

Pre-proyecto de Tesis: “Participación social y su influencia en la calidad de vida de adultos mayores”

Ana Claudia Olascoaga – 4.237.477-8

Tutor: Prof. Adj. Mag. Mónica Lladó

Julio, 2014

Sumario

1. Resumen.....	3
1.1 Fundamentación.....	4
2. Marco Teórico.....	5
2.1 Adultos mayores y envejecimiento.....	5
2.2 Calidad de vida.....	7
2.3 Participación.....	8
2.4 Antecedentes teóricos.....	10
3. Objetivos.....	12
3.1 Pregunta Problema.....	12
3.2 Objetivo General.....	12
3.3 Objetivos Específicos.....	12
4. Metodología.....	14
4.1 Cronograma de ejecución.....	17
6. Resultados esperados.....	18
5. Referencias Bibliográficas.....	19



Resumen

El propósito de este pre-proyecto de tesis propone como pregunta problema indagar sobre los modos de participación que los adultos mayores tienen en las actividades generadas por la oficina del adulto mayor de la Intendencia Municipal de Durazno, y la forma en que esta participación influye sobre la auto-percepción de la calidad de vida de los mismos.

La metodología empleada será de carácter fenomenológico, utilizando métodos cualitativos y cuantitativos.

Como técnicas de recolección de datos se utilizarán: entrevistas en profundidad, semi-estructuradas y encuestas.

Para finalizar se analizarán los datos desde un diseño de tipo descriptivo.

Palabras Clave:

Adultos mayores. Envejecimiento. Participación. Calidad de vida.

1.1- Fundamentación

Es importante reflexionar en el hecho de que uno de los rasgos característicos de nuestra sociedad actual es el envejecimiento de su población, lo cual genera un fenómeno que forma parte de una realidad mundial aunque con características y ritmos diferentes para cada región. Las personas mayores, como categoría social específica, se encuentran hoy ante una situación a nivel social en la que se tiende a la exclusión más que a la inclusión. Contribuye a esto, la poca participación en los recursos económicos, sociales, políticos y culturales, de los que dispone el resto de la sociedad en la que viven.

Junto a la preocupación por lo antedicho, la elección de la temática a estudiar en este pre-proyecto de investigación se baso en un proyecto para el Seminario sobre adultos mayores y participación, en el marco de las actividades del Núcleo Interdisciplinario de Estudios sobre Vejez y Envejecimiento (NIEVE).

En esta oportunidad el proyecto busca estudiar el trabajo con adultos mayores que realiza la oficina del adulto mayor de Durazno, la cual funciona dentro del Departamento de Promoción Social de la Intendencia Municipal de Durazno (IMD). Este espacio fue creado por la Comuna en el 2012, con el fin de promover programas de políticas sociales que involucren al adulto mayor, coordinando acciones para incluir a este sector de la población a través de diferentes actividades como: gimnasia, danza, canto, espacios de recreación, etc. (siendo en su mayoría, actividades promovidas y organizadas por los adultos mayores).

Debemos pensar la población de adultos mayores no como objeto de intervención, sino como sujetos de derecho y actores sociales. El acercamiento a la realidad de los adultos mayores posibilita conocer la calidad de vida en la tercera edad, desde los aspectos subjetivos que la definen, teniendo en cuenta que, “... el bienestar del ser humano no depende exclusivamente de un ingreso, o de la satisfacción de necesidades básicas, sino también de crecientes reivindicaciones, como la justicia, libertad, ejercicio de un pluralismo político y social, la participación activa en la toma de decisiones, el desarrollo de la propia identidad cultural y el despliegue de las potencialidades creativas de individuos y sociedades “(Informe Argentino sobre Desarrollo Humano, ONU; 1995)



2. Marco Teórico

2.1- Adultos mayores y envejecimiento

El tema del envejecimiento y la vejez

es una de las preocupaciones más antiguas que ha acompañado a la humanidad.

La mitología sobre los inmortales, la constante búsqueda de la fuente de la eterna juventud, así como el tratamiento que han dado las diferentes sociedades a este tema, dan cuenta de estas preocupaciones vinculadas a aspectos existenciales del ser humano.

A lo largo de la historia, las diferentes sociedades y culturas han construido colectivamente determinados lugares sociales para los adultos mayores. Esta construcción de significados y sentidos imaginarios (imaginario social) produce efectos concretos en las personas y en su identidad. En el caso que nos ocupa, produce un determinado modo de envejecer y de ser viejo o vieja.

