



Universidad Abierta
Interamericana

*“La transformación ocupacional y los
avatares en la Tercera Edad”*

Dorina Antonella Marpillero

Lic. en Terapia Ocupacional

Universidad Abierta Interamericana

2011

Resumen

El presente trabajo tiene como objetivos:

- 1) Indagar sobre la historia ocupacional de las personas de la tercera edad institucionalizadas.
- 2) Identificar los cambios ocurridos en las ocupaciones luego de la institucionalización.
- 3) Conocer las actividades de tiempo libre de los ancianos institucionalizados.

Para tal fin, se trabajó con personas de la tercera edad que residen en una institución geriátrica.

La muestra fue de doce personas, seleccionadas por disponibilidad en forma voluntaria. A los sujetos seleccionados, se les aplicó una entrevista cerrada, seguido de la historia de vida narrativa.

Con la utilización de las herramientas mencionadas anteriormente, los resultados muestran que:

- La mayoría de estas personas han estudiado y/o trabajado o han tenido otras ocupaciones que fueron de gran valor para ellos.
- En su mayoría estos sujetos no han podido continuar realizando actividades que correspondan a sus intereses y valores luego de ser institucionalizados.
- Al parecer, los cambios ocupacionales dados, en parte, se deben a la gran cantidad de tiempo libre que tienen los ancianos institucionalizados y que no pueden llenarlo porque el ambiente no les proporciona las herramientas necesarias.

Índice

Introducción.....	3
Objetivos.....	7
Marco teórico.....	9
Capítulo I: “Sobre la vejez”.....	10
Capítulo II: “Jubilación, ocio y tiempo libre”.....	21
Capítulo III: “La ocupación humana”.....	29
Capítulo IV: “Instituciones geriátricas”.....	34
Estrategia metodológica.....	40
Análisis de datos.....	47
Conclusión.....	63
Bibliografía.....	68

Introducción

La razón principal de ser viejos, no es la edad inferida del registro de nacimiento, ni la aproximación de nuestro fin vital. Los hechos que esencialmente definen a la vejez bajo sus diversos aspectos son: físico, biológico, psicológico y espiritual.

Pero la legislación del trabajo, impone no solamente una determinada fecha de retiro laboral o jubilación forzosa de todos los trabajadores de ambos sexos, sino que en múltiples casos favorece la posibilidad de ser viejos antes de tiempo, retirándose del curso productivo para dedicarse a una existencia sin objetivos definidos.

El abandono de la ocupación ó profesión de toda la vida es un momento y una experiencia vivida de manera conflictiva por la persona que lo protagoniza y para su familia.

El abandono de la cadena de producción significa la pérdida de un rol dador de status dentro de la sociedad. Salir de esta trama de relaciones y vínculos, y no encontrar una nueva forma de integración social, puede significar propiamente una “muerte social”.

Con la jubilación desaparece la satisfacción de la situación laboral, y con ella la consideración social del trabajo, el salario, los logros personales y las posibilidades de acceder a nuevas jerarquías dentro del escalafón respectivo.

Nuestra sociedad considera a los ancianos como no productivos y no contribuyentes. En consecuencia, los ancianos tienen pocas oportunidades de desempeñar roles y no se les da la posibilidad de poder seleccionar nuevos roles, incluso cuando son física y mentalmente capaces de cumplirlos.

Algunos ancianos descubren que a pesar de los obstáculos sociales, el rol de jubilado puede tener connotaciones agradables. Este resultado depende de cómo se oriente el individuo ante el esparcimiento, si el individuo es capaz de encontrar formas significativas para ocupar su tiempo a pesar de las restricciones impuestas por el sistema social.

En otros casos, no todos tienen la habilidad de transformar los patrones de la vida diaria, en la cual las actividades de tiempo libre reemplazan al trabajo como fuente de satisfacción más importante.

Las actividades de tiempo libre en la vejez disminuyen las expectativas respecto al desempeño y se centran en la satisfacción personal que conllevan. De la misma manera que el trabajo, participar de actividades de tiempo libre requiere sus propias destrezas y la reorganización en el uso del tiempo y el espacio. La capacidad de lograr

una sensación de aptitud en actividades e intereses más allá del rol laboral antiguo hace la diferencia crítica entre desesperación y esperanza en la ancianidad.

Pero para otros, podría decirse que es la aparición de manifestaciones depresivas posteriores y consecuentes con el retiro laboral, ya que con él dejan atrás su rol, el sentido de competencia y eficiencia, los hábitos, la autoeficacia, la competencia ocupacional y la identidad ocupacional.

Estas dos formas de afrontar la jubilación, van a depender no sólo de la creatividad y de la estructura psicológica de cada individuo, sino de la situación económica en la que se encuentre posicionado; ya que ésta es facilitadora para obtener distintos recursos, tanto materiales como así también cualquier tipo de actividad cultural o artística de carácter privado.

Muchas veces, las personas una vez que son jubiladas, no pueden seguir manteniendo el estilo de vida que tenían cuando trabajaban y se ven obligadas a vivir con familiares que puedan hacerse cargo de su situación.

En el caso de no tener familiares o que estos no puedan ocuparse de la persona, se los lleva a las instituciones geriátricas.

Es aquí donde aparece el aislamiento, algo observable y cuantificable que remite al concepto de separación, incomunicación y desamparo; es la falta de compañía y de encuentro con otros significativos, donde el entorno se configura monótono y falto de estímulos.

El pasaje de la casa propia o de la casa del familiar a una institución geriátrica, puede suponer uno de los cambios capaces de generar mayor estrés.

Cuando un anciano llega a la institución no es más que un desconocido y poder adaptarse a ese nuevo entorno puede ser muy difícil para ellos y hasta no acostumbrarse nunca.

No son muchas las personas que pueden habituarse de manera confortable a vivir en un lugar desconocido con personas desconocidas que no han escogido para compartir sus días. Donde deben compartir la habitación, el baño, el comedor y todas las instalaciones de la institución. Pero por sobre todo acostumbrarse a vivir bajo normas ya impuestas.

Muchos de los internos, están en condiciones físicas y psicológicas de poder desarrollar alguna ocupación que esté relacionada con sus intereses, pero no todas las instituciones tienen el espacio para poder brindarles o muchas veces no hay suficiente

seguridad para que los ancianos tengan consigo sus pertenencias u objetos para poder desempeñar su actividad y que estos no sean sustraídos por otras personas.

Otros ancianos, podrían ocuparse de realizar alguna actividad propia de la institución o brindarse a la colaboración para la ejecución de ésta, pero no todas dan el lugar para que esto suceda.

Los talleres que deberían brindarse en la institución geriátrica o las sesiones de distintas disciplinas, no siempre cumplen con un fin terapéutico, muchas veces terminan cumpliendo una función que poco tiene que ver con los valores e intereses de las personas que residen en estas instituciones.

Esto trae a colación un desgaste psicológico y físico más temprano de lo que en realidad debería darse. Se ve también afectada el área social, donde por la falta de estimulación, carece la interacción y las habilidades sociales; haciendo muchas veces del anciano una persona pasiva y aislada.

Como las normas institucionales ya están establecidas y hay que respetarlas, el personal no siempre respeta los tiempos de los ancianos, y terminan haciendo lo que ellos podrían hacer por si mismos pero a su tiempo. De esta manera el personal se ahorra el tiempo de espera y cumple con los horarios que la institución establece para sus actividades cotidianas.

El sedentarismo, la pasividad, la dependencia funcional y la falta de identidad personal son muchas veces los detonantes de enfermedades que nunca hubiesen existido o que tardarían en manifestarse.

Los inconvenientes que presentan algunas de estas instituciones, es que todavía no se han organizado para brindarles a los residentes un cronograma de actividades, para que no lleven una vida pasiva y de tanta dependencia funcional.

Después de todo, a lo largo de sus vidas se les ha enseñado a interesarse por aprender y realizar distintas ocupaciones que tengan que ver con sus intereses. Son “seres ocupacionales” y aunque estén en instituciones necesitan tener un presente ocupacional.

Por todo lo antes dicho, el interrogante que guía el presente trabajo es: ¿cuál es la transformación ocupacional que se produce en los ancianos institucionalizados?

Objetivos

General:

- 1) Explorar la transformación ocupacional en los ancianos institucionalizados.

Específicos:

- 1) Indagar sobre la historia ocupacional de las personas de la tercera edad institucionalizadas.
- 2) Identificar los cambios ocurridos en las ocupaciones luego de la institucionalización.
- 3) Conocer las actividades de tiempo libre de los ancianos institucionalizados.

Marco Teórico

Capítulo I

Sobre la Vejez.

Sobre la Vejez

La vejez parece ser un verdadero desafío desde varios aspectos. Desde siempre el hombre ha tratado de encontrar la fórmula para suspender, retrasar o evitar el envejecimiento. Algunos de estos intentos, han llegado a ser relativamente exitosos, con una expectativa de vida varias veces mayor a la que se podía contar en años anteriores.

Ser viejos, sentirse, ser considerados como tal, o vivir como si lo fuera, son cuatro hechos diferentes.

No es precisamente la edad cronológica la que nos coloca en un plano para fijar límites, porque ésta poco puede decirnos acerca de nuestras reales posibilidades, de nuestra agilidad mental, de las energías que tengamos o de lo que con ellas somos capaces de hacer.

Varias son las edades que podemos tener. La que realmente tenemos, la que sentimos tener, la que representamos para los demás y la que nuestro organismo tiene.

En verdad, es que varias de las supuestas enfermedades “propias” de la vejez ya existían antes de llegar a esa fase vital, y en ese momento de la vida, no hacen más que manifestarse con una mayor intensidad o acelerar su curso. Cabe destacar que con el aumento de los años se procesan en nuestro organismo diversos cambios naturales que constituyen y definen a la vejez como un envejecimiento sano o normal.

No interesa, pues, decir que tal o cual persona es vieja o joven, sino precisar en qué aspectos es vieja y en qué otros es joven o, mejor, cómo es joven o vieja (Mira y López, 1961)

Mientras se transita la etapa de la juventud, el hombre experimenta la vivencia de la inmortalidad, con una mirada puesta en el futuro, lleno de horizontes ricos en posibilidades y oportunidades, midiendo todo en términos de eternidad, porque tiene toda la vida por delante, todo el tiempo para él.

Con el transcurrir de la vida, cuando estos mismos hombres que alguna vez fueron jóvenes, llegan a la etapa de la tercera edad, se encuentran experimentando la vivencia de un fin cercano, dejando atrás aquellos sentimientos donde el tiempo parecía ser inmortal.

Ocurre que en estos tiempos, una época caracterizada por la superficialidad, donde se valoran la juventud, la vitalidad y la fortaleza, nos hacen creer en ideas falsas, donde se presenta a la vejez como una instancia de deterioro e inutilidad, con

preconceptos difíciles de vencer, porque ante esta imposición muchos ancianos se resignan y los aceptan.

