



Universidad Abierta Interamericana

Tesis:
ADULTO MAYOR EN NUESTRA SOCIEDAD ACTUAL.

Tutor: Mgter. Diego Alejandro Preziuso

Alumna: Julieta Rossetti

Título a Obtener: Licenciatura en Psicología.

Facultad: Psicología y Relaciones Humanas.

Fecha: 29/3/2016

Índice

Índice	2
Dedicatoria	4
Agradecimientos:	5
Título	6
Introducción:	7
Resumen:	9
Justificación:	10
Tema:	11
Pregunta:	11
Objetivos generales:	12
Objetivos específicos:	12
Estados del arte:	13
Marco Teórico:	17
Marcos metodológico:	37
Tipo de estudio	37
Variables:	37
Unidad de análisis:	38
Muestra:	38
Técnica, instrumento y procedimiento:	38
Área de estudio:	38
Consideraciones éticas:	40
Análisis de datos:	41
Vejez activa	41
Relación entre envejecimiento y calidad de vida:	42
Calidad de vida	43
Conclusión:	46
Bibliografía:	50

Anexo:	52
Entrevista 1	53
Entrevista 2	55
Entrevista 3	57
Entrevista 4	59
Entrevista 5	61
Entrevista 6	63
Entrevista 7	65
Entrevista 8	67
Entrevista 9	69
Entrevista 10.....	71
Entrevista 11	73
Entrevista 12	75

Dedicatoria

A mi familia y amigos que me acompañan en cada decisión que tomo.

Agradecimientos:

- *A mi familia que me apoyo y trató de ayudarme en todo lo que estaba a su alcance para que la carrera la disfrute lo mejor posible.*
- *En especial a mis padres por ser la base de mi existencia.*
- *A mi hermano Fabricio, mi pilar en el mundo.*
- *A mis abuelos y abuelas que aunque no estén físicamente, me guiaron desde las estrellas más brillantes del cielo.*
- *A mis amigas y amigos por el apoyo, las risas y los momentos felices que vivimos juntos.*
- *Al hombre que hace 10 años me acompaña y nunca me dejó bajar los brazos y a nuestro hijo que viene en camino.*
- *A Diego, mi tutor, por sus consejos y la buena predisposición durante el armado de mi tesis.*

Título

ADULTO MAYOR EN NUESTRA SOCIEDAD ACTUAL.

*Envejecer es como escalar una montaña;
mientras se sube las fuerzas disminuyen,
pero la mirada es más libre,
la vista más amplia y serena.*

Ingmar Bergman

Introducción:

La vejez es una etapa más del ciclo de vida de las personas, al igual que las etapas anteriores.

Las estadísticas actuales de la Organización Mundial de la salud, nos hablan de una población mundial envejeciendo a pasos acelerados entre los años 2000 y 2050, la proporción de los habitantes del planeta mayores de 60 años se duplicara, pasando del 11% al 22%. En números absolutos, este grupo de edad pasara de 605 millones a 2000 millones en el transcurso de medio siglo.¹

El envejecimiento es el, “Proceso normal por el que atraviesa el ser humano a lo largo del ciclo vital. Esto replantea el antiguo concepto de entender que las personas inician su proceso de envejecimiento a partir de una edad avanzada determinada (por ejemplo, a los 60 o 70 años); el proceso se inicia en la concepción y termina con la muerte”. (El envejecimiento y su atención en Colombia un balance y perspectivas, 2001)²

La Organización Mundial de la Salud (OMS), clasifica en primera instancia a las vejez a partir de los 60, pero luego aumento hasta los 65 años, antes los 60 años era la edad de la jubilación y ahora son a los 65 años, debido a que el mundo está envejeciendo por el llamado “proceso de envejecimiento mundial”, y en que cada día habrá más ancianos y menos niños.

A través de la historia, la vejez era considerada una etapa importante en el ser humano, ya que el individuo había podido lograr a través de los años un aumento de la experiencia y del conocimiento general de la vida. Por este motivo, era reconocido por los integrantes de la familia y de la sociedad, como aquel a quien se le consultaba o se pedía consejos a la hora de realizar algo. Hoy en día, esa fidea se ve bifurcada ya que, más allá de que la disminución de la capacidad física es un hecho que se ha producido siempre, la sociedad actual vive en busca de lograr una juventud prolongada, priman los rápidos cambios sociales,

¹ <http://www.who.int/ageing/about/facts/es/>

² <http://www.redadultosmayores.com.ar/buscador/files/COLOM009.pdf>

tecnológicos, etc. Es por esto, que se alteran casi todos los ámbitos de la vida, y la experiencia de las personas mayores no queda fuera de dichos cambios.

Resumen:

La vejez, Representa el ciclo final del proceso de envejecimiento. Por ello, las condiciones en esta etapa dependen del desempeño, logros y frustraciones, de los períodos precedentes. Algo similar sucedería con otras etapas de edad avanzada. La adultez dependerá también de la preparación brindada juventud y la niñez.

Se sostiene que la vejez, comienza a los alrededor de los 60 años; este parámetro ha sido dado, por los organismos internacionales, asociado con el grado de desarrollo del país. Sin embargo, *“la edad cronológica, no es un indicador exacto de los cambios que acompañan el envejecimiento”* (Edwards, 2002) Es importante destacar que la vejez constituye una etapa más de la experiencia humana y por lo tanto puede y debe ser positiva y de desarrollo individual y social.

Por todo lo expuesto anteriormente, es que ésta investigación tiene como objetivo principal indagar acerca de la percepción que los adultos mayores tienen acerca de su calidad de vida.

Dicha tesis se realizó en un centro de jubilados ubicado en la ciudad de Rosario, en el cual se entrevistó a 12 adultos mayores que accedieron a participar en forma voluntaria.

Del mismo se pudo obtener que los sujetos que participaron en dicho trabajo se encuentran atravesando una vejez activa, ya que los mismos realizan actividades que pertenecen a la institución, como así también realizan reuniones por fuera formando así un grupo unido.

Al definir su calidad de vida lo hacen sosteniendo que se encuentran satisfechos y activos logrando en el día a día una mayor independencia.

Palabras Claves: Vejes, Calidad de Vida, Adulto Mayor, Percepción.

Justificación:

Por las problemáticas actuales en relación a la vejez, por el notable aumento de la población envejecida, se empieza a tener en cuenta a esta etapa de la vida, tan importante como las demás etapas de la evolución y no como un simple “final”.

Considerando de interés fundamental poder abrir interpelaciones al envejecimiento de la época y sus vicisitudes subjetivas, ya que vemos que la sociedad occidental actual parece “negar” o enmudecer la voz de la vejez, siendo una tarea fundamental a los profesionales de la psicología, posibilitar la voz de los sujetos envejecientes y abrir interpelaciones a la época entorno a ella.

Esta investigación se llevara a cabo en la ciudad de Rosario, destinada a indagar la percepción que tiene el adulto mayor respecto a su calidad de vida.

Tema:

La percepción que tiene los adultos mayores en la ciudad de Rosario sobre su calidad de vida.

Pregunta: ¿Cuál es la percepción que tiene el adulto mayor respecto a su calidad de vida?

Objetivos generales:

- Indagar cuál es la percepción que tiene el adulto mayor, con características de envejecimiento activo, respecto a su calidad de vida.

Objetivos específicos:

- Identificar las características de envejecimiento activo.
- Identificar la calidad de vida percibida por los adultos mayores.
- Analizar las relaciones de envejecimiento y calidad de vida.

Estados del arte:

El estudio realizado en la Universidad Autónoma de Madrid por la Estudiante Rocío Fernández-Ballester³ donde indaga acerca de la Calidad de vida en la vejez: Condiciones diferenciales plantea que la calidad de vida es un complejo concepto cuya definición operacional resulta francamente difícil. Sin embargo, es posible establecer una de sus esenciales condiciones: su multidimensionalidad. Es decir la calidad de vida (como la vida misma) cuenta con ingredientes múltiples. En el presente trabajo se sostiene que la calidad de vida en la vejez, como concepto multidimensional, está, además, en dependencia del contexto o de ciertas circunstancias del individuo. Este planteamiento se examina a través del análisis de múltiples indicadores de calidad de vida evaluados en sujetos mayores de 65 años que cuentan con distintas condiciones: viven en su propio domicilio o en instituciones (públicas y privadas), cuentan con distintas edades, pertenecen a distinto género y están adscritos a distintas posiciones sociales. La conclusión final es que durante la vejez la posición social, la edad y el género son más importantes circunstancias que el vivir en el propio domicilio o en una residencia para la mayor parte de las dimensiones de calidad de vida.

La Tesis realizada para optar el Grado de Doctor en Ciencias de la Salud, Facultad de Medicina - Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú⁴ analiza el significado de la calidad de vida del adulto mayor para sí mismo y para su familia. La misma sostiene que los discursos a través de la 'objetivación' y el 'anclaje' y los análisis general, ideográfico-axial y nomotético-selectivo permitieron la emergencia de cuatro representaciones sociales: a) conocimiento sobre la vejez y ser un adulto mayor; b) elementos principales y secundarios del significado de calidad de vida del adulto mayor; c) valores y actitudes del adulto mayor y familia sobre la calidad de vida; y, d) necesidades del adulto mayor como ser social y la calidad de vida. Para el adulto mayor, calidad de vida significa tener paz y tranquilidad, ser cuidado y protegido por la familia con dignidad, amor y respeto, y tener satisfechas como ser social sus necesidades de libre expresión, decisión,

³ <http://www.raco.cat/index.php/anuariopsicologia/article/viewFile/61355/88779>

⁴ <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v68n3/a12v68n3>

comunicación e información. Para la familia, que el adulto mayor satisfaga sus necesidades de alimentación, vestido, higiene y vivienda.

Otra recaudación de datos importantes es la encuesta Nacional sobre Calidad de Vida de Adultos Mayores 2012 ENCaViAM⁵ realizada por el Instituto Nacional de Estadística y Censos República Argentina – Serie de Estudios INDEC N° 46 describe que el INDEC junto con las Direcciones Provinciales de Estadística, siguiendo el principio de centralización normativa y descentralización operativa, ha realizado la Encuesta Nacional sobre Calidad de Vida de Adultos Mayores durante el último trimestre del año 2012.

El diseño del estudio se realizó con la estrecha colaboración y asistencia de la Dirección Nacional de Políticas para Adultos Mayores perteneciente a la Secretaría Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia del Ministerio de Desarrollo Social de la Nación, siguiendo el principio de la oportunidad y utilidad de la información estadística para la toma de decisiones.

El novedoso enfoque temático logra trascender los tópicos habituales centrados en las dimensiones socioeconómicas y la salud, adentrándose en el desarrollo de las actividades cotidianas, la participación en la vida social y cultural de sus comunidades, el uso del tiempo libre en actividades artísticas, deportivas, comunitarias, etcétera. También ocupa un espacio destacado el estudio de las relaciones de cooperación establecidas por los adultos mayores, las formas e intensidad de las ayudas que brindan, así como las que reciben, lo cual proporciona evidencia empírica reñida, en general, con los habituales estereotipos, representaciones y clichés acerca de ellos.

Otro segmento temático novedoso es el que se relaciona con percepciones y valoraciones de la población adulta mayor respecto de situaciones de maltrato, relaciones amorosas y sexualidad en su actual ciclo vital, así como los niveles de satisfacción respecto a su propia vida.

⁵ <http://www.indec.gov.ar/ftp/cuadros/sociedad/encaviam.pdf>

Claro está que atendiendo a las necesidades más urgentes de direccionamiento de políticas públicas, la encuesta también ha obtenido valiosa información relacionada con el acceso a servicios de salud y medicamentos, la relación de este grupo etario con el manejo de Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) y la presencia de ciertas limitaciones para el desarrollo de actividades básicas y funcionales.

