la energía” (Sánchez, 2000, p. 130).

Tiempo libre en la vejez: ¿Un bien preciado?

Una vez que las personas adquieren la jubilación el “tiempo libre” se presenta muchas veces como un desafío, ya que a partir de ello se cuenta con más horas libres y sin un horario establecido por sus obligaciones. Al jubilarse las horas que eran destinadas al empleo, se transforman en horas de ocio, no estando este último empleado de la misma forma por todas las personas, siendo vivenciado de acuerdo a sus experiencias, a su personalidad, a su situación socioeconómica, y a su condición de salud.

La jubilación da la oportunidad a cada uno de desarrollar el arte de vivir el tiempo de acuerdo a nuestra personalidad y a nuestras preferencias. Sin embargo, hay que considerar la realidad; el hecho de disponer de tiempo libre no supone que se ocupe en actividades gratificantes o que permitan un desarrollo personal (Bueno y Buz, 2006, p. 14).

En lo que concierne al tiempo libre, algunos de los/as entrevistados/as expresaron la existencia de una preparación y planificación previa con respecto a su uso. Entre las mismas se destacan las actividades socio-recreativas: clases de yoga, de gimnasia, de ajedrez, taller de talla en madera, pintura, la participación en AJUPEN UTE, paseos, viajes.

Siempre pensé que tenía que hacer algo porque me parecía que no iba a poder estar sin hacer algo, que iba a tener demasiadas horas libres y que me iba a sentir mal (...) además quería mejorar la parte económica también, (...) y después pensé que al final me iba a complicar más de lo necesario a la edad que tengo, (...) Entonces empecé a pensar en disfrutar, en vivir mejor los años que me quedan y dejé de pensar en eso que en un momento creí que iba a ser necesario (...) (Entrevista No 6, Socia AJUPEN UTE).

Sabes que en la UTE hubo un curso para la gente que se iba a jubilar, pero yo ya estaba con las actividades atléticas, ya estaba en otras cosas, con el tema del Parque de Vacaciones también y como le dije a la instructora “mirá yo estoy deseando esto” (risas) “porque el tiempito que me esta robando el trabajo” (Entrevista No 7, Socio AJUPEN UTE).

(...) uno se tiene que adaptar a no tener horarios y a no tener todavía organizada la vida de jubilado, entonces pensé en tener esa actividad semanal y además nunca había hecho pintura y era algo interesante de conocer (Entrevista No 5, Socia AJUPEN UTE).

En cambio, otros entrevistados/as manifestaron que no hubo una proyección previa con respecto al uso que le iban a dar a su tiempo libre, de este modo continuaron desarrollando las actividades que ya realizaban antes de jubilarse y simplemente se fueron habituando a la nueva rutina, entre ellas destacaron las visitas a sus familiares, tareas domésticas como la cocina, cuidado e higiene del hogar, cuidado de sus mascotas, entre otras actividades diarias.

En la etapa post-jubilación el tiempo libre es vivenciado de diversas formas, lo que más se destaca en los discursos de los/as entrevistados/as es habituarse a la nueva rutina, salir de la estructura de horarios a la cual se estaba acostumbrado. Una socia de AJUPEN UTE relata cómo vivenció tal proceso

(...) me costó también tiempo salir de la rutina, era como una cosa que lo notaba por ejemplo si venían mis nietos o mi hija y habían llegado a las once y estábamos conversando y a mi a las doce me daba como una angustia, en punto teníamos que comer “¡Pero mamá! No tenemos

nada que hacer” y si no, “¿qué tenes que hacer abuela?” “nada”, “¿y entonces?” (Risas), me costó eso me costó pero ahora no, ahora no (Entrevista No 3, Socia AJUPEN UTE).

Si bien en esta etapa de la vida las personas se enfrentan a un cambio en su rutina, ello no significa que ésta sea vivenciada de forma negativa, por el contrario, los/as entrevistados/as aluden a la satisfacción de poder realizar las actividades en su cotidianeidad de acuerdo a su voluntad y deseo.