No es tarea fácil quitar esta serie de prejuicios instalados, pero bueno sería poder dar un vuelco sobre éstas ideas que prejuzgan al anciano, e interesarnos por reconocer a la vejez como una etapa más del desarrollo de la vida, de éste proceso de cambios continuos y admitir sus potencialidades, los caminos que faltan por recorrer, las posibilidades de goce y crecimiento, dignificando así ésta etapa, que merece ser vivida con cuanta plenitud se pueda.

La vida es un continuo camino hacia la actualización y el despliegue de nuevas posibilidades de vida, y encontrarle el sentido a esta senda es acceder a la posibilidad de transitarla con felicidad hasta el último instante (García Pintos, 1993)

De cómo sea vivida la vejez depende de varios factores, pero esencialmente depende de cómo esa persona ha vivido su vida, de cómo se haya posicionado para resolver inconvenientes, si le brinda satisfacción la manera en que vivió, si se siente realizada, o si tiene sentimientos negativos. Aquí, es de gran influencia la estructura psicológica de cada persona.

Cuando se cree que el camino va a acabando, está ahí la posibilidad de realizar un balance. Si se reconoce el sentido a lo vivido, seguramente primara la calma, la satisfacción y la serenidad. Puede el hombre disfrutar con tranquilidad los momentos que faltan venir. Posicionado desde la satisfacción por lo vivido, puede prestarse para seguir recorriendo el camino que le quede desde el disfrute.

Pero si la persona experimenta una vivencia de vacío existencial, sentirá ese camino como desesperante o amenazante. Se producirá una exagerada búsqueda de querer aferrarse con fuerzas a la vida. Aparecerán deseos irrefrenables de vivir y continuar en la existencia, porque no se está satisfecho. Si esto sucede, no sabrá cómo vivir.

La vejez es simplemente una continuación de lo que los años anteriores han comenzado. Incluso, cuando un adulto joven vive su vida muy estrechamente o cuando está sobrecargada de penas o sentimientos angustiantes, los años posteriores pueden ofrecerse como nuevas oportunidades. Se pueden desarrollar diferentes formas de vida a medida de que nosotros vamos cambiando y que el ambiente también vaya cambiando. La vejez es como una segunda oportunidad para seguir disfrutando de las mismas actividades o de descubrir otras nuevas que nos da esta etapa, donde la celeridad no es

protagonista. Solo hay que descubrir cuantas cosas se pueden hacer en ella y los modos que ofrece para realizarlas.

Existen muchos ejemplos de personas que estando en la tercera edad han hecho contribuciones creativas. Por ejemplo, Tolstoi escribió *Resurrección* en su octava década, Ben Franklin inventó las lentes bifocales cuando tenía 78 años y tanto Georgia O'Keefe como Pablo Picasso realizaron importantes obras de arte a los 90 años. Otro destacado es Miguel Angel, que completó la cúpula de la Basílica de San Pedro de Roma con 70 años, Goethe tenía 82 años cuando terminó *Fausto* y Verdi compuso *Otelo* cuando tenía 74 y *Falstaff* a los 80 años, Salvador Dalí completa una de sus últimas obras a los 79 años.

Proceso de Envejecimiento:

Diversos parámetros para la comprensión de asumir o reconocer a la vejez.

Para autores interesados en la materia como Salvarezza (1998), para describir o identificar a la tercera edad, se basa en los criterios creados y utilizados por Furstenberg (1989) en función de las siguientes variables:

- *Edad cronológica.* Son numerosas las personas de todas las edades que utilizan la edad como la frontera que marca el paso o el tránsito entre los distintos períodos evolutivos. Sin embargo y curiosamente, son poco los ancianos que aluden a este criterio para considerar a otros o así mismos como ancianos; probablemente debido a la experiencia que tienen acerca de las discrepancias existentes: la relación entre la edad de las personas y el cómo se sienten o piensan que son o están esas otras personas de su mismo o de diferentes edades.
- *El declive de las funciones físicas.* Constituye unos de los marcadores más comúnmente utilizados como indicadores de vejez y en él se incluyen los problemas de salud, dificultades para la movilidad, el dolor, las mermas sensoriales o las alteraciones funcionales. Unos parámetros que inciden negativamente en la realización de actividades y en la participación social y que incluso ponen en peligro la independencia personal. Y al contrario, aquellas personas que se encuentran físicamente bien consideran que aún no son viejos,

en ocasiones a pesar de haber superado generosamente los temidos 65 años de edad.

- *El deterioro del funcionamiento mental.* Junto al declive de la salud física, la salud mental es considerada como uno de los principales signos no ya de vejez, sino de senilidad. Por ello, éste suele ser uno de los acontecimientos más temidos entre los ancianos. Se trata de un proceso que se asocia al miedo y el temor al futuro, a la fragilidad y a la vulnerabilidad. Pero sobre todo, a la posibilidad de convertirse en una persona no válida y dependiente, que es tanto como dejar de ser uno mismo para convertirse en un muñeco en manos de los demás. E incluso, en el caso de llegar a tal situación, puede resultarle tan estresante la posibilidad de no poder disponer de una persona querida que lo cuide, como el tenerla y entonces convertirse en una carga para ella.
- *El sentimiento de utilidad y la participación social.* El sentimiento de ser viejo está asociado con la inutilidad, de donde se deriva que no es el número de años que se han vivido el criterio principal para sentirse viejo, sino la sensación de ser o no útil para algo o para nada, junto a la falta de ilusión.

De cualquier manera e independientemente de los criterios adoptados, el llegar a considerarse viejo conlleva asociada la aparición de sentimientos negativos.

Las rotulaciones negativas y la estigmatización de algunos ancianos, pueden colaborar a hacer conductas que confirman prejuicios vigentes y que hacen que disminuyan tanto la autoestima como la posible sensación de control que pudiera tener el anciano.

Simultáneamente, con los criterios mencionados anteriormente Spackman y Willard (2001) también componen su descripción sobre la vejez utilizando los conceptos de envejecimiento biológico, envejecimiento psicológico y social, relacionándolos globalmente con la edad cronológica pero no haciendo de ésta un criterio de envejecimiento. Expresa esta percepción con el adagio “Solo eres tan viejo como te sientas”.

- *Envejecimiento biológico.* Se refiere a la condición del organismo biológico en relación con el potencial de vida y la salud física.

Hace referencia a la capacidad para mantener o recuperar la homeostasis, presentándolo como uno de los cambios principales.

En cuanto a los cambios relacionados con la edad en los sistemas *sensoriales* son los siguientes:

- *Visión.* La agudeza visual y la capacidad para discriminar los colores, disminuyen progresivamente con la edad.
- *Audición.* Una menor agudeza auditiva, deteriora la capacidad para discriminar palabras y comprender una conversación.
- *Gusto y olfato.* Una menor sensibilidad para discriminar sabores así como también para discriminar olores.

Los cambios relacionados con la edad en los *sistemas orgánicos* son los siguientes:

- *Estructura muscular.* El peso y la fuerza muscular disminuyen.
 - *Sistema esquelético.* La masa esquelética disminuye y los huesos se tornan más porosos y frágiles.
 - *Sistema cardiovascular.* El corazón y los vasos sanguíneos se vuelven más rígidos. Hay un aporte menor de sangre oxigenada y en consecuencia disminución del vigor y la resistencia.
 - *Sistema respiratorio.* La espiración y la inspiración disminuyen por atrofia de los músculos y el diafragma.
 - *Sistemas excretores.* En el sistema urinario existe una disminución en el peso y la capacidad del riñón para eliminar desechos. En el sistema digestivo se reduce la capacidad para secretar jugos gástricos, menor absorción del tracto gastrointestinal. Se produce indigestión y estreñimiento.
 - *Vesícula/Hígado.* Mayor incidencia de cálculos biliares y menor tamaño y eficiencia del hígado.
-
- *Envejecimiento psicológico.* Se refiere a la capacidad y habilidad que tiene la persona para adaptarse a los ambientes cambiantes. Se refleja en las destrezas intelectuales y el bienestar emocional.

- *Envejecimiento sociológico.* Se producen cuando los roles y las funciones de una persona cambian en la sociedad. Se refiere a los roles específicos de la edad que asume una persona dentro del contexto de la sociedad en la que vive.

El envejecimiento es un proceso dinámico que no puede ser comprendido sin una apreciación de las formas en que los aspectos biológicos, psicológicos y sociales interactúan en el curso del ciclo vital. Los cambios que los ancianos experimentan están medidos por su salud, su propia psicología y sus interrelaciones con la sociedad. La declinación biológica es inevitable, pero puede no afectar el funcionamiento de los ancianos en gran medida hasta pasado cierto umbral, habitualmente a una edad muy avanzada. En contraste, el crecimiento psicológico no está restringido: no existe ningún punto en que el crecimiento psicológico de las personas cese. También puede ocurrir un crecimiento social considerable en la vejez. A pesar de las ideas estereotipadas sobre los ancianos que pueden restringir nuevas oportunidades de aprendizaje y obstruir su participación, un número importante de ancianos llevan vidas productivas y valiosas (Spackman y Willard, 2001)

Concordando con estas similares maneras de clasificar a la vejez o de describirla, se encuentra también el enfoque que dan Mira y López (1961) sobre la vejez normal.

Para brindar algún tipo de explicación al envejecimiento, estos autores se interesaron por hacer la siguiente clasificación:

- *Alteraciones histopatológicas.* La principal modificación se da en la vida celular, donde hay una pérdida de los elementos celulares propios de cada tejido u órgano. De ésta manera se hace más lenta la reparación de cada tejido que haya sufrido una lesión.

Una segunda modificación se da con la presencia de productos que no resultan útiles y que se van infiltrando (grasa, pigmentos, etc.)

Otro hecho característico de la vejez corporal, es el menor consumo de oxígeno. Y consecutiva a las alteraciones precedentemente enunciadas se produce una disminución de la llamada “actividad enzimática”.

- *Alteraciones anatómicas.* Éstas son visibles y se presentan en primer lugar en la piel, donde se arruga y reseca perdiendo brillo y frescura. Luego en los cabellos que se emblanquecen y caen con facilidad. También se ve la disminución del

tono postural. Las articulaciones se tornan más rígidas y consiguientemente se limita la extensión de los movimientos. En las vísceras se producen alteraciones y una cierta atrofia. Lo mismo se observa en las glándulas de secreción interna (ovarios, testículos, tiroides, etc.) En cuanto al aparato cardiovascular, se produce dilatación del cayado aórtico y del ventrículo izquierdo del corazón.

- *Alteraciones fisiológicas.* En general se observa la lentificación del pulso, del ritmo respiratorio, de la digestión y de la asimilación, pero por sobre todo es sentido por el propio individuo el declive de su capacidad de satisfacción genital.
- *Alteraciones psíquicas.* En la vejez normal la mayoría de las alteraciones observadas dependen más de erróneos preconceptos y del cambio de actitud y de vida impuestos al sujeto por la presión social que de reales causas biológicas.