No existe un único paradigma de la vejez y el envejecimiento, estamos frente a una transición en cuanto a estas concepciones, a una transformación de paradigmas en la comprensión y construcción social de estos procesos y en la dinámica que va adquiriendo el envejecimiento en la sociedad toda. Este proceso se encuentra en un momento de tensión en el que se debate entenderlo como un proceso singular, variable de acuerdo a diferentes contextos sociales, económicos, culturales, históricos; o considerarlo como un proceso universal y único que nos atraviesa a todos por igual.

La vejez alude a una realidad multifacética atravesada no solo por el paso del calendario, sino también por aspectos fisiológicos, sociales y culturales.

“Participación social y su influencia en la calidad de vida”

La vejez ha de contemplarse como un proceso diferencial y no como un estado. Se trata de cambios graduales en el que intervienen un número muy considerable de variables con diferentes efectos.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS) el envejecimiento es el proceso fisiológico que comienza con la concepción y ocasiona cambios característicos de la especie humana durante todo el ciclo de vida. Esos cambios producen una limitación a la adaptabilidad del organismo en relación con el medio. El ritmo en esos cambios se produce en los distintos órganos de un mismo individuo o en distintos individuos en forma desigual.

La definición cronológica de la edad en que comienza la etapa de la vejez es un asunto sociocultural, cada sociedad establece el límite de edad a partir del cual una persona se considera mayor o de edad avanzada.

En general en todas las sociedades, la edad establecida se relaciona con la pérdida de ciertas capacidades instrumentales y funcionales para mantener la autonomía e independencia, lo que si bien es un asunto individual tiene relación directa con las definiciones normativas que la cultura otorga a los cambios ocurridos en la corporalidad, es decir, la edad social.

La vejez puede ser una etapa de pérdidas como también de plenitud, dependiendo de la combinación de recursos y estructura de oportunidades individuales y generacionales al que están expuestos los individuos en el transcurso de sus vidas, de acuerdo a su condición y posición al interior de la sociedad. Esto nos remite a conjugar la edad con otras diferencias sociales tales como el sexo, la clase social o la etnicidad, que condicionan el acceso y disfrute de dichos recursos y oportunidades.

El concepto de vejez está pautada culturalmente con relación a otras etapas del ciclo vital a las que se le adjudican propiedades específicas de roles, normas, valores, posición, y que estipula sus barreras de inclusión y de exclusión proporcionándole una identidad que puede ser reconocida por cualquier miembro socializado de la población.

Actualmente estamos frente a la emergencia de un modelo de envejecer activo, vinculado a la participación que se asocia a una actitud positiva ante la vida, calidad de vida y vida saludable. Las organizaciones de adultos mayores aparecen como una tentativa de respuesta a las formas de exclusión del colectivo de las personas de edad, fomentando la participación activa de los adultos mayores. De esta forma, el envejecer activo favorece en gran medida a generar un cambio en el colectivo social que promueve un lugar de importancia para el adulto mayor que en épocas anteriores no se tenía. Hoy por hoy los adultos mayores tienden a ser partícipes

de diferentes organizaciones, de actividades políticas y educativas, de movimientos sociales, culturales y deportivos, etc.

Podría pensarse que a nivel psicológico el envejecer activo tiene efectos muy positivos sobre el adulto mayor, generando que pueda sentirse útil y pro-activo frente a determinadas situaciones y posibilitando la inclusión en diferentes espacios.

2.2- Calidad de vida.

La calidad de vida de las personas viene determinada por una serie de factores de carácter físico, cultural, socio-económico y político, por lo cual elaborar una definición específica sobre calidad de vida resulta un trabajo complejo.

El interés por la calidad de vida ha existido desde tiempos remotos. Sin embargo, el concepto calidad de vida es relativamente reciente. La idea comienza su apogeo en la década del 60. En un primer momento la expresión calidad de vida apareció en los debates públicos en torno al medio ambiente y al deterioro de condiciones de vida urbana.

A comienzos del 60, el interés por conocer el bienestar humano y la preocupación por las consecuencias de la industrialización de la sociedad era cada vez más creciente, generando la necesidad de medir esta realidad.