(...) cuando trabajas es una rutina, porque te levantas, preparas el desayuno, después te vas corriendo a trabajar, venís a preparar la cena, lavar ropa, porque es así. Y ahora por ejemplo, en este momento ya lo hago de a poco, tomo mate tranquila de mañana, después hago un poco de bicicleta, “C” me acompaña (señala a su mascota). Empecé a ir a yoga que antes no iba, porque tenía más tiempo (Entrevista No 8, Socia AJUPEN UTE).

(...) no estoy obligada a ningún horario, y eso es lo que me ha hecho desestresarme mucho en ese sentido. Vivir haciendo y disfrutando como yo quiero. Antes estaba pendiente de mis obligaciones, las decisiones dependían de mi trabajo, hoy no, las puedo disponer yo, las puedo cambiar, ordenar mi tiempo (Entrevista No 6, Socia AJUPEN UTE).

Bueno y Buz (2006), refieren a lo beneficioso de usar el tiempo libre de forma satisfactoria, de poder contar con los recursos necesarios para que el mismo sea “productivo” ya que ello incide en la calidad de vida de las personas, repercutiendo ello en la esfera afectiva, psicológica y social de éstas (Bueno y Buz, 2006, p. 18).

A lo largo de las entrevistas realizadas, se percibe la relación entre el género y los usos que hacen los viejos y viejas integrantes de AJUPEN UTE del tiempo libre. A través de sus discursos se visualiza cómo se expresan los roles de género en la vejez.

Por un lado, los varones aluden a una continuidad en las actividades que ya realizaban anteriormente al momento de adquirir la jubilación, entre ellas se destaca la tarea sindical, la cual la continúan realizando en la Asociación de Jubilados una vez que se apartan del mercado laboral. También, se visualiza un mayor involucramiento de los varones en las tareas del hogar ya que al contar con más tiempo libre el mismo es destinado a efectuar tareas como: arreglos de la casa, pintura, jardinería, cocina.

Por otro lado, las mujeres expresan, seguir realizando las tareas domésticas (cocina, limpieza, cuidado), pero además se manifiesta la participación en actividades fuera de la esfera del hogar de interés personal, como son: clases de yoga, clases de salsa, de ajedrez, de crochet.

“En la vejez, los roles tradicionales que rigen durante la vida activa se suavizan en cierta medida, siendo más notoria la participación de los hombres en tareas que tradicionalmente han sido asignadas a las mujeres” (Bueno y Buz, 2006, p. 9). De esta forma, Aguirre y Scavino (2018) expresan que lo que se espera de “ser mujer o varón vieja/o” es el resultado de procesos sociales, los cuales están estrechamente vinculados a los mandatos y expectativas presentes en una sociedad (p. 31).

De acuerdo a lo expresado por los/as entrevistados/as, los mismos no presentan dificultades para ocupar su tiempo libre de acuerdo a sus intereses. Aluden a la elección de poder realizar actividades de interés personal, ya sean éstas socio-recreativas, físicas, de descanso, entre otras, sin mayores inconvenientes. En relación a ello, cabe destacar por un lado, que los viejos y viejas entrevistados/as cuentan con un buen nivel socio-económico el cual les permite hacer uso del tiempo libre de acuerdo a sus intereses y voluntades. Por otro lado, plantean que si bien presentan un deterioro físico propio de la edad, ello no se traduce en un impedimento que impacte en transitar esta etapa de forma placentera, sino que por el contrario, mencionan que se sienten activos, autónomos y vitales.

A partir de lo expuesto anteriormente, y a través del discurso del grupo entrevistado de AJUPEN UTE, se percibe en general una vejez activa, donde los viejos y viejas mantienen los lazos afectivos y las redes de parentesco, así como también la participación e involucramiento en diversas actividades. La sociedad crea mitos y estereotipos donde la vejez es percibida como una etapa de improductividad, pasividad y de deterioro físico y mental, donde muchas veces los propios viejos y viejas cargan con tales prejuicios reproduciéndolos, aunque ello no se visualiza en los/as entrevistados/as.

“Viejo no me siento, porque me siento activo, pero reconozco que yo soy una persona con edad (...)” (Entrevista No 4, Socio AJUPEN UTE).