Algunos signos que paulatinamente se establecen para caracterizar *psíquicamente* el proceso de la vejez normal:

- *Disminución de la amplitud de percepción sensorial.* Se registra como una “dureza de oído” y como un progresivo “cansancio” visual.
 - *Lentitud en los procesos configurativos, asociativos y reactivos.* La velocidad del impulso nervioso disminuye con la edad y hacen más lenta de la atención, los movimientos y respuestas verbales.
 - *Concentración de los intereses, egocentrismo afectivo y mayor vulnerabilidad emocional.* Debido a la mayor lentitud a los ancianos se les escapan datos que les favorecerían cualquier aprendizaje y por eso renuncian a seguir atentos y van limitando sus intereses y hábitos. Esta renuncia a mantenerse “al día” engendra un sentimiento de relativa inferioridad y si la persona no es capaz de hallar suficiente goce, puede aparecer la frustración del ánimo.
- *Vejez desde el punto de vista axiológico.*

- *la sociedad aplica a la vejez la ley del “todo o nada”*. Esta frontera arbitrariamente señalada por el calendario y variable de unos a otros países, impone que un adulto que gana su vida profesionalmente, se ve súbitamente invalidado por la sociedad que lo condena a la inacción, inactividad y aburrimiento, apartándolo y retirándolo de su trabajo para convertirlo en un parásito.
- *La sociedad considera que un anciano vale menos que un joven desde el punto de vista económico*. En varias circunstancias se cree que la vejez entraña un declive en la productividad, tanto en el aspecto físico como mental y por ende ante dos individuos de igual nivel y condiciones se pretende siempre a preferir al más joven para la mayoría de los trabajos.
- *La sociedad opina que las personas ancianas no pueden aprender y por esto “se quedan atrás”*. Se prejuzga al anciano creyendo que es incapaz de adaptarse a las nuevas condiciones y exigencias de la vida. Por ello, los ancianos, prefieren aislarse y dejar que los jóvenes los sustituyan en la lucha por la vida.

Al momento de contraponer diversos criterios para lograr especificar conceptos sobre la vejez, surge un discernimiento del autor García Pintos (1993) en el primer ítem de la siguiente clasificación para la descripción de envejecimiento.

- Cuando el autor habla de vejez, se refiere a un período de la vida que se desarrolla entre los 58/60 años hasta la muerte. Considera tal límite, ya que no limita la noción de vejez a trastornos funcionales; toma esta edad en tanto que el sistema laboral considera el retiro o jubilación del individuo, cuando lo retira de la cadena de producción y pasa a considerarlo como perteneciente a la “clase pasiva”. Puntualiza que el límite puede variar según la legislación de vigente.
- Considera que la vejez es una etapa de desarrollo; reconoce las posibilidades y nuevas potencialidades, de nuevas riquezas. No acepta considerar a la vejez como una edad de pérdidas, de involución o regresión.

- Interpreta a la vejez como un hecho cultural. Como un producto de la sociedad. El hombre es un ser en el mundo, en circunstancias, y el hecho psico-fisiológico del envejecimiento reconoce un sentido, un proceso y un progreso teñido por la cultura en la que se encuentra inmerso.

Capítulo II

Jubilación, ocio y tiempo libre

Jubilación, ocio y tiempo libre

Es necesario ahora el abordaje de un tema que, asociado con el envejecimiento, cobra un valor importante por sus características, consecuencias y vivencias. Este el retiro laboral o también conocido como jubilación.

Abandonar la profesión que uno ejerció la gran parte de su vida, es un momento que se vive de una manera conflictiva, en la mayoría de los casos.

Con el retiro laboral inducido por las leyes, las personas comienzan a experimentar un aumento del tiempo libre, una vivencia que no estaban acostumbrados a tener, ya que lo ocupaban con la dedicación de sus tareas laborales.

El hecho jubilatorio no solo lleva asociado consigo un incremento del tiempo libre, sino que trae aparejado la pérdida del status social, la disminución de ingresos y la reducción del círculo social.

Tener participación dentro del sistema laboral fue y sigue siendo un aspecto muy valorado culturalmente.

La comunidad acepta con satisfacción el producto del trabajo del hombre como una forma calificada y valiosa de integración social, de modo tal que cada uno de nosotros nos sentimos aceptados por el grupo cuando mantenemos una actividad de producción dentro del sistema. (García Pintos, 1993)

Pareciera que la sociedad nos acepta e integra si nosotros a cambio participamos activamente en el sistema de producción, si no lo hacemos nos margina. De esta manera parece ser que los ancianos son considerados para la sociedad.

Con la revolución industrial y el gran adelanto tecnológico y científico, supone que para manejarlos se necesitan manos y mentes jóvenes. Es decir, la ciencia trae consigo un aumento de la expectativa de vida, pero por otro lado, disminuye las posibilidades y declina las oportunidades laborales para los ancianos.

De esta manera se finalizan las idas al trabajo, la convivencia diaria con las personas que se compartían el oficio, las preocupaciones y responsabilidades laborales y la aceleración diaria y es con la jubilación que se intenta dar un beneficio.

Jubilación deriva de “júbilo” es decir, tiempo de alegría, gozo y libertad. Pero no todos los jubilados tienen estas sensaciones y sentimientos. Para muchos hombres esta situación nada tiene que ver con llevar una vida “jubilosa”, cuando a ellos se les presentan dificultades ocupacionales, económicas y sociales.

En una sociedad de constante producción donde se valoriza la rapidez y la exactitud, el abandonar esa cadena de producción significa la pérdida de un rol dador de status dentro de la sociedad. El salir de este entramado de relaciones y vínculos, y el no encontrar una nueva forma de integración social y el dejar de hacer lo que identifica a esa persona ante los demás y a sí mismo, es de alguna manera una marginación y un fin social.

Si bien en la vejez hay una modificación de los roles, el abandono del rol profesional, será el más difícil de transitar y más aún si no se está en condiciones de elaborarlo con otras formas de integración.

Si el jubilado puede tener un margen de visión de otras posibles actividades u ocupaciones y puede ver a la jubilación como un descanso merecido después de tantos años de trabajo, verá en la jubilación algún beneficio. Pero si tiene un sentimiento de inutilidad antes la forzada jubilación, no tendrá para ella más que sentimientos negativos.

El sentimiento de inutilidad o de culpa puede implicar juicios negativos no realistas sobre la propia persona y sus valores. (Salvarezza, 1998)

Es así como algunos ancianos van considerando estos mitos y prejuicios que son invitados a creer por la sociedad, de que si una persona carece de un rol productivo corre el peligro de verse inmerso en el aislamiento, la tristeza y la pérdida de interés por la vida. Así es que personas que estaban en condiciones de gozar de una buena salud, comienzan a somatizar algunas dolencias, porque es eso lo que corresponde tener en esa edad.

Ciertos aspectos propios de la profesión pueden incidir, facilitando o perturbando, el deseo de jubilarse. Cuando mayor es la exigencia física de un trabajo seguramente mayor será el deseo de jubilarse, cuando mayor es la seguridad económica que brinda un trabajo, menor será el deseo de jubilarse. También influye el ambiente laboral que percibe esa persona y el sentimiento de pertenencia hacia ese trabajo.

Junto a la pérdida laboral, se van con ella la consideración social del trabajo, el salario y todos los logros personales unidos a las nulas posibilidades de acceder a nuevas jerarquías dentro de ese ámbito.

Por otro lado la actual orientación de la legislación del trabajo en la mayoría de los países latinoamericanos, concebida en virtud de un erróneo concepto, no solamente impone en una determinada fecha el retiro o jubilación forzosa de todos los trabajadores de ambos sexos sino que en múltiples casos favorece la posibilidad de ser viejo antes de

hora, retirándose del curso productivo para dedicarse a una existencia sin objetivos definidos, que pronto se transforma en vida de aburrimiento y holganza, cuando no se torna en algo peor. Conviene, pues, prevenir ambas posibilidades y ajustar sus ritmos de trabajo y distracción al real estado de su salud, corporal y mental, de sus necesidades y de sus más caros deseos o aspiraciones, tan pronto como se adquiere conciencia de que se empieza a ser íntimamente viejo. (Mira y López, 1961)

Con el surgimiento de la jubilación, pareciera que la vejez tiene una edad oficial de comienzo y la persona debe comportarse tal como la sociedad espera que sea, porque esas son las expectativas del grupo social. En una sociedad que considera al anciano inútil es muy probable que el mismo anciano termine por tener un punto de vista negativo de su propio envejecimiento y así serán pocas las oportunidades para hacer contribuciones importantes sobre la vejez, y de alguna manera terminará asumiendo los prejuicios que la misma sociedad les impone y se sentirá vieja porque la sociedad espera que así sea. El envejecimiento está determinado en una gran parte por las expectativas de la sociedad.

Si, atendiendo a la jubilación, señalamos que cualquier persona mayor de sesenta y cinco años es un anciano, cometeríamos evidentemente una insensatez del mismo calibre que si en función de la incorporación al mundo del trabajo, dijéramos que todos los estudiantes o quienes no han encontrado aún un empleo son unos adolescentes. Inconsistencias de este tipo han llevado a plantear en forma tácita tres niveles de envejecimiento: “viejos jóvenes”, con una edad comprendida entre sesenta y cinco y setenta y cinco años; “viejos moderados”, personas con una edad de setenta y cinco o más años, pero sin llegar a los ochenta y cinco; y “viejos viejos”, en referencia a las personas con ochenta y cinco o más años. (Salvarezza, 1998)

Finalmente un tema de gran influencia al jubilarse, es la orientación y posicionamiento ante el futuro. Seguramente la persona vivirá su instancia jubilatoria tal como ha vivido toda la vida anterior a ella. Si ha hallado un verdadero sentido de la vida y de todos los años vividos, y si ha tenido un proyecto de vida, quizás logre adaptarse a las expectativas de su nuevo status social, y pueda encontrar recursos efectivos para superar y aprovechar los beneficios del retiro laboral.

Algunas personas depositan en su trabajo muchos sentimientos y hacen que éste tome un alto valor en sus vidas, lo que llegado la instancia jubilatoria puede que no encuentre otra alternativa que le sea apetecible para poder volcar en ella todos esos

sentimientos. Esto muchas veces puede llevar a la insatisfacción constante y hacer protagonista de sus vidas al temido aburrimiento.

Es de importancia fundamental la actitud que mantenga el sujeto ante su retiro laboral. Asumir una actitud sumamente positiva hacia la vida post laboral, implica una cierta satisfacción respecto a su larga vida laboral, e indica que de alguna manera ha encontrado alternativas de integración social que harán de su tiempo libre un momento de planificación y ocupación y no se sentirá acabado o desvalorizado.

Pero el retiro laboral es un impacto muy duro para muchos y no todos tienen la capacidad para recibirlo y si se asume una actitud sumamente negativa, la persona no será capaz de implementar el ocio en nuevas actividades, no podrá reconocer que tiene caminos nuevos por recorrer y desarrollar, no podrá adaptarse a su nuevo status social, sentirá que la jubilación sólo ha sido un trámite que no reconoce sus necesidades, sentirá que la competencia de la juventud y el éxito de ellos lo han marginado, y si no es capaz de superarlo, elaborarlo y enriquecerse con una nueva vida, tendrá pocos beneficios y futuro.