La calidad de vida ha sido cuestionada por diferentes disciplinas y ha asumido distintos enfoques. Existen dos grandes grupos de debate sobre la definición de calidad de vida: “Por un lado, están los que postulan que la calidad de vida hace alusión a condiciones de percepción subjetiva, frente a los que postulan que ha de referirse tanto a aspectos subjetivos, como objetivos. Por otro lado, el debate se realiza entre los que desean que el concepto tenga un contenido de carácter ideográfico frente a los que se inclinan por un concepto de carácter nomotético” (Pérez, 2013).

El estudio de la calidad de vida se ha realizado desde diferentes perspectivas. En las ciencias sanitarias ha cobrado una singular relevancia al centrar su atención en la calidad de vida relacionada con la salud. Desde la perspectiva psicológica el foco de atención está en la percepción y valoración subjetiva de las condiciones de vida y su relación con la experiencia personal. La perspectiva de las ciencias sociales, analiza la calidad de vida desde el nivel de participación e integración de los sujetos con su entorno social. En esta investigación se buscará realizar un análisis tomando cada una de estas perspectivas.

Son varios los modelos existentes para la investigación de calidad de vida, muchos de ellos la consideran desde una perspectiva genérica, sin tener en cuenta la edad. Sólo algunos de estos modelos se han intentado aplicar al campo de las personas mayores.

Según la Organización Mundial de la Salud, la calidad de vida se define como: “...la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas, sus inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno”(OMS, 1994).

Esta definición resalta la capacidad del sujeto para llevar a cabo actividades significativas que guardan relación a los aspectos funcionales, afectivos y sociales, siempre influenciados por la percepción subjetiva.

El concepto calidad de vida contiene componentes tanto objetivos como subjetivos, siendo los segundos fundamentales pues es el propio sujeto quien percibe la calidad de vida que está experimentando. Sin embargo, en esta investigación se tomarán en cuenta ambos componentes.

El conocimiento de las condiciones de vida, y su correlato en el nivel de calidad de vida de un individuo o una población, importa en la medida en que constituyen la base de referencia en la toma de decisiones sobre políticas sociales para la satisfacción de necesidades.

2.3- Participación

Cuando se piensa en los adultos mayores generalmente se los ve como un colectivo demandante de servicios, ayuda y cuidados. Se los suele pensar como objeto de intervención y no como sujetos de derecho y actores sociales. Desde hace poco tiempo, teorías y políticas promulgan una participación social de las personas mayores, denominando a esto envejecimiento activo, lo cual La Organización Mundial de la Salud define como “el proceso de optimización de las oportunidades de la salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen” (2002).

Este concepto hace referencia a un proceso de participación permanente en las temáticas sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas. De esta manera el envejecimiento activo se ha convertido en la fórmula más idónea para impulsar la participación social en las

“Participación social y su influencia en la calidad de vida”

personas mayores. Las investigaciones han mostrado ampliamente la importancia que reviste la participación activa en la vida familiar y comunitaria para los adultos mayores, así como las implicancias que la integración social tiene sobre su bienestar y salud integral.

Desde los años 80 han sucedido una serie de hechos significativos que han contribuido a fomentar la participación de las personas mayores.

A modo de ejemplo, en 1991 la Asamblea General de las Naciones Unidas, promulgó una serie de principios sobre las personas mayores para que los países los integraran en sus políticas y programas. Principios como independencia, cuidados, autorrealización, dignidad y participación han sido puestos en primer lugar en cuanto a políticas sobre adultos mayores.

Según la Real Academia Española participación puede definirse como “Intervención en algún asunto (...) tomar parte en algo. Compartir, tener las mismas opiniones, ideas, etc.” (2014)

Es importante detenerse en los diferentes tipos y modalidades de participación existentes.

Puede pensarse según el grado de iniciativa, la vinculación, las implicaciones y las consecuencias.

Un tipo de participación está relacionado con el tiempo libre. Existen opiniones que coinciden en que la participación permite al adulto mayor canalizar adecuadamente su tiempo libre, y al mismo tiempo contribuir a mejorar su calidad de vida. La integración permite al adulto mayor conectarse con su grupo de pares y compartir mas allá de la carencia, desarrollando potencialidades a partir de este contacto.

En esta investigación se trabajará fundamentalmente desde la *participación social*.

Dicho tipo de participación implica a aquellas iniciativas sociales en las que las personas toman parte consciente en un espacio, posicionándose y sumándose a ciertos grupos para llevar a cabo determinadas causas que dependen para su realización en la práctica, del manejo de estructuras sociales. La participación se entiende hoy como una posibilidad de configuración de nuevos espacios sociales o como la inclusión de actores sociales en los movimientos sociales, en organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, o como la presencia en la esfera pública para reclamar situaciones o demandar cambios.