Ello deja vislumbrar cómo la vejez es asociada a la idea de pasividad, reforzando la imagen de viejo sinónimo de inactivo, pasivo. También, con respecto a la idea de la vejez pasiva, aparece en varios de los discursos de los/as entrevistados/as el estereotipo acerca de la vejez como una condición ajena, distante, reflejada en el otro, ya que ellos no la vivencian de esa forma. Ello se encuentra

estrechamente vinculado al imaginario social acerca de la vejez, a los mitos y estereotipos presentes en la sociedad en la cual los viejos y viejas transitan este proceso.

En este sentido, los/as entrevistados/as expresan cómo vivencian su vejez con respecto al uso que hacen de su tiempo libre, expresándose en afirmaciones como las siguientes

“Yo no me he quedado, por ejemplo voy a un curso de adultos, donde hicimos informática, ahora estoy en un grupo que hacemos ajedrez, nos reunimos con esa gente” (Entrevista No 8, Socia AJUPEN UTE).

“A veces la dificultad esta en tener demasiado, bueno demasiados no, pero varios compromisos y tratar de participar de todos, pero no es un estrés (Risas)” (Entrevista No 5, Socia AJUPEN UTE).

a veces el tema es la organización, que algunas cosas se suman entre si y hay otras que tengo que optar porque a veces ya estoy comprometido con otra cosa, pero tá. Y eso me ha pasado. Hoy priorizo el tema de AJUPEN UTE porque estamos en la directiva y bueno hay que priorizarlo (...) (Entrevista No 7, Socio AJUPEN UTE).

yo soy una persona que tiene muchos amigos y muchos conocidos y además siempre busco lo que hacer, me gusta mucho la casa, me encanta la cocina, siempre estoy en algo. Me encanta la televisión, la música, me gusta todo, entonces siempre encontrás algo (Entrevista No 6, Socia AJUPEN UTE).

Los discursos de los/as entrevistados/as denotan la vivencia y proyección de una vejez activa, a través del involucramiento en diversas actividades, ya sean estas en el ámbito público o privado, donde el apoyo de los amigos, familiares y redes que van conformando es fundamental para transitar esta etapa de forma productiva, derribando los estereotipos negativos existentes acerca de la misma.

Cabe agregar, que las entrevistas fueron realizadas en época de pandemia en el marco de COVID-19, por lo tanto en ese momento las actividades presenciales a las cuales los/as entrevistados/as concurrían regularmente estaban suspendidas, así como también las visitas a familiares y amigos se vieron afectadas generando ello una modificación en su tiempo libre. Con respecto a ello mencionan,

“Desde el quince de marzo hasta ahora no hago nada porque estaba cerrado el SUAT allí para hacer gimnasia...” (Entrevista No 3, Socia AJUPEN UTE).

“Lo que antes hacíamos y ahora no podemos hacerlo por la pandemia era actividad física, ir a caminar al Prado” (Entrevista No 4, Socio AJUPEN UTE).

“Con el tema de WhatsApp se ha avanzado, lo que nos permite estar un poquito mas cerca. Por ejemplo en este momento tan feo, por la pandemia vos fijate que podes hacerlo, nos vemos por ahí” (Entrevista No 7, Socio AJUPEN UTE)

Como alternativa a los encuentros presenciales se menciona el uso y la ventaja de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TICS) por parte de los/as entrevistados/as, estos mencionan que a través de aplicaciones como “Zoom” y “WhatsApp” participan en diversas actividades y siguen en contacto con sus familiares y grupos de amigos, aunque manifiestan la falta de contacto físico y de los encuentros presenciales con sus pares y familiares.

Reflexiones finales

En este apartado se expondrán las reflexiones finales a las cuales se ha arribado en el presente documento, a partir del trabajo de campo realizado y su posterior análisis.

En la presente monografía final de grado, se propuso realizar un acercamiento a la temática del uso del tiempo libre en la vejez, a partir de un estudio de caso llevado adelante con la Asociación de Jubilados y Pensionistas de UTE. Se procuró conocer cómo el tiempo libre es utilizado en esta etapa de la vida, qué factores inciden al momento de usarlo, así como también constatar si existen diferencias en cuanto al género. Cabe aclarar que los datos obtenidos, no se pueden generalizar a otras vejezes ya que el grupo entrevistado presenta particularidades como lo es la participación gremial en esta Asociación específica, lo cual hace que el mismo cuente con características propias.