La realidad es que no sólo la sociedad debe asumir los valores de los ancianos y renovar su actitud antes ellos, sino también son los mismos miembros más viejos quienes deben reconocer los aportes que pueden y deben acercar a la sociedad y asumir la responsabilidad y libertad de hacerlo. (Gracia Pintos, 1993)

Toda situación de cambio genera de alguna manera una crisis, está en cada uno conocer cuan capaces somos de resolverla.

Quizás, para que la jubilación no tenga un duro impacto, bueno sería que las personas próxima a llegar a su edad jubilatoria, puedan ir haciendo un proceso de desvinculación gradual de su rol laboral, y puedan tratar de vincularse con otro tipo de actividades laborales o recreativas para no perder el fin social útil y pueda así favorecer su ocio y tiempo libre.

Es fundamental favorecer el desarrollo del ocio, de nuevos hábitos y habilidades a través de la actividad.

“Una jubilación exitosa está basada en la habilidad de transformar los patrones de la vida diaria, en la cual las actividades de tiempo libre reemplazan al trabajo como fuente de satisfacción más importante. De la misma manera que el juego en la niñez, las actividades de tiempo libre en la vejez, disminuyen las expectativas respecto al desempeño y se centran en la satisfacción personal que conllevan, más que en la satisfacción del grupo. De la misma manera que el trabajo, participar en actividades de

tiempo libre requiere sus propias destrezas y la reorganización en el uso del tiempo y del espacio. La capacidad de lograr una sensación de aptitud en actividades e intereses más allá del rol laboral antiguo hace la diferencia crítica entre desesperación y esperanza en la ancianidad”. (Kielhofner, 1980. Citado por C.O.L.T.O, 1995)

Muchas veces, las personas transitan sus vidas ocupadas en trabajos o actividades que no representan intereses reales para ellos, sino que es la manera que encontraron para poder cubrir y responder a sus necesidades económicas. Es para tener en cuenta en la edad jubilatoria que ese puede ser el momento para realizar aquellas actividades que han quedado suspendidas en el tiempo y que no se han podido llevar a cabo porque las necesidades urgentes del momento eran otras. Quizás sean los momentos de ocio y tiempo libre la oportunidad para considerar en retomar y reencontrarse con aquellos proyectos.

Todos alguna vez, hemos pasado por la experiencia del ocio y el tiempo libre que nos da la libertad para elegir como emplearlo en actividades que se relacionen con nuestros intereses y motivaciones.

En la post jubilación, el tiempo libre y el ocio pueden conducir hacia al aburrimiento.

El no tener nada para hacer, puede ser vivido de manera conflictiva, porque el tiempo libre que quizás muchas veces fue ansiado para aprovecharlo en descanso o distracción, hoy es un tiempo vacío, donde no se sabe qué hacer para llenarlo.

Es decir que, siendo por naturaleza un homo ludens, ha sido transformado por educación, hábitos y la presión del medio ambiente, en un verdadero “homo sedens”. (Gracia Pintos, 1993)

Para muchos, es difícil valorar el sentido del ocio, porque vivimos en una sociedad donde lo importante y valorable es estudiar y formarse cada vez más, donde nuestros ideales se relacionan con los adelantos en nuestra profesión, para así poder producir más, ser reconocidos en la sociedad y valer más. No estamos preparados para vivir el tiempo libre, cuando no hay nada que producir, muchas veces no se sabe cómo actuar. No nos han enseñados a ser seres creativos, o a estar dispuestos para disfrutar el ocio. Esto altera la calidad de vida, e influye de manera certera cuando no es posible llenar y organizar todo ese tiempo, que da lugar a ideas poco provechosas.

La OMS define calidad de vida como la percepción que el individuo tiene de su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en que se halla inmerso, y en función de sus metas, expectativas, estándares e inquietudes,

incorporando la percepción del individuo sobre éstos y otros aspectos de la vida. (Duarte Molina y Noya Arnaiz, 1998)

Luego de la sensación de discriminación que la sociedad tiene para con ellos, es costoso creer que uno todavía cuenta con un sentido de competencia y que puede causar algún impacto en el medio. Pero que la sociedad lo indique, de alguna manera, no quiere decir que así sea.

El hombre anciano que reniega de su vejez, que no ha podido asumirse como viejo, que no ha encontrado un lugar apropiado para su nuevo status evolutivo, que no ejercita los nuevos potenciales de acción que la edad le provee, que se siente vacío y sin vida, verá entorpecida su integración en la dinámica comunitaria. (García Pintos, 1993)

Capítulo III

La ocupación humana

La ocupación humana

Son actividades que se desarrollan y mantienen a lo largo de toda la vida de las personas. Estas ocupaciones son diferentes en cada etapa de la vida. En la edad adulta estarán mayormente enfocadas y organizadas alrededor de los roles productivos como el trabajo, y en la vejez, en similitud con la niñez, tomarán mayor importancia aquellas ocupaciones que estén vinculadas con el tiempo libre.

Se concibe al hombre desde su nacimiento como ser adaptativo, con capacidad de afectar y ser afectado por su propio mundo, por la cultura y el medio ambiente. De esta manera podemos afirmar que la naturaleza ocupacional está referida a la necesidad de los individuos de participar con equilibrio en el trabajo, actividad de automantenimiento, descanso y juego, es decir, de este adecuado equilibrio dependerá la salud de las personas (C.O.L.T.O., 1995).

Otro autor interesado en la materia como lo es Kielhofner (2004), hace un estudio de la ocupación humana mucho más minucioso y no solo la define, sino que analiza cada uno de los elementos que la componen, que son mencionados a continuación:

Es importante destacar que la expresión “ocupación humana” denota que la ocupación es parte de la condición humana. Ocupación humana se refiere al hacer del trabajo, juego o de las actividades de la vida cotidiana dentro de un contexto temporal, físico o sociocultural que caracteriza gran parte de la vida humana. Consideremos que significa cada uno de los elementos de esta definición.

- *Hacer:* Aunque todas las especies vivientes participan en alguna forma de acción, los seres humanos son únicos en el grado en el cual han desarrollado un conjunto amplio y complejo de cosas que hacer. La necesidad intensa de hacer cosas es únicamente humana.

La ocupación se retrata más típicamente como formada por tres áreas amplias del hacer: actividades de la vida diaria, juego y trabajo.

- *Ocupación del tiempo y el espacio:* Sin acción el tiempo pesa profundamente sobre nosotros. En consecuencia, nos vemos movidos a llenar u ocupar el tiempo con las cosas que hacemos. En consecuencia, nuestro hacer llena el presente y anticipa el horizonte temporal que se encuentra inmediatamente delante nuestro.

Lo que hacemos es consistentemente paralelo a la dimensión del tiempo. Marcamos el pasaje de los ciclos temporales por lo que hacemos.

En gran medida, sabemos lo que debemos hacer por la medición del tiempo.

Por lo tanto, nuestras ocupaciones no sólo llenan y marcan el tiempo, sino que también dan forma al curso de nuestras vidas en el transcurso del tiempo.

- *Ocupación del mundo físico:* Los seres humanos ocupan este mundo de espacio y cosas atravesándolo, manipulándolo y transformándolo. Actuar en nuestro mundo circundante físico, sobre él y con él es fundamental para la existencia humana.

- *Ocupación de los mundos social y cultural:* Los seres humanos son criaturas socioculturales que coordinan su comportamiento en conjunto y comparten palabras comunes de acción y significado.

Nos creamos lugares en el mundo social por lo que hacemos. Nuestras acciones moldean el modo en que los otros nos ven y por quién nos toman. Por su parte, nuestras posiciones sociales influyen en lo que se espera que hagamos y cómo lo emprenderemos.

La cultura es el medio a través del cual los seres humanos dan sentido a su hacer.

En realidad, la cultura se revela como una continuidad de las cosas comunes a rituales que las personas hacen y los significados que les adjudican.

- *Ocupación y naturaleza humana:* Como se señaló en la explicación anterior, la ocupación es compleja y multifacética. La ocupación comprende una amplia gama de hacer que ocurre en el contexto de tiempo, espacio, sociedad y cultura. Los contextos cultural, físico y social plantean condiciones que invitan, dan forma e informan nuestro hacer. Los mundos temporal y físico proporcionan condiciones que brindan al hacer su carácter fundamental. La sociedad y la cultura nos proporcionan y asignan cosas para hacer. Definen el modo en que debemos emprenderlas. Nos dan instrucciones, razones y significados para nuestro hacer.

Los tipos de cosas que hacemos, por qué y cómo las hacemos y qué pensamos y sentimos acerca de ellas derivan de las condiciones e influencias de tiempo,

espacio, sociedad y cultura que se entrecruzan. La ocupación singularmente humana, que caracteriza a nuestra especie, es una función de estas condiciones e influencias.

La mayoría de las personas ancianas han desarrollado mecanismos de adaptación y estrategias compensatorias que les permiten llevar vidas con buen funcionamiento. Las limitaciones en las actividades de la vida diaria se registran en sólo un 13% de las personas de 65 a 74 años, en un 25% de las personas de 75 a 84 años y en un 46% de las personas de 85 años y mayores (Willard y Spackman, 2001)

En tanto que no es necesario volverlos seres dependientes.

Durante toda la vida, una persona ha corrido detrás de una multitud de ocupaciones, una multiplicación de asuntos.

Si no se tiene ocupación alguna, puede aparecer el aburrimiento que en la ancianidad es, un enemigo muy duro que acerca al anciano la fantasía de la inutilidad y la vivencia desértica de un tiempo hueco.

De apoco se verá identificado con el rol sin rol, que la sociedad le adjudica a los ancianos.

La ausencia de ocupación puede resultar en daño del cuerpo o de la mente (De las Heras de Pablo, 2000).

Capítulo IV

Instituciones geriátricas

Instituciones geriátricas

El ingreso en una residencia para ancianos puede suponer uno de los cambios capaces de generar mayor estrés (Salvarezza, 1998)

A través de los años y de las experiencias vividas en el entorno familiar, las distintas partes de la casa han sido impregnadas de recuerdos y emociones que pueden actuar a modo de testimonio vivo, en el que se encuentran todos aquellos objetos y posesiones que unen al anciano con su pasado. Abandonar la casa familiar supone abandonar el lugar donde se desarrollaron partes importantes de su propia vida, conllevando por lo tanto una especie de renuncia, que en muchos casos puede resultar dolorosa.

El ingreso a una institución supone una forma de reubicación especialmente dura y difícil de elaborar.

La vida comunitaria es muy mal tolerada por la mayoría de los hospitalizados; desdichados, ansiosos, replegados en sí mismos, están encerrados juntos sin que se haya organizado para ellos ninguna vida social. Su susceptibilidad, sus tendencias reivindicadoras y a veces paranoides, producen frecuentes reacciones conflictuales. Todos los procesos patológicos a que está sujeta la vejez se aceleran en los asilos (De Beauvoir, 1970).