El diseño de investigación, en el marco del Sistema Integrado de Encuestas a Hogares que estamos construyendo, es el de una encuesta a desarrollarse en dos etapas. A partir de la información obtenida por la Encuesta Anual de Hogares Urbanos 2012 (EAHU), se seleccionó una submuestra que fue entrevistada durante el cuarto trimestre del mismo año. Este diseño permitió obtener de los mismos informantes toda la información que releva la EAHU y además la información de la encuesta a la población adulta mayor. De esta forma se logró una notable simplificación de los aspectos operativos, reducción de costos y maximización de la información obtenida.

En términos generales, este estudio permite una mejor caracterización de la población adulta mayor. Según los datos del Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas 2010, la población de 60 años y más representa el 14,3% del total de población del país. Teniendo en cuenta que el proceso de envejecimiento poblacional continuará profundizándose, es necesario generar el conocimiento suficiente para afrontar exitosamente el desafío social de vivir más años con la mayor calidad de vida posible.

En ese sentido, el presente estudio constituye una valiosa herramienta para contribuir a asegurar el ejercicio pleno de los derechos de los adultos mayores, de manera consistente con el enfoque general de las políticas públicas que se vienen desarrollando en los últimos años en la Argentina, las que han otorgado notoria prioridad a esta franja poblacional.

Encuesta Nacional sobre Calidad de Vida de Adultos Mayores 2012 - Principales resultados La moratoria previsional de fines de 2006 garantizó la expansión de la

seguridad social, incorporando al beneficio jubilatorio a más de 2,5 millones de personas y extendiéndolo a más de un millón de pensionados mayores de 70 años, lo que posicionó a nuestro país entre los de mayor cobertura de protección social del mundo.

La moratoria dispuesta por la Presidenta de la Nación y aprobada por el Congreso Nacional en 2014 garantiza el acceso al beneficio jubilatorio a todos los ciudadanos y ciudadanas en edad de jubilarse.

Esta cobertura trasciende la garantía de percepción de ingresos monetarios, ya que conlleva además los beneficios del acceso a servicios de salud especializados, como los que proporciona PAMI, servicios turísticos, descuentos y promociones especiales.

En cuanto a la seguridad económica, merece una mención el sistemático impulso a la mejora que experimentaron las jubilaciones y pensiones desde 2003 a la fecha; recordemos que la jubilación mínima se encontraba en el valor de \$ 150 y, a través de sucesivos decretos y de la Ley de Movilidad puesta en vigencia en 2009, alcanza el valor de \$ 3.231 a mediados de 2014.

Reiteramos conceptos expresados en múltiples ocasiones: es una de las tareas del Instituto Nacional de Estadística y Censos producir información oportuna y de calidad a partir de las demandas de los distintos organismos del Estado. Estamos convencidos de que la información sobre las condiciones de vida de la población es fundamental para la toma de decisiones en materia de políticas públicas. Corroborar que las iniciativas del gobierno nacional se formulan en base a información estadística oficial confiable y oportuna fortalece nuestra convicción de que el rumbo que hoy sigue nuestra Patria es el que permitirá seguir profundizando las políticas de ampliación de derechos e inclusión social para todos los habitantes del país.

Marco Teórico:

El concepto de calidad de vida es utilizado ampliamente en diversas disciplinas sociales así como en la planificación y las políticas sociales, centrado en el estudio de complejos problemas sociales, económicos, territoriales, ambientales. La calidad de vida en la vejez es un asunto trascendental que afecta no sólo a las personas mayores, sino también a sus familias y al conjunto de la sociedad...”. (CELADE, 2006:15) (citado en la siguiente investigación de Nidia Formiga - María Belén Prieto)⁶.

La calidad de vida de los adultos mayores está asociada con factores sociales, económicos y afectivos, que influyen sobre su posibilidad de enfrentar la vejez en forma sana y afectiva. (Ramírez, 2003) (citado en la siguiente investigación de Nidia Formiga - María Belén Prieto)⁷.

La OMS definió a la Calidad de vida 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 que está influido por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con su entorno

Las dimensiones de calidad de vida que contempla el modelo FUMAT⁸ son ocho:

- Bienestar emocional,
- Relaciones interpersonales,
- Bienestar material,
- Desarrollo personal,
- Bienestar físico,
- Autodeterminación,
- Inclusión social y
- Derechos.

⁶ http://www.redaepa.org.ar/jornadas/xijornadas/sesiones/S05/s05formiga_prieto.pdf

⁷ http://www.redaepa.org.ar/jornadas/xijornadas/sesiones/S05/s05formiga_prieto.pdf

⁸ http://sid.usal.es/idocs/F8/FDO23248/herramientas_4.pdf

Los indicadores de calidad de vida son percepciones, comportamientos o condiciones específicas de una dimensión que reflejan la percepción de una persona o la verdadera calidad de vida (Schalock, Keith, Verdugo y Gómez, en prensa).

Cuadro 1: Matriz de necesidades y satisfactores Fuente: MAX-NEEF, ELIZALDE Y HOPENHAYN, 1993

	Ser	Tener	Hacer	Estar (*)
Subsistencia	(1) Salud física y mental, equilibrio, solidaridad, humor, adaptabilidad	(2) Alimentación, abrigo, trabajo	(3) Alimentar, procrear, descansar, trabajar	(4) Entorno vital, entorno social
Protección	(5) Cuidado, adaptabilidad, autonomía, equilibrio, solidaridad	(6) Sistemas de seguros de salud, ahorro, seguridad social, legislaciones, derecho, familia, trabajo	(7) Cooperar, prevenir, planificar, cuidar, curar, defender	(8) Entorno vital, entorno social, morada
Afecto	(9) Autoestima, solidaridad, respeto, tolerancia, generosidad, receptividad, pasión, voluntad, sensualidad, humor	(10) Amistades, parejas, familia, animales domésticos, plantas, jardines	(11) Hacer el amor, acariciar, expresar emociones, compartir, cuidar, cultivar, apreciar	(12) Privacidad, intimidad, hogar, espacios de encuentro
Entendimiento	(13) Conciencia crítica, receptividad, curiosidad, asombro, disciplina, intuición, racionalidad	(14) Literatura, maestros método, políticas educacionales, políticas comunicacionales	(15) Investigar, estudiar, experimentar, educar, analizar, meditar, interpretar	(16) Ámbitos de interacción formativa: escuelas, universidades, academias, agrupaciones, comunidades, familia
Participación	(17) Adaptabilidad, receptividad, solidaridad, disposición, convicción, entrega, respeto, pasión, humor	(18) Derechos, responsabilidades, obligaciones, atribuciones, trabajo	(19) Afiliarse, cooperar, proponer, compartir, discrepar, acatar, dialogar, acordar, opinar	(20) Ámbitos de interacción participativa: partidos, asociaciones, iglesias, comunidades, vecindarios, familias

Ocio	(21) Curiosidad, receptividad, imaginación, despreocupación, humor, tranquilidad, sensualidad	(22) Juegos, espectáculos, fiestas, calma	(23) Divagar, abstraerse, soñar, añorar, fantasear, evocar, relajarse, divertirse, jugar	(24) Privacidad, intimidad, espacios de encuentro, tiempo libre, ambientes, paisajes
Creación	(25) Pasión, voluntad, intuición, imaginación, audacia, racionalidad, autonomía, inventiva, curiosidad	(26) Habilidades, destrezas, método, trabajo	(27) Trabajar, inventar, construir, idear, componer, diseñar, interpretar	(28) Ámbitos de producción y retroalimentación : talleres, ateneos, agrupaciones, audiencias, espacios de expresión, libertad temporal
Identidad	(29) Pertenencia, coherencia, diferenciación, autoestima, asertividad	(30) Símbolos, lenguaje, hábitos, costumbres, grupos de referencia, sexualidad, valores, normas, roles, memoria histórica, trabajo	(31) Comprometerse, integrarse, confrontarse, definirse, conocerse, reconocerse, actualizarse, crecer	(32) Socio-ritmos, entornos de la cotidianidad, ámbitos de pertenencia, etapas madurativas
Libertad (**)	(33) Autonomía, autoestima, voluntad, pasión, asertividad, apertura, determinación, audacia, rebeldía, tolerancia	(34) Igualdad de derechos	(35) Discrepar, optar, diferenciarse, arriesgar, conocerse, asumirse, desobedecer, meditar	(36) Plasticidad espacio-temporal

(*) Necesidades según categorías existenciales.

(**) Necesidades según categorías axiológicas.

Este cuadro no tiene carácter normativo; es un ejemplo de tipos de satisfactores posibles.

La Organización Mundial de la Salud en su declaración de principios de 1948 definió el concepto de salud como "...el completo bienestar físico, mental y social, y no únicamente la ausencia de enfermedad o invalidez..." (OMS, 1990:29), donde enfatizó que la salud no es sólo patrimonio del cuerpo sino del individuo en su totalidad.

Al hablar de salud en adultos mayores, es importante también tener en cuenta el concepto de funcionalidad, reconocido por la OMS como el "...mejor indicador del efecto de la enfermedad en el estilo de vida y nivel de independencia de la persona..." (Sánchez Gavito, 2000:22)(Citado en su trabajo de investigación Nidia Formiga - María Belén Prieto)⁹

La valoración funcional se divide en básica e instrumental (también denominada intermedia). La primera de ellas refiere a la posibilidad del adulto mayor de desplazarse por sus propios medios en su cuarto o casa, realizar actividades de la vida cotidiana como alimentarse, moverse de un lugar a otro en el hogar, bañarse o simplemente vestirse. Por el otro, la funcionalidad instrumental refiere a la realización de actividades de mayor complejidad como el uso del dinero, actividades laborales, efectuar compras, conducir, cocinar, necesarias para llevar adelante una vida independiente (Sánchez Gavito, 2000:23)(Citado en su trabajo de investigación Nidia Formiga - María Belén Prieto)¹⁰

En este último grupo se encuentran la mayor parte de adultos mayores.

En síntesis, a mayor salud de la persona, mejoran sus condiciones de calidad de vida, esto a su vez genera un estado de plena autonomía del individuo y funcionalidad (independencia de la persona) (Op.cit:23).

El estado de salud y las enfermedades como características básicas de la vejez, la forma y la magnitud de las diversas anomalías así como sus consecuencias, se interpretan de manera distinta dependiendo de cada individuo, los roles que han desempeñado a lo largo de los años, su entorno socioeconómico, sus experiencias de salud y la propia percepción que tiene de la propia vida (Ham Chande, 2000))(Citado en su trabajo de investigación Nidia Formiga - María Belén Prieto)¹¹

⁹ http://www.redaepa.org.ar/jornadas/xijornadas/sesiones/S05/s05formiga_prieto.pdf

¹⁰ http://www.redaepa.org.ar/jornadas/xijornadas/sesiones/S05/s05formiga_prieto.pdf

¹¹ http://www.redaepa.org.ar/jornadas/xijornadas/sesiones/S05/s05formiga_prieto.pdf

Las teorías psicossocial de Erikson, 1956¹²; propone 8 estadios o ciclos que varían en su cronología según la cultura y el momento histórico de que se trate, se extiende desde el nacimiento hasta la vejez. En cada uno de los estadios se presenta una crisis diferente que se caracteriza por una encrucijada que el individuo debe resolver positivamente o negativamente. Cada estadio se apoya en el estadio anterior.

El estadio que corresponde a la vejez, es el 8vo. El cual plantea el conflicto entre la integridad del ego vs desesperación. Los adultos entran en una etapa final de la vida, su tarea consiste en contemplar su vida en conjunto y con coherencia. Necesitan aceptar su propia vida tal como la han vivido y creer que lo hizo lo mejor posible en sus circunstancias. Si tienen éxito en esta tarea, habrán desarrollado la integridad del ego.

La integridad del ego sólo puede obtenerse tras haber luchado contra la desesperación. Cuando denomina la desesperación, la persona teme la muerte, y aunque pueda expresar desprecio por la vida, continúa anhelando la posibilidad de volver a vivirla. Cuando impera la integridad, la persona posee la fuerza propia de su edad, que es la sabiduría. Con la sabiduría el adulto sabe aceptar las limitaciones. El adulto sabio sabe cuándo aceptar el cambio y cuándo oponerse al mismo, cuándo sentarse en silencio y cuándo luchar. El paso a la tercera edad no pone fin a la generatividad de una persona. A medida que la categoría de las personas mayores aumenta, Erikson predice que éstas permanecerán implicadas en los asuntos del mundo durante mucho más tiempo (Hall, 1987) Contempla la tercera edad como un período más productivo y creativo que en el pasado –en el que un artista de 80 años, escritor o músico, ya no serán algo excepcional.