La participación social supone entre otras cosas: dedicación de tiempo, disponer de un espacio de encuentro con otros, valoración de lo colectivo, la distribución de tareas y diversificación del trabajo, riqueza de puntos de vista, colaboración en la resolución de conflictos, toma de decisiones y realización de proyectos, asunción de funciones propias, etc. Algunos tipos de participación social pueden ser: voluntariado, actividad política, educación permanente, asociacionismo, entre otros.

La participación en actividades sociales, económicas, culturales, deportivas, recreativas y de voluntariado contribuye también a aumentar y mantener el bienestar personal; supone además un aspecto fundamental: la toma de decisiones. Esto genera en los adultos mayores un sentimiento de real participación, poniéndolos en un lugar en el que pueden sentir la importancia de sus opiniones y acciones. A partir de esto, el adulto mayor es reconocido desde la plenitud de sus derechos y deberes, al incluirse en la definición y resolución de los problemas que son de su interés, individual y comunitario.

2.4- Antecedentes teóricos

La calidad de vida en adultos mayores es un tema estudiado en varias investigaciones, no así la cuestión específica de la influencia de la participación social de adultos mayores en su auto-percepción sobre la calidad de vida. Este es un tema sobre el cual no se han encontrado variados antecedentes teóricos. De igual manera se expondrán a continuación algunas de las investigaciones más recientes que trabajan la problemática de estudio en esta investigación. En el año 2008, Mariela Ramírez en su Tesis: “Calidad de vida en la Tercera Edad ¿Una población subestimada por ellos o por su entorno?”, investigó específicamente la calidad de vida en la tercera edad según el contexto social del momento. Se planteó el estudio de las condiciones de vida de los adultos mayores desde sus propias perspectivas, incluyendo además la visión que las familias y profesionales que les brindan servicios, tienen sobre la vejez.

Esto resulta muy significativo para esta investigación, ya que es fundamental partir de las propias perspectivas para lograr un abarcamiento profundo de la temática a estudiar. Particularmente en este caso tendrá un peso primordial al momento del análisis de datos, por lo cual las entrevistas y encuestas estarán enfocadas en este sentido.

En la Tesis mencionada previamente se analiza la Calidad de Vida en la Tercera Edad en el marco del proceso de envejecimiento poblacional, constituido como un fenómeno mundial. En la Tesis se concluye, en cuanto a la participación social, que los adultos mayores investigados demostraron ser actores que desean participar, que presentan aptitudes para aprehender y reflexionar en grupos sociales, y que la mayoría se interesa por formar parte de algún grupo de la tercera edad, incluso aquellos que en el momento no estaban participando, manifestaron el deseo de ocupar el tiempo en alguna actividad. “La mayoría de los ancianos

“Participación social y su influencia en la calidad de vida”

construye su red social de amigos en torno a la participación social. La mayoría muestra una aptitud para aprender, desarrollar nuevas tareas y oficios, como tejer, costura, periodismo, danzas, yoga, pintura, diseño, turismo etc. relacionado con el deseo personal de desarrollo y realización de cada Adulto Mayor (...)" (Ramírez, 2008).

Para esta investigación estos resultados ayudan a predecir lo que podría esperarse en relación a las actividades que los adultos mayores realizan en la oficina del adulto mayor. Es importante tener presente que la participación social, y más aún en espacios como dicha oficina, genera en los adultos mayores sentimientos de realización personal, el poder verse activos y participativos, manteniendo sus cuerpos y mentes en constante movimiento, y favoreciendo además a ampliar sus redes sociales.

Por otro lado, la Asociación Interdisciplinaria de Gerontología de Colombia realizó una investigación sobre diferentes formas de vivir la vejez y entender la calidad de vida: “Ciclo vital, Vejez Y Calidad de Vida en el Chocó”. En la misma se plantea la identificación de percepciones o imágenes del envejecimiento con énfasis en la mirada de la vejez propia y de la vejez de otras personas, identificando no solamente percepciones e imágenes del envejecimiento, sino percepciones relacionadas con calidad de vida y con el futuro de personas chocoanas y del Chocó (departamento de Colombia).

Una de las conclusiones referidas a la calidad de vida en los adultos mayores de la población estudiada, es la importancia de la participación en la vida familiar y comunitaria para el favorecimiento de la concepción positiva del término calidad de vida. Sentirse amado y respetado es otro aspecto importante considerado en este concepto.