En tanto que la incorporación del anciano a una institución geriátrica supone, una extracción del medio social que le es propio, para ubicarlo posteriormente en un ambiente artificial integrado exclusivamente por personas de su misma edad.

Al encontrarse conviviendo con personas que no conoce y verse separado de sus afectos y del ambiente al que pertenecía, puede aparecer en una instancia el sentimiento de soledad. El sentimiento de sentirse solo, pero a la vez no estarlo.

El hombre no ha sido creado para la soledad pero puede convivir con ella cuando no se siente olvidado o abandonado sino contenido afectivamente. Lo que más golpea al anciano es esa sensación –realidad- de abandono, de olvido, de falta de consideración por parte de sus hijos (García Pintos, 1993).

Cuando el anciano deja su casa para ir a vivir con un familiar, sigue teniendo a su alcance personas que lo conocen y que le recuerdan a cada gesto quién es, cómo es, y quién fue. El conocimiento que familiares directos y amigos tienen sobre él, refuerza el reconocimiento de sí mismo, otorgándole identidad personal.

El ingreso en una residencia geriátrica, a diferencia del traslado que supone ir a vivir con algún familiar, lleva consigo la incorporación a un ambiente tan extraño como artificial, en el que el anciano, antes que cualquier otra cosa, es un desconocido (Salvarezza, 1998)

Por otra parte, la institución geriátrica en tanto que institución es un centro que debe necesariamente regirse por una serie de normas, acrecentando con esto la pérdida de sentido de control personal en los nuevos usuarios. No resulta por lo tanto extraño que el recién ingresado se desoriente ante el desafío impuesto por la nueva realidad a la que se debe adaptar (Salvarezza, 1998)

Muchas personas recientemente ingresadas a una institución geriátrica, pueden sufrir un proceso confusional, mientras otros se pueden deprimir extremadamente, o incluso pueden entrar en una dinámica de progresivo deterioro.

Es importante percibir y tener en cuenta el alto nivel de dependencia funcional que se puede producir. Cuando el anciano advierte que se está volviendo dependiente, lo más penoso para él es la impresión de perder al mismo tiempo su condición de sujeto (C.O.L.T.O., 1995)

El pertenecer a un entramado social y gozar del reconocimiento de aquellas personas con las que el sujeto interactúa ayuda a mantener un elevado autoconcepto.

Sin embargo es en la vejez donde se rompen muchos de los vínculos sociales como consecuencia, fundamentalmente, de la jubilación, la pérdida de los seres queridos y la institucionalización. Es por ello que, tradicionalmente, se ha venido considerando que el autoconcepto de los ancianos institucionalizados en comparación con el de aquellos que continúan viviendo en el hogar familiar se va a caracterizar por un mayor descenso en la autoestima, una mayor degradación y unas menores expectativas con respecto a su posible capacidad para enfrentarse con sus circunstancias y con el mundo exterior.

Entre los motivos que pueden dar cuenta de las causas del descenso de autoconcepto en los ancianos institucionalizados, Salvarezza (2002), menciona los tres apartados siguientes:

- a- Porque disminuye el sentimiento de poder controlar sus propias vidas ya que el internamiento supone la pérdida de independencia que les quedaba. Así como tener que someterse al reglamento de la institución.

- b- Porque interpretan la institucionalización como una demostración de rechazo y el abandono de sus familiares, de sus últimos vínculos y la pérdida del papel social. Además de representar los únicos lazos afectivos de los que, en muchos casos, disponían ya.
- c- Porque les hace enfrentarse con la idea de su propia muerte. Los ancianos ven el traslado a una residencia como el último cambio que realizarán antes de su muerte. Y ello es algo que genera miedo y hostilidad, que el sujeto podrá enfocar hacia los demás o bien hacia sí mismo.

Experimentar la sensación de que no pueden ejercer algún tipo de control sobre los acontecimientos cotidianos y sentirse en un estado anímico negativo, dan lugar a una menor posibilidad de conformidad y satisfacción con sus propias vidas.

Muchas veces dependerá de la institución en donde se encuentre residiendo el anciano y de cómo él es capaz de afrontar un cambio semejante.

Según Bleger (1966) “el asilo tiene en su organización la misma alienación que sus pacientes: los enfermos tienden a ser tratados como cosas, la identidad se pierde totalmente, los contactos sociales se empobrecen, se llega a una monotonía con una fuerte deprivación sensorial, que refuerza y afianza la alienación de los pacientes”.

Un componente importante de la institución geriátrica, esta dado por el personal que integra a esa institución y sobre todo de aquellos que tienen una relación frecuente con los ancianos. Ellos están asiduamente ligados al trato que se les da a los residentes y de ellos también depende cuan comfortable sea esa estadía.

Gran cantidad de personal que trabaja con ancianos y no están especializados en este campo, sosteniendo además una imagen negativa de la vejez donde el prejuicio que equipara viejo igual enfermo igual discapacitado, en muchos casos es quien rige. De esta manera el viejo responde a este prejuicio y asume consecuentemente su rol de enfermo y dependiente, roles que terminan conformando su identidad. Generalmente no se contempla el grado de carga soportable para el personal, ni se considera el cansancio y la tensión que el trabajo con ancianos acarrea. Habitualmente la elección, de ese rol no es una elección vocacional sino que el móvil es la necesidad económica (C.O.L.T.O., 1995)

El mejor “grado de dinámica” de una institución no está dado por la ausencia de conflictos, sino por la posibilidad de explicarlos, manejarlos y resolverlos dentro del

marco institucional, es decir, por el grado en que son realmente asumidos por su actores e interesados en el curso de sus tareas o funciones (Bleger, 1966).

Estrategia metodológica

Tipo de Estudio

Se llevará a cabo en un contexto cotidiano para describir situaciones con una única recogida de datos transversal.

Es un estudio:

- No experimental. Se trabajará con las personas en su ambiente y estado natural, sin manipulación intencional de variables.
- Descriptivo. Se caracterizarán los niveles de las variables, en un momento determinado.
- Transversal. Se analizarán las variables en un momento dado, con una sola recolección de datos.

Contexto

La institución geriátrica, cuenta solo con una planta baja que se divide de la siguiente manera: al ingreso del pasillo principal se encuentra la recepción y más adelante una pequeña capilla con una sala de estar. Luego se sitúa el comedor y de aquí hay un pasillo que conduce a las habitaciones y otro hacia la cocina.

En la parte trasera de la institución, se encuentra un jardín con espacios verdes y algunos sillones.

El personal está conformado por médicos, psicólogo, kinesiólogos, nutricionista, enfermeros, cocineros y mucamas.

Unidades de Análisis

- *Universo*: Personas de la tercera edad.
- *Población*: Personas de la tercera edad de la población de Camilo Aldao (Cba.) institucionalizados.
- *Muestra / Selección*: Doce personas. Seleccionadas por disponibilidad en forma voluntaria, con criterio de exclusión para aquellas personas que padezcan patologías que le impidan un desempeño ocupacional satisfactorio.

Técnicas para la Recolección de Datos

Para obtener datos relevantes sobre el desempeño ocupacional de las personas de la tercera edad institucionalizadas, se llevará a cabo la utilización de una entrevista y también de la historia de vida narrativa.

La entrevista se implementará de manera individual y la persona entrevistada responderá oralmente a las preguntas y se tomará registro escrito de las respuestas.

Con ella podremos: indagar sobre la historia ocupacional de las personas de la tercera edad institucionalizadas.

Identificar los cambios ocurridos en las ocupaciones luego de la institucionalización.

Conocer la relación entre los cambios ocupacionales y el tiempo libre.

Entrevista

Nombre: Edad:

1. ¿Qué clase de trabajador/estudiante fue?
2. ¿Era difícil su trabajo/estudio?
3. ¿Disfrutaba de realizar ese trabajo/estudio?
4. ¿Usted fue quién eligió realizar ese trabajo/estudio?
5. ¿Era importante para usted realizar ese trabajo/estudio?
6. ¿Qué fue lo más importante que obtuvo de su trabajo/estudio?
7. ¿Por qué dejó ese trabajo?
8. ¿Cómo describiría el ambiente en donde vive?
9. ¿Hay alguna cosa que especialmente haga a menudo?
10. Describa un típico día de la semana.
11. ¿El fin de semana es algo diferente?
12. ¿Está satisfecho con esta rutina?
13. ¿Su rutina diaria llegó a ser en algún momento diferente?
14. ¿Qué es lo que más le gustaría cambiar de su rutina?
15. ¿Tiene actualmente hobbies que hayan sido parte de su rutina pasada?
16. ¿Puede ir de un lado a otro?
17. ¿Tiene usted las cosas necesarias para hacer lo que usted quiere?
18. ¿Llega a aburrirse?
19. ¿Cuáles son las principales cosas que hace para divertirse o relajarse?
20. ¿Considera que tiene abundante tiempo libre?

La historia de vida narrativa, es una técnica creada por Kielhofner en el año 1998.

Esta técnica se implementa para conocer que apreciación tiene la persona sobre los hechos de mayor relevancia en su vida.

Se le pide al entrevistado que comente como fue su vida y se tomara nota para que quede plasmado lo mas idéntico posible a la narración.

De esta manera podremos: indagar sobre la historia ocupacional de las personas de la tercera edad institucionalizadas.

Con ambas técnicas se podrá conocer no solo el presente que vive la persona institucionalizada, sino también poder indagar sobre lo que ha vivido antes y qué relación muestran éstas vivencias con el presente.

Se podrá percibir si se producen contradicciones o si se reafirman los datos obtenidos en la entrevista.

Análisis de datos

Las características de los sujetos que participaron de la entrevista cerrada y la historia de vida narrativa son las siguientes:

- Femeninos: Siete. Edades: Entre 77 y 85.
- Masculinos: Cinco. Edades: Entre 70 y 88.

Para facilitar la lectura de los datos, el análisis se dividirá en función de los ejes que emergen de los objetivos planteados:

a. **Historia ocupacional de las personas de la tercera edad institucionalizadas**

La comunidad acepta con satisfacción el producto del trabajo del hombre como una forma calificada y valiosa de integración social, de modo tal que cada uno de nosotros nos sentimos aceptados por el grupo cuando mantenemos una actividad de producción dentro del sistema. (García Pintos, 1993)

En cuanto a la relación de trabajo/estudio, casi la totalidad ha estudiado o trabajado a lo largo de su vida.

La mayoría se inicio con estudios y luego continuaron trabajando.

Ejemplo: *“Estudié corte y confección, me gustaba mucho. También trabajé de mucama en casas de familias y sanatorios”.*

Ejemplo: *“...Me recibí y me toman para dar clases en el colegio primario, que di clases en los últimos tres años”.*

Las mujeres en su mayoría luego de los estudios, se han dedicado a trabajos domésticos.