De acuerdo con Erikson "Las personas que han tenido éxito en esta tarea integradora final construyendo sobre los resultados de las siete crisis previas, ganan un sentido más amplio del orden y del significado de sus vidas dentro de un

-
- ¹² Material de cátedra de Psicología del Desarrollo de la carrera de Lic. en Psicología de la UAI. - Erikson. (1956).

ordenamiento social más grande, pasado, presente y futuro. La 'virtud' que se desarrolla durante esta etapa es la sabiduría, 'un despreocupado e informado interés por la vida de cara a la muerte en sí misma'; incluye aceptar lo vivido, sin arrepentimientos importantes sobre lo que pudo haber sido diferente, implica aceptar a los padres como las personas que hicieron lo mejor que podía y por tanto merecen amor, aunque no fueran perfectos, aceptar la propia muerte como el fin inevitable de la vida.

El autor también propone que las personas que no consiguen aceptar esto son desesperanzadas, porque ya no ven tiempo para reaccionar y enmendar aquello con lo que no están de acuerdo.

Según Erikson "la edad adulta tardía es también una época para jugar, para rescatar una cualidad infantil esencial para la creatividad. El tiempo para la procreación ha pasado, pero la creación puede tener lugar todavía. Aun a medida que las funciones del cuerpo se debilita y la energía sexual puede disminuir, las personas pueden disfrutar 'una experiencia enriquecida, corporal y mentalmente'".

La vejez es el destino de todos; una fase natural del ciclo vital humano que tiene sus peculiaridades, sus posibilidades de desarrollo y crecimiento humano, y, por tanto, no es una etapa de involución. Los mitos, sentimientos y expectativas negativas que pesan sobre ella forman parte de una representación social que define negativamente lo que es ser viejo y cómo debe serlo, interfiriendo en el "buen envejecer de las personas".

Se encuentran sobre la vejez innumerables opiniones, que van variando según el contexto, la época o la influencia del imaginario social, de cada cultura.

Ahora bien, también se puede mencionar la teoría planteada por Leopoldo Salvarezza¹³. El cual plantea que es imposible tratar de precisar cuándo se inicia el proceso de envejecimiento ya que sabemos que cada cultura, cada grupo

-
- ¹³ Material de cátedra de Psicología del Desarrollo de la carrera de Lic. en Psicología de la UAI. – Leopoldo Salvarezza (1998).

social, cada momento histórico, determina su propio tipo de envejecimiento, pero si podemos arriesgar que su comienzo se superpone con algunos aspectos de lo que denominamos Mediana Edad.

Salvarezza sostiene que una de las dificultades que existen con el término mediana edad reside en que no es una fase que pueda definirse muy claramente, sino que guarda significados muy distintos para la gente dependiendo de su edad, sexo, status, clase social, etc. Esta es la época en que la mayoría de la gente ha encontrado el modo de subsistencia propio y el de su familia y el momento en el cual, habiendo terminado la crianza y cuidado de sus hijos, esta actividad suele suplantarse con el cuidado y la preocupación por sus propios padres, cuando estos existen.

Para aquella gente que ha adquirido un adecuado nivel socioeconómico que le brinda seguridad y que mantiene un buen estado de salud, esta época puede ser sentida como la “flor de la vida”. La experiencia acumulada y las condiciones estabilizadas en las relaciones interpersonales hacen que, en general, les resulte fácil responder a las demandas del entorno social y mantener adecuadas performances físicas, atléticas o deportivas, aunque, deban a veces, ser modificadas por la experiencia y por algún grado de limitaciones.

Para otras personas, la mediana edad se constituye en un nicho ecológico, es decir en una suerte de refugio, dado que se han adaptado a un entorno limitado y que su ajuste a las actividades de la vida cotidiana se reducen a una rutina regular, lo que les proporciona sentimiento de seguridad.

La experiencia les provee la paciencia necesaria para hacer frente a los problemas y al mismo tiempo, para sentir confianza en sí mismos.

Para gran parte de la gente de mediana edad es la época de su autorrealización y de la gratificación, pero al mismo tiempo, para toda la gente sin excepción, esta es la época que marca el paso inexorable hacia la vejez y por lo tanto lo que se podría denominar un buen o mal envejecer está contenido en este pasaje.

La mayoría de los estudios, tanto los transversales como los longitudinales y transculturales, muestran la presencia de algunos rasgos intra-psíquicos con suficiente constancia.

- Cambio en la percepción del paso del tiempo:

La mayoría de las personas suelen tener dificultad para registrar desde sí mismas el paso del tiempo. Habitualmente tomamos conciencia de lo que ocurre cuando nos reencontramos, después de algún tiempo con personas que han sido parte de nuestra historia y a quienes habíamos dejado de ver. Entonces solemos decir: ¡que viejo que está fulano! Inmediatamente viene la reflexión: ¿él también me vea a mi así? A partir de situaciones como esta los sujetos empiezan a pensar el tiempo, su tiempo, desde una perspectiva distinta, más en función de lo que falta por vivir que de lo que ha transcurrido desde su nacimiento. Aparece la toma de conciencia de que el tiempo es finito.

Todo esto produce situaciones conflictivas que pueden ser registradas consciente o inconscientemente, pero que si no son suficientemente elaboradas suelen acarrear severo desajustes en la conducta de los sujetos. Aparecen complicaciones sintomáticas en sus relaciones matrimoniales o laborales, en su forma de búsqueda de placer en su forma de vestir, en sus hábitos cotidianos.

- Personalización de la muerte.

La desaparición de pares y amigos, hace que la muerte se convierta en una posibilidad real para uno mismo y que deje de ser la mágica y extraordinaria ocurrencia que parecía cuando éramos jóvenes. Este es el momento en que los cambios de los patrones vitales muestran que los hijos crecen, los propios padres

envejecen y mueren y todo eso coloca al sujeto ante la incómoda e ineludible sensación de ser el próximo en la fila.

- Incremento de la interioridad

Las dos características anteriores, están asentadas sobre otro fenómeno más general y abarcativo, que parece determinarlos y que es el incremento de la interioridad.

En la mediana edad se pone énfasis en la introspección que resulta en un balance vital, en un intento de reevaluación del self. La preocupación por el mundo interno se intensifica, la disponibilidad para distribuir actividades y afectos en las personas del entorno se reducen, es el momento del movimiento desde el mundo externo hacia el interno. El autor insiste en que este incremento de la interioridad es un proceso intrínseco atribuible a la edad más que a una respuesta adaptativa a procesos de cambio.

Si los modelos de identificación que les han sido ofrecidos no han sido demasiado conflictivos y si, además, estos sujetos han tenido la suerte que tanto su tiempo individual como el histórico que les ha tocado vivir no los han expuesto a muchas situaciones traumáticas, como enfermedades, muertes cercanas, guerras, migraciones, etc., todos estos factores juntos determinaran un desarrollo vital bastante armónico. A estos sujetos les será posible enfrentar los conflictos con un mínimo de ansiedad mediante el uso adecuado y plástico del variado repertorio de conductas defensivas que tienen a su disposición.

Cuando un sujeto se encuentra dentro de estas características comienza a envejecer, y se produce ese incremento de la interioridad, esta adquirirá en él la forma de reminiscencia. Esta especial forma de recordar está definida como el “acto o el hábito de pensar en las propias experiencias pasadas o relatarlas” es importante notar que en esta definición el acto de recordar no está calificado

afectivamente en forma expresa. Esta ausencia debe entenderse como una situación de bienestar no demasiada perturbada por afectos dolorosos.

La reminiscencia, podemos pensarla como una actividad mental organizada, compleja y que posee una finalidad instrumental importante; permite al sujeto el reafirmar su autoestima cuando sus capacidades psicofísicas y relacionales comienzan a perder su vitalidad. En la medida en que esto suceda, el sujeto podrá sentirse en paz consigo mismo y con los demás, podrá sentirse perteneciente a su sociedad y a su momento histórico y de esta manera la personificación de la muerte no será un fantasma sino un mero acaecer.

No todos los individuos podrán acceder a este desarrollo. Muchas razones pueden conspirar en su contra, como perturbaciones más o menos severas, alteraciones de un estado de equilibrio caracterológico y que por tener características de no expectables, pueden convertirse en crisis. En estos sujetos, cuando el proceso de envejecimiento comienza a manifestarse y a traer consigo el conflicto consiguiente, el incremento de la interioridad no revestirá la forma de reminiscencia, en su lugar aparecerán los recuerdos con tonalidades más o menos dolorosas. Esta forma de recordar se llama nostalgia.

El incremento de la interioridad, nostalgia en este caso, lo llevara al sujeto a transitar por sus recursos poniendo el énfasis, no tanto en los elementos constitutivos por los cuales podría sentirse satisfecho y que lo reafirmaría en su identidad positiva, sino en todo aquello que considera que ha perdido y que ahora siente que pertenece a otros (jóvenes) tanto como en todas aquellas realizaciones que siente que no ha podido concretar a lo largo de su vida y que la personificación de la muerte en sí mismo lo hace aparecer sin el tiempo necesario para alcanzarlos. El ideal se le representa como inalcanzable y su sentimiento de autoestima se resiente severamente.

- Crear: criar

El impacto de todos los cambios antes señalados, que colocan al sujeto ante la finitud de su existencia terrenal, lo lleva también a una preocupación importante: nadie se resigna a aceptar que su paso por la vida acabara en la nada, sin dejar huellas. Esta preocupación se traducirá en la necesidad más o menos acuciante, más o menos dolorosa de una búsqueda personal de trascendencia.

El hombre necesita enseñar, no solo para realizar su identidad y en bien de quienes necesitan aprender, sino porque los hechos se mantienen vivos cuando se los describe y luego define la generatividad como “la preocupación fundamental por afirmar y guiar a la generación siguiente, aunque hay, por supuesto, muchas personas que, por alguna desgracia o a causa de dotes especiales y genuinos no aplican este impulso a sus propios hijos, sino a otras formas de interés y creatividad altruistas que puedan absorber esta clase especial de impulso paternal. Aunque el concepto de generatividad incluye la productividad y la creatividad, ninguna de las dos puede reemplazarla.

Es la creación de herederos no solo biológicos sino fundamentalmente sociales. Esta es una potencialidad creativa humana a la cual no se le ha prestado demasiada atención, tiene como punto social más alto nada menos que la perpetuación de la humanidad a través de generar los carriles de transmisión de sus valores más significativos, y también su punto individual más alto en la reafirmación de la autoestima necesaria para que “la vida valga la pena ser vivida” y a partir de allí, ser transmitida y trascender con ella.

Cuando el incremento de la interioridad se desliza hacia el polo de la reminiscencia y el sujeto se enfrenta con lo que hemos descrito como cambio en la percepción del paso de tiempo y con la personificación de la muerte, en lugar de que esto se convierta en la devastadora sensación de castración inminente, un narcisismo saludable reforzará su autoestima y surgirá el deseo fantasmático de trascendencia, y una de las formas de conseguirla es a través de crear: criar los herederos sociales.

Para que esta potencialidad creativa se concrete se requiere el cumplimiento imprescindible de otra condición: es necesario superar una imposición narcisista negativa para permitir la aceptación del otro encamado en este caso en las generaciones más jóvenes. Solamente así, sin rivalidades ni prejuicios, sin sentirse desplazado o perjudicado, será posible el traspaso de la antorcha que mantenga viva el fuego de la vida.