Se realizaron encuestas en las que se obtuvieron los siguientes resultados: “Más del 60% de los respondientes consideraron la salud como necesidad prioritaria para tener calidad de vida. En segundo lugar el trabajo (algo más del 50%), en tercer lugar la alimentación (también cerca del 50%); educación en menor proporción (35%) y como mucho menos importante: distracción y descanso (menos del 5%)” (Asociación Interdisciplinaria de Gerontología).

Es importante destacar que “las investigaciones han mostrado ampliamente la importancia que reviste la participación activa en la vida familiar y comunitaria para los adultos mayores, así como las implicancias que la integración social tiene sobre su bienestar y salud integral. Los propios adultos mayores consideran que el disponer de relaciones familiares y sociales satisfactorias es un aspecto de gran relevancia para la calidad de vida en la vejez” (Arias, 2009).



3. Objetivos

3.1- Preguntas Problema:

- ¿Cuáles son las formas de participación de los adultos mayores en las actividades propuestas por la Oficina del Adulto Mayor de la Intendencia Municipal de Durazno? y ¿cómo esa participación incide sobre la percepción de los adultos mayores sobre su calidad de vida?

3.2 - Objetivo general:

- Investigar cómo las formas de participación de los adultos mayores en la Oficina del Adulto Mayor de la Intendencia Municipal de Durazno, inciden en la auto-percepción de la calidad de vida de los mismos.

3.3 - Objetivos específicos:

- Releva las propuestas para los adultos mayores que realiza la Oficina del Adulto Mayor de la Intendencia Municipal de Durazno.
- Indagar sobre las formas de participación que los adultos mayores tienen en las actividades propuestas.

“Participación social y su influencia en la calidad de vida”

- Explorar si las actividades realizadas inciden en la red social de los adultos mayores.
- Analizar si la participación en las actividades que se realizan inciden sobre la auto-percepción de calidad de vida de los adultos mayores.



4. Metodología

La investigación estará basada desde una perspectiva fenomenológica: “Examina el modo en que se experimenta el mundo. La realidad que importa es lo que las personas perciben como importante” (Taylor, 1987), será de carácter cualitativo, lo cual permite un acercamiento a la vida cotidiana de los sujetos y, además, permite indagar aspectos subjetivos de la vida social, es decir, cómo los adultos mayores se ven a sí mismos dentro de la participación y cómo ello influye en sus vidas y en su auto-percepción de su calidad de vida, analizando el concepto calidad de vida desde una perspectiva psicológica, en la que el foco se centra en la percepción y valoración subjetiva. Se considera interesante utilizar en este sentido un enfoque multifacético, es decir, que la investigación sea de carácter cualitativo pero también cuantitativo, para lograr una mejor comprensión de lo que se pretende estudiar.

La investigación tomará como población a estudiar adultos mayores entre 65 y 85 años que concurren a la Oficina del Adulto Mayor de la Intendencia Municipal de Durazno.

Durante el segundo mes de ejecución se realizará un relevamiento de la cantidad de usuarios de dicha oficina, y en los siguientes dos meses se realizarán entrevistas y encuestas a la totalidad de adultos mayores que concurren habitualmente.

Por otro lado también se trabajará con los profesionales que trabajan en la oficina con el fin de investigar sobre el trabajo que allí realizan, y sobre los objetivos que se plantean al momento de idear las planificaciones de trabajo, analizando sus opiniones acerca de los efectos que pudieran tener, o no, las actividades que se realizan en los adultos mayores.

“Participación social y su influencia en la calidad de vida”

Por último otra parte de la población a estudiar serán funcionarios de la Intendencia Municipal de Durazno que trabajen en forma directa con la oficina del adulto mayor. Se buscará analizar cuáles son sus perspectivas en cuanto al trabajo de la oficina.

Se utilizarán las siguientes técnicas básicas de investigación para la recolección de la información:

Se entrevistarán los adultos mayores que participan de las actividades que la oficina del adulto mayor propone. Utilizaremos la entrevista en profundidad, debido a que constituye una técnica para acceder al universo de significaciones de los actores. Es definida como: “Reiterados encuentros cara a cara entre el investigador y los informantes, encuentros dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras” (Taylor, 1987).

Se realizarán entrevistas semi-estructuradas a los profesionales que trabajan en la Oficina.