Ejemplo: *“Estudié y tengo varios títulos, aunque nunca me hizo falta trabajar, además no me dejaban. Me casé y tampoco trabajé. En mi casa si, fui ama de casa”.*

Ejemplo: *“Fui al colegio y fui abanderada, cuando me case me dedique a la casa y a mi hijo”.*

Ejemplo: *“Me case y tampoco trabajé. En mi casa si, fui ama de casa”.*

Ejemplo: *“Me case a los 21 años y deje de trabajar para quedarme en mi casa”.*

Algunas han realizados estudios posteriores de profesorado o docencia.

Ejemplo: *“Hice la primaria y la secundaria y después decidí continuar estudiando para ser profesora de música...”*.

Ejemplo: *“Después de la secundaria estudié inglés”*.

Los hombres en su mayoría se han dedicado al trabajo de campo, carpintería y herrería.

Ejemplo: *“Siempre trabajé en el campo, desde chico le ayudaba a mi papá y así fui aprendiendo todo”*.

Ejemplo: *“Me dediqué a trabajar en una carpintería cerca de mi casa y trabaje desde los 15 años”*.

Ejemplo: *“Cuando mi abuelo fallece mi papá sigue trabajando en la herrería. A mí me gustaba ir a ver como trabajaba y así fui aprendiendo y trabaje siempre con él.”*

La gran mayoría han enviudado. El resto se ha separado de sus parejas y la minoría ha tenido problemas con los familiares que convivía o éstos también han fallecido.

Ejemplo: *“Mi marido hace tres años atrás, tuvo un ACV y al año falleció”*.

Ejemplo: *“Mi marido falleció cuando yo y mi hijo éramos muy jóvenes.”*

Ejemplo: *“Mi marido también falleció”*.

Ejemplo: *“Ahora ya hace 15 años que mi esposo falleció de un ataque de presión que le dio en el trabajo...”*

Ejemplo: *“Después que enviudé, me quedé viviendo sola en mi casa...”*

Ejemplo: *“Me separé porque me enteré cosas de ella que no me gustaron que las contó un día su hermana...”*

Ejemplo: *“A los 55 años, mi esposo tuvo un accidente volviendo del campo y fallece.”*

Ejemplo: *“Mi padre fallece a los 71 años y nos quedamos solas con mi madre, que también falleció años después.”*

Ejemplo: *“Mi mujer falleció el año pasado...”*

Ejemplo: *“Pero me terminé separando de mi mujer y mi hijo varón nunca estuvo de acuerdo con eso y se quedó con la madre.”*

Ejemplo: *“En el medio de todo esto me quedo viudo...”*

A causa de estos motivos casi todos han quedado solos. Esta es la razón principal por la que ingresaron a la institución.

Ejemplo: *“En el medio de todo esto me quedo viudo y con todos los problemas que tenía me toco venir acá”.*

Ejemplo: *“...me tuve que volver y venir al geriátrico con mi hijo porque tuvo un accidente y quedó en silla de ruedas discapacitado, el tiene 62 años.”*

Ejemplo: *“...decidí venir acá al geriátrico voluntariamente porque no quería estar sola, y porque mi hija ya se había casado.”*

Ejemplo: *“Así, me quedé solo porque mis dos hijas mayores están casadas y viven en Rafaela y me toco venir al geriátrico.”*

Ejemplo: *“Por este razón es que me vine al geriátrico y si me llega a pasar cualquier cosa, no estoy sola.”*

Ejemplo: *“...como mis hijas trabajan mucho estoy acá. Vine el año pasado.”*

Ejemplo: *“...con todos os problemas que tenía me toco venir acá.”*

A excepción de uno de ellos que tiene a su esposa internada en el hospital vecino a la institución y que la visita diariamente.

Ejemplo: *“Hoy estoy acá con mi señora porque ella se calló en la casa, se fracturo la cadera y no volvió a caminar”.*

Es importante destacar que la expresión “ocupación humana” denota que la ocupación es parte de la condición humana. El hacer en el trabajo, el juego o en las actividades de la vida diaria dentro de un contexto temporal, físico y sociocultural que caracteriza a gran parte de la vida humana (Kielhofner, 2004).

La siguiente pregunta refiere que los entrevistados se califiquen ante sus actividades pasadas.

¿Qué clase de trabajador/estudiante fue?

La gran mayoría respondieron que fueron buenos estudiantes/trabajadores.

Ejemplo: *“Fui una buena estudiante, muy aplicada”.*

Ejemplo: *“Estudiaba mucho.”*

Ejemplo: *“Hacía bien mi trabajo, era mucama.”*

Ejemplo: *“Era buena estudiante y le ayudaba a mi mamá en la casa.”*

Ejemplo: *“Fui una buena estudiante. Tengo tres diplomas...”*

Ejemplo: *“Estudié perito mercantil y me recibí. También hice siete materias de abogacía, pero tuve que dejar porque empecé a trabajar de empleado...”*

Ejemplo: *“Fui una buena estudiante, porque me gustaba mucho la carrera.”*

Ejemplo: *“Me dedique a estudiar inglés. Era muy aplicada.”*

Ejemplo: *“Yo creo que fui buen trabajador.”*

Unos pocos no supieron contestar puntualmente la respuesta.

Ejemplo: *“No fui al colegio porque vivía en el campo”.*

Ejemplo: *“Hice hasta 2° grado de la primaria en una escuelita rural.”*

Ejemplo: *“Fui a la escuela pero no me gustaba y abandone los estudios para trabajar en una carpintería.”*

Ejemplo: *“Mi padre me enseñó el oficio de herrero y lo aprendí muy bien.”*

Continuando con las ocupaciones pasadas, se les pide a los entrevistados que comenten acerca de la complejidad de esas ocupaciones que realizaron.

¿Era difícil su trabajo/estudio?

Todos contestaron que no fue difícil su trabajo/estudio.

Ejemplo: *“No. Era todo muy cómodo.”*

Ejemplo: *“No. Lo hice contenta.”*

Ejemplo: *“No, pero era vaga.”*

Ejemplo: *“Difícil no. Cualquiera que estudie lo puede hacer.”*

Ejemplo: *“No, pero había que hacer muchas cosas. Todo se aprendía.”*

Ejemplo: *“Hay que saber hacerlo, como cualquier trabajo, pero no es difícil.”*

Ejemplo: *“No. Era transportista.”*

Aquí se quiere conocer sobre el disfrute que ocasionaba realizar esas ocupaciones.

¿Disfrutaba de realizar ese trabajo/estudio?

La gran mayoría contestaron que sí disfrutaba de realizar ese trabajo/estudio.

Ejemplo: *“Si. Me gustaba mucho”.*

Ejemplo: *“Si. Me gustaba estudiar.”*

Ejemplo: *“Si. Disfrutaba trabajando.”*

Ejemplo: *“Si, me gustaba darles clases de música a los más chicos.”*

Ejemplo: *“Si, aunque a veces se hacía pesado.”*

Ejemplo: *“Si, me gustaba estudiar con mis compañeras.”*

Excepcionalmente alguno contesto que no.

Ejemplo: *“No me gustaba mucho ir a la escuela. Me gustaba cocinar con mi mamá”.*

Para conocer si han sido los sujetos quienes tomaron decisiones acerca de sus vidas ocupacionales, o si tuvieron que someterse a decisiones ajenas.

¿Usted fue quién eligió realizar ese trabajo/estudio?

La gran mayoría contestaron que si fueron ellos los que eligieron ese trabajo/estudio.

Ejemplo: *“Si, Tuve que dejar de estudiar para trabajar”*.

Ejemplo: *“Yo quise que mi padre me enseñe.”*

Contrariamente unos pocos respondieron que ellos no fueron quienes eligieron.

Ejemplo: *“Me mandaba mi mamá a la escuela”*.

Ejemplo: *“Mis padres eligieron mi colegio.”*

Respecto a la relevancia de haber podido cursar esos trabajos/estudios.

¿Era importante para usted realizar ese trabajo/estudio?

Todos respondieron que era importante para ellos realizar ese trabajo/estudio.

Ejemplo: *“Si. Porque era lo que quería hacer”*.

Ejemplo: *“Si. Me gustaba estudiar, era muy estudiosa y ayudaba a mi madre porque me gustaba lo que ella hacía.”*

Ejemplo: *“Si, por supuesto.”*

Ejemplo: *“Si, claro.”*

Ejemplo: *“Si, muy importante.”*

Ejemplo: *“Si, para poder ayudar a la familia.”*

Para reconocer cuales fueron los frutos que esos trabajos/estudios les han dado en sus vidas ocupacionales.

¿Qué fue lo más importante que obtuvo de su trabajo/estudio?

Todos hicieron referencia a las gratificaciones que lograron teniendo un trabajo/estudio y a lo que pudieron obtener con el dinero que ganaron.

Ejemplo: *“Todo lo que aprendí trabajando y todo lo que me dio el trabajo a mí y a la familia”*.

Ejemplo: *“Haber terminado el colegio y graduarme.”*

Ejemplo: *“Fue limpiar para los médicos en los sanatorios.”*

Ejemplo: *“Aprendí a cocinar, porque mi mamá me enseñaba.”*

Ejemplo: *“Todas las compañeras y amigos que hice.”*

Ejemplo: *“Que tenía casa y auto.”*

Ejemplo: *“Haberle enseñado música a los niños y que ellos de grandes me saluden en la calle y me “seño.”*

Ejemplo: *“Pude viajar y conocer otros países.”*

Ejemplo: *“Muchas gratificaciones y dinero para vivir.”*

Ejemplo: *“Una buena educación.”*

Ejemplo: *“Tener un oficio y enseñárselo a mis hijos.”*

Ejemplo: *“Que me dio la posibilidad de salir a buscar el pan para la familia y los chicos.”*

Para conocer las causas y/o motivos de porque los sujetos finalizaron con esas actividades ocupacionales.

¿Por qué dejó ese trabajo/estudio?

La mayoría contestaron que dejaron ese trabajo/estudio porque finalizaron sus estudios, porque se jubilaron y por problemas de salud.

Ejemplo: *“Porque complete los estudios”.*

Ejemplo: *“Por problemas de visión.”*

Ejemplo: *“Por la jubilación.”*

Ejemplo: *“Porque ya no podía ir mas al campo.”*

Ejemplo: *“Porque me jubilaron.”*

Ejemplo: *“Porque complete mis estudios secundarios.”*

Ejemplo: *“Tuve problemas con el psicofísico y no me dieron el registro.”*

El resto hicieron referencia a que por diversas cuestiones no pudieron continuar con ese trabajo/estudio.

Ejemplo: *“Porque me case”.*

Ejemplo: *“Porque acá no puedo hacerlo.”*

Ejemplo: *“Porque vine aquí.”*

Ejemplo: *“Porque no quise trabajar más con mis hijos.”*

b. Cambios ocurridos en las ocupaciones luego de la institucionalización

Verse brutalmente precipitado de la categoría de individuo activo a la de inactivo y clasificado como viejo, sufrir una disminución consternante de los recursos y del nivel de vida, es, en la inmensa mayoría de los casos, un drama que acarrea graves consecuencias psicológicas y morales (De Beauvoir, 1970).

