

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SALTA
FACULTAD DE ARTES Y CIENCIAS
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

Representación Social de la vejez de los
adultos mayores y su relación con la elección
de las actividades que ofrece el Movimiento de
Jubilados y Pensionados “Salta”

Alumna: Cristina Mabel Peñaranda

Directora: Lic. Solana Sagués

Año 2018

AUTORIDADES ACADÉMICAS

RECTOR

Ing. Rodolfo Gallo Cornejo

VICERRECTORA ACADÉMICA

Mg. Constanza Diedrich

SECRETARIA GENERAL

Lic. Silvia Álvarez

DECANO FACULTAD DE ARTES Y CIENCIAS

Lic. Susana del Carmen Arzelán Allué

SECRETARIA ACADÉMICA

Dra. Adriana Iburguren

JEFE DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

Lic. Sandra Zabala Salazar

AGRADECIMIENTOS

A Dios por ayudarme a sortear los obstáculos y haber puesto en mi camino, personas extraordinarias.

A mis padres por todos sus esfuerzos.

A toda mi familia, a mis sobrinos que son el más hermoso regalo que te puede dar un hermano.

A mis amigas de la universidad por impulsarme a seguir y finalizar este camino.

A mis amigas de la vida, por el soporte tan valioso que me brindaron en los tropiezos y por acompañarme en las sonrisas.

RESUMEN

La presente investigación se enfocó en conocer la representación social de la vejez que tienen los adultos mayores que asisten al Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta”, con la motivación de poner en tensión las imágenes, creencias, estereotipos y prejuicios que tiene la sociedad sobre esta población. Además, se indagó sobre cómo esta representación puede relacionarse con la elección de una actividad en dicho contexto, para poner en evidencia las limitaciones y posibilidades de esta representación.

Para llevar a cabo esta investigación se trabajó con la Teoría de las Representaciones Sociales, desarrollada por Moscovici (1979) y Jodelet (1986), reconociendo sus tres dimensiones: idea o información, campo de representación y actitud o valoración.

Es una investigación cualitativa cuyos instrumentos fueron la observación y la entrevista en profundidad. La muestra estuvo conformada por los adultos mayores que realizan actividades en dicha institución.

En el análisis de los datos surgieron diversas representaciones con el predominio de dos definiciones de vejez como “una etapa más” y como “destino biológico”; y en relación a su inicio es definida en términos de “tener o no tener ganas de vivir” y “hacer o no hacer cosas”. Se concluye que todas estas representaciones están atravesadas por el contexto y la posición que tiene el adulto en él.

ABSTRACT

The present investigation focused on knowing the social representation of old age that elderly people attending the Retirement and Pensioners Movement have "Salta", with the motivation to put in tension the images, beliefs, stereotypes and prejudices that society has about this population. In addition, it was inquired about how this representation can be related to the choice of an activity in that context, to highlight the limitations and possibilities of this representation.

To carry out this research we worked with the Theory of Social Representations, developed by Moscovici (1979) and Jodelet (1986), recognizing its three dimensions: idea or information, field of representation and attitude or assessment.

It is a qualitative research whose instruments were observation and in-depth interview. The sample consisted of older adults who perform activities in said institution.

In the analysis of the data, several representations emerged with the predominance of two definitions of old age as "one more stage" and as "biological destiny"; and in relation to its beginning it is defined in terms of "having or not having the will to live" and "doing or not doing things". It is concluded that all these representations are crossed by the context and the position that the adult has in him.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN.....	3
OBJETIVOS	3
JUSTIFICACIÓN.....	4
CONSIDERACIONES ÉTICAS Y LEGALES.....	6
ANTECEDENTES	7
MARCO TEÓRICO.....	11
CAPÍTULO I: LA VEJEZ	11
CAPITULO II: EL ADULTO MAYOR	17
CAPITULO III: ORGANIZACIONES DE PERSONAS DE EDAD EN ARGENTINA	24
CAPITULO IV: TEORÍA DE LAS REPRESENTACIONES SOCIALES.....	28
METODOLOGÍA.....	36
NIVEL Y TIPO DE INVESTIGACIÓN	36
DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	36
CONTEXTO Y PARTICIPANTES	37
PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	39
ANÁLISIS DE DATOS	42
ANÁLISIS Y RESULTADOS.....	44
DEFINICIÓN DE VEJEZ	44
INICIO DE LA VEJEZ	49
CARACTERÍSTICAS DE LA VEJEZ	54
CONTEXTO Y VEJEZ	61
MOTIVOS.....	66
DISCUSIÓN.....	72
CONCLUSIÓN	74
RECOMENDACIONES Y SUGERENCIAS	80
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	81
ANEXO 1: MODELO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO	86
ANEXO 2: MODELO DE ENTREVISTA.....	87
ANEXO 3: ENTREVISTAS.....	88
ANEXO 4: DOCUMENTOS.....	205
ANEXO 5: CATEGORIZACIÓN	207

INTRODUCCIÓN

En los últimos años se arribó a la conclusión de que la vejez es una construcción social, es decir, que su definición va a depender de la cultura y la historia de cada sociedad, como de sus valores imperantes (Cornachione Larrínaga, 2011; Iacub, 2014).

Ante esto, podemos reconocer que en el contexto actual la concepción que se tiene de la vejez, está influida por una historia donde el modelo médico se convirtió en un discurso hegemónico que equiparó la vejez con la enfermedad y al envejecimiento con un proceso anormal o patológico (Salvarezza, 1994); y donde la producción capitalista determinó que la persona tiene una edad donde empieza a ser improductiva o inútil para la sociedad. Mientras que la cultura del consumo, el creciente desarrollo de las tecnologías de la información y la comunicación, establecen la creencia de que los viejos no pueden, no deben, no saben hacer o no entienden (Cornachione Larrínaga, 2011).

Sin embargo, el principal conflicto al que se debe enfrentar la definición de vejez es a la creciente producción de valores simbólicos y sociales a partir del modelo de la juventud (Galende 2004 citado en Ludi 2012); es decir, la belleza, la rapidez y la productividad están en la base de los valores de esta época, y al ser estas algunas de las condiciones que declinan a medida que se envejece, su consecuencia más evidente es que se rechace a la vejez y todo lo que ella representa (Fernández Ballesteros s/f; Salvarezza, 2011).

En este contexto las definiciones y expectativas específicas acerca de la vejez y el envejecimiento están caracterizadas por matices claramente negativos y peyorativos. La sociedad ve a los viejos como incapaces, como enfermos, deprimidos, asexuados, pasados de moda, diferentes, discapacitados, como una carga social. (Strejilevich, 2016)

Todas estas concepciones, opiniones imágenes, sentimientos y posiciones que se fueron forjando a lo largo de la historia, influidos por los discursos científicos de la época, y en determinados contextos sociales, constituyen la representación social que tiene la sociedad de esta etapa de la

vida, que no solo establece qué es la vejez, y cómo debe ser el viejo, sino que también guía los comportamientos e influyen en la interacción (acción social) con las personas de edad (Duque, 2002)

Los diversos autores (Fernández Ballesteros s/f; Ludi, 2012; Salvarezza, 2011) que han desarrollado sus aportes desde la gerontología social y la psicogerontología, y que son expuestos en este trabajo, coinciden en que esta representación social de la vejez, no concuerda con la realidad actual de los adultos mayores, los cuales en su mayoría no están limitados por incapacidades o enfermedades, aún quieren sentirse productivos y útiles, salen de sus casas para reunirse con sus pares, realizan actividades para ocupar su tiempo libre, crían nietos e inclusive bisnietos, en conclusión buscan nuevas formas de envejecer.

Ante esta realidad, la presente investigación se enfocó en conocer la representación social de la vejez, que tienen los propios adultos mayores de “hoy”, que no se encuentran representados por las características que la sociedad mantiene de ellos, y que además vivieron su proceso de envejecimiento de una manera distinta a la de sus padres. Específicamente, se orientará a aquellos adultos mayores que en la búsqueda de permanecer activos e integrados a la sociedad asisten al Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta”, donde se les ofrece a sus miembros espacios de socialización y ocupación del tiempo libre, pero sobre todo la posibilidad de asociarse con sus pares.

Esta investigación se abordó desde la Teoría de las Representaciones Sociales desarrollada por Moscovici (1979) y Jodelet (1986). A partir de la cual se interpretará la vejez como un objeto social en torno al cual se generan conceptos, proposiciones y modelos explicativos que son compartidos por un grupo a partir de sus interacciones cotidianas y en sus comunicaciones interpersonales, dentro de un contexto particular.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es la representación social de la vejez que tienen los adultos mayores que asisten a las actividades que brinda el Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta”?

¿Cómo esta representación social de vejez se relaciona con la elección de la actividad que realizan?

OBJETIVOS

Objetivo general

Conocer la representación social de la vejez que tienen los adultos mayores que asisten al Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta” y cómo se relaciona esto con la elección de la actividad que realizan en dicho establecimiento.

Objetivos específicos

- Describir la representación social de la vejez que tienen los adultos mayores que asisten a diferentes actividades en el Movimiento de Jubilados y Pensionados a partir de sus tres dimensiones: idea, imagen y valoración.
- Establecer una comparación entre las representaciones sociales de los adultos mayores que realizan gimnasia, pintura sobre tela, folclore, artesanías e informática.
- Identificar las posibilidades y/o limitaciones que produce la representación social de la vejez para realizar diferentes actividades.

JUSTIFICACIÓN

La presente investigación es conveniente ya que trata de un sector de la población que está alcanzando porcentajes significativos en la estructura demográfica mundial. En el año 2002 se calculó que casi 400 millones de adultos mayores vivían en los países en vías de desarrollo, y se calcula que para el 2025 llegarán a los 840 millones (OMS, 2015). Pero este fenómeno no solo interesa porque da lugar al envejecimiento de la población, sino porque enciende la alarma sobre el futuro de las sociedades, ya que este crecimiento impacta en todos sus aspectos, desde lo político-económico y cultural, hasta el ámbito familiar (Salvarezza, 2011) por lo que se torna relevante mantener los conocimientos actualizados y contextualizados sobre la vejez, para poder dar soluciones y respuestas adecuadas a las situaciones y problemáticas que puedan surgir.

A pesar de este incremento poblacional, en Argentina es el sector más descuidado, no solo en el ámbito de las políticas públicas, lo que es de amplio conocimiento; sino también en el sector académico y profesional (OMS 2015; Salvarezza 2013). Particularmente en la Universidad Católica de Salta, los trabajos finales de la carrera Psicología en su mayoría se enfocan en el estudio de la niñez, la adolescencia y la mediana edad, desde diversos ángulos y perspectivas. Mientras que el tema de la vejez o de los adultos mayores es poco abordado. Entre los años 2007 y 2016, de los 268 trabajos finales registrados en la biblioteca central de dicha universidad, sólo siete investigan esta última etapa de la vida, motivo por el cual se considera conveniente poner el foco de interés en generar mayor conocimiento sobre la vejez.

En esta investigación se considera relevante conocer la representación social que tienen los adultos mayores que participan en una organización para jubilados y pensionados, ya que se trata de un grupo que presenta características particulares y diferentes a las que poseían sus antepasados y a las que la sociedad les adjudica (Ludi, 2012). Específicamente, poder conocer esta representación social, adquiere relevancia para la sociedad en general, ya que brinda la posibilidad de tomar contacto con esta etapa de la vida de una manera más profunda, conociendo las ideas, imágenes y valoraciones de lo

que implica la vejez para quienes hoy son viejos. Respecto a esto Salvarezza (2013 p. 48) explica:

“...y es que al no entrar en contacto con ellos no podremos identificarnos con los viejos que vamos a ser...El no saber no nos permite hacernos un juicio y al no tenerlo, necesariamente tendremos que recurrir a un prejuicio con todo el peligro que eso representa y que en este caso es el de llegar a la vejez sin el conocimiento y la preparación necesaria para asumirla.”

Además, se espera contribuir a profundizar, reflexiones y acciones sobre la vejez que no estén basadas en el modelo del desapego o en el discurso biomédico que identifica a la misma con la enfermedad, el abandono, la improductividad y la marginalización, ya que, según Di Domizio (2011 p. 6) “El hecho de que la adultez mayor sea la franja etaria más desprotegida se vincula en gran medida con las representaciones sociales instauradas”.

Por otra parte describir las representaciones sociales que manejan los adultos mayores que realizan diferentes actividades en el Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta”, va a ser beneficioso para dicha institución porque les va a permitir reflexionar sobre la propia representación que manejan de la vejez y en base a la cual se organizan las actividades para sus miembros.

Por último, la información que se obtuvo aporta a la Teoría de las Representaciones Sociales, evidencia relacionada con la importancia que adquiere la construcción social de un objeto social (en este caso de la vejez) en las conductas de quienes son sujeto que representa y objeto representado a la vez, es decir en el adulto mayor.

CONSIDERACIONES ÉTICAS Y LEGALES

La presente investigación se llevó a cabo bajo los lineamientos establecidos en el Código de Ética de la Federación de Psicólogos de la República Argentina (Fe.P.R.A., 1999). Por lo cual, en el desarrollo de la misma se protegieron los derechos fundamentales de los adultos mayores, principalmente el derecho a la salud mental (Ley N° 26.657, 2013). Procurando que los objetivos y la metodología utilizada en este trabajo no haya producido ningún efecto negativo o “consecuencias desagradables” que atenten contra la integridad y el bienestar de quienes participen.

En esta investigación se buscó entrar en contacto con las representaciones sociales que tienen los adultos mayores de nuestra sociedad, mediante un instrumento que permitió generar un espacio de escucha y diálogo con el fin de entender el aspecto de la realidad en estudio, respetando la intimidad, la privacidad y la autonomía de cada participante. A tales fines se mantuvo en todo momento el Secreto Profesional que la esencia de la profesión del psicólogo establece (Ley 6063, 1983) Por lo tanto, todos aquellos datos que se obtuvieron fueron utilizados únicamente para alcanzar los objetivos planteados, no se divulgó la identidad de los participantes y se mantendrá la confidencialidad aunque haya finalizado la investigación.

Para poder garantizar la concordancia con las normas éticas del código antes nombrado, se procedió comunicando a los adultos mayores los objetivos de la investigación, que la participación es anónima y voluntaria, la duración y forma de aplicación del instrumento empleado. De tal manera, que la inclusión de cada adulto mayor para formar parte de los participantes, dependió del entendimiento y aceptación de lo anteriormente expuesto, con el fin de mantener el debido respeto a su autonomía. Asimismo, se solicitó a cada participante su consentimiento informado (Anexo 1), teniendo en cuenta sus capacidades legales, intelectuales o emocionales para consentir.

ANTECEDENTES

En la revisión de los estudios y fuentes teóricas relacionadas al tema que se investiga, se encontró información relevante relacionada al contexto en el que se desenvuelve esta investigación (Organizaciones de Personas de Edad) y las implicancias que tiene éste sobre el adulto mayor y su representación social de la vejez, por tal motivo aunque no están enmarcadas dentro de la perspectiva que se maneja, se consideró importante su inclusión dentro de este apartado.

Además, se incluyen otras investigaciones de las cuales se pudo extraer concepciones sobre la vejez como construcción social, ideas y bibliografía sobre representación social de la vejez y la motivación para conocer dicha representación en adultos mayores que participan en diferentes tipos de organizaciones destinadas a esta población.

Galleguillos Céspedes, D. (2015) Inclusión social y calidad de vida en la vejez: Experiencias de personas mayores participantes en clubes de adultos mayores en la comuna de Talagante. Tesis para optar al título de Antropóloga Social, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile, Santiago, Chile. Recuperado 25 de septiembre de 2017 de: <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/142331>

Esta memoria tiene como objetivo conocer la relación entre inclusión social y la autopercepción que tienen las personas mayores de su calidad de vida. Basándose en la concepción de que “parte de la inclusión social de una persona mayor la compone el hecho de participar en un organización social” (Abuselme, 2014 citado en Galleguillos Céspedes, 2015 p.7), se llevó a cabo este estudio con 39 personas de edad que asisten a 39 clubes de adultos mayores (una persona por club) de la comuna de Talagante. Con una orientación metodológica cualitativa, de tipo descriptivo y mediante una entrevista semi-estructurada como instrumento. La principal conclusión a la que arribó esta investigación es que el nivel de integración social que provee la participación en un Club de Adulto Mayor genera un alto nivel de bienestar subjetivo que conlleva a que la autopercepción de la calidad de vida sea

denominada como “buena”. De esta investigación se rescata la importancia que tienen las organizaciones, del tipo expuesto: Club de Adultos Mayores, como campo de estudio de las nuevas formas de envejecer, ya que contribuyen a la integración social y se convierten, según la autora, en espacios de importancia vital para los adultos mayores.

Pivani González, R. M. (2015) Representaciones de envejecimiento y vejez asociados a la participación de Adultos Mayores. Trabajo Final de Grado para optar por el título de Licenciado en Psicología Facultad de psicología. Universidad de la República. Montevideo, Uruguay.

El objetivo de esta tesis fue conocer las representaciones sociales de envejecimiento y vejez, y el significado que tiene la participación en los adultos mayores que integran una comisión barrial. En la misma se trabajó con una metodología cualitativa y se utilizó como instrumento una entrevista semidirigida. Los resultados de esta investigación destacan que la representación de la vejez que poseen estos adultos, está caracterizada por estereotipos. Por una parte, consideran que la vejez es una etapa donde los sujetos deben mantenerse en constante actividad, principalmente participando de los programas que se ofrecen desde el estado, lo cual lleva a considerar erróneamente que éste es el único modo de vivir la vejez y a calificar a aquellos que no participan de viejos, que no viven, que se aíslan.