Se aplicarán encuestas según el cuestionario de la *Escala de Calidad de Vida de la Organización Mundial de la Salud WHOQOL-100/WHOQOL-BREF* (WHOQOL Group, 1998). Dicha escala fue iniciada por la OMS en Febrero de 1991 buscando desarrollar un instrumento (WHOQOL) de medida de calidad de vida fiable y válido, que permitiera comparaciones transculturales, que se basó en las siguientes asunciones: 1) Se observa una amplia entidad englobada bajo el término «calidad de vida» 2) Puede construirse una medida cuantitativa de calidad de vida que sea fiable, válida y sensible 3) Esta medida de calidad de vida puede ser aplicada a distintas poblaciones., 4) Cualquier factor que afecte a la calidad de vida debería influir sobre varios de los componentes del instrumento, y el instrumento debería, por tanto, servir como medida del efecto de las enfermedades y de las intervenciones de salud específicas sobre la calidad de vida.

El WHOQOL-100 consta de 100 ítems que evalúan la calidad de vida percibida por el sujeto. Estructuralmente, se compone de 6 áreas, las cuales a su vez están subdivididas en un total de 24 facetas (además de otra que integra la calidad global de vida y la salud general), que son: Salud Física, Funciones Psicológicas, Independencia, Relaciones sociales, Entorno y Espiritualidad/religión/creencias personales (Aranibar, 2004?).

“Participación social y su influencia en la calidad de vida”

Para el análisis se utilizará un diseño de tipo descriptivo, lo cual ayudará a conocer o especificar los puntos importantes de lo investigado, es decir, a profundizar en las palabras y en las conductas de los actores a investigar.

4.1 – Cronograma de ejecución:

PRIMER AÑO	MESES											
ACTIVIDADES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Revisión de bibliografía	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Contacto con la Oficina del Adulto Mayor de Durazno		X										
Relevamiento de la cantidad de adultos mayores que concurren a la Oficina del Adulto Mayor de Durazno		X										
Formulación de preguntas para las entrevistas		X										
Entrevistas a adultos mayores integrantes de la Oficina del Adulto Mayor de Durazno			X	X								
Entrevistas a profesionales de la Oficina del Adulto Mayor de Durazno			X	X								
Entrevistas funcionarios de la Intendencia Municipal de Durazno			X	X								
Realización de encuestas sobre calidad de vida				X	X							
Relevamiento de datos obtenidos						X	X					
Análisis de datos								X	X			
Informe de investigación										X	X	
Difusión de resultados												X

5. – Resultados esperados

Los resultados esperados en esta investigación sobre participación social y su influencia en la calidad de vida de adultos mayores, refieren a la producción, sistematización y relevamiento de información concerniente a la temática desde varios aspectos.

Por un lado, se pretende lograr un acercamiento a las formas en que la participación, y en especial la participación social, inciden en la auto-percepción de la calidad de vida de los adultos mayores que asisten a la Oficina del Adulto Mayor de la Intendencia Municipal de Durazno.

A partir de la interpretación de los datos obtenidos en las entrevistas y encuestas, y analizando el material teórico recabado, se buscará ampliar el conocimiento sobre las estrategias de inclusión social para los adultos mayores, y reflexionar en cómo podrían mejorarse para lograr más y mejores niveles de participación.

Referencias bibliográficas

- Aranibar Munita, P. (2004?). *Calidad de vida y vejez*. S.l: s.n. Recuperado de www.ciape.org.br/artigos/calidaddevidayvejez%5B1%5D.doc
- Arias, C.J. (2009). La red de apoyo social en la vejez. Aportes para su evaluación. En *Revista de Psicología da IMED*, 1(1), 147-158. Recuperado de <http://seer.imed.edu.br/index.php/revistapsico/issue/view/5>
- Asociación Interdisciplinaria de Gerontología-AIG de Colombia (s.d.). *Ciclo vital, Vejez Y Calidad de Vida en el Chocó*. Bogotá: Asociación Interdisciplinaria de Gerontología-AIG de Colombia. Recuperado de <http://fundacioncepsiger.org/nuevosite/wp-content/uploads/2011/05/Envejecer-en-el-Choco.pdf>
- Cornachione, M. A. (2008). *Psicología del desarrollo. Aspectos biológicos, psicológicos y sociales*. Córdoba: Brujas.
- Duque, M., Echanogorría, A. M. (2008). La participación social de las personas mayores. Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales. Recuperado de <http://books.google.com.uy/books?id=zswj3h3VXiEC&pg=PA141&dq=tipos+de+participaci%C3%B3n+adultos+mayores&hl=es&sa=X&ei=vxKXU9HDI4KpsAT6ooCgDw&ved=0CCsQ6AEwAQ#v=onepage&q&f=false>
- Elosua, P. (2010). Valores subjetivos de las dimensiones de calidad de vida en adultos mayores. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 45(2), 67-71. doi:10.1016/j.regg.2009.10.008 **Science Direct**
- García, A., Rabadán, J., Sánchez, A. (2006). *Dependencia y vejez. Una aproximación al debate social*. Madrid: Arán Ediciones.
- Huenchuan, S. (2004). *Marco legal y de políticas en favor de las personas mayores en América Latina*. Santiago, Chile: CEPAL. Recuperado de <http://www.eclac.org/publicaciones/xml/3/15343/lcl2115-P.pdf>