Al entender que estos sujetos viven en un ambiente ajeno y conjuntamente con otras personas al que vivieron habitualmente, para conocer que percepción tienen del ambiente donde viven actualmente se les pidió a los entrevistados que lo describan desde su perspectiva.

¿Cómo describiría el ambiente en donde vive?

La mayoría respondieron que lo describirían como incómodo.

Ejemplo: *“En mi habitación hay dos locos que no me dejan dormir. No estoy cómodo acá”.*

Ejemplo: *“Incómodo.”*

Ejemplo: *“En mi habitación hay dos locos que no me dejan dormir. No estoy cómodo acá.”*

Ejemplo: *“Es bastante pasivo.”*

Ejemplo: *“Triste.”*

Ejemplo: *“Es difícil.”*

Ejemplo: *“Para uno que estuvo acostumbrado a viajar, estar tanto tiempo quieto no es bueno.”*

La minoría respondió que lo describirían como cómodo.

Ejemplo: *“Hay carencias, pero es cómodo”.*

Ejemplo: *“Es cómodo.”*

Ejemplo: *“Es más o menos confortable.”*

Ejemplo: *“El lugar es cómodo y limpio.”*

Ejemplo: *“Es adecuado.”*

Desde el punto de vista ocupacional, para saber cuáles son las actividades que hacen a diario.

¿Hay alguna cosa que especialmente haga a menudo?

La mayoría hace referencia a actividades relacionadas con la música y a tomar mates.

Ejemplos: *“Tomo mates todas las tardes. No puede faltar el mate”.*

Ejemplo: *“Canto como una “Calandria.”*

Ejemplo: *“Me gusta tomar mates.”*

Ejemplo: *“Toco el órgano de música en la habitación.”*

El resto hace referencias a conversar, leer y mirar el televisor.

Ejemplo: *“Converso con las chicas”.*

Ejemplo: *“Miro el noticiero.”*

Ejemplo: *“Leo los diarios que mi hija me trae.”*

Hay dos excepciones. Uno que visitan a su familiar al lado de la institución y otro que realiza tareas mínimas en el hogar.

Ejemplo: *“Me levanto más temprano que el resto y bajo las sillas del comedor y pongo los manteles por mi voluntad”.*

Ejemplo: *“Visito a mi señora que está internada al lado.”*

Para entender más precisamente como es un día típico en la institución y cuáles son las actividades diarias que se realizan, se les pidió a los entrevistados que hagan una descripción de un día típico.

Describe un típico día de la semana.

Todos hacen las mismas referencias al describir un día típico de la semana.

Ejemplo: *“A las 6:30am nos levantan y tomamos todos juntos el desayuno en el comedor. Allí esperamos que nos sirvan el almuerzo y luego nos retiramos para la siesta. Después las enfermeras nos buscan para tomar la merienda en el comedor. Me quedo en el comedor con las chicas y conversamos hasta que sirven la cena. Después de la cena, nos retiramos a nuestras habitaciones para dormir”.*

Ejemplo: *“Me levantan a las 6am, me higienizan, me visto, espero en el comedor sentada el desayuno y espero sentada el almuerzo.*

Después hacemos la siesta. Cuando me levanto tomo la merienda y me quedo sentada hasta la noche esperando la cena. Luego nos acostamos a dormir.”

Ejemplo: *“Me levanto, tomo mate y miro la televisión. Después almuerzo con mi hijo y mi amiga en una mesita los tres juntos. A veces, duermo la siesta para descansar la pierna que se me hincha, y cuando me levanto tomo mate.*

Me baño sola, ceno y todo; después me voy a dormir. Me gustaría poder limpiar más mis cosas.”

Ejemplo: *“Me levanto para tomar el desayuno y después me voy a la ventana a mirar la calle. Espero que den el almuerzo en el comedor. Después, no hago siesta por lo general. Espero a que llegue el horario de la merienda y me voy a mirar la calle otro rato para esperar la cena. Después me voy a dormir.”*

Ejemplo: *“Me levantan temprano, me baño y me visto. Voy al comedor para tomar el desayuno y después voy al dormitorio a escuchar radio o escribo poesías. Después almuerzo y hago la siesta. Cuando me levanto, tomo la merienda y escucho radio o charlo hasta que sirven la cena y después me voy a dormir como todos.”*

Ejemplo: *“Me levanto para tomar el desayuno en la habitación y en el comedor esperamos el almuerzo. Después escribo canciones, porque es cuando todos duermen. Espero la tarde para tomar la merienda y me quedo conversando o mirando la televisión hasta que llega el horario de cenar y después cada uno se va a su habitación para dormir.”*

Ejemplo: *“A las 7am me levantan, tomo el desayuno y después miro el noticiero. A las 11.30am sirven el almuerzo y cuando se termina de almorzar nos acostamos a dormir la siesta. A la tarde te dan la merienda y se cena temprano para acostarnos a todos.”*

Ejemplo: *“Con mi compañero nos levantamos cerca de las 7am para desayunar y nos quedamos en el comedor conversando o vamos cerca de la ventana o al jardín. Al mediodía se almuerza y a la tarde vamos a los dormitorios. Cuando nos levantamos con mi compañero jugamos un partidito a las cartas y nos sirven la merienda y después la cena.”*

A ésta descripción se añaden tres excepciones que hacen referencia a visitas familiares y paseos en familia, a levantarse un poco más temprano para realizar una labor mínima dentro de la institución y a salir sólo de la institución para visitar a un familiar internado.

Ejemplo: *“A la mañana voy a ver a mi señora un rato y vuelvo para almorzar y para dormir la siesta. Tomo la merienda y me cruzo a ver como sigue todo de mi señora, si necesita algo o si tengo que llamar a mis hijos para que compren alguna cosa. Vuelvo un rato antes de que sirvan la cena y después nos dormimos”.*

Ejemplo: *“Me levanto a las 6:30am y bajo las sillas del comedor y pongo los manteles. Espero que den el desayuno junto a otras compañeras. Después, me paseo por los pasillos o converso.”*

Después del almuerzo, hago la siesta, me levanto y meriendo, miro la televisión, espero la cena y después me voy a dormir.”

Ejemplo: *“Me levanto, voy al baño y me cambio para el desayuno. Después doy una vueltas, salgo al patio hasta que llaman para el almuerzo. Después se hace la siesta y a la tarde tomo mates. A veces vienen algunas de mis hijas y tomamos mates o me llevan a dar una vuelta y a ver a los nietos.*

A la noche se cena y nos acostamos a dormir.”

Ejemplo: *“A las 7am me levantan, tomo el desayuno y después miro el noticiero. A las 11.30am sirven el almuerzo y cuando se termina de almorzar nos acostamos a dormir la siesta. A la tarde te dan la merienda y se cena temprano para acostarnos a todos.”*

Para identificar si en los fines de semana surgen cambios, se les pidió que los especifiquen.

¿El fin de semana es algo diferente?

Todos respondieron que el fin de semana no es diferente al resto de la semana.

Ejemplo: *“No mucho. Solo cambian las comidas”.*

Ejemplo: *“No. Es igual a todos los días.”*

Ejemplo: *“Acá dentro no. Pero a mí me buscan mis hijas los fines de semana y estamos en familia gracias a Dios.”*

Ejemplo: *“No mucho.”*

Respecto a la rutina y queriendo saber el grado de conformidad que los sujetos tienen con la rutina diaria que se ofrece en la institución, se pidió que contesten si están satisfechos.

¿Está satisfecho con esta rutina?

La gran mayoría contestaron que no está satisfecho con la rutina.

Ejemplo: *“No. No me hallo”.*

Ejemplo: *“No mucho. Mas o menos.”*

Ejemplo: *“No estoy contenta, porque no me acostumbro.”*

Ejemplo: *“Me tuve que acostumbrar a esto. Quisiera estar más cómoda.”*

Ejemplo: *“Siento que no es un lugar para mí.”*

Ejemplo: *“No estoy totalmente de acuerdo con algunas cosas.”*

Ejemplo: *“No, porque estoy acostumbrado a trabajar de toda la vida.”*

Ejemplo: *“No. Para mi estar acá es nuevo y todavía no me acostumbro.”*

La minoría respondió estar conforme con la rutina.

Ejemplo: *“Digamos que si”*.

Para reconocer si en algún momento hubo cambios en sus rutinas diarias.

¿Su rutina diaria llegó a ser en algún momento diferente?

La gran mayoría han respondido que su rutina no fue diferente.

Ejemplo: *“No. Siempre igual”*.

Ejemplo: *“No. Dos veces al año vienen los chicos de los colegios para visitarnos y nos traen “regalitos” y nosotros les cantamos algo.*

También está el festejo de la primavera, donde comemos juntos y festejamos cantando y bailando el que puede.”

Hay una excepción donde se hace referencia a una actividad pasada.

Ejemplo: *“Antes venía una chica a enseñarnos manualidades. Y después no vino más”*.

Para conocer cuáles son los cambios prioritarios que quisieran darle a sus rutinas diarias.

¿Qué es lo que más le gustaría cambiar de su rutina?

La mayoría hizo referencia a tener más privacidad, poder salir solos, sentirse mejor y agregarían actividades.

Ejemplos: *“Que tengamos cuartos individuales”*.

Ejemplos: *“Ambición de que me lleven a mi casa, para poder tener privacidad porque me sacan cosas, me las roban.”*

Ejemplo: *“Estar bien. Llevarme bien con todos.”*

Ejemplo: *“Poder salir para visitar a mi hija.”*

Ejemplo: *“Me gustaría que haya un taller de música en la tarde, porque son muy largas acá.”*

Ejemplo: *“Cambiaría muchas cosas, pero no se puede hacer nada.”*

Ejemplo: *“Hacer algo útil.”*

Ejemplo: *“Que podamos salir a la calle a caminar un poco.”*

Ejemplo: *“Algo que me haga sentir mejor.”*

Un par de excepciones no supieron puntualizar algún cambio.

Ejemplo: *“No sé. No se me ocurre”*.

Ejemplo: *“Nada.”*

Para poder indagar sobre las actividades placenteras que hayan tenido en el pasado y si esas actividades pudieron mantenerse hasta la actualidad.

¿Tiene actualmente hobbies que hayan sido parte de su rutina pasada?

La mayoría contestaron refiriéndose a juegos de cartas, cocer, leer, escribir y escuchar música.

Ejemplo: *“Jugar cartas, cocer y tejer”*.

Ejemplo: *“Cocinar y cocer, pero acá no puedo hacerlo.”*

Ejemplo: *“Quisiera ser ama de casa otra vez.”*

Ejemplo: *“Desde que estoy en el geriátrico escribo poesías.”*

Ejemplo: *“La música.”*

Ejemplo: *“Hablar el idioma inglés.”*

Ejemplo: *“Me gustaría poder bailar el tango como antes.”*

Ejemplo: *“Sí. Todas las mañanas de mi vida he leído el diario y mi hija me lo trae siempre que puede.”*

Ejemplo: *“Siempre jugaba a las cartas con mis amigos y acá también, por suerte tengo un compañero que le gustan las cartas como a mí.”*

La minoría contestó que no tenían hobbies.