Por otra parte, el envejecimiento es definido como un proceso propio de la etapa de la vejez, ignorando que éste inicia desde el nacimiento. Por último, se concluye que su participación en esta comisión barrial es percibida como una forma de recuperar la vinculación social. Las conclusiones de este trabajo aportan la idea de que las representaciones sociales que tienen los adultos mayores pueden estar atravesadas por la participación, pero también por el contexto o tipo de organización en el que participan.

Guterres Costa, F. & Faria Campos, P. (2009) Representação Social da Velhice, Exclusão e Práticas Institucionais. Revista Eletrônica de Psicologia e Políticas Públicas Vol.1 N°1, 2009. Recuperado el 15 de septiembre de 2017 de: <http://www.crp09.org.br/portal/images/links/repsipp/v1n1a6.pdf>

Esta investigación, se caracteriza por tener un enfoque psicosocial, y tiene como objetivo principal conocer la representación social de la vejez elaborada por los ancianos de tres instituciones diferentes, y a partir de la misma discutir sobre los aspectos relacionados a la ciudadanía. Para la recolección de los datos se utilizó una entrevista semi dirigida. Los resultados se agruparon en dos aspectos centrales, el primero relacionado al campo común de las representaciones sociales, cuya principal conclusión es que se comparte una visión basada en las limitaciones físicas y enfermedades, pero que, cuando surge, no se dejan dominar, y presentan una postura activa ante estas. En segundo lugar se concluyó que las diferencias grupales giran en torno a la ciudadanía, la cual se dio principalmente en relación a los responsables de su desarrollo, para un grupo es algo que le corresponde al Estado, para otros se consigue con la familia y el último grupo hace hincapié en las actividades existentes en los espacios grupales o sociales.

Este estudio aportó la idea de que entre las organizaciones para adultos mayores, las representaciones sociales de sus miembros presentan variaciones, que pueden llevar a descubrir diferencias relevantes relacionadas al accionar de cada lugar. Lo que conduce a preguntar si existe la posibilidad de que se den variaciones en las representaciones sociales de los adultos mayores que realizan diferentes actividades dentro de una misma institución.

Fernandes, J. S. G. & Andrade, M. S. (2016). Representações sociais de idosos sobre velhice. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 68 (2), 48-59. Recuperado el 23 de junio de 2017 de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/arbp/v68n2/v68n2a05.pdf>

Su objetivo principal es identificar y comparar las representaciones sociales sobre la vejez producida por los viejos de diferentes niveles económicos y de escolaridad. Se trabajó con una muestra de 14 ancianos de entre 65 a 86 años (8 mujeres y 6 hombres) divididos en dos grupos: grupo uno, se compone de personas con más alto nivel educativo y económico; y el grupo dos, con un menor nivel educativo y económico. Para la recolección de datos se utilizó un cuestionario sociodemográfico y una entrevista semiestructurada cuyo guión contemplo datos subjetivos que se refieren a las

actitudes, valores, opiniones y sentimientos peculiares a las experiencias de los entrevistados relacionados con la historia de vida y el proceso de envejecimiento.

Las conclusiones finales de esta investigación demuestran que las personas con más alto nivel educativo y económico representan a la vejez como un momento para disfrutar de los amigos, participar en actividades y cuidarse a sí mismos; mientras que para el grupo dos, con un bajo nivel educativo y económico, la representación de la vejez se guía en desesperanza, frustración, aceptación y preocupación por el futuro. Esta investigación, aporta la idea de que existen diversas categorías sociodemográficas que pueden tener influencia en las representaciones de las adultos, a partir de esto se consideró la idea de trabajar con un grupo de Centro de Jubilados y Pensionados que reúnen características similares en cuanto a nivel socio económico.

MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO I: LA VEJEZ

En la tarea de definir lo que es la vejez resulta necesario señalar, que es “una realidad compleja en la que interactúan factores biológicos, psicológicos y sociales” (Martínez, Mitchell & Aguirre, 2013 p. 2) razón por la cual es un tema que requiere de un estudio y un abordaje multidisciplinario. Además, es necesario exponer su relación con el concepto de envejecimiento; como también, las diversas significaciones que adquiere para quienes alcanzan un elevado número de años de edad, para su entorno familiar, institucional e inclusive para el resto de la sociedad que no tiene ningún contacto directo con los viejos. Así, la vejez no es un concepto fácil de definir, como tampoco lo es, encontrar una forma de nominar al que la vive en sí mismo, sobre todo si se busca un nombre libre de estereotipos y prejuicios (Iacub 2014; Ludi, 2012).

De este modo, se abordará el concepto de vejez desde dos dimensiones centrales para el desarrollo de este trabajo: la primera se refiere a la vejez como “la última etapa de la vida de un ser humano, cuando se acentúan los signos y efectos del envejecimiento” (González Hidalgo 2001, p.32), es decir, como resultado del proceso de envejecimiento, cuando surgen limitaciones y cambios a nivel biológico, psicológico y social. La otra dimensión se refiere a la concepción de vejez en la sociedad, es decir como construcción socio-cultural, incluyendo sus representaciones sociales y sus implicancias (Ludi, 2012).}

Vejez y proceso de envejecimiento

A partir del siglo XIX la medicina moderna abordó el estudio de la vejez y el envejecimiento como un hecho exclusivamente biológico, reduciendo su tratamiento y concepción a su parte más visible que es el cuerpo; por lo que se hizo énfasis en el deterioro y las enfermedades que lo acompañan. De tal manera que, la vejez fue concebida como una etapa de decadencia física (Silva, 2008) y el envejecer como “una enfermedad progresiva que causa una multitud de cambios fisiológicos y anatómicos” (Haber, 1986, citado en Iacub, 2014 p.34). Este enfoque se diseminó a otros campos de saber y determinó

ampliamente los discursos del estado y la formulación de políticas asistenciales, sus repercusiones siguen vigentes en algunas lecturas.

En los últimos años se avanzó en la definición y comprensión del envejecimiento y la vejez, incorporando y reconociendo la influencia de los aspectos psicológicos, sociales y culturales. Lo que ha permitido el desarrollo de múltiples teorías, desde diversos enfoques disciplinares y multidisciplinares, (Cornachione Larrínaga, 2011; Griffa & Moreno, 2005). Uno de los modelos teóricos de mayor auge dentro de la Psicología Evolutiva, es el Enfoque del Ciclo Vital, el cual “concibe al desarrollo humano a partir de las interacciones entre el sujeto y la sociedad, lo que implica que sin contar con la inserción histórica y social de los seres humanos dicho proceso no podría ser comprendido” (Fonseca, 2005 citado en Iacub, 2014 p. 22)

Esta perspectiva busca superar los enfoques biológicos que vinculan el desarrollo con el crecimiento (niñez y adolescencia) y el envejecimiento con el deterioro (vejez). Por el contrario, desarrollo y envejecimiento son considerados “procesos simultáneos y permanentes durante la vida, en los cuales se conjugan ganancias y pérdidas, así como múltiples influencias y orientaciones” (Iacub 2014 p. 23). En este sentido el envejecimiento puede ser definido, por una parte, como “un proceso progresivo, natural y lento de transformación, que afecta a los seres vivos desde su nacimiento hasta su muerte” (Cornachione Larrínaga, 2011 p. 50). Mientras, que a la vejez se la considera como “una etapa más del desarrollo del individuo, que representa una continuidad dentro de su existencia” (Antequera J. & Blanco P., 2013 p. 95), la cual no sólo se caracteriza por las pérdidas o el deterioro, sino que también se reconocen posibilidades de crecimiento o ganancias. (Fernández Ballesteros, s/f).

Por otro parte, al entender el desarrollo y el envejecimiento como procesos homólogos, se debe tener en cuenta que el desarrollo humano es “la resultante de un sistema complejo y multicausal de influencias” (Cornachione Larrínaga, 2011, p. 54). De esto que el envejecimiento “es un proceso diferencial” (Undurraga Infante, 2011 p. 109) donde, al margen de la relación directa con los años vividos, esta intrínsecamente determinado por factores y sistemas que se conjugan e interactúan en diferentes direcciones otorgándole a las personas de la misma edad cronológica variabilidad interindividual, lo que

indica que las personas no envejecen de la misma forma. (Cornachione Larrínaga, 2011; Iacub, 2014)

De tal modo que la vejez, entendida como un periodo del ciclo vital y como parte del proceso mismo de envejecimiento (Martínez, Mitchell & Aguirre, 2013), es el resultado de una serie de cambios graduales, esto quiere decir que puede ser definida desde diferentes criterios o edades:

La edad cronológica: se entiende que la vejez es la etapa de la vida que transcurre desde aproximadamente los 60 años hasta la muerte (Undurraga Infante, 2011). Se trata de una definición referencial y arbitraria, que no es aplicable a todas las organizaciones humanas (Iacub, 2014).

La edad biológica está determinada por los cambios físicos y biológicos que se van produciendo en las estructuras celulares, de tejidos, órganos y sistemas. Se relaciona con el envejecimiento biológico donde la morfología y fisiología del cuerpo, experimenta cambios que son fácilmente observables, de manera significativa durante la vejez, tales como: la disminución de la audición, de la visión, la fuerza física y el encanecimiento del cabello. Por lo general, se considera que la disminución paulatina de las capacidades y funciones en el organismo, está en correlación con el aumento de la edad cronológica, lo que deriva en un incremento de la vulnerabilidad a muchas enfermedades a medida que avanzan los años (Cornachione Larrínaga, 2011).

La edad psicológica “define la vejez en función de los cambios cognitivos, efectivos y de personalidad a lo largo del ciclo vital” (Cornachione Larrínaga, 2011 p. 51).

La edad social, según Cornachione Larrínaga (2011) se mide en los individuos a partir de la capacidad para contribuir al trabajo, al grupo al que pertenece y a la sociedad en general, es decir a partir de su utilidad social. Y depende del modelo adoptado por una sociedad para designar los roles por edad y las transiciones sociales en las etapas vitales (Iacub, 2014)

La vejez como construcción social

A partir de la segmentación del curso de vida en etapas, cada sociedad promovió políticas sobre las edades, de las cuales se desprenden funciones y

roles asociados a cada edad, que incluyen una serie de valoraciones diversas e interconectadas con el sistema social, económico y cultural, es decir: “cada sociedad construye su propia concepción acerca de lo que significan las edades del ser humano y dentro de ellas la vejez” (Iacub, 2014 p.21)

Al respecto Simone de Beauvoir expresa dos definiciones:

Como todas las situaciones humanas, tiene una dimensión existencial: modifica la relación del individuo con el tiempo, por lo tanto, con su mundo y su propia historia. Por otra parte, el hombre no vive jamás en estado de naturaleza; en su vejez, como en cualquier edad, su condición le es impuesta por la sociedad a la que pertenece

Pero si la vejez, como destino biológico, es una realidad transhistórica, no es menos cierto que ese destino es vivido de manera variable según el contexto social (Beauvoir, 1970 citado en Iacub, 2014 pp.18-19).

En estas definiciones Beauvoir hace mención de dos elementos claves en la persona que envejece: su relación con el tiempo y su relación con la sociedad. Con respecto a lo primero, Améry (citado en Ludi, 2012) explica que no podemos negar nuestra existencia porque el tiempo se reencuentra en el envejecer, pues se posee el tiempo en el cuerpo envejecido. El tiempo nos habla de un pasado y nos proyecta a un futuro, y esta relación con el tiempo cambia en la vejez, porque la persona posee un pasado en aumento y un futuro que se achica. (Beauvoir, 1970 citado en Ludi, 2012)

En relación al contexto social Méndez Gallo (2007) expresa: “En tanto que construcción social, producto de una cosmovisión acorde con los tiempos y contextos, la vejez no es la misma en cada momento y en cada lugar...” (p. 153)

Por lo general, en los países subdesarrollados, como Argentina, la vejez comienza a partir de los 65 años, esta edad coincide con una transición importante para la persona, la cual está instituida socialmente como el término del ciclo laboral, es decir, la jubilación (Cornachione Larrínaga, 2011; Strejilevich 2004). A partir de este momento se va a asignar a la persona jubilada una condición singular que establece un cierto estilo de vida y de relación con la sociedad a la que pertenece, se trata de construcciones

culturales o representaciones sociales que indican qué es el viejo y qué se espera de él. Lo cual implica que la vejez es también una **construcción social** (Iacub 2014; Ludi; 2012).

Concepto de salud en la vejez

La importancia de definir el concepto de salud en la vejez reside en evidenciar la necesidad de aplicar conceptos que tengan en cuenta las peculiaridades de esta etapa de la vida, y no, que sea interpretado o diagnosticado desde lo que se considera normal o saludable para las otras etapas de la vida (Salvarezza, 1994).

Desde el modelo médico la salud de los viejos es descripta en términos de presencia o ausencia de enfermedad, lo que ha llevado a equiparar vejez con enfermedad. Esta perspectiva basada en el alivio de los síntomas o enfermedades, solo ha centrado su atención en la patología orgánica individual y en la etiología fisiológica de los problemas. Por lo tanto, cualquier dolencia o síntoma que presente la persona mayor, tiene como causa el propio envejecer biológico, dejando de lado lo psíquico y lo social. (Salvarezza, 1994).

Para intentar superar estas limitaciones la gerontología actual intenta evidenciar el potencial de salud de los viejos, construyendo nuevos conceptos que permitan comprender la salud por fuera de normas rígidas asociadas a la juventud y que son de poca utilidad para atender y entender a este grupo etario (OMS, 2015).

Es necesaria una nueva definición de salud, que comprenda la limitación de la adaptabilidad del organismo, que se produce en el adulto mayor, en relación a su medio (Cornachione Larrínaga, 2011). Al respecto Strejilevich (2004) expresa: "Hay que dejar de mirar los aspectos deficitarios y comprender los aspectos saludables, funcionales y útiles de la vejez" (p. 17)

La OMS (1974, citado en Salvarezza, 1994) señala que en la profesión médica "...la morbilidad debe ser medida no solamente en términos de la falta de procesos patológicos sino también en términos del impedimento de las funciones en las personas afectadas por tales condiciones patológicas" (p. 5). Salvarezza (1994) comenta que la medida de la salud del adulto mayor debe

incluir “cómo el individuo se siente frente a sus impedimentos y, por extensión, como ese impedimento interfiere en su rutina vital” (p. 5).

Lo que se propone, para el concepto de salud en las personas mayores, es que más allá del diagnóstico de una patología, se tenga en cuenta las “capacidades funcionales” (capacidades físicas y psíquicas) con las que cuenta el adulto mayor, para llevar a cabo su vida diaria sin que la patología sea un impedimento(OMS, 2015). La OMS define al viejo sano como “aquel individuo cuyo estado de salud se considera no en términos de déficit sino de mantenimiento de capacidades funcionales” (citado en Cornachione Larrínaga, 2011, p.193).

CAPITULO II: EL ADULTO MAYOR

Los nombres de la vejez

Los nombres de la vejez se tornan relevantes, al considerar las implicancias subjetivas que tiene para cada persona portadora de esos nombres; y, además, porque muestra “que detrás de ello subyace una concepción de sujeto, de mundo, en este caso de vejez, que a su vez va construyendo imaginarios, representaciones, prácticas...” (Ludi 2012, p.22)

Por un lado, Iacub (2014) explica que cada término que la sociedad utiliza para referirse a un grupo determinado de la población influye en la conformación de su identidad, ya que ese grupo se hace portador del nombre que se le designe y se identifica positiva o negativamente con las descripciones que contiene; se habla de un esbozo de identidad socialmente establecida.

Por otro lado, Ludi (2012) plantea que, en los modos de nombrar a las personas de edad, subyacen supuestos que determinan la posición ideológica y teórica de quien los utiliza. Por lo tanto, es importante que los profesionales que trabajan con los adultos mayores, tengan posturas fundadas ya que “los modos de nombrar están relacionados con los modos de ver y a la vez ambos se plasman en modos de hacer” (Ludi 2012, p.24); y esto no solo es importante para las prácticas disciplinares sino también en el diseño de políticas y programas sociales destinados a los adultos mayores (Iacub, 2014).

La palabra **viejo** proviene del latín *vetulus*, que significaba “ persona de cierta edad” o “algo viejo”. En el latín vulgar se denominó *vetus*, a partir del cual surgen significados despectivos como: vetusto y veterinario, este último término es derivado de *veterinae*, lo que significa “bestia de carga; animal viejo, impropio para montar, que necesita más del veterinario que los demás” (Corominas y Pascual, 1980 citado en Iacub, 2014 p. 19).

La palabra **anciano** se refiere a aquel que estuvo antes, otorgándole un valor de aquello que es antiguo, pero que enriquece con el tiempo. Además, recibe mayor impronta positiva por ser empleado en la biblia, para designar el valor que tenían en ese tiempo las personas de edad (Iacub, 2014). Dabove (2002, citado en Iacub, 2014) reconoce a éste como el vocablo más aceptado, que invoca con respeto y reconocimiento al grupo etario del que trata.

Otros términos que se escuchan nombrar, es el de **abuelo** y el de **jubilado**, con respecto al primero, Strejilevich (2004) plantea que es “un error llamar al viejo abuelo; ésta es una titularidad que a veces el mayor no profesa” (p.15). Ludi (2012) agrega que es muy común su uso en las residencias geriátricas, lo que genera una gradual pérdida de identidad de las personas internadas, al no ser llamados por su propio nombre. Por otro lado, tampoco es correcto llamar y considerar a todos los mayores de 65 años jubilados, pues como dicen Iacub (2014, p. 42); “no todos los jubilados son adultos mayores ni todos los mayores son jubilados”.