A partir del objetivo general planteado, se orientó a la búsqueda de insumos que aporten a la temática del uso del tiempo libre en la vejez, una vez que los viejos y las viejas han culminado su trayectoria laboral; así como también explorar las percepciones que el grupo entrevistado tiene acerca de la vejez como etapa vital.

En tal sentido, problematizar a la vejez es una ardua tarea ya que la misma implica un conjunto de significaciones que hacen al bagaje acumulado de cada viejo y vieja, cada trayectoria recorrida a lo largo de la vida siendo transitada la misma de diversas formas. Ello, se percibe a través de las entrevistas realizadas, donde los viejos y viejas si bien presentan características comunes en esta etapa de la vida, cada uno expresa particularidades y aspectos que hacen que la misma sea única y particular.

El uso del tiempo libre luego de adquirida la jubilación se presenta en el grupo entrevistado de dos formas. Por un lado, algunos lo vivencian de forma placentera y con disfrute, al no contar con una rutina establecida por obligaciones laborales, ello se visualiza principalmente en aquellas personas que tuvieron una historia laboral que requería esfuerzo físico y jornadas laborales rotativas. Por otro lado, están quienes al momento de jubilarse expresaron sentir una sensación de “angustia” debido al cambio en las actividades diarias a las cuales se estaba acostumbrado a realizar y a la dificultad de adaptación a la nueva rutina.

El grupo entrevistado, alude vivenciar esta etapa de la vida de forma positiva, estando involucrados en diversos espacios de la sociedad y expresando de esta forma la proyección de una vejez activa. Ello remite a una mirada y vivencia antagónica al imaginario existente en torno a la

vejez, en donde a través de ciertos prejuicios, y estereotipos se crea una imagen de la misma como pasiva.

Lo mencionado anteriormente hace evidente que no todas las personas transitan esta etapa como quisieran, por tal motivo se debe tener en cuenta las diversas vejezes y en qué contexto se desarrollan las mismas, ya sean en contextos críticos, de pobreza, de institucionalización, en el medio rural o urbano. Para ello, la ocupación del tiempo libre es un aspecto relevante a tener en cuenta en la cotidianidad de cada viejo/a, qué usos hacen del mismo, si tienen acceso a actividades, a cuáles (físicas, recreativas, educativas, reivindicativas), si las mismas son de interés personal, y qué beneficios le producen para el bienestar de cada persona.

Entre las actividades que destacan los/as entrevistados/as en lo que respecta al uso del tiempo libre, se encuentran: una participación sindical activa, la realización de actividades recreativas a través de la participación en AJUPEN UTE (almuerzos, paseos, celebraciones), encuentros con familiares, tareas en el hogar (cocina, higiene, jardín), realización de actividad física, viajes, y actividades de entretenimiento (radio, TV).

En general, los/as entrevistados/as plantean que debido a la mayor disponibilidad de tiempo libre luego de adquirida la jubilación comenzaron a realizar nuevas actividades, así como también a tener un mayor involucramiento en las que ya realizaban. En sus relatos, plantean un paralelismo entre sus actividades diarias cuando integraban el mercado laboral y las realizadas en la etapa post-jubilación, enfatizando en el tiempo disponible luego de adquirida la misma, y por ende en la disposición horaria para la realización de cualquier tarea.

En este sentido Del Barrio (2007), plantea que la cultura del ocio presente en nuestra sociedad es diferente a la que los viejos y viejas han vivenciado a lo largo de sus vidas, donde el trabajo era central en ellas durante toda esta etapa. Hoy en día el contar con una mayor esperanza de vida, y también con más tiempo libre se le presenta a esta población como un desafío en sus vidas. Por ello, la importancia de planificarlo y prepararse para que el mismo sea gratificante para quien lo transite.