Cuando el incremento de la interioridad se desliza hacia el polo de la nostalgia, las cosas adquieren otro carácter. El proceso que pasa por el eje interioridad – reminiscencia – generatividad lleva a una expansión gradual de los intereses yóicos y a un vuelco de catéxias libidinales hacia aquello que se está generando a través del completo encuentro de los cuerpos y mentes. Pero cuando este enriquecimiento falla por el incremento nostálgico, con esa sensación de que el objeto añorado ahora “está ubicado en otro lugar y pertenece a un tercero” un aspecto narcisista impedirá el reconocimiento del otro, la generación más joven, y entonces “se produce una regresión de generatividad una necesidad obsesiva de pseudointimidad, acompañada de un profundo sentimiento de estancamiento, aburrimiento y empobrecimiento interpersonal. Aquí la creación de herederos está imposibilitada por la encerrona narcisista que suele incrementar un conflicto intergeneracional a través de actitudes competitivas, intolerantes, querellantes, desvalorizadoras o paranoides por parte de los más viejos. Obviamente, este impedimento a la creación de herederos sociales condena al sujeto a perpetuar el encierro narcisista que Erickson denomina estancamiento: el individuo se queda solo e inerte frente a la nada de la castración que significa su vejez próxima y a su propia muerte: triste y solitario final.

Resulta difícil hablar de la longevidad sin tener en cuenta el punto final de la vida. Y queda cada vez más claro que la conciencia de nuestra mortalidad y la perspectiva de una “buena muerte” también son ingredientes del envejecimiento sano. La aceptación de la muerte constituye un desafío, aun para muchas personas de edad muy avanzada que saben que se les acerca. Desde el punto de vista histórico y cultural, se afirma que tiene que ver, al menos en parte, con la

noción de que la muerte es un castigo por el pecado de Adán (Shapin, 2000). Para enfrentarse a la muerte con una actitud más realista es necesario, entre otras cosas, superar el individualismo liberal y encontrarles un sentido o propósito más colectivo a la vida y el bienestar (Callahan, 1995). Tampoco se discute mucho otra faceta importante: el costo asociado con la muerte, que viene a competir con los recursos para otros usos, entre ellos los insumos que podrían destinarse al envejecimiento activo y saludable.

El resultado sería un adulto de edad avanzada más saludable y activo, próspero, sabio y experimentado, capaz de disfrutar del ocio ganado (TNO, Centre for Ageing Research, 2000). Una cultura del envejecimiento que valore la dignidad, actividad, productividad, integración social y salud como atributos y metas universales de las personas de edad. Sus pilares vienen dados por: a) el significado de la vejez, su definición en términos de capacidad funcional y los argumentos que defienden el valor del envejecimiento y de prolongar la vida; b) la interacción entre la evolución demográfica y socioeconómica; c) los secretos del envejecimiento exitoso y su traducción a estilos de vida y acciones intersectoriales articuladas; d) las perspectivas de solidaridad y seguridad económica de las personas mayores, particularmente de las más necesitadas; e) el aprendizaje permanente y la integración social del adulto mayor; f) la adaptación de la dinámica familiar a la convivencia cada vez mayor de varias generaciones, con atención especial a la vulnerabilidad crítica de la mujer de edad; g) las consecuencias del desarrollo de nuevas tecnologías para prolongar la vida y mejorar su calidad, y las implicaciones del acceso universal a ellas; h) las exigencias de una muerte digna.

Si aceptamos que la longevidad exitosa es la culminación y razón de ser del proceso de desarrollo humano, tanto al nivel individual como colectivo, resulta inevitable —y justo— aspirar a que esos años ganados se puedan cursar con un máximo de calidad, es decir, con dignidad y autonomía, capacidad funcional y salud, participación social y económica, entre otras cosas. En estas páginas se aspira a conceptualizar el envejecimiento en función de: i) lo que representa

envejecer como parte de la vida, diferenciando el envejecimiento saludable del patológico; ii) la lógica de prolongar la vida; iii) tanto los insumos como los obstáculos al goce de una vejez exitosa; iv) la dinámica socio-demográfica, familiar, social, tecnológica y económica del tiempo de vida ganado, particularmente de la mujer mayor y del trabajador mayor; y v) lo que hace falta para “morir bien”.

La condición humana no se puede comprender sólo mediante el análisis aislado de los elementos que la integran, ésta debe ser analizada en su totalidad, es decir de forma integral y holística. Es la “totalidad” del individuo la que está implicada en cada fenómeno, proceso y conducta.

En relación a esta concepción holística la definición de la vejez y su construcción social, se sostiene en que cada sociedad establece el límite de edad a partir del cual una persona se considera como adulto mayor, y esta etapa se relaciona estrechamente con la edad cronológica, demostrándose la intervención de la sociedad y su cultura.

Hoy en día, la expectativa de vida que en los países más desarrollados se aproxima a los 80 años y esto ha generado cambios importantes en la conceptualización del envejecimiento y en las políticas orientadas hacia este grupo poblacional.

Existe una interrelación entre los factores biológicos y psicológicos individuales y su interdependencia con factores sociales, institucionales y culturales que, concurren en la conducta del individuo y su actitud ante la vejez y el envejecimiento. La dimensión biológica está determinada por las características genéticas y biológicas, pero está condicionada por la dimensión psicológica y la dimensión social y sus niveles institucional y cultural en el que se registran factores ideológicos, los valores, las creencias relacionadas con la cultura específica y las representaciones sociales; todos estos factores influyen en la conducta final de los sujetos como grupo o sociedad y, de forma singular en cada individuo humano. Se puede sugerir que la sociedad y los grupos de pertenencia

marcan pautas y determinan creencias y concepciones que se traducen en conductas favorables o desfavorables hacia la vejez y el envejecimiento.

En el paradigma del funcionalismo se considera una “formación social como una totalidad coherente donde cada elemento, solidario de todos los demás, cumple una función específica que contribuye a la organización y perennidad de la sociedad”.

Para el funcionalismo la vejez es un problema que tiene su origen en la jubilación obligatoria, los cambios de la estructura familiar, la industrialización y el urbanismo y, como factor inherente al individuo, depende de los mecanismos de adaptación al estrés que causa el envejecimiento y de las estrategias de afrontamiento, las creencias, los valores y el entorno de apoyo familiar y social de los propios sujetos; el problema de la vejez se interpreta como una característica de la socialización adulta y sugiere que la falla que presentaron los investigadores orientados en este paradigma fue la de dejar de lado el vínculo existente entre condiciones para él en vejez cimiento, “vejeces” y estructura socioeconómica y política, ya que se centraron en el problema del envejecimiento como tal, partiendo del supuesto que “las personas mayores podían caracterizarse según los años cumplidos”; es así que la vejez, bajo este enfoque se interpretaba como una suma de características individuales acumuladas durante los años de vida.

A continuación se señalan algunas teorías incluidas en el paradigma del funcionalismo.

a. La teoría de la desvinculación (Cumming y Henry.1961) (Citado por María Izal y Rocío Fernández-Ballesteros¹⁴):

Bajo el claro dominio de los paradigmas funcionalista y conductista aparece la teoría del descompromiso o de la desvinculación, sostiene que la vejez trae como consecuencia inevitable, la disminución de la interacción entre el individuo y la sociedad y considerándose este hecho como satisfactorio (o funcional) tanto para uno, como para el otro. Ya que esta desvinculación permitiría al envejecimiento

¹⁴ http://www.um.es/analesps/v06/v06_2/07-06_2.pdf

desprenderse de una serie de roles y responsabilidades socio-laborales que ya no está en condiciones físicas ni psicológicas de asumir, gracias a la jubilación, y por otro lado, encontrar un espacio de paz para prepararse para la muerte. El término desvinculación se refiere a que en la misma medida que el adulto mayor se separa de la sociedad (reducción de actividades sociales, vida más solitaria), ésta tiende a separarse del mismo (jubilación, independencia de los hijos, muerte de la pareja y de los amigos).

La desvinculación social no es consecuencia de la edad, sino que ocurre como consecuencia de circunstancias asociadas, como la mala salud, la pérdida de amistades o la reducción de ingresos.

b. La Teoría de la Actividad (Havinghurst, 1964) (Citado por María Izal y Rocío Fernández-Ballesteros ¹⁵): Su fundamento central se basa en que el envejecimiento normal implica el mantenimiento de las actitudes y actividades habituales de la persona por el máximo tiempo posible y que, por lo tanto, un envejecimiento satisfactorio o exitoso (successfulaging) consiste en permanecer tan activos como en la edad adulta, a mayor grado de actividad, mayor satisfacción personal.

Lleva implícita una filosofía de la vida cuyos elementos de valor son la utilidad y la productividad y además establece relaciones entre utilidad y salud mental y, entre productividad y actividad y bienestar reconoce la pérdida de roles como la fuente principal de inadaptación de los adultos mayores al sistema. La desvinculación opera en el sentido de la sociedad hacia los adultos mayores; el bienestar del individuo debe resolverse a través de la intensificación de otros roles ya existentes o con la creación de nuevos roles capaces de proporcionar un suficiente nivel de actividad que permita al individuo ajustarse a su nueva situación sin que ello signifique consecuencias negativas para su conducta. La principal crítica a la teoría es que existen personas satisfechas con la de vinculación.

¹⁵ http://www.um.es/analesps/v06/v06_2/07-06_2.pdf

c. La Teoría del Envejecimiento Exitoso (Rowe y Khan, 1988)(Citado por Tomas Engler) ¹⁶ : La propuesta original se le atribuye a Havinghurst, 1964, el envejecimiento exitoso (successfulaging) ha sido objeto de muchas interpretaciones, parte del principio que la mejor forma de hacer frente al envejecimiento y a la vejez con sus problemas y efectos deletéreos, es fomentando un aumento en el grado de satisfacción vital de los adultos mayores y el mantenimiento de actividades acordes con las pautas de la vida adulta. En los años 80, Rowe, define el envejecimiento exitoso como: “un estado general y funcional mejor de lo esperado en donde la edad avanzada no interfiere con la capacidad de independencia y participación”, en el envejecimiento exitoso existe una baja probabilidad de enfermar o presentar una discapacidad asociada, los “exitosos” representan una buena capacidad física y un alto funcionamiento cognoscitivo además de un compromiso activo con la vida.

Se considera que el envejecimiento exitoso no debe ser entendido únicamente como solo longevidad, es algo que va más allá de eso, implica un bienestar suficiente en varios aspectos (mental, físico, social, espiritual y económico) para sostener la capacidad de funcionar exitosamente en las circunstancias cambiantes de la vida de un individuo tampoco debe confundirse con el envejecimiento “activo” pues da la impresión de actividad física, adaptándose al modelo social de jóvenes activos o de adultos mayores deportistas, reproduciendo la visión negativa del propio proceso de envejecimiento al interpretar una sola dimensión de este complejo y heterogéneo proceso; además el término “saludable”, parece hasta fantástico ya que para todos es conocido que el paso de los años y el consecuente efecto sobre las reservas homeostáticas, nos hace susceptibles a enfermar. El adjetivo “exitoso” abre “la posibilidad de estar bien, a pesar de haber enfermado, y la de recuperación o adaptación a los daños”.

16

<http://www.chubut.gov.ar/terceraedad/imagenes/Marco%20conceptual%20del%20envejecimiento%20exitoso,%20digno,%20activo,%20productivo%20y%20saludable.pdf>

d. Teoría de la Modernidad (Cowhill y Colmes, 1972) (Citado por María Izal y Rocío Fernández-Ballesteros¹⁷): El postulado principal de esta teoría indica que: en la medida en que se envejece, ocurren en los individuos cambios sociales, psicológicos y biológicos, se cambian roles y se acumulan conocimiento, actitudes y experiencias. A medida que nacen sucesivas cohortes, las mismas envejecen en diferentes tiempos y cada generación responde a experiencias históricas únicas hasta que desaparecen, para estos teóricos la modernización supone una pérdida de poder y de prestigio en sus mayores.