Silva (2008) explica que se introduce la noción de “**tercera edad**”, como si se tratase de un tercer tiempo después de la etapa laboral, donde se da como posible disfrutar de diversas actividades de ocio y tiempo libre. Basados en la nueva imagen de las personas jubiladas (potenciales consumidores que disponen de mucho tiempo libre) se propone un nuevo estilo de vida, por lo que se crean los centros de jubilados o centros para la tercera edad y surgen nuevos mercados para esta edad con hábitos específicos de consumo. Para este autor la creación del término tercera edad parece responder a intereses económicos y comerciales más que a una descripción neutral de la vejez. Mientras que el psicólogo José Luis Pinillos, explica que las personas de edad “de tanto ser tratadas como de tercera edad, llegan a sentirse consideradas como de edad de tercera” (Hernández Rodríguez, 2007 p. 60)

El concepto de “**adulto mayor**” fue propuesto por la Organización Mundial de la Salud buscando eliminar el corte que se produce en la definición de las diferentes edades del ciclo vital, por lo que incluye en la categoría de adulto, al mayor de 65 años y más. Si bien este concepto fue admitido por la Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas, en sus informes, resoluciones y documentos, es más frecuente la denominación de “**persona de edad**”. En esta última definición, se antepone la condición de persona, que muchas veces es relegada en el trato con los mayores; con esta medida se busca aportar nuevos significados que permitan designar a un sujeto que tenga menos diferencias con el adulto joven, un sujeto al que se le deben asociar los conceptos de autonomía, derechos, principios, etc. (Iacub, 2014).

Diversos autores (Iacub, 2014; Ludi 2012; Salvarezza 2011) coinciden en que las denominaciones que se usan para referirse a la vejez, se crearon con el fin de que esta etapa de la vida suene agradable a las personas, tratando de disimular todas las connotaciones negativas y prejuiciosas que giran en torno a las palabras vejez y viejo. Por su parte, Ludi (2012) indica llamar a las cosas por su nombre, y siguiendo a Salvarezza (2011) propone llamar viejos a los que atraviesan la vejez, no de manera ofensiva para sus representantes, sino buscando liberar a este término del grado de negatividad y discriminación que hoy tienen, abandonando los eufemismos que buscan negar la realidad de la vejez.

La adultez mayor o la adultez tardía

Silva (2008) explica que la diferenciación y especialización de funciones, hábitos y espacios relacionados con cada grupo de edad, permitió mayor uniformidad en el interior de los grupos etarios, una división razonablemente precisa entre las diferentes edades y la instauración de ritos de pasaje de una etapa a otra. El principal criterio empleado en la modernidad para el establecimiento de ritos sociales o para el ordenamiento social, es el trabajo, entendiendo a la educación como medio de preparación para este, se estableció que a la niñez le correspondía la educación, a la adultez el trabajo y a la vejez la jubilación.

Iacub (2014) expone que con la llegada de la posmodernidad los límites entre las etapas se fueron borrando, se produce una des-diferenciación de las características y experiencias conductuales asociadas a cada estadio. Por lo que las clasificaciones de las etapas evolutivas, por lo general, sirven a fines didácticos y deben ser amplias en sus descripciones ya que pueden presentar una discontinuidad frente a la fragmentación social y el relativismo cultural imperante (Urbano & Yuni, 2005). Así se pueden distinguir cuatro períodos esenciales: la infancia, la adolescencia, la edad adulta y la vejez (Fernández Ballesteros s/f).

Para Undurraga Infante (2011), la adultez es considerada un largo período de vida en el que se suceden diversas transformaciones y sucesos a nivel físico o biológico, cognitivo y social, que hacen necesario distinguir al

menos tres momentos: la adultez joven o temprana, la adultez media o mediana edad y la adultez mayor o adultez tardía.

Para diferenciar y clarificar la presentación de los momentos de la adultez se utiliza el criterio cronológico. Existe una enorme variedad entre las edades de acuerdo a los diferentes autores:

Tabla 1

Rangos de edad según Havighurst, Erikson y Levinson

Tabla 1

	Havighurst	Erikson	Levinson
Adultez temprana	18 a 30 años	20 a 40 años	17 a 45 años
Adultez media	30 a 55 años	40 a 65 años	40 a 65 años
Adultez tardía	55 años en adelante	65 años en adelante	60 a 65 años en adelante

Nota: Fuente: Undurraga Infante (2011). Psicología del adulto. De la conquista del mundo a la conquista de sí mismo (p. 36). Santiago: Universidad Católica de Chile.

En relación a la etapa que es objeto de esta investigación, se tomará la clasificación de Undurraga Infante (2011) que considera que la Adultez Mayor transcurre desde aproximadamente los 60 años hasta la muerte.

Características del Adulto Mayor

Las características del adulto mayor están determinadas por los cambios que experimenta a nivel biológico, psicológico y social. De modo que, la principal característica es que se trata de una población heterogénea es decir, con grandes diferencias interindividuales, ya que su envejecer va a depender de diversos factores: el bagaje genético, su estado de salud, el estatus socioeconómico, su inserción familiar y social, la educación, la personalidad y el contexto en el que tuvo lugar su desarrollo (Cornachione Larrínaga, 2011)

Por una parte, a nivel físico se observan cambios en todos los sistemas, y la persona se ve enfrentada a la fragilidad, enfermedades y posible pérdida de la autonomía (Undurraga Infante, 2011)

Por otra parte, no solo se producen cambios en términos de pérdidas, también hay ganancias o cambios positivos. Respecto a esto Fernández

Ballesteros (s/f), reconoce que las modificaciones que se producen en el envejecimiento biológico, en términos de declive o disminución, no determinan el deterioro en las capacidades cognitivas del adulto mayor, por el contrario estas se pueden seguir desarrollando:

En relación a la memoria, hay algunos tipos de memoria que declinan como la episódica y la de trabajo u operativa, mientras que la memoria semántica y procedimental se mantienen estables (Fernández Ballesteros s/f)

Si bien durante el proceso de envejecimiento se produce un enlentecimiento y una menor eficiencia del funcionamiento cognitivo las personas mayores tienen una amplia capacidad de aprendizaje. Pero es importante tener en cuenta que la afectividad y las motivaciones determinarán la importancia y el valor del hecho a recordar y la fijación de nuevos recuerdos. (Palacios & Marchesi, 2000)

En las funciones intelectuales, se produce un declive de la inteligencia fluida, pero la inteligencia cristalizada se mantiene e incluso puede aumentar. La primera favorece el rigor y la rapidez en los aprendizajes y la segunda, que se basa en la acumulación de conocimientos, sería la responsable de las capacidades como el vocabulario (Undurraga Infante, 2011).

Para Palacios y Marchesi (2000) no declina el rendimiento intelectual, sino que se produce una modificación cualitativa, es decir que aparecen otras modalidades del complejo acto del pensar, como la sabiduría. La sabiduría es definida como “un sistema de conocimiento experto que concierne a los conceptos fundamentales pragmáticos de la vida.” (p.160). Al respecto Fernández Ballesteros (s/f) plantea que no todos los viejos son sabios ni todos los jóvenes no sabios, sin embargo, si es una característica que se produce con mayor probabilidad en la vejez

Situación actual del adulto mayor en Argentina

En la sociedad actual, se mantiene “un rito social” que se aplica de manera general para definir a los adultos mayores: la jubilación. Este hecho se utiliza como criterio en las diversas investigaciones sobre la vejez y el envejecimiento para agrupar a las personas estudiadas (Cornachione Larrínaga, 2011). La edad de jubilación varía en los diferentes países de

acuerdo a su desarrollo económico; en Argentina se sitúa a partir de los 60 para las mujeres y 65 años para los hombres (OMS 2015: Strejilevich, 2014).

En un principio la jubilación fue establecida como beneficio para aquellos que ya no contaban con las fuerzas físicas para continuar trabajando y, en ocasiones esta coincidía con la muerte de la persona (Kehl Wiebel & Fernández Fernández, 2001). Actualmente nos encontramos frente a un creciente grupo de personas mayores, que lejos de sentirse cerca de la vejez gozan de una buena salud física y psicológica, poseen autonomía y capacidad de decisión, tienen intereses y expectativas que pueden llevarlo a vivir un futuro pleno y participativo; y cuentan con una experiencia de vida y profesional valiosa y útil para la sociedad (Strejilevich, 2016). A pesar de esto, los adultos mayores están determinados por el veredicto social que los deja fuera de la actividad productiva y los rotula como el “sector pasivo” para un mundo hiperactivo (Ludi, 2012). La realidad actual de los adultos mayores indica que “la edad promedio de la jubilación es una definición de la vejez socialmente normativa más que neutralmente descriptiva” (Kehl Wiebel y Fernández Fernández, 2001).

La jubilación no sólo implica la pérdida del rol social, lo cual significa dejar de ser productivo para este sistema; sino que además repercute en la identidad y en la autoestima del adulto mayor. Pero sobre todo en países como Argentina, las consecuencias más significativas son la pobreza y la marginación. La pérdida de la capacidad adquisitiva condena a la mayoría de los jubilados a sobrevivir de un ingreso que apenas le permite atender necesidades vitales, a depender de un sistema de salud ineficiente y a modificar su calidad de vida. Este cambio en lo económico genera un debate en la sociedad, no en el sentido de soluciones tendientes a mejorar esta situación, sino todo lo contrario, la discusión gira en torno al gasto que produce el Estado para financiar estos servicios. Lo que contribuye a crear una imagen de los jubilados como cargas sociales (Cornachione Larrínaga, 2011; Ludi, 2012; Strejilevich 2016).

Asimismo, la jubilación segrega a este sector de la posibilidad de seguir realizándose a través de la participación social y ciudadana, que le otorgaba el trabajo, cuentan con el tiempo libre tan ansiado pero las actividades propuestas

y los medios no son los adecuados para hacer de este un tiempo para vivir con dignidad y calidad de vida (Ludi, 2012; Strejilevich 2016).

Si bien el Estado creó y promovió el desarrollo de organizaciones para el ocio y recreación de adultos mayores, estas se dirigen al fortalecimiento de la sociedad civil en abstracto y al clientelismo político dejando de lado el eje de la integración social de los mayores (Ludi, 2012). Por otra parte, la mayoría de las políticas públicas “se han configurado como acciones o medidas que han ido surgiendo sin un diseño y planificación acordes; algunas de ellas tomadas por parte del Estado, de experiencia de países desarrollados, sin ser resignificadas a nivel local, regional...”(Ludi, 2012, p.32); es decir no tienen en cuenta las problemática, necesidades, motivaciones, intereses, capacidades y potencialidades de los actuales adultos mayores, lo que muchas veces tiene como consecuencia que los programas o acciones no lleguen a quienes deberían llegar o que las organizaciones se conviertan en espacios de reunión y acompañamiento sólo entre pares que comparten la misma característica: están excluidos de la sociedad.

Al respecto Ludi (2012) considera que la respuesta por parte del Estado o de las políticas públicas para la protección social de los viejos, no solo debe limitarse a la seguridad social que abarca el sistema previsional y el sistema de salud, “máxime si a pesar de centrarse en ellos, la respuesta no es la adecuada”(p.31). Por lo que propone crear espacios que signifiquen una alternativa de inclusión a la “ciudadanía social”, promoviendo en los adultos mayores el deseo de asociarse, lo que supone “la posibilidad activa del desarrollo y refuerzo de la personalidad” (p. 44); espacios que permitan transgredir convencionalismos sociales a través de propuestas creativas y útiles para los viejos, pero también para la sociedad.

CAPITULO III: ORGANIZACIONES DE PERSONAS DE EDAD EN ARGENTINA

Las Organizaciones de Personas de Edad (OPE) son definidas por Ludi (2012) como “espacios propios de y para los viejos, en los que cotidianamente pueden ir trabajando singular y grupalmente su propio proceso de envejecimiento” (p. 51). Lugares de encuentro en donde las necesidades identitarias, socio-culturales y de trascendencia tienen gran importancia. Espacios en los que aparece la idea de “envejecer junto a otros”, lo que posibilita un modo de envejecer distinto al de generaciones anteriores, debido a que entran en juego categorías como grupo, participación, identidad, autonomía, inclusión, generación de lazos sociales y comunitarios, redes de reciprocidad, de intergeneracionalidad, proyectos de vida.

Fassio (2001) plantea que se constituyen en “una alternativa de inclusión a la ciudadanía social” (p. 451), tradicionalmente garantizada a partir de la inserción en el mercado del trabajo. Este autor explica que el hecho de participar en estas organizaciones permite recuperar y repensar el rol social de las personas de edad ya que les permite organizar su tiempo a partir de demandas externas extrafamiliares, y les asigna poder en la medida que comparten y buscan dar respuesta a las necesidades de sus pares.

Además, su importancia radica en que buscan revertir idearios y cuestiones de dependencia social y económica así como la imagen negativa de la vejez basada en prejuicios y estereotipos. De modo que las OPE se constituyen en organizaciones que enfrentan el modelo de desapego y presentan estrategias activas de inclusión (Ludi, 2012). Al respecto Fassio (2001) plantea que la atribución a las OPE de un rol solamente recreativo, como rasgo de importancia menor, sin la visualización de otras incumbencias potenciales o reales, constituye una continuidad de prejuicios edadistas.

En otras palabras estas organizaciones son espacios asociativos que permiten a las personas de edad ocupar un lugar social, habitar un espacio/tiempo sostenido en la comunidad; desde donde se genera la demanda de integración, de seguir aprendiendo con los otros, de continuar ejercitando el derecho a decidir, a elegir, a vivir (Yuni, 2005 citado en Ludi

2012). Para Gastón y Browne se convierten en redes sociales de apoyo que definen como:

“...redes a las que podemos pensar como un sistema abierto, multicéntrico y heterárquico, que a través de la interacción permanente, el intercambio dinámico y diversos entre los actores de un colectivo, posibilita la potencialización de los recursos que poseen y la creación de alternativas novedosas para fortalecer la trama de la vida” (2008 citado en Ludi 2012 p. 43)

A esto puede agregarse un último aspecto de importancia fundamental para el origen y mantenimiento de las OPE, la voluntad del adulto mayor, la cual se refiere específicamente, según Gascón y Browne (2008 citado en Ludi 2012 p.55):

“...a la voluntad de unirse, a través de los diversos dispositivos que ofrece la organización social, a otras personas en la misma o similar situación que uno, con la intención de actuar para cambiar un estado de cosas negativo, o al menos percibido como negativo y que limita o impide la plena expansión de las posibilidades vitales y existenciales de las personas mayores”

Empoderamiento y organizaciones

Para la OMS (2015) las asociaciones de personas mayores constituyen una estrategia para empoderar a las personas en las últimas etapas de la vida aprovechando sus conocimientos, sus capacidades y su disposición para participar de manera activa y proporcionar servicios a sus comunidades.

La palabra “empoderamiento” es una traducción del inglés empowerment. La palabra inglesa viene del verbo to empower que significa: autorizar, habilitar, facultar. Mientras que empowerment aparece como un neologismo utilizado para ciertos grupos sociales que buscan asumir poder y control sobre sus decisiones. Por ello, el término ha sido significado como potenciación, apoderamiento o atribución de poder. (Iacub & Arias 2010)

Para Iacub y Arias (2010) su significado se sintetiza en dos aspectos centrales, “Por un lado, mejorar la capacidad para el poder y para la apropiación del

mismo; y por otro lado, en la modificación de la representación de un sujeto y en el efecto que aquél tiene en el auto concepto” (p. 26)

Kelly (1992) considera: “el término ‘empoderamiento’ se refiere a este ‘poder para’ y que se logra aumentando la capacidad de una persona para cuestionar y resistirse al ‘poder sobre’” (citado en Iacub y Arias 2010 p. 27)

La formación de redes, la participación en variadas organizaciones y la integración comunitaria tienen estrecha relación con procesos de empoderamiento en los adultos mayores ya que amplía su capacidad de participación política y social y los proyecto como un grupo de poder. A decir de Iacub y Arias (2010):

“...el sujeto no es un ente pasivo, sino que es el motor de cambio a los modelos que sobre él se plantean. En la medida en que el sujeto toma consciencia de su padecimiento, en cuanto objeto de una determinada concepción de la realidad, puede volverse capaz de subvertir el orden que lo victimizaba.” (p. 30)

Centro de jubilados y Pensionados

Las OPE para Jorge (2001, citado en Ludi, 2012) son ante todo asociaciones civiles: “entidades de carácter voluntario que pretenden desarrollar un servicio que no solo contribuya al bienestar individual de sus adherentes, sino también al bienestar general de la sociedad” (p. 44). Entre las OPE más importantes se destacan los Centros de Jubilados y Pensionados, debido a la implementación de una determinada política dirigida al sector. Los cuales se identifican como “asociaciones sin fines de lucro” (aunque sus objetivos y modos de nombrar, dependen de su accionar diario y de sus dirigentes) y cuentan con el reconocimiento y un subsidio mensual mínimo del Instituto Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados, más conocido como PAMI (Programa de Asistencia Médica Integral), con el cual establecen convenios que incluyen la aceptación de sus afiliados en las organizaciones y la implementación de sus programas (Ludi, 2012).

Desde PAMI se caracteriza a los Centros de Jubilados y Pensionados como un ámbito natural en el que se desarrollan múltiples actividades con el fin de que los viejos se expresen en todos sus niveles y que puedan comunicar

inquietudes y problemas, pero su característica más importante es la solidaridad, ya que no solo brindan asistencia, sino que además asumen un compromiso con aquel que asisten

A nivel nacional existen más de 5.000 Centros de Jubilados y Pensionados los cuales brindan actividades preventivas y de atención de la salud, contención, recreación, esparcimiento e intercambio (Ludi, 2012).