Los roles de género transversalizan la vida de los/as entrevistados/as y de esta forma se expresan tanto en su participación en la Asociación AJUPEN UTE, como también en las actividades realizadas en el hogar. En lo que concierne a la primera, se percibe que los varones a diferencia de las mujeres presentan un rol más significativo y de toma de decisión en la Asociación a través de los cargos directivos. En lo que refiere a la segunda, se presenta una inversión de los mismos dentro de la esfera

del hogar, con un mayor involucramiento de los varones en éstas, expresando las mujeres la realización de actividades de ocio de interés personal fuera de la esfera del hogar.

Los roles de género como construcciones socio-culturales se encuentran enmarcados en los discursos y prácticas de la sociedad en su conjunto, determinando la forma de actuar de cada persona, ello se percibe a través del discurso del grupo entrevistado, quienes aluden de forma naturalizada tareas específicas que realizan las mujeres y los varones en diversos ámbitos de su vida.

Ello refiere a las normas y valores sociales establecidos, donde el varón se encuentra más vinculado al ámbito público y la mujer al ámbito privado. Esto también se expresa en la desigualdad en el uso del tiempo, donde la mujer presenta un rol más significativo en el cuidado de sus familiares, y en las tareas domésticas además de integrar el mercado laboral. Las entrevistadas mencionan que una vez adquirida la jubilación, el tiempo libre es vivenciado como el tiempo dedicado al cuidado de sí misma y de realización personal. A partir de ello, se cree relevante identificar y visibilizar las desigualdades de género y su impacto en el uso del tiempo libre.

En lo que respecta a la metodología utilizada para la recolección de la información se empleó un enfoque cualitativo a través de la realización de entrevistas a la población objetivo. Si bien esta técnica generó ciertas dificultades al momento de llevarla a cabo debido a la situación sanitaria que se está atravesando a nivel mundial (Covid-19), ocasionando inconvenientes para localizar a la población de estudio y contar con su posterior aprobación para la realización de las entrevistas; como facilitador en este contexto se ubican las herramientas virtuales para la realización del trabajo de campo, como es la herramienta “Zoom”, llevándose a cabo mediante videollamada algunas de las entrevistas, realizándose las demás de forma presencial con todas las medidas sanitarias pertinentes. Ante ello, se entiende que pese a ciertos obstáculos mencionados anteriormente derivados del contexto de pandemia, la metodología empleada fue pertinente para cumplir con los objetivos propuestos en el presente documento.

A partir del trabajo de campo realizado, cabe mencionar que en términos generales el grupo entrevistado presenta ciertas características específicas, siendo algunas de ellas, por un lado, que el rango etario de los entrevistados oscilan entre los 68 y 82 años de edad. Por otro lado, la mayoría de ellos se encuentran transitando esta etapa en pareja, aludiendo no tener grandes inconvenientes de salud, y percibiendo además ingresos aceptables por concepto de jubilación los cuales les permiten vivenciar la vejez con una mejor calidad de vida frente a otros.

En lo que respecta a la pregunta inicial y a su consiguiente hipótesis de la cual parte el presente trabajo, se desprende que los factores que determinan el uso del tiempo libre en este grupo en particular son múltiples de acuerdo a la trayectoria de vida de cada viejo/a, a la personalidad, a sus vínculos, a sus ingresos, a su condición de salud, a las construcciones socio-culturales existentes en la sociedad de la cual hacen parte, influyendo los mismos al momento de emplearlo cualquiera sea la actividad. Los roles de género transversalizan la vida cotidiana de los viejos y viejas, influyendo en el uso que hacen los mismos del tiempo libre. Éstos son naturalizados y reproducidos en diversas esferas de la vida de los/as entrevistados/as.

Por último, cabe agregar que el trabajo de campo al ser realizado en contexto de pandemia sanitaria, los/as entrevistados/as plantearon que el uso del tiempo libre se vio afectado por tal situación, generando ello una modificación en su rutina habitual, ya que algunas de las actividades sociales que realizaban de forma presencial fueron canceladas y otras continuaron a través de una modalidad virtual. Esta situación permite pensar como posible línea de estudio a futuro, conocer los impactos que tuvo la pandemia en el uso del tiempo libre de los viejos y viejas entrevistados, así como también conocer qué papel tuvieron las TICS en este contexto.