Esta propuesta teórica, se fundamenta en la existencia de factores que acompañan al proceso de modernización, dentro de las que destacan: el aumento de la proporción de población anciana sobre la población general; la presencia de un cambio en el tipo de conocimiento dominante, la extensión de la educación, y la sustitución del modelo de familia extensa por el modelo nuclear como consecuencia del proceso de urbanización; estos factores producen un efecto combinado cuyo resultado es la disminución de la valoración social de la vejez. Es decir, a medida que aumenta el grado de modernización de las sociedades, disminuye la valoración social de la vejez. A pesar de su simplicidad o reduccionismo se considera que esta corriente del pensamiento resaltó la importancia de la familia y el trabajo en la conformación social de la vejez, ya que los incluyó como variables definitorias para la valoración de los ancianos.

Es importante tener presente que en la vejez existe una clasificación de acuerdo a como es transitada la misma según Fernández-Ballesteros clasifican la vejez de acuerdo a su funcionalidad y dichos autores sostienen que existe:

- Vejez Normal: cursa sin patología.
- Vejez Patológica: asociada con múltiples patologías, frecuentemente crónicas.
- Vejez Exitosa: baja probabilidad de enfermedad y de discapacidad, asociada a un alto funcionamiento cognitivo, capacidad física funcional y compromiso activo con la vida.

¹⁷ http://www.um.es/analesps/v06/v06_2/07-06_2.pdf

La disciplina que estudia a la vejez y sus procesos es conocida por el nombre de Gerontología. La misma, es un saber multidisciplinario en la medida en que se nutre de las ciencias biológicas, sociales y psicológicas, puesto que el envejecimiento impacta en la vida individual de las personas, y también en los distintos sectores e instituciones de la sociedad (economía, seguridad social, salud, educación, etc.).

Cuando nos referimos a los aspectos biológicos se encuentra la investigación sobre los cambios que se producen en los distintos sistemas biológicos del organismo, en los aspectos psicológicos está referido al estudio sobre los cambios y/o la estabilidad que se producen en las funciones psicológicas como el aprendizaje, la memoria, la atención, la afectividad, percepción, y la personalidad, entre otros fenómenos psicológicos; en cuanto a los aspectos sociales son aquellos cambios debidos a la edad relativos a los roles sociales, intercambio y estructura social, así como también, qué forma los emergentes culturales contribuyen en esos cambios (crecimiento o declive), así como al envejecimiento de las poblaciones.

Es necesario explicitar la distinción entre la geriatría de la gerontología, es que la primera es de la rama de la ciencia médica que se ocupa de los aspectos clínicos, terapéuticos y preventivos relacionados con el proceso de salud-enfermedad de las personas mayores; y la segunda es más abarcadora e incluye a la geriatría. Como se menciona en el párrafo anterior es un saber multidisciplinario.

En la perspectiva gerontológica se busca lograr que el adulto mayor posea un envejecimiento activo, productivo, satisfactorio, competente, saludable y exitoso.

La definición de Percepción de la RAE sostiene que es “Captar por uno de los sentidos las imágenes, impresiones o sensaciones externas”¹⁸. T. Bower la define como “cualquier proceso mediante el cual nos damos cuenta de inmediato de aquello que está sucediendo fuera de nosotros”. El Diccionario de Psicología de H.C. Warren define a su vez la percepción como “el acto de darse cuenta de los

¹⁸ <http://dle.rae.es/?id=SXXZjnf>

objetos externos, sus cualidades o relaciones que siguen directamente a los procesos sensoriales, a diferencia de la memoria o de otros procesos centrales”¹⁹. La “frontera” semántica que separa a los términos sensación y percepción es, difícil de distinguir y a veces utilizamos un concepto u otro erróneamente. De hecho, algunos autores consideran ambos conceptos como pasos del mismo proceso de extracción de información que conducirán al desarrollo cognitivo.

La sensación se produce, cuando alguno de los sentidos detecta un estímulo concreto, y traslada la información al cerebro, mientras que la percepción tiene lugar cuando el individuo es consciente del estímulo, es decir, cuando conoce las cualidades y relaciones del mismo. En consecuencia, la percepción implica un grado mayor de complejidad.

Las impresiones recibidas por nuestros centros nerviosos se ven afectadas por factores tales como nuestra experiencia anterior, el contexto, el estado afectivo en que nos encontramos.

¹⁹ DICCIONARIO DE PSICOLOGIA HOWARD C. WARREN , S.L. FONDO DE CULTURA ECONOMICA DE ESPAÑA, 2013.

Marcos metodológico:

Tipo de estudio: No experimental, trasversal, descriptiva

Se llevara a cabo un estudio de diseño no experimental, ya que no se manipulara las variables. Se evaluara en condiciones naturales.

Trasversal, porque la medición se realizara en un único punto en el tiempo, sin repetición. Será un estudio de Fuentes Primarias porque se recolectan los datos por medio de los instrumentos descriptos a continuación.

Descriptivo se buscara analizar y comparar la valoración que tienen los adultos mayores

Variables: se utilizaran las siguientes variables, calidad de vida, envejecimiento activo y vejez.

Vejez: Es una fase natural del ciclo vital humano que tiene sus peculiaridades, sus posibilidades de desarrollo y crecimiento humano, y, por tanto, no es una etapa de involución. El concepto de vejez será definido de forma social y difiere de acuerdo a las distintas culturas y épocas.

Calidad de vida: "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" (Organización Mundial de la Salud).

Envejecimiento activo: Su fundamento central se basa en que el envejecimiento normal implica el mantenimiento de las actitudes y

actividades habituales de la persona por el máximo tiempo posible y que, por lo tanto, un envejecimiento satisfactorio o exitoso consiste en permanecer tan activos como en la edad adulta, a mayor grado de actividad, mayor satisfacción personal.

Unidad de análisis: Se trabajara en la ciudad de Rosario, en el Centro de Jubilados, en el cual participarán 12 Adultos mayores, sanos y con características de envejecimiento activo.

Muestra: se tomara a un grupo de personas, hombres y mujeres, que quieran colaborar con nuestro proyecto que cuenten con características de envejecimiento activo. Siendo el tipo de muestra: Muestreo intencional o de conveniencia.

Técnica, instrumento y procedimiento:

Para la presente investigación, y con el fin de lograr los objetivos planteados, se utilizaron como técnicas para la recolección de los datos un **Cuestionario** (ver Anexo), estructurado y auto administrado, que fue aplicado a los sujetos bajo estudio.

Área de estudio:

El lugar donde se llevó a cabo la investigación es en la ciudad de Rosario. Según la página oficial de la municipalidad, la ciudad de Rosario está ubicada en la zona sur de la provincia de Santa Fe, República Argentina, entre los siguientes puntos extremos:

- Latitud: Paralelo 32° 52' 18" Sur y 33° 02' 22" Sur.
- Longitud: Meridiano 60° 36' 44" Oeste y 60° 47' 46" Oeste.
- Altitud sobre el nivel del mar: Oscila entre los 22,5 Y 24,6.



Se encuentra en una posición geoestratégica en relación al Mercosur, en el extremo sur del continente americano.

Es cabecera del Departamento homónimo, es el centro del Área Metropolitana Rosario y se sitúa a 300 km de la ciudad de Buenos Aires.

Consideraciones éticas:

Al tratarse de un estudio no experimental no habrá manipulaciones y tampoco riesgo de producir algún tipo de daño físico o psicológico en los sujetos en estudio.

Se entrega una nota de consentimiento a las autoridades de las instituciones y se le comunicara a aquellos adultos que participen, de forma verbal los objetivos del estudio. Se garantizará la confiabilidad, de los datos recibidos, solo para fines de nuestra investigación.

Análisis de datos:

En la presente tesis se analizara la percepción que tienen los adultos mayores sobre su calidad de vida. Siguiendo los objetivos, se agruparon las preguntas en las siguientes grandes categorías:

Vejez activa

De los 12 entrevistados, 9 respondieron que se encuentran satisfechos y autónomo con esta etapa de la vida; siendo esto el 75% del total de la población encuestada. En la pregunta 11, 8 sujetos respondieron que se encuentran tranquilos y con muchos beneficios en esta etapa; siendo esto el 66% de la población entrevistada.

La vejez es una fase natural del ciclo vital humano que tiene sus peculiaridades, sus posibilidades de desarrollo y crecimiento humano, y, por tanto, no es una etapa de involución. El concepto de vejez es definido de forma social y difiere de acuerdo a las distintas culturas y épocas.

Los adultos entran en una etapa final de la vida y su tarea consiste en contemplar su vida en conjunto y con coherencia. Necesitan aceptar su propia vida tal como la han vivido y creer que lo hizo lo mejor posible en sus circunstancias (Erickson). Esto ha sido uno de los datos que esta tesis investiga; en las las preguntas 1 y 11 donde las mismas Indagaban acerca de la percepción que tiene los entrevistados sobre la vejez de forma activa o no; las personas entrevistadas respondieron que se sienten más sueltas, ya que vivieron lo que tenía que vivir y lo mismo hacen ahora.

Esta respuesta coincide con lo planteado por Havinghurst, (1964) donde se basa su fundamento central en que el envejecimiento normal implica el mantenimiento de las actitudes y actividades habituales de la persona por el máximo tiempo posible y que, por lo tanto, un envejecimiento satisfactorio o exitoso consiste en

permanecer tan activos como en la edad adulta, a mayor grado de actividad, mayor satisfacción personal.

Los entrevistados sostuvieron que los pros y los contras que encuentran en esta etapa es que se encuentran tranquilos, en la actualidad tienen muchos beneficios y actividades para realizar. El envejecimiento activo tiene como fundamento central que se basa en un envejecimiento normal, implica el mantenimiento de las actitudes y actividades habituales de la persona por el máximo tiempo posible y que, por lo tanto, un envejecimiento satisfactorio o exitoso consiste en permanecer tan activos como en la edad adulta, a mayor grado de actividad, mayor satisfacción personal. Esto se asemeja a lo que Erickson plantea, que la tercera edad es un período más productivo y creativo que en el pasado –en el que un artista de 80 años, escritor o músico, ya no serán algo excepcional–. Las personas que han tenido éxito en esta tarea integradora final construyen sobre los resultados de las siete crisis previas, ganan un sentido más amplio del orden y del significado de sus vidas dentro de un ordenamiento social más grande, pasado, presente y futuro.

Relación entre envejecimiento y calidad de vida:

En la pregunta 2, 11 de los entrevistados respondieron que se encuentran incluidos e integrados en la sociedad, siendo esto el 96% de la población entrevistada. En la pregunta 10, 11 de los entrevistados respondieron que su entorno lo trata con respeto; siendo esto el 96% de la población entrevistada.

Centre for Ageing Research, 2000, describe que un adulto de edad avanzada más saludable y activo, próspero, sabio y experimentado, capaz de disfrutar del ocio ganado se encuentra en una cultura del envejecimiento que valora la dignidad, actividad, productividad, integración social y salud como atributos y metas universales de las personas de edad.

En las preguntas dos y diez donde averigua sobre la percepción que tienen los adultos acerca del respeto de las otras generaciones y si se encuentran incluido e

integrado en la sociedad, sostuvieron que se encuentran integrados ya que existen espacios que el gobierno generó, como así también la familia respeta las actividades que realiza y suelen planificar viajes con los integrantes del centro de jubilados.

En Argentina, la Presidencia de la Nación en el 2014, garantizó el acceso al beneficio jubilatorio a todos los ciudadanos y ciudadanas en edad de jubilarse. Las iniciativas del gobierno nacional se formulan en base a información estadística oficial confiable y oportuna, fortaleciendo el rumbo que hoy sigue nuestra Patria, que es el que permitirá seguir profundizando las políticas de ampliación de derechos e inclusión social para todos los habitantes del país.

En la perspectiva gerontológica, disciplina que estudia a la vejez y sus procesos, busca lograr que el adulto mayor posea un envejecimiento activo, productivo, satisfactorio, competente, saludable y exitoso.