Según Gascón y Browne (2008, citado en Ludi 2012) la historia de vida, los intereses y las necesidades de los adultos mayores son los aspectos que organizan los modos de participación en las OPE, lo que va a dar como resultado un abanico de propuestas, organizadas de acuerdo al tipo de actividad: recreativa, cultural, de autocuidado, comunitaria, voluntaria, de incidencia, formativa, política/ partidaria.

Sin embargo, Ludi (2012) en su estudio sobre el envejecimiento y los espacios grupales, reconoce que solo algunos Centros de Jubilados y Pensionados definen las actividades y servicios de acuerdo a las necesidades y demandas de sus socios; otras desarrollan acciones de acuerdo a los recursos de que disponen o a las propuestas que reciben de “capacitadores”. Pero la gran mayoría implementa actividades y servicios que PAMI va financiando y definiendo.

Las personas que asisten a estas organizaciones ponen en tensión la imagen negativa que la sociedad tiene de ellos. Son adultos mayores que viven una vejez distinta, al reconocer y aprovechar las oportunidades que le ofrece el Estado, ya que:

“...la decisión de asociarse de las personas adultas mayores responde a una necesidad vital, que les lleva a comprender que la franja etaria que les toca transitar, es la que más cuidadosamente la sociedad ha descuidado...Entender un nuevo espacio es resistirse a ser organizados, pensados y dirigidos por otros, sino, antes bien, es darse sus organizaciones autónomas, libérrimas, en las que decidir qué, sea la lumbre de un nuevo renacer, la lumbre de la tercera edad.”(García 2008 citado en Ludi 2012 p.70)

CAPITULO IV: TEORÍA DE LAS REPRESENTACIONES SOCIALES

La teoría de las Representaciones Sociales ocupa un lugar relevante dentro de las ciencias sociales ya que es una perspectiva superadora de las dicotomías entre individuo y sociedad, naturaleza y cultura o conocimiento por elaboración individual o por imposición social (Moñivas, 1998).

Su desarrollo como teoría cobra fuerza dentro de la Psicología Social, lo que permitió determinar que las representaciones sociales se encuentran en el punto donde se intercepta lo psicológico y lo social. (Jodelet 1986; León 2002); Surge como un interesante y renovador análisis acerca de las formas sociales del conocimiento, de forma muy especial acerca del conocimiento del sentido común; como una explicación útil en el estudio de la construcción social de la realidad (León, 2002; Mora, 2002)

El concepto de representación social fue elaborado por Serge Moscovici, en el año 1961, en su obra *El psicoanálisis, su imagen y su público*. El objetivo principal de esta investigación era estudiar como los conceptos de la teoría psicoanalítica llegaban a formar parte de la vida cotidiana de la población, es decir, estudiar como una teoría era transformada en representación social (León, 2002). De este estudio logró concluir que la información que circula en el medio sobre el objeto en análisis (psicoanálisis), atraviesa un proceso de selección, reorganización, categorización, reelaboración hasta tomar la forma de una teoría de sentido común. La cual, posteriormente, es integrada al grupo. Durante este proceso o construcción de la representación el aspecto cultural, ideológico (como la religión o la política) no permanecen excluidos, de esto que los conceptos psicoanalíticos reelaborados van a variar de un grupo social a otro. Así uno de los planteamientos centrales en la teoría es que “las representaciones sociales no solo están en la mente de los individuos, sino en la cultura, en la sociedad, en el mundo” (Moscovici, 1988 citado en León, 2002).

Definición de Representación Social

En una primera aproximación, las representaciones sociales pueden ser entendidas como la manera en que los sujetos sociales, aprehenden los acontecimientos de la vida diaria, las características del contexto, las informaciones que en él circulan y a las personas de su entorno próximo o lejano. Se trata entonces de una forma de conocimiento social que juega un papel crucial sobre cómo la gente piensa y organiza su vida cotidiana: el conocimiento del sentido común (Araya Umaña, 2002; Jodelet, 1986).

El sentido común se refiere al conocimiento espontáneo o ingenuo, al que se denomina pensamiento natural por oposición al pensamiento científico. Y se obtiene tanto de la experiencia, como de las informaciones, conocimientos y modelos de pensamiento que son recibidos en la interacción con la sociedad y la cultura, a través de la tradición, la educación y la comunicación social (Jodelet, 1986).

Moscovici (1979) va a definir a la representación social como

“...una modalidad particular de conocimiento, cuya función es la elaboración de los comportamientos y la comunicación entre los individuos...La representación es un corpus organizado de conocimientos y una de las actividades psíquicas gracias a los cuales los hombres hacen inteligible la realidad física y social, se integran en un grupo o en una relación cotidiana de intercambios, liberan los poderes de su imaginación (pp.17, 18).

Esta cita resume la idea de que “el grupo elabora conjuntamente creencias y opiniones sobre algún objeto o asunto social relevante, a través de una dinámica de comunicación y elaboración de significados. Se asumen las representaciones sociales como un sistema de creencias socialmente compartidas.” (Di Domizio, 2011 p. 19)

En otros términos, da sentido a las diferentes relaciones que establece el individuo con los objetos y sujetos, con acontecimientos y actos ante los que se enfrenta diariamente (Moñivas, 1998). Se alude a una forma de conocer que

hace evidente la realidad consensual, y que, por lo tanto, participa en la construcción social de la realidad. (Jodelet, 1986).

Jodelet explica que los contenidos de la representación social “manifiestan la operación de procesos generativos y funcionales socialmente caracterizados. En sentido más amplio, designa una forma de pensamiento social” (1986, p.474). Es decir la organización de los contenidos y las operaciones mentales y la lógica empleados para su construcción, poseen características específicas de carácter social. Estas características hacen referencia a las condiciones y a los contextos en las que surgen, a las comunicaciones mediante las que circulan y a las funciones que cumplen dentro de la relación con el mundo y los demás. Así, las representaciones sociales tienen una función doble:

“...primero establecer un orden que permite a los individuos orientarse en su mundo material y social y dominarlo; segundo, posibilitar la comunicación entre los miembros de una comunidad al proporcionarles un código para nombrar y clasificar los diversos aspectos de su mundo y su historia individual y de grupo”. (Farr, 1983 citado en Mora, 2002 p. 7)

La representación social es básicamente la representación de algo (persona, acontecimiento, idea, etc.) para alguien. Por lo que se establece una relación entre sujeto y objeto a través del acto de representar. Re- presentar es hacer presente a algo o alguien en la mente, en la conciencia. Representar a un objeto ausente mediante un acto de pensamiento que lo restituye simbólicamente, es lo que establece el carácter de imagen de la representación social. Pero no se trata de un puro reflejo del mundo exterior, sino que tiene un carácter significativo: para cada persona significa algo. Por lo tanto, es más que una simple reproducción, es una construcción acompañada de los rasgos de autonomía y de creación individual y colectiva (Jodelet, 1986). Esto constituye la estructura de cada representación y al respecto Moscovici explica (1979 p. 43):

...tiene dos caras tan poco dissociables como el anverso y el reverso de una hoja de papel: la faz figurativa y la faz simbólica...entendiendo por representación la que permite atribuir a toda figura un sentido y a todo sentido una figura.

Procesos de formación de las representaciones sociales

Los procesos fundamentales en la elaboración de las representaciones sociales son dos: el anclaje y la objetivación. Estos procesos explican cómo lo social transforma un conocimiento en representación y cómo esta misma transforma lo social (Jodelet, 1986).

En la objetivación se produce una concretización de lo abstracto es decir las nociones abstractas, las ideas y los esquemas conceptuales se transforman en imágenes, adquieren una textura material, las palabras se corresponden con cosas (Jodelet, 1986).

El proceso de objetivación implica la selección y descontextualización de información con respecto a un objeto que después es libremente organizada. Dicha selección se realiza en función de criterios culturales y criterios normativos. En una segunda fase lo ya organizado se transforma en una estructura imagen llamada núcleo figurativo, es decir, en “una imagen nuclear concentrada, con forma gráfica y coherente que captura la esencia del concepto, teoría o idea que se trate de objetivar” (Araya Umaña, 2002). Esta estructura imagen permite a las personas hablar más fácilmente sobre lo que ese modelo representa, se convierte en un marco cognoscitivo estable que orienta tanto las percepciones o los juicios sobre el comportamiento, como las relaciones interindividuales (Mora, 2002)

En su última fase, la naturalización, las figuras que son producto del pensamiento se transforman en elementos de la realidad con existencia autónoma: “La distancia que separa lo representado del objeto desaparece de modo que las imágenes sustituyen la realidad” (Araya Umaña, 2002 p. 36).

El anclaje supone la “familiarización de lo extraño” (Jodelet 1986), es decir permite incorporar un objeto que es extraño y carente de significado a una red de categorías y significaciones. Jodelet expone que es “la integración cognitiva del objeto representado dentro del sistema de pensamiento preexistente y a las transformaciones derivadas de este sistema tanto de una parte como de la otra”(1986, p. 486).

León (2002) explica que el anclaje involucra dos procesos: el de clasificar y el de nombrar al objeto. Sin un nombre no se puede hablar del

objeto, no puede ser incorporado a la comunicación ya que permanece sin significado, sin identidad. Por otra parte, la clasificación implica comparar el objeto extraño con prototipos o categorías particulares previas. Mediante esta acción se le asigna al objeto las características del prototipo con el que fue comparado, y además se le imponen las conductas y reglas de acción que se esperan de él o en relación a él.

La clasificación transforma al objeto de acuerdo a las categorías previas del individuo o el grupo, pero esto no es solamente una operación cognitiva, ya que también se expresa una actitud al clasificar el objeto con tal prototipo y no con otro. Por ende se le asigna un valor que puede ser positivo o negativo, de acuerdo al interés de verlo como normal o desviante en relación al modelo con el que se lo comparó (León, 2002; Jodelet, 1986). En este acto de clasificar se revela la teoría que el sujeto tiene del objeto, es decir sus marcos de interpretación y construcción de la realidad.

Con respecto a estos dos mecanismos de formación o dinámica de la representación social, Araya Umaña (2002) concluye: “La representación objetivizada, naturalizada y anclada, es utilizada para interpretar, orientar y justificar los comportamientos” (p.37).

Dimensiones de la representaciones sociales.

Moscovici (1979) expone que la representación social puede ser analizada desde tres dimensiones:

a) Información o idea: hace referencia a los datos o conocimientos que son organizados por un determinado grupo en función de criterios culturales y normativos, respecto a un objeto, acontecimiento, hecho o fenómeno de naturaleza social. Esta suma de conocimientos presenta particularidades cuantitativas es decir la cantidad de información que se posee y cualitativas, lo que se refiere a la calidad de la misma, si tiene un carácter estereotipado o prejuicioso, trivial u original (Araya Umaña, 2002).

Esta dimensión permite verificar la riqueza de los datos o explicaciones que sobre la realidad se forman los individuos en sus relaciones cotidianas. Al respecto, Araya Umaña (2002) señala la importancia de tener en cuenta las pertenencias grupales y las ubicaciones sociales ya que determinan la cantidad

y la precisión de la información, así como el origen de esta pues los conocimientos obtenidos del contacto directo con el objeto van a tener propiedades diferentes de los recogidos por medio de la comunicación social.

b) El campo de representación o imagen: Moscovici (1979) plantea que esta dimensión remite “a la idea de imagen, de modelo social, al contenido concreto y limitado de las proposiciones que se refieren a un aspecto preciso del objeto de representación” (p. 46).

Este campo de representación expresa la organización y jerarquización de los elementos que configuran el contenido de la representación social. Se integra la información en un nuevo nivel de organización que permite visualizar el carácter del contenido y las propiedades cualitativas o imaginativas, lo cual varía de grupo a grupo e inclusive dentro del mismo grupo (Mora, 2002).

Araya Umaña (2002) expone que esta dimensión constituye la parte más sólida y estable de la representación; y consecuentemente la más difícil de captar por lo que su análisis se debe realizar en función de la totalidad del discurso y no sólo en un párrafo o en una frase.

c) Actitud o valoración: es la dimensión que determina la orientación global del grupo o la persona en relación al objeto de la representación social, la cual puede ser favorable o desfavorable (Moscovici, 1979). Se trata del componente más evidente de las tres dimensiones ya que se puede identificar sin dificultades en el discurso lo que por consenso social se reconoce como positivo o negativo (Araya Umaña, 2002).

Araya Umaña la define como “...una estructura particular de la orientación de la conducta de las personas, cuya función es dinamizar y regular la acción” (2002, p. 39). La actitud es el aspecto afectivo de la representación que expresa la reacción emocional ante el objeto, por lo que suele ser mayormente investigada por su implicación comportamental y de motivación.

Entre estas dimensiones no existe una jerarquía o prioridad, pero para Moscovici es necesario en primer lugar mostrar una actitud hacia un objeto antes de representarlo y al respecto explica: “...es razonable concluir que nos informamos y nos representamos una cosa únicamente después de haber tomado posición y en función de la posición tomada” (1979, p. 49)

Representación social y vejez

La vejez se convierte en objeto de las representaciones sociales. Una primera explicación está relacionada con el hecho de que la vejez es una construcción social, es decir que su definición va a depender del contexto social y cultural en el que surja, y de las ideas, valores o ideologías transmitidas dentro de la sociedad (Ludi, 2012; Jodelet, 1986). Otra explicación gira en torno a que la vejez es una categoría social, pues esta instancia de la vida, es definida y caracterizada especialmente desde otros grupos de edad (Gastrón; Vujosevich; Andrés & Oddone, 2001).

Las condiciones de emergencia de la representación de la vejez están dadas por la interacción o contacto de otros grupos etarios con los adultos mayores; como por la identificación de las personas de edad con las valoraciones, significados e imágenes asociadas a la vejez, reforzando la existencia de esta como objeto o entidad social preexistente al sujeto (Gastrón et al 2001; Jodelet, 1986).

Además, diversos autores (Ludi, 2012; Moñivas, 1998; Salvarezza, 2013) coinciden en señalar que en un contexto más amplio el proceso de representación de la vejez está influido por dos fuentes o factores socio-culturales. El primer factor se refiere al conocimiento generado por la ciencia. Especialmente, la ciencia médica que tiene un poder disuasivo irrefutable en la sociedad, ha influido en la caracterización de la vejez en términos de déficit y pérdidas. Asimismo, es posible reconocer que en este contexto las representaciones y expectativas específicas acerca de la vejez están caracterizadas por matices claramente peyorativos. En este punto Moñivas (1998) señala la importancia de entender como las teorías científicas cambian la visión que las personas tienen de sí mismas y del mundo en que viven; y la necesidad de realizar un análisis y reflexión, entre las instituciones y los profesionales, de sus propias representaciones sociales de la vejez, para poder detectar aquellos aspectos que continúan la línea médica basada en “lo que anda mal” (Salvarezza, 1994) y reemplazarlos por los actuales conocimientos que surgen a partir de la teoría del ciclo vital, el envejecimiento activo, entre otras.

El otro factor está relacionado con la creciente producción en la sociedad actual, de valores simbólicos y sociales a partir del modelo de la juventud. Por lo que las definiciones, expectativas y representaciones sociales de la vejez van a surgir de la comparación con aquellos atributos de la juventud (Galende 2004, citado en Ludi 2012;).

METODOLOGÍA

NIVEL Y TIPO DE INVESTIGACIÓN

Según lo expuesto por Hernández Sampieri, Fernández Collado, Baptista Lucio, (2014) esta investigación es de tipo cualitativa, porque se abordó una realidad determinada en un contexto específico, a través de la perspectiva de los participantes. Una realidad social, que logró ser conocida por la información que ellos brindaron, por tanto se corresponde con su experiencia personal.

El alcance de esta investigación es descriptivo (Hernández Sampieri et al. 2014) ya que se especificó sobre el contenido de las representaciones sociales de la vejez y se describió cómo se relaciona con la elección de una actividad dentro del Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta”.

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La investigación está abordada desde el diseño de Teoría Fundamentada (Hernández Sampieri et als., 2014), pues se busca generar una explicación general respecto a las representaciones sociales de la vejez, desde la perspectiva de los adultos mayores que se encuentran en un contexto determinado, como lo es la organización Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta”.

CONTEXTO Y PARTICIPANTES

El contexto en el que se llevó a cabo esta investigación es en la sede del Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta”, ubicada en la calle Rivadavia N° 1277 en la capital de la provincia de Salta.

Esta institución forma parte de las OPE (Organizaciones de Personas de edad) y posee Personería Jurídica N° 403/07 Ref. 4004/10. Es una asociación civil sin fines de lucro, que empezó a funcionar en el año 2009. Se encuentra registrada en el Ministerio de Asuntos Indígenas y Desarrollo Comunitario de Salta, del cual recibe un subsidio.

Tiene como objetivo institucional trabajar por los derechos de los adultos mayores, fundamentalmente el derecho a la información (ver anexo).

Está dirigido a todos los jubilados y pensionados, ya sean provinciales nacionales y se rige por una comisión formada por diversos socios, la cual se renueva cada dos años. Es una organización que subsiste con el aporte de la cuota de los adultos mayores que asisten y con donaciones de diferentes instituciones e inclusive de los mismos profesores que dictan los talleres.

También conocido como Centro de Jubilados y Pensionados (CJyP), en este lugar se realiza un trabajo coordinado con instituciones del estado (PAMI, Ministerio de Asuntos Indígenas y Desarrollo Comunitario de Salta) destinado a adultos mayores. Se atienden las consultas previsionales de los asociados para llevar a cabo acciones, se ofrecen servicios de masoterapia y enfermería; y cuenta con un programa de actividades semanales:

- Gimnasia
- Folclore
- Artesanías
- Informática

En relación con la definición de actividades y servicios, algunas fueron planificadas de acuerdo a las necesidades y demandas de sus socios; otras se

van desarrollando base a los recursos que disponen; a propuestas que reciben por parte de los profesores.