Bibliografía consultada

- AGUIRRE, Rosario; FERRARI, Fernanda (2015) “Avances en la medición del uso del tiempo y el trabajo no remunerado en la región” en Batthyany, Karina compiladora “Los tiempos del bienestar social. Género, trabajo no remunerado y cuidados en Uruguay” Uruguay: Doble clic Editoras.
- AGUIRRE, Rosario; SCAVINO, Sol (2018) “Vejez de las mujeres. Desafíos para la igualdad de género y la justicia social en Uruguay”. Ciencias Sociales. UdelaR. Montevideo. Doble clic editoras.
- ALLPORT, Gordon (1977) “La naturaleza del prejuicio”. Buenos Aires: EUDEBA.
- BARBÉ, Carolina (2015) “Entre el trabajo y la jubilación: La vejez”. Monografía final de grado. Facultad de Psicología, Universidad de la República. Montevideo.
- BATTYÁNY, Karina; CABRERA, Mariana (2011) “Metodología de la investigación en Ciencias Sociales: Apuntes para un curso inicial”. Universidad de la República. Montevideo.
- BORON, Atilio (2005) “Manual de Metodología”. Red de Bibliotecas Virtuales de Ciencias Sociales de América Latina y el Caribe de la Red CLACSO. Buenos Aires.
- BRUNET, Nicolás; MÁRQUEZ, Clara (2016) “Atlas Sociodemográfico y de la Desigualdad del Uruguay. Envejecimiento y personas mayores en Uruguay”. Programa de Población. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de la República.
- BUENO, Belén; BUZ, José (2006) “Jubilación y tiempo libre en la vejez”. Madrid, Portal Mayores, Informes Portal Mayores, No 65. Fecha de publicación: 16/10/2006
- CORBETTA, Piergiorgio (2007) “Metodologías y técnicas de investigación social”. McGraw-Hill/Interamericana de España. S.A.U.

- DORNELL, Teresa (2015) “Las cartografías corporales en la vejez y el envejecimiento: Dispositivo de análisis en la prejubilación” en “Debates regionales en torno a la vejez: un acercamiento desde la academia y la práctica pre profesional”. compiladora Dornell. Montevideo: UdelaR. FCS- DTS.
- DEL BARRIO, Elena (2007) “Uso del tiempo entre las personas mayores”. Boletín sobre el envejecimiento. IMSERSO. Perfiles y tendencias, No 27. España.
- FERNÁNDEZ, Fabiana (2003) “Tercera edad: el desafío del retiro laboral”. Monografía final de grado. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de la República. Montevideo.
- GARCÍA, Inmaculada, MORENO, Matías (2010) “Ocio, Tiempo libre y voluntariado en personas mayores”. Polis. Revista de la Universidad Bolivariana, Volúmen 9, No 26, p. 61-84. España.
- HERNÁNDEZ, Gerardo (2009) “Cese de la actividad profesional y preparación para la jubilación”. Cuadernos de Relaciones Laborales. No. 2 63-81.
- HERNÁNDEZ, Octavio (2016) “La jubilación... ¿Y después? Proceso de Desvinculación del mercado Laboral”. Monografía final de grado. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de la República. Montevideo.
- HOLLICH, Rodrigo (2015) “Hacia el retiro del mercado laboral del viejo. Configuración de una nueva cotidianeidad”. Monografía final de grado. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de la República. Montevideo.
- HUENCHUAN, Sandra (2003) “Diferencias sociales en la vejez. Aproximaciones conceptuales y teóricas”. Revista de Trabajo Social Perspectivas. No 12, p. 13-21.
- HUENCHUAN, Sandra (2010) “Envejecimiento, Género y Políticas Públicas. Coloquio regional de expertos”. Equipo Nieve. Universidad de la República. Uruguay.