Calidad de vida

En la pregunta 3, los 12 entrevistados respondieron que la familia, amigos y nietos son los pilares para una buena calidad de vida; siendo el 100% de la población entrevistada. En la pregunta 4, 7 de los entrevistados respondieron que la vitalidad es el recurso con el que cuentan; siendo esto el 58% de la población entrevistada. En la pregunta 5, 6 de los entrevistados respondieron que la autonomía es una variable que influye en la calidad de vida, siendo el 50% de la población entrevistada. En la pregunta 6, los 12 entrevistados respondieron estar satisfecho con la calidad de vida que tienen; siendo esto el 100% de la población entrevistada. En la pregunta 7, 11 de los entrevistados están satisfechos con los servicios que recibe; siendo esto el 96% de la población entrevistada. En la pregunta 8, 9 de los entrevistados realizan actividades; siendo esto el 75% de la población entrevistada. En la pregunta 9, 10 de los encuestados respondieron que viven el día a día; siendo esto el 83% de la población entrevistada.

La calidad de vida de los adultos mayores está asociada con factores sociales, económicos y afectivos, que influyen sobre su posibilidad de enfrentar la vejez en forma sana y afectiva. (Ramírez, 2003).

En las preguntas 3, 4, 5, 6, 7, 8 y 9 buscan obtener información acerca de la percepción que los sujetos tiene acerca de su calidad de vida, como así también, los recursos que tienen para lograrlo y las variables que la integran.

Sostuvieron que la familia, los amigos y su entorno más cercano son los principales actores con los que el sujeto se mantiene en constante interacción y que les permite llevar con bienestar esta etapa de la vida. La calidad de vida de los adultos mayores está asociada con factores sociales, económicos y afectivos, que influyen sobre su posibilidad de enfrentar la vejez en forma sana y afectiva.

Los entrevistados puntualizaron a la vitalidad, la autonomía, el estar activo y la jubilación como parte fundamental para una buena calidad de vida. Gran parte de estas características se encuentran presente en lo planteado por el modelo FUMAT, el mismo contempla que una buena calidad de vida debe tener:

- Bienestar emocional,
- Relaciones interpersonales,
- Bienestar material,
- Desarrollo personal,
- Bienestar físico,
- Autodeterminación,
- Inclusión social y
- Derechos.

Los sujetos que participaron en la tesis sostienen que se encuentran satisfechos con la vida ya que lograron construir la vida que esperaba, pueden hacer lo que les hace bien, tienen una vida digna y no les falta nada.

Esto condice con lo planteado por la Organización Mundial de la Salud, la cual define a la Calidad de vida 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 que está influido por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con su entorno.

Los mismos encuestados mencionaron que tienen actividades que permiten lograr una autonomía y formar vínculos con sus pares. Esta integración les permite sentirse más acompañados e integrados con la sociedad. A mayor salud de la persona, mejoran sus condiciones de calidad de vida, esto a su vez genera un estado de plena autonomía del individuo y funcionalidad (independencia de la persona).

El estado de salud y las enfermedades como características básicas de la vejez, la forma y la magnitud de las diversas anomalías así como sus consecuencias, se interpretan de manera distinta dependiendo de cada individuo, los roles que han desempeñado a lo largo de los años, su entorno socioeconómico, sus experiencias de salud y la propia percepción que tiene de la propia vida.

Conclusión:

A lo largo de presente trabajo, se planteo como objetivo indagar acerca de la percepción que tienen los entrevistados acerca de su calidad de vida. Como eje del mismo, se han planteado las distintas concepciones sobre la calidad de vida en los adultos mayores, abordando la temática desde el punto de vista social, económico, ambiental, biológico y psicológico.

Se enfatizó en abordar a un sujeto bio-psico-social en el cual se encuentra atravesando la última etapa de la vida y que a su vez está inmerso en un mundo en el que todo el tiempo se encuentra en constante cambio y del cual debe adaptarse.

El adulto mayor en la actualidad tiene una amplia gama de posibilidades en las cuales puede sentirse integrado, sin embargo, lograr esto va a depender de que los mismos hayan podido atravesar la adultez de una manera estable y logrando mínimamente los proyectos y deseos esperados. Como sostiene Salvarezza²⁰ en su libro “Mediana Edad y envejecimiento”, “Para gran parte de la gente de mediana edad es la época de su autorrealización y de la gratificación, pero al mismo tiempo, para toda la gente sin excepción, esta es la época que marca el paso inexorable hacia la vejez y por lo tanto lo que se podría denominar un buen o mal envejecer está contenido en este pasaje”.

A partir de las entrevistas que se realizaron, con las cuales se buscaba indagar los objetivos planteados en la investigación, la cual es sobre la percepción que tienen los adultos mayores acerca de su calidad de vida, se pudo observar que en su gran mayoría los sujetos encuestados habían logrado atravesar con gratificación su mediana edad, y en correlación con esto su vejez es óptima.

Los entrevistados sostuvieron que para ellos los tres pilares más importantes para una buena calidad de vida son la familia, los amigos y su entorno más cercano.

-
- ²⁰ Material de cátedra de Psicología del Desarrollo de la carrera de Lic. en Psicología de la UAI. – Leopoldo Salvarezza. (1998).

Estos son los principales actores con los que el sujeto se mantiene en constante interacción y que les permite llevar con bienestar esta etapa de la vida.

Sin embargo los recursos con los que cuenta para el bienestar cotidiano; como así también las variables en las que se encuentran inmersos en una buena calidad de vida, puntualizaron a la vitalidad, la autonomía, el estar activo y la jubilación como parte fundamental para una buena calidad de vida.

De acuerdo con Erikson²¹ "Las personas que han tenido éxito en esta tarea integradora final [...] ganan un sentido más amplio del orden y del significado de sus vidas dentro de un ordenamiento social más grande, pasado, presente y futuro. La 'virtud' que se desarrolla durante esta etapa es la sabiduría, 'un despreocupado e informado interés por la vida de cara a la muerte en sí misma'; incluye aceptar lo vivido, sin arrepentimientos importantes sobre lo que pudo haber sido diferente.

Los sujetos encuestados sostiene que se sienten más sueltas, ya que vivieron lo que tenía que vivir y lo mismo hacen ahora, es cierto que aparecen algunos achaques propios de la edad y que se van perdiendo seres queridos, como amigos o en algunos casos la pareja, que fueron compañeros en gran parte de la vida, sin embargo, esta la posibilidad de poder transitar esta etapa con gran felicidad. Se encuentran tranquilos, ya que en la actualidad tienen muchos beneficios y actividades para realizar.

El autor también sostiene que "la edad adulta tardía es también una época para jugar, para rescatar una cualidad infantil esencial para la creatividad. El tiempo para la procreación ha pasado, pero la creación puede tener lugar todavía. Aun a medida que las funciones del cuerpo se debilita y la energía sexual puede

-
- ²¹ Material de cátedra de Psicología del Desarrollo de la carrera de Lic. en Psicología de la UAI. - Erikson. (1956).

disminuir, las personas pueden disfrutar ‘una experiencia enriquecida, corporal y mentalmente’²²

Las personas entrevistadas dieron cuenta de lo propuesto por el autor antes mencionado, ya que se encuentran satisfechos con la vida porque han podido lograr construir la vida que esperaba, poder hacer lo que les hace bien.

Es por esto que en mi opinión más allá de que la vejez es el destino de todos; una fase natural del ciclo vital humano que tiene sus peculiaridades, sus posibilidades de desarrollo y crecimiento humano, considero que no es una etapa de involución.

Ya que se podría decir, que en esta etapa por la que están atravesando los sujetos entrevistados está enriquecida por una vejez normal debido a que realizan actividades que les gustan tales como la milonga, bingo, yoga y computación; como así también la autonomía con la que los adultos mayores cuentan hoy en día. Tienen la posibilidad de poder participar en los diferentes grupos y entablar una relación de amistad con los integrantes de los mismos, en donde las actividades suelen ser por fuera de la institución donde se realizó las entrevistas. Los mismos sujetos entrevistados comentaron que sus reuniones suelen seguir en un bar o en sus domicilios y sostienen que esta integración les permite sentirse más acompañados e integrados con la sociedad.

Siempre que haya logrado en gran medida con los objetivos planteados a lo largo de la vida, se puede disfrutar de esta etapa de una manera más suelta y relajada. Sintiéndose más satisfecho por los logros obtenidos en el día a día y disfrutando de la familia y de sus amigos.

Los mitos, sentimientos y expectativas negativas que pesan sobre esta etapa forman parte de una representación social que define negativamente lo que es ser viejo y cómo debe serlo, interfiriendo en el “buen envejecer de las personas”.

-
- ²² Material de cátedra de Psicología del Desarrollo de la carrera de Lic. en Psicología de la UAI. - Erikson. (1956).

A modo finalización, se podría decir que para el adulto mayor, su calidad de vida significa tener paz y tranquilidad, recibir por parte de la familia cuidado y protección para llevar a cabo esta etapa de una manera digna, rodeado de amor y respeto, y tener así satisfecho como ser social, sus necesidades de alimentación, vestimenta, higiene y vivienda.

Bibliografía:

- Material de cátedra de Psicología del Desarrollo de la carrera de Lic. en Psicología de la UAI. - Beauvoir, S. D.
- Claro, M. V. (s.f.). abordaje histórico de la psicología de la vejez. Di Giglio, G. (2002).
- Edwars, P. (2002). salud y envejecimiento un documento para el debate el envejecimiento y su atención en Colombia: un balance y perspectivas. (2001).
- Material de cátedra de Psicología del Desarrollo de la carrera de Lic. en Psicología de la UAI. - Erikson. (1956).
- Material de cátedra de Psicología del Desarrollo de la carrera de Lic. en Psicología de la UAI. – Leopoldo Salvarezza (1998).
- María Paz Martínez Ortega, M. L. (s.f.). visión histórica del concepto de vejez desde la edad media. *cultura de los ciudadanos*.
- *Instituto Nacional de Estadística y Censos Encuesta Nacional sobre Calidad de Vida de Adultos Mayores 2012. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Instituto Nacional de Estadística y Censos - INDEC, 2014. E-Book (Gago, 2010)_(FREUD, 1984)
- <http://habitat.ag.upm.es/temas/a-calidad-de-vida.html>; 25 de Julio 2015.
- http://sid.usal.es/idocs/F8/FDO23248/herramientas_4.pdf; 30 de Septiembre 2015
- Curso de introducción a políticas gerontológicas dictado en la UNL en el 2014. Diego Alejandro Prezioso.
- <http://www.clasesatodahora.com.ar/examenes/uba/psicologia/psicovejez/psicovejez2009ressalvarezza.pdf>; 10 de Enero 2016.
- <http://www.who.int/ageing/about/facts/es/> 25 de Enero 2016
- <http://www.redadultosmayores.com.ar/buscador/files/COLOM009.pdf> 28 de Enero 2016.
- <http://www.raco.cat/index.php/anuariopsicologia/article/viewFile/61355/8877> 28 de Enero 2016
- <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v68n3/a12v68n3> 28 de Enero 2016

- <http://www.indec.gov.ar/ftp/cuadros/sociedad/encaviam.pdf> 30 de Enero 2016
- http://www.redaepa.org.ar/jornadas/xijornadas/sesiones/S05/s05formiga_prieto.pdf 30 de Enero 2016
- http://www.redaepa.org.ar/jornadas/xijornadas/sesiones/S05/s05formiga_prieto.pdf 30 de Enero 2016
- http://www.um.es/analesps/v06/v06_2/07-06_2.pdf 30 de Enero 2016

Anexo:

Diseño de entrevista semidirigida.

Preguntas realizadas en la entrevista:

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? ¿Por qué?
2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? ¿Por qué?
3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos?
4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano?
5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? (salud, autonomía, la economía, etc.
6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? ¿Por qué?
7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe?
8. ¿Realiza actividades que le gusta?
9. ¿Hace planes a futuros?
10. ¿Es tratado con respeto en su familia?
11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serían?

Entrevista 1

Datos del encuestado

Sexo M

Edad: 75 / estudios: Sec.

Estado civil: Viuda

Hijos: 4

Vive sola.

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? Felicidad. Es todo felicidad.

- ¿Por qué? No me da nostalgia para nada, viví lo que tuve que vivir y ahora vivo también así, vivo el día a día con mucho optimismo.