Horarios de las actividades.

Tabla 2

HORARIOS	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Gimnasia		9.30 a 10.30hs		9.30 a 10.30hs	
Folclore			16.30 a 18.30hs		16.30 a 18.30hs
Artesanías			17.00 a 19.00hs		17.00 a 19.00hs
Informática	10.00 a 12.00hs			10.00 a 12.00hs	

Nota: Fuente: Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta”

Los participantes de la investigación son 26 adultos mayores (22 mujeres y 4 hombres) que asisten a las actividades que brinda el Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta”. Se caracteriza esta muestra como teórica o conceptual (Hernández Sampieri et al, 2014). Si el principal objetivo es conocer el contenido de las representaciones sociales de la vejez, los adultos mayores no solo formaron un modelo de vejez a lo largo de sus vidas, sino que actualmente la viven, es decir son los que representan y a la vez son el objeto representado.

Específicamente los participantes de cada taller están divididos de la siguiente forma: 8 adultos mayores de gimnasia, 7 de folclore, 6 de informática y 5 de artesanías.

Los adultos mayores tienen entre 62 a 82 años, todos están jubilados. No sufren de ninguna enfermedad incapacitante o que le impida la movilidad por cuenta propia, tampoco manifiestan algún grado de déficit cognitivo.

Los adultos mayores de esta investigación son personas activas que desean socializar con gente de su edad tienen ganas de vivir y de motivarse a sí mismos, son alegres, amables y compañeros.

PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

La recolección de datos tuvo lugar en el contexto en el cual los adultos mayores realizan las actividades, es decir en el Movimiento de Jubilados y Pensionados (MJyP) “Salta”.

Las primeras observaciones e interacciones con los participantes y la comisión directiva que autorizó que se realice esta investigación, tuvo lugar en la inmersión inicial. Los datos obtenidos a partir de este momento fueron pertinentemente anotados en la bitácora de campo, y sirvieron para realizar unas primeras hipótesis, conclusiones iniciales y para guiar la búsqueda de bibliografía que permitiera definir la metodología más adecuada para abordar el tema de este trabajo.

Cuando se procedió a la inmersión profunda en el campo, la investigadora tuvo que adaptarse a los cambios que se dieron en el mismo, por ejemplo, el cierre del taller de artesanías.

El primer instrumento que se utilizó fue la observación profunda en las clases de los cuatro talleres. La observación como método de recolección de datos, que se utiliza siempre en la investigación cualitativa, no consiste en la mera contemplación sino que implica adentrarse en la situación social en estudio y mantener una reflexión permanente (Hernández Sampieri et al, 2014). Así, esta observación permitió por un lado, tener contacto con los participantes y los profesores; y explicar la presencia de la investigadora, antes de aplicar el instrumento principal.

Por otro lado, permitió conocer como la persona se enfrenta a la actividad o tarea que se le presenta, los motivos por los que la realiza y las posibilidades o limitaciones que puede manifestar ante la misma.

Además, la observación general en la inmersión profunda permitió conocer los principales objetivos y metas de la organización, a partir de los cuales tienen lugar las actividades y servicios, como las interacciones y comunicaciones interpersonales, que son relevantes para la construcción de la representación social.

Mientras se profundizó la inmersión se obtuvieron datos que mostraron como necesario agregar algunas preguntas al segundo instrumento que se aplicó: la entrevista en profundidad.

La entrevista en profundidad es una de las herramientas más utilizadas para analizar el discurso de los participantes en torno a las representaciones sociales. Su objetivo es “la comprensión de las perspectivas que tienen los y las informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como se expresan con sus propias palabras” (Araya Umaña, 2002 p. 55). Específicamente, esta técnica permitió tener un mayor enfoque en relación al tema investigado, tanto de la representación social de la vejez desde sus tres dimensiones, como de los motivos por los que eligieron determinada actividad.

Fueron entrevistados los adultos mayores que realizan una actividad en el MJyP “Salta”, y que aceptaron firmar el consentimiento informado. Las mismas fueron planificadas con cada participante para después o antes de ingresar al taller. Los entrevistados se encontraban predispuestos a responder a las preguntas, sin embargo en ocasiones la presencia de otra persona no permitió que se exhibieran en sus respuestas.

Se trabajó con una entrevista semiestructura, que fue modificándose a partir de las observaciones en la inmersión profunda y a partir de las primeras entrevistas tomadas. Estas fueron grabadas mediante celular y grabadora.

Las temáticas o tópicos que guían las preguntas de esta entrevista son:

- Motivos e intereses del adulto mayor para asistir al establecimiento.
- Características de la actividad que realiza
- Significado y descripción general de la vejez:
- Modos de nombrar y de tratar a los viejos por parte de la sociedad
- Características específicas que conforman la imagen del viejo
- Aspectos negativos y positivos de la vejez
- Características de los adultos mayores que asisten a la sede.

En el momento de tomar la entrevista se comunicó al participante, el tema que se investiga, el propósito de la entrevista, su carácter anónimo y confidencial, cuyo uso solo será para los fines de la investigación, como así también se le solicitó su asentimiento para grabar la entrevista, y posteriormente que firme el consentimiento informado.

ANALISIS DE DATOS

Para realizar el análisis se comenzó con la organización de la información. En primer lugar se transcribieron las grabaciones de las entrevistas, y luego se reunieron los datos obtenidos durante la inmersión inicial y en las observaciones de cada actividad, ambas pertinentemente anotadas en la bitácora de campo. En segundo lugar se agrupó la información de acuerdo a cada taller.

Al tener esta información organizada se procedió a la lectura del material que correspondía a cada grupo, que en función de los objetivos de esta investigación, se analizaron por separado. Sin embargo, en todos se procedió teniendo en cuenta el análisis cualitativo propuesto por Hernández Sampieri et al., (2014)

Siguiendo a estos autores, el paso siguiente consistió en la codificación de los datos. Se detectaron las unidades de análisis, es decir, segmentos de contenido que tienen un significado potencial para la investigación, como ser palabras, frases, párrafos y anotaciones de campo. A partir de la comparación de estos segmentos, en términos de similitudes y diferencias, se construyeron categorías y subcategorías. En este punto es importante señalar que entre los grupos surgieron categorías similares por lo que se decidió continuar el análisis en conjunto y señalar cuando corresponda, en que grupo predomina tal categoría o subcategoría. Además, de que se produjo lo que dichos autores denominan “saturación de categorías” en las que las entrevistas ya no aportaban nada nuevo a la investigación

Teniendo en cuenta el primer objetivo específico de este trabajo, que busca describir la representación social de la vejez en sus tres dimensiones. Se realizó una segunda codificación de las unidades de análisis de cada categoría y subcategoría, de acuerdo a la idea, imagen y actitud o valoración.

También se tuvo en cuenta para el análisis documentos (Anexo 4) que fueron fotografiados con permiso de la presidenta, ya que se encontraban en los transparentes del lugar, así como el folleto donde se detallan los objetivos institucionales y modalidades de trabajo. Documentos que sirvieron al

investigador para conocer el contexto en el que se construyen las representaciones.

El análisis de los datos es expuesto en tablas para la mejor organización y comprensión de los mismos, los cuales que encuentran en el anexo

A continuación, se presenta el análisis general de la investigación, que está conformado por un conjunto de apartados que incluyen cuatro categorías, con sus respectivas subcategorías, en las que los datos fueron organizados e interpretados de acuerdo a su significado, y relacionados con los principales aportes teóricos para construir las representaciones de vejez, así como descubrir sus limitaciones y posibilidades. La primera categoría es la “Definición de vejez”, de manera general responde ¿Qué es la vejez?, y contiene dos definiciones: “Una etapa más” y “Destino biológico”, que a lo largo del análisis se convierten en las representaciones más compartidas por los grupos.

La siguiente categoría se nominó “Inicio de la vejez”, la cual responde sobre cuándo comienza, y queda dividido en “Valor de la productividad” y “No hay un tiempo”. En la tercera categoría se desarrollan las “Características de la vejez”, es decir cómo se describe o reconoce a la persona en este periodo de la vida y se explica en otras dos subcategorías “...más pausado, más limitadito” y “...ellos ya son unas personas que vivieron y que tienen mucho para dar”.

La cuarta categoría se refiere al “Contexto y vejez”, desde la cual se descubren los contextos en los que surgen las representaciones de vejez. Se divide en “La mirada de los otros” y “La tercera no es la vencida”.

En un quinto apartado de este análisis, se desarrolla como otra categoría los “Motivos”, que llevaron a los adultos mayores a asistir al Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta” por un lado, y a elegir la actividad que realizan, por el otro. A partir de la interpretación de este apartado con las categorías anteriores, se elaboraron conclusiones para responder sobre la relación entre representación social de la vejez y elección de la actividad.

ANÁLISIS Y RESULTADOS

Antes de empezar el desarrollo de esta apartado es necesario señalar que se codificaron las entrevistas correspondientes a cada taller, con la inicial del nombre taller y el número de entrevista. De la siguiente manera:

- Gimnasia: G1
- Folclore: F1
- Informática: i1
- Artesanías: A1

Además, nos referiremos al contexto del Movimiento de Jubilados y Pensionados “Salta” (en adelante MJyP “Salta”) también como Centro de Jubilados y Pensionados (en adelante CJyP)

DEFINICIÓN DE VEJEZ

Ante la pregunta sobre ¿qué es la vejez? se evidenció que este es un concepto difícil de enmarcar en una sola concepción. Esta dificultad surge, porque se trata de una realidad compleja en la que interactúan factores biológicos, psicológicos y sociales (Martínez et al 2013, p. 2), desde los cuales puede ser definida. Pero además, también se reflejó en el hecho de que algunos entrevistados no lograron responder a esta pregunta de forma directa, por lo que el significado de la vejez fue elaborado con cada respuesta, con cada historia y anécdota contada; aunque se percibió que aquellos que no llegaron a responder manera clara, sí lo lograron a partir de exponer su visión sobre cuándo empieza la vejez.

Las preguntas sobre la definición de la vejez y sobre su inicio, están necesariamente relacionadas, ya que a veces, en el intento de definirla se delimita el inicio de la misma y en otras, al señalar su inicio se termina arribando a su definición, sin embargo, se construyeron dos categorías diferentes ya que el inicio de la vejez, por su contenido, merece ser desarrollado como una categoría aparte.

Además se observó en el total de las entrevistas dos formas particulares de elaborar las representaciones de la vejez. Por un lado, hay quienes lograron tomar distancia de lo que implica personalmente la vejez y expresaron sus ideas recurriendo a los conocimientos que manejan sobre este tema y que están relacionados con los enfoques teóricos expuestos en esta investigación. Tales como la Perspectiva del Ciclo Vital, que entiende a la vejez como “etapa de la vida”; y el Enfoque Biomédico, que asienta su concepción desde el envejecimiento biológico.

Por otro lado, están quienes construyeron una definición tomando como referencia sus propias experiencias, es decir desde la relación con su propia condición vital y con la vejez de otros, con los que mantuvo o mantiene contacto (especialmente con la de los padres). Este aspecto está relacionado con la idea de Salvarezza (2011, p. 19) de que: “la vejez es un tema conflictivo”, difícil de expresar para algunos, por lo que solo es posible identificarla a través de la conducta o el trato que se dispone ante ella.

De esta manera, la definición de la vejez se desarrolla en torno a dos subcategorías: como “Una etapa más” y como “Destino biológico”.

UNA ETAPA MÁS

Si bien, en el marco de la división en etapas del curso de vida, existe una gran variedad de acuerdo a los diferentes autores, estos coinciden en que son cuatro los periodos esenciales: la infancia, la adolescencia, la edad adulta y la vejez (Fernández Ballesteros s/f).

En las entrevistas, particularmente de folclore e informática, se repite la idea de que la vejez es una etapa de la vida, que tiene un carácter natural e inevitable, es decir, que se dará en todas las personas. Se trata de una etapa que se caracteriza sobre todo por el hecho de que sobreviene o continúa después de haber atravesado un largo camino de momentos o períodos que anteceden, pero que es ante todo una “etapa más”. Esta forma de entender la vejez, concuerda con los postulados del Enfoque del Ciclo Vital, desde el cual la vejez es “una etapa más del desarrollo del individuo, que representa una

continuidad dentro de su existencia” (Antequera J. & Blanco P., 2013 p. 95). De esta manera lo expresan los entrevistados:

“La vejez es una cosa natural de la vida: uno tiene que gestarse, nacer, crecer y envejecer son etapas de la vida.”(G4)

“Es algo normal y natural para todos.”(F5)

“Que es otra etapa más” (i4)

Decir que la vejez es una “etapa más” implica no sólo una definición, sino que se intenta subrayar la idea de que, es un período igual a los otros, en el sentido de que, quienes se encuentran en el mismo son personas, que al igual que en otros grupos de la población tienen sentimientos, necesidades, y experimentan problemas y cambios. Lo que expresan de la siguiente forma:

“...somos personas como cualquier otra, nada más que estamos en otra etapa de la vida.” (i1)

“...si somos seres humanos como ellos, con menos o más arrugas pero iguales, los mismos derechos y las mismas necesidades que cualquiera; hasta de enamorarte porque dicen que el amor no tiene edad, siempre está renaciendo. Todo, todo, todo tal cual.” (G7)

Asimismo, este período, puede ser representado a partir de aspectos más concretos, que engloban o ejemplifican lo que implica la vejez como etapa de la vida para los adultos mayores. Se tratan de aspectos que además de permitir visualizar el carácter del contenido de esta representación, van acompañados de los sentimientos y posturas que se producen frente a lo que lo denominaron “el pasar de los años”, “lo que día a día va llegando”, “un trayecto”:

“...yo creo que es el pasar de los años ya, la vejez; porque los años ya pasan, tiene que llegar. Pero es un estado tan bonito, tan tranquilo. Yo creo que es la parte más linda de una persona.”(G7)

“Entonces para mí la vejez es como... que es una cosa que día a día te va llegando y que la tenes que soportar, que tenes que decir que sea lo que Dios quiera.” (F6)

Frente a esta imagen de la vejez se asume una postura de aceptación, de soportar aquello que inevitablemente llega. Este trayecto de vida es valorado como algo “lindo”, que agrada y produce bienestar, como consecuencia de las características adquiridas en este periodo como ser: la experiencia ganada, la posibilidad de disfrutar de los hijos, los nietos y del tiempo libre.

“Es un trayecto que lo tenemos que pasar, pero no, no lo tomo como que ¡uh! lamentándome ni nada, al contrario, porque viste que uno cuando es joven te falta experiencia, y cuando sos grande ya la tenes y es lindo porque uno ya... no sabes todo lo de la vida pero tenes experiencia y está bueno a mí me gusta, me siento bien yo” (F5)

DESTINO BIOLÓGICO

Hablar de destino biológico en esta categoría implica, por un lado, señalar la relación que existe entre vejez y un concepto que pocas veces ha sido mencionado a lo largo de las entrevistas, el de envejecimiento biológico; y por otro lado, evidenciar la presencia de una perspectiva influenciada por el enfoque biomédico, que reduce las interpretaciones acerca de la vejez a un hecho biológico, “en el cual todo debe ser visto y constatable en el cuerpo” (Iacub, 2014 p. 33), lo que ha generado en torno a esta etapa evolutiva, una mirada estereotipada y posturas negativas y estigmatizantes.

Algunos de los participantes, particularmente los que asisten a gimnasia, construyeron la representación de la vejez en torno a los cambios o disminuciones que tienen lugar principalmente en la capacidad del cuerpo del adulto mayor. Asumiendo que estos cambios son consecuencia de que “uno a través de los años va envejeciendo”, y que existen diversos factores que a nivel físico pueden acelerar el ingreso a la vejez, uno de los participantes expresa al respecto:

“La vejez es cuando una cumple más años, va envejeciendo que uno ya siente dolores de huesos, que ya no se puede caminar, de todo un poco. Y algunos que tienen menos edad no envejecen pero se le...mejor dicho, está arruinada esa persona más

que uno, se arruina joven, la mala vida o cualquier cosa que pasa, los problemas todo eso , le arruina mucho a la persona". (G3)

En este recorte se puede observar como la imagen de la vejez está relacionada con los cambios físicos, que muchas veces afectan al propio adulto mayor y/o a las personas con las que mantiene contacto. Lo cual puede explicarse a través de lo que exponen Antequera-Jurado & Blanco Picabia (2013, p. 96): "los cambios morfológicos que ocurren durante el envejecimiento van a contribuir en gran medida a que el sujeto se perciba en mayor o menor grado a sí mismo como un anciano".

La relación entre vejez y envejecimiento es natural e inevitable, pero cuando esta se enfoca desde un solo aspecto, como sucede en el enfoque biomédico, puede dar lugar a creencias erróneas. Una de estas creencias o estereotipos, es explicada por Fernández Ballesteros (s/f) y está relacionada con el hecho de considerar que paralelamente a lo que ocurre físicamente, se producen cambios negativos o deterioro en todos los planos del psiquismo humano. De manera que, para aquellos que perciben a la vejez, solo desde el declive en las funciones físicas, pueden llegar a entender que necesariamente o naturalmente se tienen que dar pérdidas a nivel psíquico o mental, por ejemplo la pérdida de la memoria.