- IMSERSO (2008) “La participación social de las personas mayores”. Colección Estudios. Serie Personas Mayores. No 11005. Madrid.
- INMUJERES (2010) “Desigualdades en los ingresos: ¿Qué es de la autonomía económica de las mujeres?”. Cuadernos del Sistema de Información de Género. No 2. Uruguay.
- LAMAS, Marta (Comp.). (1996) “El género: La construcción cultural de la diferencia sexual”. México: Grupo Editorial.
- LÓPEZ, Alejandra (2006) “Proyecto género y generaciones. Reproducción biológica y social de la población uruguaya”. Montevideo: Trilce.
- LUDI, María del Carmen (2005) “Envejecer en un contexto de (des)protección social. Claves problemáticas para pensar la intervención social”. Buenos Aires: Espacio Editorial.
- LUDI, María del Carmen (Coordinadora) (2012) “Envejecimiento y espacios grupales”. Buenos Aires: Espacio Editorial.
- MANTEROLA, Carlos; OTZEN, Tamara (2017) “Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio”. Universidad de La Frontera. Temuco. Chile: pp 227-232.
- ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD (2004) “Unidad de género, Etnia y Salud. Indicadores básicos para el análisis de la equidad de género en salud”. Biblioteca sede OPS. Washington, D.C.
- PAREDES, Mariana; BERRIEL Fernando; LLADÓ Mónica; CARBAJAL, Maria (2013) “La sociedad uruguaya frente al envejecimiento de su población”. Departamento de Publicaciones, Unidad de comunicación de la Universidad de la República (UCUR). Montevideo

- PAVÍA, Víctor; GERLERO, Julia; APENDINO, Jorge (1992) “Adolescencia, grupo y tiempo libre”. Buenos Aires: Humanitas.
- PIVANI, Ruth (2015) “Representaciones de envejecimiento y vejez asociados a la participación de los adultos mayores”. Monografía final de grado. Facultad de Psicología, Universidad de la República. Montevideo.
- PÓPPITI, Ma. Solange (2012) “vejez en el siglo XXI: Determinaciones culturales que inciden en su conceptualización”. Monografía final de grado Facultad de Psicología, Universidad de la República. Montevideo.
- RODRÍGUEZ, Federico; ROSSEL Cecilia (2009) “Panorama de la vejez en Uruguay”. Universidad Católica del Uruguay. UNFPA. Montevideo.
- SALVAREZZA, Leopoldo (Comp.) (1998) “La vejez: Una mirada gerontológica actual”. Buenos Aires: Paidós.
- SÁNCHEZ, Carmen (1990) “Trabajo Social y vejez”. Editorial Humanitas: Buenos Aires
- SÁNCHEZ, Carmen (2000) “Gerontología Social”. Buenos Aires: Espacio Editorial.
- SAUTU, Ruth (2005) “Todo es teoría: objetivos y métodos de investigación”. la ed. Lumiere: Buenos Aires.
- SIRLIN, Claudia (2007) “La jubilación como situación de cambio: La preparación para la jubilación como acción estratégica para su abordaje”. Asesoría General en Seguridad Social. Comentarios de seguridad social- Nº 16, Montevideo.
- STAKE, Robert (1999) “Investigación con estudios de casos”. Ediciones Morata: Madrid.
- THEVENET, Nicolás (2013) “Cuidados en Personas Adultas Mayores. Análisis descriptivo de los datos del censo 2011”. Uruguay
- VALLES, Miguel (1999) “Técnicas cualitativas de investigación social”. Editorial Síntesis: Madrid.

Referencias web

- Instituto Nacional de Estadística (2011) “Resultados del Censo de Población 2011: población, crecimiento y estructura por sexo y edad. Uruguay”. Disponible en: <https://www.ine.gub.uy/documents/10181/35289/analisispais.pdf> . Recuperado el 14/04/2020
- Banco de Previsión Social (2020), “Jubilaciones”. Disponible en: <https://www.bps.gub.uy/3498/jubilaciones.html> . Recuperado el 22/04/2020
- MIDES (2015) “Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las personas mayores”. Disponible en: <http://dspace.mides.gub.uy:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/931/Convención%20Interamericana%20sobre%20la%20protección%20de%20los%20derechos%20humanos.pdf?sequence=4&isAllowed=y> . Recuperado el 24/04/2020
- MIDES (2015) “Sistema de Información sobre Vejez y Envejecimiento”. Disponible en: <http://dspace.mides.gub.uy:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/885/Las%20personas%20mayores%20en%20Uruguay.%20Sistema%20de%20información%20sobre%20vejez%20y%20envejecimiento..pdf?sequence=1&isAllowed=y> . Recuperado el 24/04/2020