2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? Si, mas ahora en estos momentos.

- ¿Por qué? Mas en estos momentos, el gobierno nos dio mucho más espacio, salieron a la luz nuestros derechos.

3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos? La familia, mis amigos y el perro.

4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? La vitalidad, mi vitalidad es lo que me mantiene de pie, después de haber perdido a mi marido.

5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? (salud, autonomía, la economía, etc. Lo mismo que te dije antes, más la autonomía que siempre la tuve, mi salud también a pesar de mis 75 años estoy perfecta.

6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? Si.

- ¿Por qué? es mi vida y fue la que yo construí durante todos estos años

7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? Sí, que más se puede pedir, siempre trabaje y lo que no me llega del estado, tengo recursos de mi parte, eso me alivia y siempre están mis hijos dándome una mano.

Lo más usado por mí es la parte médica, como la mayoría de mis compañeras que vienen acá, las farmacias también me hacen lindos descuentos asique, no me puedo quejar.

8. ¿Realiza actividades que le gusta? Si yoga

9. ¿Hace planes a futuros? Siempre viví el día a día, no me gusta adelantarme, porque no sé del mañana.

10. ¿Es tratado con respeto en su familia? Si por supuesto y con mucho cariño por parte de mis hijos y nietos.

11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serian? Todas las etapas de la vida tienen por y contra. Para mí son todos beneficios porque estoy viva y agradezco a dios.

Entrevista 2

Datos del encuestado (o entrevista estructurada):

Sexo M

Edad: 80

Estudios: secundario (lo termino hace unos años atrás).

Estado civil: casado

Hijos; no

Vive con la señora

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? El ultimo tirón.

- ¿Por qué? Y ya con 80 años, estoy viviendo tiempo prestado (se ríe).

2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? Sí, porque deberían no incluirme soy una persona con más años que vos pero con derechos igual que vos, ¿o no?

- ¿Por qué? Tengo derechos igual que vos y toda la sociedad, siempre con respeto, ¿no? Lo fundamental para vivir en una comunidad integrados todos con todos.

3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos? Mi señora, con ella estamos los dos solitos y es mi compañera de toda la vida

4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? La vida misma y mi señora.

5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? (salud, autonomía, la economía, etc. La salud, estoy como un pibe y ayudo a mi señora. Cuando ella no este, no sé qué va hacer de mí. Las jubilaciones también ayudan

6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? si, no la puedo cambiar tampoco.

- ¿Por qué? Que voy a cambiar a esta altura, imagínate ya hice todo lo que tenía que hacer, bien o mal lo hice.

7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? Si, tampoco puedo quejarme porque si no me dejan sin nada, prefiero esto antes que nada.

- ¿Por qué? De eso no quiero hablar.

8. ¿Realiza actividades que le gusta?. No, vengo acá a buscar el bolsón nada más.

9. ¿Hace planes a futuros? No futuro no, de acá al domingo puede ser que sí.
(Estamos a viernes)

10. ¿Es tratado con respeto en su familia? Si, tampoco me quedan muchos familiares, hijos no tenemos.

11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serian, brevemente? Estoy tranquilo, ya no trabajo tanto como cuando fui pibe eso me gusta, hacer mandados me gusta y contras que a medida que la edad se viene en sima tenemos pastilla para todo y a veces me olvido de tomar.

Entrevista 3

Datos del encuestado:

Sexo F

Edad: 80

Estudios: Sec.

Estado civil: viuda

Hijos: 4

Vive solo

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? no tiene nada de diferente con las etapas anteriores.

- ¿Por qué? No sé, lo siento así, así transcurre la vida, a viejos llegamos todos.

2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? Si

- ¿Por qué? en el colectivo me dan el asiento, acá me siento en familia. Nunca fui problemática en la escuela cuando iba al colegio la maestra nunca llamo a mis padres siempre me adapte a todo.

3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos? Mi familia siempre ellos.

4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? La fuerza de voluntad es mi mejor recurso, y después lo material lógico.

5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? (salud, autonomía, la economía, etc. Yo me siento bien, el médico me dice que estoy como una piba, eso si me gusta ir a todos lados sola y volver a la hora que quiero. Solo los domingos salgo con mis nietos y volvemos cuando mis hijos y los chicos se cansan.

6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? sí, siempre estuve satisfecha, no soy una persona de quejarme.

- ¿Por qué? En la vida tenés que adaptarte a todo, y si me quejo no gano nada tampoco.

7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? Si son bastante buenos.

- ¿Por qué? Todos son bastantes buenos, en mi casa no me falta nada, y acá tampoco, afuera tanto lo público o privado también me ofrecen una buena cobertura.

8 ¿Realiza actividades que le gusta?. Si yoga con las chicas

9. ¿Hace planes a futuros? Ahora en diciembre me voy de viaje con los jubilados, ese es mi plan si dios me acompaña.

10. ¿Es tratado con respeto en su familia? Si, a mis hijos le enseñe a respetar y ellos enseñaron lo mismo a mis nietos

11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serian, brevemente? No me queje nunca, no voy hacerlo a esta altura de mi vida. Lo único feo es perder al compañero de toda la vida.

Entrevista 4

Datos del encuestado

Sexo M Edad: 73 años

estudios: Prim.

Estado civil: Soltero

Hijos: 2

Vive solo o con otros. si

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? no se querida que decirte.

- ¿Por qué? No sé qué decirte, no responde

2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? Si

- ¿Por qué? No, se por qué pero la gente mal no me discrimina, asique supongo que estoy integrado.

3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos? Y lo normal, mi familia y aunque parezca de un loco un gato que tengo hace años.

4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? No se no se me ocurre, porque la verdad tengo que irme.

5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? (salud, autonomía, la economía, etc. Todo, caminar, me puede faltar cualquier cosa pero no me gustaría estar postrado, y no poder manejarme solo.

6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? Si.

- Porque? es la que me toco

7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? Si, acá son muy buenos, las chicas muy amables, después como todo, mucha paciencia al viejo no le tienen y yo a ellos menos. (Se refiere al centro de jubilados).
8. ¿Realiza actividades que le gusta? No.
9. ¿Hace planes a futuros? No nunca los realice tampoco, siempre trabaje y no tuve tiempo de imaginar.
10. ¿Es tratado con respeto en su familia? Si.
11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serían, brevemente? No sé qué decirte, tendría que pensarlo, si quieres después te lo dejo escrito y vos venís a buscar los papeles, y yo no pierdo tiempo porque me cierra la carnicería.

Entrevista 5

Datos del encuestado (o entrevista estructurada):

Sexo M

Edad: 67

Estudios: Sec.

Estado civil: Viudo

Hijos: 4

Vive solo

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? Soltura, no tengo que criar hijos, ni marido.

- ¿Por qué? Uno siempre está atado a algo, en esta etapa ya nada te ata y puedes hacer las cosas, sin estar pensando que haces las cosas por los demás.

2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? Si.

- ¿Por qué? las posibilidades que tenemos ahora están pensadas para ese fin.

3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos? Las chicas, mis amigas, yo vengo 3 veces a la semana acá y salimos todos los domingos a tomar el té, jugar al bingo, venir acá me cambio la vida y no quiero faltar ni porque el médico me lo diga, esto es mi pilar. Y mis hijos también

4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? El venir acá, acá todo es alegría, buenos tratos, las chicas que atienden acá siempre te dicen que están a tu disposición para que no estemos tristes o nos sintamos solos.

5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? (salud, autonomía, la economía, etc. Lo mismo que te dije antes, el estar acá, sino vengo algo me falta, es fea la sensación.

6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? Si.

- ¿Por qué? Es una etapa más de la vida, nunca estuve disconforme con las cosas que me tocaron vivir.

7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? Si son buenos.

- ¿Por qué? Los servicios en el centro de jubilados son buenos, tanto lo medico como lo físico, lo único malo que tiene esta etapa es la jubilación, antes que nada es preferible una ayuda.

8. ¿Realiza actividades que le gusta? Si acá hago yoga con las chicas.

9. ¿Hace planes a futuros? No, no me gusta imaginar

10. ¿Es tratado con respeto en su familia? Sí, yo los eduque para que respeten.

11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serían, brevemente? Me gusta venir acá, te lo vuelvo repetir desde que vengo que una vecina me invito a venir, no falte jamás, encontré acá amigas y una segunda casa, y algo malo? No tengo creo que cada uno tiene lo que se merece.

Entrevista 6

Datos del encuestado:

Sexo F

Edad: 65

Estudios: Prim.

Estado civil: casada

Hijos:3

Vive solo o con otros. No con el marido

1) ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? Vida es la vida misma.

- ¿Por qué? Son diferentes etapas nada más, la vida es la misma, me gusta mi vida, estoy muy satisfecha.

2) ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? Si por supuesto con este gobierno nos dieron más participación y nos integran más. En lo único que no siento es la jubilación, está bien que no salgo mucho pero tengo muchos gastos en salud es lo único que me hace sentir excluida. A chicas como vos le pagan bien, porque ser joven ¿o no?

- ¿Por qué? Me siento muy acompañada e incluida, lo único que me hace sentir una diferencia es la jubilación que te dije antes, pero nada más.

3) Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos? Mi familia, mis nitos son todo para mí y los animales tengo muchos por eso a veces no salgo mucho me da lástima dejarlos solos mucho tiempo, me extrañan.

4) ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? La vida misma, siempre use todos los recursos a mi alcance para avanzar en la vida.

5) ¿Que variables influyen en la calidad de vida? (salud, autonomía, la economía, etc. Y si la familia también, mis animales, eso también hace que yo este de pie y no sea una vieja amargadas como muchas que vienen acá.

6) ¿Se muestra satisfecho con su vida? Si, por supuesto.

- ¿Por qué? siempre tenés que sentirte satisfecha de la vida que se lleva, siempre que sea dignamente.

7) ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? Si, hasta bolsones de comida me dan, todos los servicios son de gran ayuda.

La parte medica es muy buena en el centro, y en mi obra social también me brindan dentro de todo los mejores servicios.

8) ¿Realiza actividades que le gusta?. A veces vengo a yoga, pero a veces soy más casera.

9) ¿Hace planes a futuros? No, agradezco siempre el despertarme y poder vivir un día más.

10) ¿Es tratado con respeto en su familia? Si claro que sí.

11) Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serían, brevemente? Todo en la vida es ganancia, nunca me hice problema por nada, mi marido era más nervioso, yo nunca me hice problema, todo tiene solución menos la muerte, pero eso mi marido jamás lo entendió.

Entrevista 7

Datos del encuestado (o entrevista estructurada):

Sexo M

Edad: 67

Estudios: Sec.

Estado civil: Divorc.

Hijos:4

Vive solo

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? Último esfuerzo.
- ¿Por qué? Y los años no vienen solo, y ya estamos cerca del final (lo digo bien sin nostalgia).
2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? Si me siento integrada.
- ¿Por qué? nunca me hicieron sentir que no era así, tampoco soy una dependiente de si me integran o no, soy autónomo.
3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos? Y lo que te va a decir todo el mundo, la familia ¿o no te lo habían dicho?.
4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? La vida misma, el saber pararse en la vida es fundamental para poder afrontar el día a día.
5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? (salud, autonomía, la economía, etc.). Todo lo que me dijiste sin plata no tendría autonomía y la autonomía viene de la buena salud y la buena salud se debe a como uno mira la vida y desde donde se para.

6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? si me encuentro satisfecho.

- ¿Por qué? Siempre estoy satisfecho, no soy de quejarme, lo que más me completa es el tiempo con mis nietos, eso me hace sentir muy satisfecho.

7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? Si me encuentro satisfecho con todo lo que mi Argentina me da, me devuelve lo que yo cuando fui chica le di, trabajando desde los 8 años con todos mis hermanos.

Los servicios que te ofrecen por ser jubilado y después de décadas de aporte no son malos ninguno en general, podría ser peor, y la jubilación tampoco es poca, por lo menos en mi caso, yo hablo por mí.

8. ¿Realiza actividades que le gusta? Recién ahora comencé a venir acá, muchas se anotan a yoga, yo también quiero ver de qué se trata.