"Y la vejez es la disminución de la capacidad física de la persona, tanto psíquica como física. Psíquica mental porque uno ya hasta se olvida de las cosas, yo en realidad me siento bien, yo no soy de las personas que tengo tantas dolencias ni nada, pero uno ve que la vejez la va aplastando." (F4)

Se hacen presentes en este recorte dos aspectos importantes a destacar, el primero está vinculado con la idea de que la vejez es "sentirse mal, tener dolencias", es decir, es estar enfermo. Esta concepción desde la enfermedad no es nueva ya que, como explica Salvarezza (1994), el enfoque biomédico se posiciona "en términos de la presencia o ausencia de enfermedad" (p. 4) o en, otras palabras está "más preocupado por las cosas que 'andan mal'" (p. 4); lo que ha llevado a equiparar vejez con enfermedad y consecuentemente, a generar una visión negativa, y conductas concomitantes, como ser el asistir frecuentemente a los consultorios médicos:

“...porque todo cambia, (...) tiene que ir más al médico, que se yo, todas esas cosas, tienen que cuidar más las salud.” (G2)

El segundo aspecto se refiere a la posición que genera en la persona mayor el creer que la vejez “la va aplastando”. Se puede inferir de esta frase que este período de vida adquiere un matiz negativo, peyorativo; producido por la percepción de que en la persona, todo disminuye, todo cambia, que ya no hay futuro para quien la vive. Ante esta realidad la reacción emocional que surge inmediatamente es el miedo, la desesperanza y concomitantemente la orientación de la persona hacia la vejez será la negación o el rechazo:

“¡Ay! No, no nos tendríamos que hacer viejos. Sabes a lo que más le tengo miedo a la decrepitud, cuando te enfermas, que lo viví con mi padre.” (G5)

“Para mí la vejez es un cambio total que a veces nos cuesta, yo a veces... yo siempre decía: “yo no puedo permitir hacerme vieja” (G2)

INICIO DE LA VEJEZ

El inicio de la vejez implica una deconstrucción del concepto de vejez, al mostrar los criterios empleados para establecer la frontera que separa la vejez de la edad adulta, es decir que indican cuando una persona pertenece a esta categoría social o puede identificarse como viejo

El paso de una etapa de la vida a otra, ha estado siempre fundada en la edad cronológica, en los ritos sociales, o en la percepción de características particulares de cada periodo. A decir de Iacub (2014), con la llegada de la posmodernidad los límites entre las etapas se fueron borrando, se produce una des-diferenciación entre las edades. Así, la vejez, como en su definición no es fácil de delimitar.

El inicio de la vejez no es uno solo, así lo manifiestan los participantes, que toman diversos aspectos para enunciar el comienzo de esta etapa. Por un lado, están las delimitaciones que se hacen desde la sociedad, como ser los aspectos sociodemográficos y laboral.

Por otro lado, los adultos mayores parten de la comparación entre su propia condición actual con la vejez de los otros, ya que en su mayoría, ellos no se auto perciben dentro de este grupo, muy por el contrario se auto perciben diferentes a lo que podemos llamar ser o “convertirse en viejo”.

Por lo tanto, los criterios utilizados para definir el inicio de la vejez, quedan expuestos en dos subcategorías “el valor de la productividad” y “no hay tiempo”

EL VALOR DE LA PRODUCTIVIDAD

Dentro de lo que se plantea como inicio de la vejez surge esta subcategoría donde se enmarcan una serie de factores que se vinculan con lo que significa ser útil o ser productivo en una sociedad cuya organización social está centrada en el trabajo (Silva, 2008).

Un primer criterio que se puede extraer de las entrevistas es la edad cronológica, es decir, algunos de los entrevistados, en su mayoría del grupo de gimnasia, consideran que a partir de cierta edad empieza la vejez, y coinciden en la edad de 60 años:

“Y es ya, cuando uno cumple los 60 años.” (G3)

Esta delimitación no es dada arbitrariamente por los participantes, aunque algunos no lo señalen explícitamente, está relacionada con la edad legal de jubilación. Este es un criterio sociodemográfico y laboral establecido por la sociedad, que indica el momento en que la persona debe dejar de trabajar. Si bien la jubilación ha sido considerada en su institucionalización como el rito social que marca el inicio de la vejez (Silva, 2008), actualmente a decir de Kehl Wiebel & Fernández Fernández (2001) “...es una definición de la vejez socialmente normativa más que neutralmente descriptiva” (p. 134), esto se observa en el hecho de que, a pesar de que todos los participantes han atravesado por este momento, solo algunas personas lo toman o aceptan como límite:

“Y los 60... bueno porque realmente, se dice que a los 60 empieza la tercera edad y bueno es el tiempo que mayormente todos se jubilamos.” (G6)

Se habla de aceptación, aunque es ante todo una imposición social que indica a las personas quiénes son y qué deben hacer a partir de ese momento. Sin embargo, el hecho de que sea algo normativo, no deja de tener consecuencias reales en las personas, ya que después de jubilarse empiezan a etiquetarse como viejas, es decir asumen las características de la vejez.

“Por ejemplo yo, desde que me jubile de ahora que estoy un poco vieja...” (G2)

“...cuando uno se jubila, cuando uno se jubila se acentúa la vejez pero, pero antes no se la siente, cuando uno está trabajando no se la siente tanto.”(G1)

La jubilación se presenta como un momento que induce a un estado diferente al que la persona está acostumbrado, hay un antes y un después de la jubilación; lo que puede estar relacionado con el significado y el lugar que tiene el trabajo en la vida de cada persona; que a su vez está influido por el significado que tiene en la sociedad. Aquí son pertinentes los aportes de Cornachione Larrínaga (2011) que explica al respecto “La pérdida de roles, la falta de lugar, tiene una connotación importante en la cultura, porque se relaciona con la sensación de ya no servir más.”(p. 168).

“60. Para mí a los 60. Yo te digo a los 50 años me sentía divina, fantástica, era como si tuviera 30 o 20, y a los 60 me sentí de 60. El año que cumplí los 60 ahí empecé a sentirme mal la decrepitud, todo eso que te digo.” (G5)

“Cuando me jubile, ahí no podía creer que ya estaba jubilada. Yo en realidad no veía la hora de jubilarme, pero cuando ya me jubile no sabía qué hacer. Yo me sentía como que me faltaba algo.” (G2)

NO HAY UN TIEMPO

En este apartado la frontera entre la adultez media y la vejez se torna imprecisa, ya que no se puede hablar de límites sino de una cuestión de actitudes y aptitudes.

Frente a la pregunta sobre el inicio de la vejez, se presenta la idea de que no hay un aspecto o momento exacto, como el de la jubilación que determine cuándo una persona está dentro de esta categoría, sino que esto va a depender de otros factores:

“Yo pienso que la vejez, fíjate no tiene una fecha. Yo digo que vieja es la persona que ya no tiene ganas de vivir, que no tiene proyectos, una persona que se siente cansada. A mí me parece que ahí empieza la vejez...” (F1)

Aquí la posición que se asuma ante la vida, se toma como principal factor por el cual se define a una persona como vieja. El no tener ganas o estar cansado de vivir, como la falta de proyectos son características que se consideran propias de la vejez, por lo que cualquier persona que manifieste este comportamiento puede ser considerada vieja. De este modo, la vejez adquiere otro significado que no se limita a quienes han sumado varios años a la vida, sino que por el contrario aparece como una denominación para cualquier edad. Los participantes lo ejemplifican de la siguiente forma:

“Para mí no hay una edad, porque hay jóvenes viejos, jóvenes que están cansados de vivir, se matan. Para mí, esos son jóvenes viejos porque no asumen las cosas” (F1)

En este sentido, la vejez “no tiene un tiempo”, por lo que tampoco se puede hablar de un inicio, ya que puede aplicarse a cualquier persona que asuma las características, sobre todo actitudinales, que se adjudican a la vejez. Lo cual también está relacionado, con el hecho de cómo se autopercebe una persona, es decir, si se siente o no vieja, independientemente de la edad cronológica. Lo que Antequera & Blanco (2013) explican de la siguiente manera: “Una persona comenzará a considerarse vieja cuando perciba en sí misma algunos de los atributos que, en función de su modelo personal de vejez, caracterizan a esta etapa evolutiva.” (p. 102)

“Y depende de cómo la persona se sienta; porque ya te digo hay gente de 40 años que dice que ya se siente vieja...” (F5)

“No sé porque yo no me siento, digamos una vieja. Tampoco siento que he dejado de hacer cosas por la edad, ni por la enfermedad, ni por nada de eso.” (i2)

Otro factor que se tiene en cuenta para definir quién es viejo o cuándo empieza la vejez, está relacionado con el “hacer o no hacer cosas”. Este “hacer cosas” puede ser interpretado, desde los postulados de la Teoría de la Actividad, en la cual “los viejos deben permanecer activos tanto tiempo como les sea posible, y que cuando ciertas actividades ya no son posibles deben buscarse sustitutos para ella” (Salvarezza, 2011 p. 22), pero no se refiere a cualquier actividad sino que dependen de “el sentido que el sujeto logró encontrar o darle a la actividad que eligió” (Oddone 2013, p. 3). Es así que para los participantes, en su mayoría de los grupos de folclore e informática, la vejez empieza cuando la persona ya no puede realizar aquellas actividades o cosas que son de su interés o, por causa de un impedimento físico o por decisión del adulto mayor.

“Cuando ya no puedes hacer nada de lo que a vos te gustaría hacer, de lo que vos podrías hacer.” (F6)

“Yo para mí, todavía no lo veo que yo estoy viejo, para decir: ‘yo estoy en la vejez’; yo todavía tengo ganas de hacer otras cosas” (i6)

Por un lado, están quienes frente a una enfermedad o dolencia física tienen que ir resignando las actividades, y por otro lado, quienes, deciden “convertirse en viejo”: En este último caso se considera que es una decisión propia del adulto mayor dejar de hacer aquellas actividades que Lemon, Bengston y Peterson (1972 citado en Acosta Quiroz, Dávila Navarro, Rivera Iribarren & Rivas López, 2010) denominan formales e informales (que están relacionadas con el contacto y participación social frecuentes); y tienden a aquellas clasificadas como solitarias. De tal manera que se apartan de la sociedad, tal como lo plantea la Teoría de la Desvinculación, según la cual a medida que se envejece se va produciendo un “progresivo retiro, distanciamiento y/o alejamiento de las personas, de todo aquello que se relaciona con actividad o participación social” (Cornachione Larrínaga 2011, p.149).

“Y yo creo que cuando uno quiere, cuando te convertís en viejo (se ríe) digamos en el sentido negativo de la palabra, ¿no? Cuando uno decide dejarse, cuando uno decide

qué bueno hasta acá y no va más, cuando te tiras en el sillón y no te quieres levantar, ahí empieza, digamos para mí.” (i1)

Plantear el inicio de la vejez desde el “hacer o no hacer actividades”, surge de la comparación de los participantes con aquellos adultos mayores que tienen otro estilo de vida, que no incluye la participación en los CJyP. Lo que demuestra que la representación social que tienen de vejez se construye a partir de la observación de la vejez de los otros y del contexto en el que se encuentra inmerso.

CARACTERÍSTICAS DE LA VEJEZ

Para elaborar la representación social de la vejez, es necesario reconocer aquellas características que son propias de la persona que envejece, ya que las mismas contribuyen a visualizar la imagen que se tiene de esta. Así en esta categoría, surge la pregunta: ¿cómo es la persona que envejece?

Son diversos los cambios biofísicos, psíquicos y sociales característicos de la vejez. Su multiplicidad lleva a reconocer la heterogeneidad que se da en esta población, es decir que las personas no envejecen de la misma forma, por el contrario poseen grandes diferencias interindividuales (Cornachione Larrínaga, 2011); lo cual queda representado por los entrevistados, al coincidir en la dificultad de describir las características de la vejez ya que “todos los adultos mayores son diferentes”:

“...y lo más importante es que no hay dos iguales ¿no? Somos todos diferentes.” (i1)

A pesar de su multiplicidad, existen aspectos que se consideran específicos de la persona que envejece para un determinado grupo, en este caso los adultos mayores del MJyP “Salta”. Estos aspectos son abordadas desde dos posturas, una centrada en lo que disminuye o pierde: “...más pausado, más limitadito”, y la otra en lo que se mantiene o adquiere a lo largo de su trayectoria y recorrido: “...ellos son unas personas que vivieron y tienen mucho para dar.” En un tercera subcategoría se plantea las “Diferencias de género”.

“...MÁS PAUSADO, MÁS LIMITADITO”

El primer aspecto que señalan los participantes como característica de la vejez, es la disminución de la capacidad locomotriz: la capacidad de andar o “el caminar”. Consideran que a medida que se envejece el caminar es más lento, lo cual se puede dar como consecuencia de otras características como el cansancio o pérdida de energías, el miedo a las caídas frente a la pérdida de agilidad o por alguna enfermedad en particular que lo limite:

“...sí, hay personas que ya se le nota porque caminan más lento, andan un poquito más despacio, tienen cuidado, todas esas cosas.” (i5)

“Yo digo que ya me siento grande porque me siento cansada, que no tengo la fuerza de antes, o quizás caminar rápido con eso yo me, me siento ya una persona grande. Digo así porque antes uno tenía mucha agilidad, rapidez...” (A2)

A partir de las entrevistas, de las anécdotas contadas, y en los datos obtenidos en el campo se observó que para los adultos mayores es un aspecto importante a la hora de reconocer en sí mismo o al compararse con otras personas, si se encuentra o no en la vejez.

“Por ejemplo cuando yo fui con las bandejas, ‘no te vas a caer’ me dicen las chicas, que si yo era joven no me lo dicen ¿Entendés? (G1)

El poder trasladarse de un lado a otro es algo que posibilita una vida independiente, no sólo para desarrollar las actividades básicas sino también para participar en los centros de jubilados, realizar trámites y cualquier otra actividad que le permita mantener contacto y desenvolverse con y en la comunidad. El caminar se convierte en la principal herramienta con la que cuenta el adulto mayor para manejarse por sus propios medios, para preservar su autonomía, y por ende, también aparece como una importante capacidad que se teme perder:

“Mientras podamos, como le digo yo a mi marido, mientras nosotros podamos caminar vamos a ir donde queramos...” (i3)

Además, como se dijo anteriormente, surge el miedo a las caídas. Esta característica, es frecuente en las entrevistas de gimnasia, que señalan como principal causa las enfermedades en los huesos, se percibe en este grupo la preocupación por la salud física:

“Camina despacito, caminan despacito yo creo que por miedo a golpearse o algo y también por los huesos. Porque realmente duelen los huesos. Mi mamá se murió a los 50 años pero de cáncer a los huesos” (G5)

Otra característica de la vejez está relacionada con un aspecto psíquico de la persona que se repite a lo largo de las entrevistas: la pérdida de la memoria.

“Vos sabes que yo veo que la mayoría de los adultos mayores mentalmente están en inferiores; tienen mucha disminución de las neuronas, se olvidan.” (F1)

“...y ahora hasta el pensamiento se te va. Y bueno yo pensé que era por mi problema quizás, pero parece que no, que es la vejez, la edad. (A2)

Esta generalización a la mayoría de los adultos mayores, proviene de un prejuicio que tiene la sociedad en general, al considerar que en la vejez el deterioro cognitivo es inevitable (Fernández Ballesteros, s/f). La pérdida de la memoria que describen los participantes, se asienta en dos extremos, que van, desde el olvido ocasional de la ubicación de objetos, hasta el olvido total de la acción recientemente realizada:

“...yo note que en el cambio uno se olvida de las cosas, por ejemplo, yo guardo algo, ‘bueno yo lo voy a poner acá para después acordarme donde lo puse’, y después no me acuerdo donde lo he puesto; y tengo que estar pensando (...), y me acuerdo donde lo he puesto y lo voy a buscar y ahí está.” (G2)

“Ella se pierde de la cabeza, nosotros tenemos que andar cuidándola, porque tiene costumbre por ejemplo viene y te dice... por ejemplo te debe algo a vos y te paga, y al rato viene y te vuelve a pagar porque se olvida.” (F6)

El olvido o la pérdida de la memoria se concibe entre los participantes como algo normal, que debe suceder; lo que lleva a que la persona acepte esta característica como propia de la vejez y que como consecuencia, no se

preocupe por realizar actividades que mantengan esta capacidad cognitiva, o no distinga que puede estar relacionada con otras enfermedades más graves. Aún a pesar de reconocer que está perdida genera dificultades en la vida diaria y en la comunicación con otros, lo que queda representado en los siguientes ejemplos:

"Primero la memoria. Solemos decir varias veces las cosas, ósea las mismas cosas, ser repetitivos en las cosas." (i2)

"Cuando están conversando con vos no pueden por ahí entablar la conversación, porque no pueden expresar lo que quieren decir, les cuesta, en ese sentido mental."
(F1)

Así, la representación social de vejez de acuerdo a estas características que resumida en la siguiente frase:

"Pero ya todo más... ¿cómo te puedo decir?, más pausado, más limitadito también"
(G7)

"...ELLOS YA SON UNAS PERSONAS QUE VIVIERON Y QUE TIENEN MUCHO PARA DAR"

Esta subcategoría hace referencia a lo que se mantiene o incrementa en el envejecer, en el vivir. Tal como plantea Fernández Ballesteros (s/f) la vejez no solo se caracteriza por las pérdidas o el deterioro, también hay cambios positivos, que los convierte en personas con recursos, en este caso, intelectuales y afectivos.

El primer cambio positivo, deriva de la propia existencia, es decir, la experiencia de los años vividos, los hace acreedores de una historia, y como consecuencia de esta puede emerger un atributo: la sabiduría.