“Participación social y su influencia en la calidad de vida”

Huenchuan, S., Rodríguez Piñero, L. (2010). Envejecimiento y derechos humanos: situación y perspectivas de protección. Santiago, Chile: CEPAL. Recuperado de http://www.inpea.net/images/envejecimiento_y_derechos_humanos.pdf

Pérez Fernández, R. (2011) La construcción subjetiva del envejecimiento. Proyecto de vida e imaginario social en la clínica psicológica con mayores. En: Quintanar, F. (Coord.) *Atención psicológica de las personas mayores. Investigación y experiencias en psicología del envejecimiento.* (279-299). México DF: Pax. Recuperado de http://academia.edu/3401306/La_construccion_subjetiva_del_envejecimiento._Proyecto_de_vida_e_imaginario_social_en_la_clinica_psicologica_con_mayores

Pérez, G., De Juanas, A. (Coords) (2013). *Calidad de vida en personas adultas y mayores.* Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia. Recuperado de <http://books.google.com.uy/books?id=l6VqTMbteRcC&pg=PA156&dq>

Prado Martínez, C. (s.d.) La antropología y la salud de l@s mayores. Recuperado de <http://www.nutricion.org/publicaciones/pdf/antropometria/biologia%20del%20envejecimiento-prado.pdf>

Ramírez, M. (2008). *Calidad de vida en la Tercera Edad. ¿Una población subestimada por ellos y por su entorno?*. Mendoza, Argentina: Universidad Nacional de Cuyo. Facultad de Ciencias Políticas y Sociales.

Real Academia Española (2014). *Diccionario de la Lengua Española.* Madrid: Real Academia Española. Recuperado de <http://lema.rae.es/drae/?val=participar>

Rojo, F., Fernández, J. (Eds.) (2011). *Calidad de vida y envejecimiento. La visión de los adultos mayores sobre sus condiciones de vida.* Bilbao: Fundación BBVA. Recuperado de <http://books.google.com.uy/books?id=NgI4RBF30CAC&pg=PA368&dq>

San Román, T. (1990). *Vejez y Cultura.* Barcelona: Fundación La Caixa.

Soberanes Fernández, S., González Pedraza Avilés, A. & Moreno Castillo, Y. d. C. (2009). Funcionalidad en adultos mayores y su calidad de vida. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, 14(4) 161-172. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=47326415003>

“Participación social y su influencia en la calidad de vida”

Taylor, S. J., Bogdan, R (1987). *Introducción a los Métodos Cualitativos de la Investigación*. Buenos Aires: Paidós.

Universidad Libre de Berlín. Instituto de Estudios Latinoamericanos (2013). *Mujeres y género en América Latina*. Recuperado de http://www.lai.fu-berlin.de/es/e-learning/projekte/frauen_konzepte/projektseiten/konzeptebereich/rot_participacion/contexto/index.html

Uruguay. Ministerio de Desarrollo Social. (2009). *Hacia un Uruguay más equitativo en materia de envejecimiento. Primer Debate Nacional sobre Políticas Sociales, Envejecimiento y Territorio*. Montevideo: Ministerio de Desarrollo Social. Recuperado de http://inmayores.mides.gub.uy/innovaportal/file/25582/1/hacia_un_uruguay_mas_equitativo.pdf

Zapata Farías, H. (2001). Adulto mayor: participación e identidad. En *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 10(1), 189-197. Recuperado de <http://www.revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/issue/view/1701>