Para tener conocimiento si las personas internadas, pueden deambular con libertad o si tiene restricciones.

¿Puede ir de un lado a otro?

Todos han respondido que si pueden ir de un lado a otro y algunos aclararon que no pueden salir solo a la calle.

Ejemplo: *“Si. Pero afuera no podemos salir solos”*.

Ejemplo: *“Si. Salgo al patio si esta lindo.”*

Ejemplo: *“Si. Pero para salir a la calle se necesita un familiar.”*

Ejemplo: *“Si. Siempre que no salga a la calle.”*

Para explorar si estos sujetos internados, tienen allí lo que necesitan para hacer las actividades que desean.

¿Tiene usted las cosas necesarias para hacer lo que usted quiere?

La gran mayoría respondieron que no tiene las cosas necesarias para hacer lo que desean.

Ejemplo: *“No. Pero al menos puedo tener mi órgano conmigo”*.

Ejemplo: *“No siempre.”*

Ejemplo: *“Mas o menos.”*

Ejemplo: “No. Me falta intimidad.”

Ejemplo: “*No. Tengo que depender de mis hijos para que me traigan las cosas que necesito.*”

La minoría contestó que si tiene las cosas necesarias.

La ausencia de ocupación puede resultar en daño del cuerpo o de la mente (De las Heras de Pablo, 2000).

c. *Relación entre los cambios ocupacionales y el tiempo libre*

Una jubilación exitosa está basada en la habilidad de transformar los patrones de la vida diaria, en la cual las actividades de tiempo libre reemplazan al trabajo como fuente de satisfacción más importante. De la misma manera que el juego en la niñez, las actividades de tiempo libre en la vejez, disminuyen las expectativas respecto al desempeño y se centran en la satisfacción personal que conllevan, más que en la satisfacción del grupo. De la misma manera que el trabajo, participar en actividades de tiempo libre requiere sus propias destrezas y la reorganización en el uso del tiempo y del espacio. La capacidad de lograr una sensación de aptitud en actividades e intereses más allá del rol laboral antiguo hace la diferencia crítica entre desesperación y esperanza en la ancianidad. (Kielhofner, 1980. Citado por C.O.L.T.O, 1995)

Para registrar si tienen ocupaciones satisfactorias o si no pueden ocupar por sí solos el tiempo libre.

¿Llega a aburrirse?

Casi la totalidad respondió que sí llega a aburrirse.

Ejemplo: “*Continuamente*”.

Ejemplo: “*Si, un poco. Hasta eh llorado.*”

Ejemplo: “*Si, algunas veces.*”

Ejemplo: “*A veces.*”

Ejemplo: “*Si. Cualquier abuelo se aburre acá.*”

Ejemplo: “*Algunas veces sí, porque los días se hacen largos.*”

Para tener conocimiento de cuáles son las actividades gratificantes que particularmente pueden hacer cada uno de ellos voluntariamente.

¿Cuáles son las principales cosas que hace para divertirse o relajarse?

La mayoría contestaron que para divertirse o relajarse hacen bromas, chistes, conversan y esperan los festejos de la institución.

Ejemplo: “*Riéndome. Les hago chistes a las chicas y les hago bromas*”.

Ejemplo: “*A veces me hago “la loca” para divertirme y digo cosas en broma.*”

Ejemplo: “*Espero que lleguen los festejos que se hacen acá. También me gusta cocer.*”

Ejemplo: “*Cuento cuentitos, adivinanzas y hago chistes.*”

Ejemplo: *“Me gusta cuando se hacen los bailes. También cuento cuentos y escribo poemas.”*

Ejemplo: *“Tocar el órgano, mirar televisión, charlar con los demás y hacernos bromas.”*

Ejemplo: *“Cuando se puede miro la novela y converso con las compañeras.”*

Ejemplo: *“Tomo mates, escucho tangos en la radio y espero que vengan mis hijas y los nietos.”*

Ejemplo: *“Miro los autos que pasan por la ventana, porque no te dejan salir. Miro el noticiero y me junto con dos compañeros de acá.”*

Ejemplo: *“Me la paso leyendo el mayor tiempo y también lo comparto con mis compañeras.”*

Ejemplo: *“Con mi compañero nos hacemos compañía, conversamos y jugamos a las cartas.”*

Para indagar acerca de la percepción que tienen los sujetos sobre la cantidad de tiempo libre que posean dentro de la institución.

¿Considera que tiene abundante tiempo libre?

Casi la totalidad respondió que si tienen abundante tiempo libre.

Ejemplo: *“La verdad es que si, pero trato de ocuparlo para que se pase el día”.*

Ejemplo: *“Sí, puede ser.”*

Ejemplo: *“Si. Me aburro, aunque trato de hacer cosas.”*

Ejemplo: *“La verdad es que si, pero trato de ocuparlo para que se pase el día.”*

Ejemplo: *“Es posible.”*

Sin acción el tiempo pesa profundamente sobre nosotros (Kielhofner, 2004).

Conclusión

Cuando el anciano pasa a vivir en una institución geriátrica, se dejan a un costado las actividades que tenían relación con lo laboral y hace su aparición el tiempo libre, que debiera estar acompañado de las actividades que permiten relacionarnos con el disfrute y la satisfacción personal.

En las instituciones geriátricas el tiempo libre se encuentra fuertemente ligado a ellas y en muchas oportunidades no se consigue llenarlo de manera satisfactoria y otras veces son los pacientes quienes toman iniciativas propias para lograr llenar ese gran vacío que se presenta día a día.

En cuanto a los objetivos que se presentaron en este trabajo, para cada uno de ellos se llegó a una conclusión.

Respecto a: *“indagar sobre la historia ocupacional de las personas de la tercera edad institucionalizadas”*, ha resultado que en el pasado, estas personas han estudiado y/o trabajado y siempre tuvieron una ocupación y un rol.

Es importante destacar que la expresión “ocupación humana” denota que la ocupación es parte de la condición humana. El hacer en el trabajo, el juego o en las actividades de la vida diaria dentro de un contexto temporal, físico y sociocultural que caracteriza a gran parte de la vida humana (Kielhofner, 2004).

En relación a: *“identificar los cambios ocurridos en las ocupaciones luego de la institucionalización”*, se halló que el ambiente no facilita recursos para que estas personas puedan continuar conservando alguna ocupación que se vincule con sus valores e intereses.

Las escasas posibilidades que el ambiente brinda y la falta de motivación, generan conjuntamente la aparición de cambios indeseados en las ocupaciones.

Verse brutalmente precipitado de la categoría de individuo activo a la de inactivo y clasificado como viejo, sufrir una disminución consternante de los recursos y del nivel de vida, es, en la inmensa mayoría de los casos, un drama que acarrea graves consecuencias psicológicas y morales (De Beauvoir, 1970).

En cuanto a: *“conocer las actividades de tiempo libre de los ancianos institucionalizados”*, encontramos que el ambiente se caracteriza por una pasividad que se ve reflejada en sus internos y que a su vez estos son capaces de reconocer.

La situación lo identifica como dependiente e incapaz de desplegar actividad alguna y es así como se ve anulado y despidiéndose de a poco de la vida (Gracia Pintos, 1993).

Estos cambios ocupacionales están consecuentemente sujetos a la gran cantidad de tiempo libre que presenta el ambiente por la falta de propuestas.

Sin acción el tiempo pesa profundamente sobre nosotros (Kielhofner, 2004).

Debilidades

La composición de la muestra es reducida porque incluyó a doce personas. Por lo tanto los testimonios han sido escasos.

La extracción de la muestra fue hecha de una misma institución geriátrica, sin posibilidad de comparación con otra institución de la misma localidad.

Fortalezas

Es un tema relevante desde hace tiempo y aún sigue vigente.

Se ha logrado tener conocimiento a cerca de la construcción ocupacional de los ancianos y de cómo viven sus vidas desde la ocupación cuando están en una institución geriátrica.

Se refleja insatisfacción en cuanto a la falta de motivación que brinda el lugar y a las casi nulas propuestas de actividades.

Se detecta claramente que el ambiente es de una gran pasividad y poco motivador.

Sugerencias

Sería bueno poder realizar una comparación con otros geriátricos que estén situados en otros puntos geográficos.

Revisar en cada institución geriátrica el grado de bienestar, satisfacción y ocupación de los internados, mediante la utilización de instrumentos confiables.

Desde la actividad profesional:

Realizar evaluaciones correspondientes, para conocer cuáles son los valores e interés de los ancianos que viven en instituciones geriátricas.

Fomentar la utilización adecuada del ocio y el tiempo libre, logrando que las actividades sean gratificantes y significativas.

Mejorar las capacidades individuales para favorecer la relación interpersonal que lleva a la socialización.

Contribuir para la aparición de soportes sociales competentes y para la participación ciudadana, creando herramientas de sociabilización.

Aumentar la calidad de vida de los ancianos institucionalizados.

Proponer un cronograma de actividades semanales, que incluya la participación de la mayoría de los ancianos internados.

Lograr un espacio físico dentro de la institución donde se encuentren diversos materiales y que éstos estén al alcance de los ancianos institucionalizados, donde allí puedan recrear su tiempo libre.

Bibliografía

- C.O.L.T.O. (Comisión Organizadora del Libro de Terapia Ocupacional). “Terapia ocupacional.” Actualizaciones en teoría y clínica. Bs. As.: Vip Ediciones; 1995.
- Bleger J. “Psicohigiene y psicología institucional”. Bs. As.: Paidós; 1966.
- De Beauvoir S. “La vejez”. Bs. As.: Sudamericana; 1970.
- De las Heras de Pablo C.G. Manual. “Rehabilitación y vida”. Chile: Reencuentros; 2000.
- Duarte Molina P, Noya Arnaiz, B. “Terapia ocupacional” en salud mental. 1ª. ed. Barcelona: Masson, S.A.; 1998. Reimpresión; 2001.
- García Pintos C. “El círculo de la vejez”. Sobre la psicología normal de la persona que envejece. Bs. As.: Almagesto Fundación Ross; 1993.
- Kielhofner G “Terapia ocupacional.” Modelo de ocupación humana: teoría y aplicación. 3ª ed. Bs. As.: Médica Panamericana; 2004.
- Mira y López. “Hacia una vejez joven”. Bs. As.: Kapelusz S.A.; 1961.
- Salvarezza L “La vejez”. Una mirada gerontológica actual. 1ª ed. Bs. As.: Paidós SAICF; 1998. 1ª reimpresión; 2000.
- Salvarezza L. “Psicogeriatría” teoría y clínica. 2ª. ed. Bs. As.: Paidós SAICF; 2002.
- Spackman y Willard. “Terapia Ocupacional.” 8ª ed. Madrid: Médica Panamericana; 2001. 2ª reimpresión.
- Spackman y Willard. “Terapia ocupacional.” 10ª ed. Madrid: Médica Panamericana; 2005.