"Para mí los aspectos positivos, haber recogido o haber vivido un montón de situaciones para poder explicar y transferirlo a las generaciones que vienen surgiendo." (F2)

“No, no es que adquiriera más sabiduría, lo que pasa es que el adulto mayor ha tenido su vida. Lo que adquiere es la experiencia de vida nada más, la sabiduría de la misma vida que te dio.”(G4)

La sabiduría, no es entendida como una cualidad reservada a las personas mayores, según Fernández Ballesteros (s/f) hay sabios jóvenes y hay viejos que no son sabios. Pero, por el hecho de ser portadores de una historia, pueden ser reconocidos como personas capaces de ofrecer un consejo valioso, ante una realidad ya vivida, lo cual puede ser más valorado dentro de los grupos íntimos, como en la familia.

“...son positivas en darte un consejo, un buen consejo, para una joven, para una no tan joven, para los niños. Siempre son positivas las palabras de la abuela, porque te dicen lo cierto, da en lo justo, porque conoce, ya sabe. Entonces le vuelca a los otros su experiencia o lo que ya pasó ella y tal vez previniendo: ‘no porque tal cosa, no porque ya lo viví, ya lo sé’” (i5)

En este sentido la vejez puede ser interpretada, de la manera en que Iacub (2014) la define: “...aplicable a las personas que han vivido más tiempo que las demás.” (p. 18). Lo que queda representado por los participantes como

“...el viejo también tiene su historia...” (G5)

Un segundo aspecto positivo que se mantiene o incrementa en la vejez, y que está relacionada con la idea “...que tienen mucho para dar”, (extraída del título) es el aspecto afectivo.

“Y las características mentales del adulto mayor, normalmente, es más sentimental, es más de dar consejos aunque no se lo pidan” (G4)

Contrario al estereotipo que sostiene la sociedad acerca de que los adultos mayores se vuelven más rígidos y deprimidos, aparecen como características de la vejez: la continuidad y/o el incremento de los sentimientos de amor y cariño.

“Que es una etapa linda porque los sentimientos no se van, si no que siguen vivos los sentimientos de amor, de manifestación...” (G1)

“A veces se pueden volver más cariñosos, más mimosos...” (i6)

Frente a los cambios constantes que experimenta la persona que envejece, los sentimientos se mantienen, lo que significa que aún esperan dar y recibir cariño. Pero además, se manifiesta la capacidad de amar aún más que en cualquier edad, ya que esta es una etapa donde se da más valor a las cosas, a la familia, a la vida.

“...me parece a mí que el adulto mayor sabe amar más que los jóvenes y que los niños, que sabe amar de verdad, que sabe apreciar las cosas también en su medida justa. El adulto mayor valora más las cosas también, todas esas me parece que es superior a lo que un joven puede sentir por cualquiera, por cualquier cosa que suceda.” (F1)

Aceptar esto como característica de la vejez puede llevar a que las personas busquen nuevas relaciones interpersonales con las cuales compartir sus experiencias, enfrentar la soledad y obtener nuevas amistades, es decir, encontrar nuevas redes sociales de apoyo.

DIFERENCIA DE GÉNERO

La primera observación en el campo que llama la atención es la cantidad de mujeres que hay en el mismo, o desde otro punto de vista, los pocos hombres que asisten al centro de jubilados. Una conclusión a la que se puede arribar es que los hombres son menos participativos o bien que las actividades que se dictan no son de su interés. Sin embargo, a lo largo de las entrevistas se percibieron otros aspectos que están relacionados con la posición que asumen el hombre y la mujer en la vejez.

Los participantes señalan que la vejez en el hombre y en la mujer es distinta, y se puede sintetizar esta afirmación en dos perspectivas. Por una parte, hay quienes consideran que las mujeres envejecen primero a causa de las diversas tareas que llevan a cabo durante toda su vida como madre, como esposa y como ama de casa, mientras que los hombres dedicados solo al trabajo, envejecen más lento.

“Las mujeres envejecen más rápido que los hombres. Yo digo por su actividad, porque nosotras las mujeres dentro de todo tenemos más actividad que el hombre, el hombre va a trabajar y vuelve a su casa y no hace más nada. La mujer, en cambio, si trabaja, llega a su casa y sigue, la limpiada la cocinada, la lavada y... sí.” (G6)

Por otra parte, hay quienes consideran que el hombre envejece más rápido y muere más rápido, se menciona como principal causa la falta de actividad después de la jubilación; la que a su vez, puede estar influenciada por el hecho de que el hombre no acepta o niega su vejez, contrario a la mujer que se percibe más activa y participativa, a la vez que acepta su vejez.

“Sí, sí... o el hombre se pone más idiota no, ¿cómo se dice?... no asimila mucho la vejez, le cuesta más aceptar la vejez.” (A1)

“Por ejemplo, yo me siento, ¿cómo te puedo decir?... que voy a la vejez, acepto mi vejez, pero mi marido es otro tipo de vejez, porque como él... cómo que se siente más joven, pero él es mayor que yo.” (A2)

Esta posición que se toma lleva a que los hombres y las mujeres adquieran características diferentes. Por un lado, los hombres cambian su carácter de manera negativa, lo que lleva a representarlos como, “idiotas”, “jodidos”, además, pueden entrar en un estado depresivo, y por lo general reducen su día a una sola actividad: “mirar la tele” o “dormir siestas largas”. Por otro lado, las mujeres se caracterizan principalmente por tratar de mantenerse, realizando diferentes actividades.

“No sé, me parece que ellos envejecen más o son más jodidos.” (i2)

“Sí, sí, sí es distinto porque ellos entran hasta en un estado depresivo, porque ya se jubilaron, porque ya... claro en cambio la mujer es más activa pues, entonces una inventa cosas.” (G7)

Se puede decir que el hombre es menos activo que la mujer por el hecho de que no está acostumbrado a otro tipo de actividad que no sea el trabajo, mientras que las mujeres están acostumbradas a realizar diferentes actividades; pero específicamente, la posición de negación en el hombre, lo conduce a ser menos participativo, en cuanto a lo que sea asistir a los centros

de jubilados, ya que como plantea Ludi (2012) el solo hecho de participar de estas organizaciones significa aceptar que se pertenece a un determinado grupo de la población: los adultos mayores.

“...por ejemplo mi esposo no quiere ir a ningún taller, ¿y qué hace?, se queda en casa frente a la tele y ya él ya maquina con la mente. (...) Y yo soy distinta porque todo quiero hacer y a veces el tiempo no me da. Y bueno en eso es distinto.” (i5)

CONTEXTO Y VEJEZ

Los adultos mayores poseen una representación social de vejez con la cual se identifican y a partir de la cual dirigen su conducta. Pero además, esta representación se construye en relación al contexto en el cual se encuentran inmersos. De esta manera, las expectativas y estereotipos culturales, y los significados sociales atribuidos a la vejez van construyendo representaciones con las cuales el adulto mayor puede coincidir o diferir, identificarse u oponerse. Así como en el contexto del MJyP “Salta” también se construyen las prácticas de acuerdo a una determinada representación social de vejez, que puede influir en la conducta de los participantes.

Teniendo en cuenta esto, se abordaron las imágenes, ideas y valoraciones que los participantes consideran que la sociedad tiene de la vejez, lo cual se nominó como “La mirada de los otros”. En otra subcategoría denominada “La tercera no es la vencida”, se desarrolló la función que según los participantes deben de tener los adultos mayores en la sociedad, lo que se considera consecuencia de las prácticas e interacciones que tienen lugar dentro de un contexto específico, que es el Centro de Jubilados y Pensionados, que según Fassio (2001) está orientado a la inclusión social del adulto mayor, como a revertir idearios y cuestiones de dependencia social y económica así como la imagen negativa de la vejez basada en prejuicios y estereotipos.

LA MIRADA DE LOS OTROS

Una de las formas en que los participantes perciben la concepción que la sociedad tiene sobre la vejez, es a través del trato que reciben.

Si bien los participantes reconocen que hay una parte de la población que dispone de un buen trato hacia la vejez, también, coinciden en que existe otro gran porcentaje de la sociedad que mal-trata a los adultos mayores, y en particular hacen referencia a diferentes grupos como el gobierno, los profesionales y los jóvenes.

Este mal-trato se traduce en discriminación y exclusión, mediante mecanismos que implícitamente dejan ver, que la sociedad mantiene la idea de que los adultos mayores ya no sirven para los fines de esta, lo cual los convierte en “un estorbo”, en algo que se arrincona a un costado.

“Y a nivel social la sociedad siempre discrimina al adulto que ya está en una edad que ya no sirve, que es un estorbo, ya como que le faltan el respeto, que el viejo debe estar en su casa, lo excluye.” (G6)

“No como dicen: uno se jubila y porque pasas al PAMI ya te tienen que amontonar allá. Allá te tienen que arrinconar, ‘no este viejo ya no sirve’, no, están equivocados.” (G7)

Asimismo, el sistema de seguridad social como los servicios de salud ineficientes y de mala calidad, el haber jubilatorio insuficiente y los últimos cambios en relación a la jubilación que se suceden en esta sociedad, son considerados mecanismo de exclusión de la persona que envejece y por lo tanto, el gobierno es visto como la principal institución que discrimina a los viejos.

“...y después por las cosas que se ven lo que el gobierno está haciendo, tampoco los están tratando bien porque no tienen un buen sueldo.” (i6)

“Que por ahí esa parte, digamos yo la veo como discriminar, ¿no? al adulto de la parte del gobierno. ¿Porque? Porque para ellos el viejo ya no le suma votos, y sin embargo, el abuelo es el primero que está en las urnas.” (G6)

Otro sector de la población que se menciona, está conformado por algunos de los profesionales de la salud, cuyo actuar frente a las problemáticas de la vejez, se reduce a ofrecer soluciones parciales o de mala calidad, lo que lleva a considerar que estas actuaciones están construidas sobre la base de creencias erróneas o prejuicios, como las que suponen que los adultos

mayores tienen poco tiempo de vida o aquel prejuicio, ampliamente refutado por Salvarezza (1994; 2013), que considera que estar enfermo en la vejez es algo normal. En este marco, los participantes perciben que los profesionales tratan a los adultos mayores como “material descartable”.

“Somos como el... para todos los profesionales somos como material descartable, que vas a durar tan poquito que te pongo esto, como un parche ¿viste? Porque no vas a llegar hasta más allá, que saben ellos hasta cuando voy a vivir yo.” (i2)

En cuanto a la sociedad en general, el grupo etario que es considerado el principal ejecutor de este mal-trato, está conformado por los jóvenes. La antonimia joven-viejo se hace aquí presente, ya que a través de su comportamiento los jóvenes acentúan las diferencias que pueden existir entre ellos y los viejos, sobre todo al no permitirles compartir algún aspecto de la vida, como puede ser una simple conversación o bien al mostrarse impacientes o indiferentes ante una persona mayor, que no soportan por el hecho de llevar los rasgos de la vejez.

“Para mí los tratan mal, los tratan mal los jóvenes. Los jóvenes creen que nosotros somos de otro planeta y por ahí no quieren estar con vos, no quieren ni hablar porque creen que nosotros no encajamos en la conversación de ellos.” (F1)

“Por ejemplo hay muchas personas jóvenes que no las nos soportan, que no nos soportan ya a las personas mayores, digamos a los viejos, en una palabra viejos. Porque son irrespetuosos, te maltratan...” (F6)

Estas conductas negativas percibidas, señalan la presencia de lo que Salvarezza (2011) denominó “Viejismo”, y que Butler (1993, citado en Salvarezza 2011) define como:

El prejuicio de un grupo contra otro, se aplica principalmente al prejuicio de la gente joven hacia la gente vieja. Subyace en el viejismo el espantoso miedo y pavor a envejecer, y por lo tanto el deseo de distanciarnos de las personas mayores que constituyen un retrato posible de nosotros mismos en el futuro (pp. 27-28)

Ante estas imágenes que les devuelve la sociedad, los participantes asumen una posición de desacuerdo y el respeto es el principal aspecto que reclaman, no por el hecho de ser mayores sino por el hecho de ser personas, pero aún más por la convicción de que la vejez es un camino por el que todos van a pasar. Este respeto solo puede ser demostrado a través del buen trato.

“...la sociedad le debe el respeto y debe darse cuenta que va también a ese camino de ser en algún momento adulto mayor. Ósea, va a pasar por esa etapa si tiene la suerte que la naturaleza le siga dando vida.” (G4)

“Entonces, creo que está mejorando y que podría ser mucho mejor, que podría ser exclusivo el trato, lo primero que tendría que ser primero es el trato, a las personas mayores tratar de hacerlas sentir mejor de lo que uno está.” (F3)

LA TERCERA NO ES LA VENCIDA

Esta frase intenta demostrar que estar en la tercera edad no significa estar rendido, acabado, sino que todavía hay muchas cosas por ganar, por luchar. Por lo que dentro de esta subcategoría se abordó la función social que para los participantes, deben de tener los adultos mayores.

Como se planteó en otra categoría, hay quienes consideran que la jubilación marca el inicio de la vejez, mientras que para otros este hecho no es determinante. Pero en lo que pueden coincidir es que después de la jubilación, para la sociedad, la persona pierde su funcionalidad social (Méndez Gallo, 2007) y adquiere mucho más tiempo libre. Lo que pone a la persona jubilada ante la incertidumbre sobre qué hacer a partir de ese momento. Esto queda explicado en las palabras de un participante:

“A veces por ahí la sociedad misma te convence que ya estás out, fuera de todo. Y bueno, depende de cada uno, de ahí en más quedamos librados a nuestra suerte, ¿viste?” (i6)

Dentro de esta subcategoría la pregunta sobre qué debe hacer el adulto mayor intenta ser respondida desde una mirada centrada en sus capacidades.

“El adulto mayor todavía está capacitado, digamos para enfrentar algunos desafíos de la vida.” (G6)

“...hay mucha gente que tiene mucha capacidad para seguir trabajando.” (G4)

Por una parte, están quienes consideran que el adulto mayor puede y debe seguir trabajando si su condición física y psíquica todavía lo permite, y si así lo desean. Aunque, para otros el trabajo, en esta época, debe tener otras características más flexibles en cuanto a horarios y responsabilidades, además de que adquiere otro fin, distinto al económico:

“Pienso que depende de cada uno de la lucidez que tenga tal persona, porque muchas veces la persona se acerca más para colaborar, para ayudar, más para ella entretenerse y si ella tiene mucho conocimiento volcar todo ese conocimiento de esa persona al taller o donde sea que ella pueda colaborar, pienso que está bien, sí.” (i5)

“Y bueno haciendo cosas, brindando ayuda...no sé. Claro ser útil en la sociedad para alguien. Trabajo ya no, ya no tener esa responsabilidad, de trabajo.” (i4)

El significado del trabajo se amplía hacia otras actividades de colaboración y ayuda en la comunidad, que le permitan a la persona mayor sentirse útil y a la vez mantener lo que la Organización Mundial de la Salud (2015) define como capacidad funcional, es decir la capacidad física y psíquica para continuar realizando las actividades de la vida diaria.

“Aparte de proyectos personales, en esta época quiero, quiero tratar de hacer algo por el resto de las personas, no tan solo por mi familia, actividades que sean solidarias, devolver en algo lo que la vida me ha favorecido.” (i1)

Para Iacub (2014) este tipo de actividades tienen como fin dotar de coherencia y propósito a la propia existencia a través de objetivos y metas que brinden una sensación de valor y utilidad social.

Por otra parte, hay quienes consideran que la función del adulto mayor en la sociedad consiste en luchar por “lo que les corresponde”, lo que implica luchar por el bienestar propio y el de sus pares, buscando mejoras en las condiciones económicas, y tratando de que la vejez sea mirada desde otro

enfoque. Esta necesidad de luchar por sus derechos y tratar de modificar la representación social de la vejez, surge en el contexto del MJyP “Salta”, el cual según Gastón y Browne (2008) “posibilita la potencialización de los recursos que poseen y la creación de alternativas novedosas para fortalecer la trama de la vida” (citado en Ludi, 2012 p. 43), lo que Iacub y Arias (2010) entienden como empoderamiento.

“Entonces uno está para la lucha, todavía se siente con esa fuerza de luchar por lo que a los viejos les corresponde.” (G6)

“Mi pensamiento es que sí, es por eso que estoy en este centro de jubilados, por lo menos tratar de ser útil. Tratar de ayudar a alguien que pueda ayudar y ver de otro foco, de otro enfoque lo que es la ancianidad.” (F2)

Entre estas subcategorías existe una conexión, ya que percibir las representaciones que la sociedad tiene de la vejez, coloca al destinatario de estas, en la disyuntiva de aceptarlas o reconocer sus capacidades para llevar a cabo una función social que las modifique, lo que Iacub y Arias (2010) explican de la siguiente manera:

“...el sujeto no es un ente pasivo, sino que es el motor de cambio a los modelos que sobre él se plantean. En la medida en que el sujeto toma conciencia de su padecimiento, en cuanto objeto de una determinada concepción de la realidad, puede volverse capaz de subvertir el orden que lo victimizaba” (p.30)

MOTIVOS

Las personas que asisten al movimiento, llegaron al mismo a través de diversas fuentes, como ser familiares, amigos y vecinos que ya asistían, a través del PAMI o por recomendación médica, psicológica o familiar.

Los motivos que los llevaron a concurrir al centro pueden agruparse en generales y específicos. Los primeros son compartidos por todos los grupos, y los específicos se refieren a aquellos por los que se eligió determinada actividad.