9. ¿Hace planes a futuros? Lo único que espero es poder ver crecer a mis nietos, y tirar unos años más, por eso también ahora hago lo que el médico me recomendó de buscar una actividad, los años no vienen solos.

10. ¿Es tratado con respeto en su familia? Si, no podría quejarme jamás.

11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serían, brevemente? Nunca fui un hombre de ir a los médicos seguido, ahora el mío personal me quiere ver siempre y para mí es una pérdida de tiempo, eso no me gusta, reniego de eso, se me hace pesado, me dice que estoy siempre bien y no sé si me miente si sería así no quisiera verme cada dos meses.

Los demás aspectos de la vida, son todas ganancias, la familia, los nietos principalmente, porque los hijos ya son grandes, ya los disfrutamos, pero el tiempo para los nietos no tiene precio, siempre quiero verlos, si fuera por mí los tendría todos los días.

Entrevista 8

Datos del encuestado (o entrevista estructurada):

Sexo f

Edad: 79

Estudios: Prim

Estado civil: casada

Hijos: 1

Vive con el marido

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? No me dice nada.

- ¿Por qué? No me dice nada.

2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? Si por supuesto.

- ¿Por qué? Antes te podía discriminar la gente, como si ser viejo seria una enfermedad pero ahora no se ve tanto eso, estamos más integrado que años anteriores.

3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuales serian los elegidos? Mi familia, es mi gran pilar y mi marido que esta acá también y vamos a todos lados juntos. este viejo con cariño, es el hombre perfecto, padre y abuelo, hace 40 años que estamos juntos.

4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? Estar activa, yo limpio, cocino, lavo a mano no me gusta el lavarropas. Hago todo eso me hace sentir vital y los domingo nos vamos los 2 a jugar al bingo con las chicas.

5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? (salud, autonomía, la economía, etc. la salud sin ninguna duda, sin salud no podría hacer todo lo que hago. Recién hace unos años voy al médico para chequeos cada 6 meses. Y el

amor, el amor de mis nietos, de la nena cuando viene corriendo los sábados cuando vienen a pasar las tarde con nosotros.

6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? Si estoy satisfecha.

- ¿Por qué? No me hace falta nada en esta vida, cada uno cosecha lo que siembra y yo sembré mucho amor en mi familia y es lo que recibo.

7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? Si no puedo decir nada sobre esto.

- ¿Por qué? Menos con la jubilación estoy conforme con todo, no puede ser la miseria que recibimos, somos los que levantamos este país, yo puedo y tengo recursos extras, pero igualmente no es ni una ayuda.

8. ¿Realiza actividades que le gusta? Si vamos los domingos a las milongas o al bingo te. Yo vengo a yoga y mi marido me espera para que no ande sola, y se queda charlando acá con las secretarias.

9. ¿Hace planes a futuros? No pero nunca los hice tampoco.

10. ¿Es tratado con respeto en su familia? Si!!!!!!!

11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serían, brevemente? Todo es bueno, nunca sufrí o el, una gran enfermedad para decir que pase por algo que me haga tambalear. Soy muy creyente y agradezco todo siempre, el no tanto, pero yo sí.

Entrevista 9

Datos del encuestado (o entrevista estructurada):

Sexo F Edad: 85

Estudios: Prim.

Estado civil: viuda

Hijos:3

Vive con un nieto

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? Tiene de todo, es triste porque vas perdiendo seres queridos en el camino, yo perdí a mi marido hace muy poco estuvo internado mucho tiempo, y tiene regalos de la vida, que me dieron mis 3 hijos con los nietos, que son maravillosos. Ahora que estoy solita, uno se vino a vivir conmigo y es un gran compañero, no se lleva muy bien con la madre pero conmigo es un ángel.

- ¿Por qué? Es así, todos vamos perdiendo y ganando en la vida, no es solo cuando uno se viene grande, siempre, la vida nunca deja de tener cosas buenas y malas, ni cuando uno es niña.

2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? Si.

- ¿Por qué? Ahora que mi nieto se mudó conmigo me siento más incluida, se reúne con los amigos en mi casa y todos charlamos de todo, claro que no me quedo hasta la madrugada como hacen ellos, pero siempre me piden alguna de las historias de vida o algún consejo y eso no tiene precio.

3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos? Mi marido fue fundamental aunque no esté me enseñó, imagínate que nos conocimos a los 13 años, mis nietos y mis hijos y mi perro no me puede faltar el perrito, es mi 4to hijo.

4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? No vivo con muchas pretensiones, me conformo con tener mi casita para pasar mis días y ahora remodelarla porque vive un adolescente, y mi espíritu es lo que todos me alagan.

5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? (salud, autonomía, la economía, etc. todo lo que me nombraste y el amor sobre todo, soy una persona muy espiritual, religiosa, sin la ayuda de Dios uno no es nada más que su servidor.

6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? Si, si.

- ¿Por qué? Es el resultado de lo que construí con mi marido.

7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? No soy de usar servicios públicos, tengo mi pre paga que mis hijos me pagan en cuanto salud, porque si de algo me quejo es de la espera para los turnos médicos, acá en el centro nos atienden muy bien y siempre están predispuestos.

- ¿Por qué? Lo que te dije anteriormente.

8. ¿Realiza actividades que le gusta? Si acá vengo a pasar el tiempo con las actividades, tejemos todas juntas, hacemos manualidades.

9. ¿Hace planes a futuros? No la verdad que no.

10. ¿Es tratado con respeto en su familia? Claro con respeto y amor.

11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serían, brevemente? El único contra fue la perdida de mi compañero, y beneficios para mí son todos, ya es un beneficio tener a mis nietos y que me cuiden como lo hacen, siempre sin invadirme, ¿no?.

Entrevista 10

Datos del encuestado (o entrevista estructurada):

Sexo F

Edad: 66

Estudios: Sec..

Estado civil: soltera

Hijos: 1

Vive sola

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? seguir viviendo, sigo viviendo con los achaques del tiempo que son lógicos.

- ¿Por qué? Es que es así, no es trágico tampoco envejecer, así como ser adolescente no es trágico, y nada es tan trágico en esta vida.

2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? Sí, siempre lo sentí.

- ¿Por qué? Nunca tuve un problema, y si lo tendría lo arreglaría explicándole al otro de la mejor manera, que somos pares de diferente edades, pero pares.

3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos? Mis vecinas son importantes, mis compañeras de yoga son importantes, me apoyo mucho en realidad nos apoyamos mucho.

4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? No puedo especificarte uno, todo lo que tenga que ver con mantener una buena calidad de vida, desde el alimento hasta la compañía de mis compañeras.

5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? (salud, autonomía, la economía, etc.) todas las que me nombraste, y te vuelvo a repetir la compañía, es fundamental también.

6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? Si.

- ¿Por qué? Porque si, no podría decirte otra cosa.

7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? Claro, menos con la jubilación, y el poco subsidio que se recibe para mantener la casa. Todo lo demás está en su lugar.

8. ¿Realiza actividades que le gusta? Si vengo a yoga y a veces nos juntamos a tejer para los niños enfermos de los hospitales.

9. ¿Hace planes a futuros? No, pero nunca los hice tampoco.

10. ¿Es tratado con respeto en su familia? Mi familia cercana falleció y mi hijo vive en Córdoba.

11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serían, brevemente? Una de las mejores cosas que me trajo esta edad es conocer a las chicas y hacer un grupo muy unido y lo malo es que no puedo viajar a ver seguido a mi hijo y el tampoco por su trabajo.

Entrevista 11

Datos del encuestado (o entrevista estructurada):

Sexo M

Edad: 88

Estudios: no, trabajo de chico en el campo con su padre

Estado civil: Soltero

Hijos; no

Vive solo

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? no sé qué decirte, es común siempre estuve solo y nunca tuve cambios bruscos en mi vida.

- ¿Por qué? No sé, no tengo obligación de ver algo diferente, ¿no? Esto también en algún momento va a terminar y va hacer con la muerte y listo.

2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? si, nunca me sociabilice tampoco con grupos muy grande.

- ¿Por qué? Nunca tuve necesidad de hacerlo tampoco, y ahora tampoco, cada uno elige como vivir yo viví para cuidar a mis padres hasta que murieron.

3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos? Mis padres, no los tengo conmigo, pero nunca me dejaron solo hasta no estando en vivos.

4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? La parte económica es lo fundamental para vivir como la gente, a mi me quedaron dos pensiones y más lo mío y más la ayuda de los bolsones que me dan aquí, tengo un bienestar óptimo.

5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? La economía es lo importante, sin plata no tenés salud, no te podes pagar los gastos. No se vive como antes que intercambiábamos azúcar por yerba.

6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? Si.

- ¿Por qué? Porque si.

7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? Si.

8. ¿Realiza actividades que le gusta? Me gusta estar en mí y me gusta ver películas viejas en blanco y negro. Acá no hago ninguna vengo por el bolsón.

9. ¿Hace planes a futuros? No y así vivo tranquilo, no sé ni a qué hora me voy a levantar mañana míralo que te digo, como ya no tengo que cuidar de mis padres, puedo despertarme, cocinarme en cualquier horario.

10. Es tratado con respeto en su familia? Tengo primos lejanos, pero no tenemos contacto.

11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serían, brevemente? Estoy cansado ya.

Entrevista 12

Datos del encuestado (o entrevista estructurada):

Sexo : F

Edad: 66

Estudios: primario

Estado civil: viuda

Hijos; 3

Vive solo

1. ¿Con que palabra asocias esta etapa de la vida? En esta etapa yo me siento más suelta. Mis hijos ya tienen cada uno su familia y estoy en la casa sola, mi marido falleció después de una larga enfermedad.

2. ¿Se siente usted incluido e integrado a la sociedad? Si por supuesto.

- ¿Por qué? Estos centros de jubilados nos integran mucho y vamos aprendiendo también a la par de los jóvenes, imagínate que acá hay hasta curso de computación.

3. Si tendría que nombrarme 3 pilares importantes para una buena calidad de vida ¿cuáles serían los elegidos? Mis hijos y mis nueras, todas divinas, me dieron 5 nietos maravillosos y 1 más en camino. Ellas a veces están más atentas que mis propios hijos, amorosas.

4. ¿Cuáles son sus recursos para el bienestar cotidiano? Para mi bien estar, necesito de mi jubilación para poder mantener los gastos y comprar algún que otro medicamento.

5. ¿Qué variables influyen en la calidad de vida? La economía como te dije antes, va de la mano y el amor de mis hijos, nueras y nietos.

6. ¿Se muestra satisfecho con su vida? Si.

- ¿Por qué? No, se por qué pero hago lo que me hace bien, nunca en mi vida fui de pensar en lo que pudo haber sido y ni fue, no dejo nada pendiente.

7. ¿Se muestra satisfecho con los servicios que recibe? Si, la jubilación me gustaría que sea tema de discusión del nuevo presidente, ojala así, las cosas suben y nosotros también necesitamos tener actualizada nuestra jubilación.

8. ¿Realiza actividades que le gusta? Si, realizo un curso de computación como te había nombrado al principio, así entiendo mejor a mis nietos cuando voy a comer a la casa y me muestran cosas, en la computadora y me gusta caminar y casi siempre me vas a ver caminando, menos cuando voy a cobrar por seguridad.

9. ¿Hace planes a futuros? No o cosas muy simples, pero no grandes planes.

10. ¿Es tratado con respeto en su familia? Si con mucho respeto y mucho amor.

11. Si tendría que identificar los pro y contra de esta etapa ¿cuáles serían, brevemente? Para serte sincera contra no le veo, porque considero que no estoy enferma, y puedo tener una vida digna hasta ahora, mis hijos saben que si llego a traerles problemas me dejan en un geriátricos (lindo y cómodo, se ríe) y listo, espero no llegar a eso, pero uno tampoco nunca sabe. Lo único que anhelo a veces que este es mi marido, pero sé que es parte de la vida también, lo lamento más porque no pudo disfrutar de los nietos mucho.