Motivos generales

El principal motivo por el cual realizan una actividad en el MJyP “Salta”, es porque “comparten con sus pares” y por los beneficios que obtienen de esto, que en línea general eleva su bienestar personal, y en específico se resume en los siguientes beneficios

- Combatir la soledad a partir de la creación de nuevas redes de apoyo

“Como yo estoy sola no tengo familia acá, y esto me ayuda muchísimo, hago de cuenta que son familia mía la gente...” (G3)

- Aumento de la autoestima

“Compartimos, nos reímos y eso me hace bien, y como que mantengo más alta mi estima, me quiero un poco más.”(i5)

- Aumento del sentimiento de pertenencia

“Yo les digo que les va a hacer bien, aparte no solamente es la cuestión del baile en sí, es compartir con la gente de tu edad” (F1)

.Motivos específicos

Taller de gimnasia

Los miembros del grupo de gimnasia manifiestan como principal motivo el cuidado de la salud física, ya que reconocen los beneficios que esta actividad produce, sobre todo para los huesos y mantenimiento de la agilidad y reflejos; y en segundo lugar, para su salud mental o psicológica, ya que consideran que es un hábito saludable que eleva su bienestar.

“Porque por ahí estar sentado o no tener esa agilidad, digamos se nos endurecen los huesos, sobre todo el codo, las rodillas.” (G6)

“Salimos pero bien livianitas, me olvido de todo.” (G3)

Otro motivo está relacionado con las características del contexto y de la actividad en sí, ya que reconocen la comodidad que produce el compartir con

sus pares, y que la profesora de gimnasia se adapte a las capacidades de cada persona. En este sentido, los CJyP son vistos como lugares de encuentro con los pares y creados con el fin de delimitar un lugar específico con identidad clara donde puedan desarrollar actividades los adultos mayores (Ludi, 2012).

“Porque yo le digo es hermosa la gimnasia, porque va gente de toda edad, no gente de toda no, gente grande, entonces vos no tenés que estar haciendo esfuerzo que te dan en otro gimnasio.”(G5)

La mayoría de las personas de este taller tienen interés en realizar otras actividades físicas, como tango u otro tipo de gimnasia. Más allá de la falta de tiempo, se observa como otro obstáculo no encontrar lugares que dicten estas actividades y que se adapten a sus capacidades.

En resumen, aparte de la preocupación por la salud física, eligen asistir al centro porque es un lugar donde sus capacidades no son expuestas o comparadas con personas de otra edad.

Taller de folclore

El taller de folclore es elegido por los participantes porque es una danza que siempre les interesó, por lo que se puede observar que hay quienes realizaban esta actividad desde antes de entrar al centro y quienes encontraron la oportunidad de realizarla ahora que cuentan con el tiempo y el lugar. Además, señalan que es una actividad que a diferencia de las otras, implica un compromiso para participar en presentaciones en diversos lugares, lo cual los motiva a continuar asistiendo. Un último motivo, está relacionado con su salud mental, ya que reconocen que es una actividad que los despeja

“...porque bailar significa no solamente mover... moverse físicamente sino también las neuronas, porque vos tenes que estar concentrada para saber la coreografía, para seguir el ritmo de la música” (F1)

“... siempre me gusto. Hace años que bailo folclore, de antes que me jubile.” (F2)

“Y folclore porque después se participa en el teatro. Entonces, uno se esmera por aprender, por hacerse la ropa en cambia gimnasia termina eso y a la casa, y no hay un incentivo después que diga ‘ay yo quiero participar’”. (F4)

En esta actividad se observó que “se pierden miedos”: el uso de bastón no es un impedimento para bailar cuando la música empieza, aquellos que llegaron tarde se suman siguiendo los pasos de sus compañeros, quienes no conocen el ritmo (en ese momento una “Chacarera del monte”) improvisan o piden ayuda a su pareja de baile.

Se puede inducir que el interés por la actividad es mayor a cualquier impedimento personal o del contexto que lo limite. Por lo que se refiere a la realización de otras actividades, seleccionan aquellas que son de su agrado o han quedado como asignaturas pendientes por ejemplo, natación, teatro, artesanías. El principal obstáculo que se les presenta es el temor a no contar con las capacidades para poder llevarlas a cabo.

Taller de informática

La elección del taller de informática se fundamenta en tres motivos: el primero y principal, para mantener la función cognitiva, es decir a través de esta actividad buscan “ejercitar la mente” y satisfacer la necesidad de aprender. Un segundo motivo es para mejorar su calidad de vida, ya que le permite el desarrollo de actividades instrumentales, que están cada vez más mediatizadas por las TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación) y por último, porque reconocen que es una herramienta importante para mantener la comunicación, principalmente, con su familia.

“Y bueno porque es lindo aprender, no solamente para ejercitar la mente sino porque es bueno aprender otras cosas... (...) Y aparte de ser lindo es útil para mí o para la casa, para muchas cosas puede ser útil la computación, así que es buena” (i6)

“Yo cuando vengo acá aprendo, después voy a la casa y le enseño a él (su esposo). Le enseño a él: “mira así tenemos que hacer”, y ya nos podemos comunicar con otras personas y eso.”(i3)

“... computación te mantiene actualizada, digamos más informada, agiliza tu mente, es importante.” (i1)

Si bien son claros los motivos por los que eligen este taller, se puede observar que estos definen características importantes de este grupo. Por una parte, si el objetivo de las personas mayores es mantener sus capacidades cognitivas, ellas reconocen que para lograrlo necesitan un doble esfuerzo: el primero es reconocer que no tienen la misma capacidad de aprender, que hace unos años atrás y el segundo, que no basta con asistir las dos horas del taller, sino que es necesario realizar tareas complementarias que le permitan afianzar el conocimiento, como el practicar lo aprendido en sus casas.

“Aparte acá la profesora tiene mucha paciencia, y ella nos enseña de a poco, y después lo que nosotros tenemos que hacer es ejercitarnos en la casa, practicar en la casa, para que se nos grabe más lo que estamos aprendiendo.”(i6)

Por otra parte, para conservar redes sociales de apoyo, como la familia, u obtener nuevas como ser amistades, así como mejorar su calidad de vida, reconocen la importancia de mantenerse actualizados en cuanto a las TIC, y para ello deben aceptar el desafío de aprender algo que es totalmente nuevo aunque “les cueste”.

“A mí me cuesta, por ejemplo, cobrar porque ahora todo es por cajero, me cuesta manejar esa máquina, aparato; ¿vio que todo viene por internet ahora las cosas? A mí me cuesta un montón esas cosas...” (i3)

Una última característica de este grupo que es necesaria para que se den las anteriores y que alcancen sus objetivos, es la voluntad y la confianza en sus propias capacidades, es decir en la convicción de que ellos pueden:

“Entonces me llamó la atención de que personas tan grandes más que yo, y digo ‘Ah yo también puedo venir’” (i5)

Taller de Artesanías

Para los miembros del grupo de artesanías el principal motivo que los llevó a realizar este taller, es el cuidado de la salud mental, es decir, el poder

despejarse o escapar por unas horas de los problemas familiares. Así consideran que esta actividad es una forma de hacer terapia, ya que como se observó en las clases, no solo se concentran en la tarea a realizar, sino que además se genera un espacio que les permite conversar y contar su historia de vida.

“Es que ellos vienen por...yo pienso que todos estamos en la misma situación, pienso no sé, que es un escape.”(A2)

“Me gusta hacer, una porque como dice la profesora que nos entretenemos, y otra que es una terapia para la edad que tenemos, es una terapia.” (A3)

“Artesanías, me encanta me entretengo. No estoy pensando en otra cosa, estoy pensando qué está bonito para hacer. Eso me gusta.” (A5)

Una características compartida por las mujeres de este grupo es que sufren algún tipo de dolencia física, que le imposibilita el realizar otras actividades como gimnasia o folclore.

“No, porque por mi salud y por mi pierna que ya no me da.” (A3)

DISCUSIÓN

Los resultados de este estudio proporcionan una perspectiva poco documentada dentro del contexto de los CJyP de Salta.

En este apartado se tensionaron los resultados obtenidos con los de otras investigaciones y con los conceptos teóricos que sirvieron como referencia al momento de realizar el trabajo.

En relación a los antecedentes, de la investigación de Galleguillos Céspedes, D. (2015): "Inclusión social y calidad de vida en la vejez: Experiencias de personas mayores participantes en clubes de adultos mayores en la comuna de Talagante", se encontró que la conclusión principal coincide con el motivo general para asistir al MJyP "Salta", es decir se manifiesta que estos lugares generan un alto nivel de bienestar subjetivo, como así también se convierten en espacios de gran importancia para su vida.

En el trabajo final de grado de Pivani González, R. M. (2015) "Representaciones de envejecimiento y vejez asociados a la participación de Adultos Mayores", se perciben coincidencias con la presente investigación, en cuanto a que la vejez es definida como etapa para realizar actividades, lo que aquí es expuesto en términos de "hacer o no hacer". Sin embargo, el primero se limita a actividades que ofrece el estado, mientras que el segundo se refiere a cualquier tipo de actividad que tenga un sentido para el adulto mayor, aunque en ambas, viejo es aquel que no realiza actividades. Además, en el trabajo de Pivani se señala una representación de vejez basada en estereotipos y prejuicios, si bien también se coincide en esto, difiere en que no se produce una desconstrucción de la misma, por lo tanto no se plantea como meta de los entrevistados, el empoderarse, lo que sí es planteado aquí. Por último, en ambas se reconoce que las representaciones están atravesadas por el contexto, no obstante en la presente investigación se halló que también está atravesada por la posición que asuma el adulto mayor en él.

Respecto a la investigación realizada por Guterres Costa, F. & Faria Campos, P. (2009): Representação Social da Velhice, Exclusão e Práticas

Institucionais, se halla una coincidencia con esta investigación, en ambas se comparte una visión basada en las limitaciones físicas y enfermedades, empero asumen una posición frente a esta y no se dejan dominar, ya que presentan una postura activa.

En cuanto al trabajo de Fernandes, J. S. G. & Andrade, M. S. (2016). Representações sociais de idosos sobre velhice, no se encontraron coincidencias o diferencias en relación a los resultados obtenidos. Sin embargo, se puede señalar que en el contexto del MJyP “Salta” los adultos mayores no difieren notablemente en cuanto a la categoría de nivel educativo, pero sí en relación al aspecto socio económico. Esto hace a lo particular del envejecimiento para cada sujeto, lo cual puede considerarse como una variable a investigar en mayor profundidad.

En cuanto a lo desarrollado en el marco teórico, se observan coincidencias, en lo que se refiere a la función de la jubilación impuesta por la sociedad, ya que a partir de esta se establece cierto estilo de vida para el adulto mayor y cómo va a ser su relación con la sociedad. Así en la investigación se observó que aunque no todos consideran a la jubilación como inicio de la vejez, si marca un antes y un después que los lleva a cuestionar cómo va a ser su vida a partir de ese momento; lo que pone en tensión al responder en las representaciones ¿Quién es viejo? y ¿Qué se espera de él?

Asimismo, la exposición en el marco teórico acerca de las nuevas formas de concebir la salud, en términos funcionales, queda evidenciada en los participantes ya que se acercan al CJyP, motivados por el mantenimiento de aquellas capacidades físicas y mentales que puedan limitar su autonomía.

Un último punto coincidente está relacionado con los nombres de la vejez, pues se observó la importancia que tiene para los participantes la nominación que se utilice para referirse a ellos, así se observa que no se identifican con la palabra viejo, por el contrario parecen coincidir con las propuestas de la OMS que sugiere “adulto mayor” o “persona de edad”.

CONCLUSIÓN

Para empezar a responder a los objetivos de esta investigación, se tomará de Jodelet (1986) la siguiente cita:

“La caracterización social de los contenidos o de los procesos de representación ha de referirse a las condiciones y a los contextos en los que surgen las representaciones, a las comunicaciones mediante las que circulan y a las funciones a las que sirven dentro de la interacción con el mundo y con los demás.” (pp. 474-475)

Es posible identificar que como colectivo, los adultos mayores han ido construyendo representaciones acerca de la vejez que se han configurado tanto desde sus experiencias de vida, (particularmente en relación a la vivencia de la vejez de los padres), como desde las construcciones culturales percibidas a través de la interacción de este grupo con otros grupos de la sociedad; como así también desde las concepciones de vejez que maneja el CJyP que han sido mediadas por los objetivos institucionales, intereses y motivaciones de su comisión directiva; y desde las cuales van construyendo las prácticas y las actividades.

Las interacciones de los viejos con los otros grupos permiten dar cuenta de un conjunto de imágenes, creencias, estereotipos y prejuicios sobre la vejez, que circulan en la sociedad. En este contexto el adulto mayor puede asumir y aceptar tales construcciones sociales, hasta el punto de construir su modelo de vejez en base a estas.

Asimismo, la primera representación de vejez está asociada a una visión biológica de disminución física y funcional, haciendo hincapié en aquello que “anda mal”, es decir la vejez es definida desde los cambios físicos y la enfermedad. Los cambios físicos que la caracterizan son aquellos que dan lugar a la pérdida de la autonomía, los cuales se pueden ejemplificar en dos tipos de disminuciones: más pausado (en relación a la capacidad locomotriz) y más limitado (en cuanto a capacidades cognitivas). La vejez representada

desde la enfermedad va a estar asociada a cambios en la conducta del viejo tendientes a mantener su salud.

En relación a esto, las características que definen a la vejez, van a acentuarse o van a aparecer a partir de un hecho concreto: la jubilación, es decir se toma este criterio sociodemográfico y laboral impuesto por la sociedad, para decir quien es viejo y que es lo que debe hacer. El viejo es aquel que está jubilado, que ya no trabaja y lo que debe hacer es mantenerse al margen de la actividad productiva. En este sentido, la vejez equiparada con el hecho de estar jubilado, es percibida en términos de inutilidad e improductividad.

La vejez representada desde esta mirada adquiere un matiz negativo, peyorativo; producido por la percepción de que en la persona todo disminuye, todo cambia, que ya no hay futuro para quien la vive. Ante estas ideas la reacción emocional que surge inmediatamente es el miedo, la desesperanza y concomitantemente la orientación de la persona hacia la vejez será la negación o el rechazo.

Desde una perspectiva de género la negación de la vejez es más frecuente en los hombres. Esta actitud lleva a que adquiera características diferenciales de la mujer vieja, principalmente en las conductas a desarrollar después de la jubilación. La mujer que acepta su vejez desarrolla estrategias para afrontarla, como el hecho de buscar nuevas redes sociales de apoyo, al participar en los CJyP; mientras que el hombre no se identifica con estos espacios, claramente destinados a la población mayor, por lo que reduce su participación en los mismos.

Como conclusión, el adulto mayor que permanezca sujeto a estas representaciones sociales va a limitar su participación en las OPE (Organizaciones de Personas de Edad) y, por ende, en el desarrollo de cualquier actividad que no se adapte a sus características, ya que ante las atribuciones negativas que asume pierde la confianza en sus propias capacidades y el hecho de que el deterioro sea considerado propio de la vejez lo va a limitar a buscar actividades que lo ayuden a enfrentarlo.

Los adultos mayores reconocen las ideas negativas preestablecidas socialmente, frente a las cuales pueden tomar dos posiciones, la primera es de aceptación y resignación ya que comparte estas ideas en sus propias representaciones y espera un cambio por parte de la sociedad basado en el respeto y buen trato; mientras que la segunda posición, busca asumir el poder sobre estas, para producir ese cambio.

En una segunda representación, la vejez es definida como una etapa más de la vida y al igual que otras, implica cambios positivos o logros y negativos o pérdidas. Al concebirla de esta forma se acentúa su carácter natural, es decir propio de la vida y su carácter inevitable, ya que todas las personas van a llegar a ella. Con respecto a esto último, la vejez es representada como un trayecto, es decir, que la persona tuvo que atravesar o superar diversas situaciones o períodos para llegar a esta. Lo cual es reconocido como un logro, que va a estar acompañado de otros que caracterizan esta etapa.

Una característica es la experiencia que se recoge a través de los años, a partir de la cual el adulto mayor adquiere un atributo que es la sabiduría. Este aspecto es visto como un recurso que le permite aportar algo de su experiencia, sobre todo a su grupo familiar.

Otra característica, se relaciona con el incremento de la afectividad que da lugar a la necesidad de buscar nuevas redes de apoyo social, por ejemplo en el CJyP.

También se describe a la vejez como un momento para disfrutar del tiempo libre y la familia. Todas estas ideas e imágenes llevan a que la vejez como etapa de la vida produzca bienestar, sea aceptada y valorada positivamente.

Brevemente se puede señalar, que viejo es aquel que también “tiene su historia” que es igual a las demás personas, ya que tiene necesidades y sentimientos.

Con respecto a lo que se debe hacer en la vejez queda representado en la siguiente frase “La tercera no es la vencida”; es decir, el adulto mayor tiene las capacidades para enfrentarse a algunos desafíos de la vida, para continuar con una función social. Por una parte, puede seguir trabajando en algún oficio si siente la necesidad o el deseo de hacerlo; o bien puede realizar tareas voluntarias y de colaboración que le permitan ofrecer algo de lo propio a los seres queridos o a la comunidad.

Por otra parte, este reconocimiento de las capacidades, que surge en el contexto del MJyP “Salta”, acompañado de la información sobre los derechos de la vejez que se brinda en el mismo, da lugar a que se perciba como necesaria una función de lucha por el bienestar de cada adulto mayor; es decir, surge como meta el empoderarse (Iacub & Arias, 2010) ya que se busca asumir el poder promoviendo cambios en lo social, como la deconstrucción del modelo de vejez que circula en la sociedad (“y ver de otro foco, de otro enfoque lo que es la ancianidad.”), a partir de cambios en lo personal, que incluye asumir una representación más positiva sobre sí mismos, a partir de la confianza en la capacidad individual y en la capacidad de seguir disponiendo de su vida, a través de la participación que ofrece el contexto.

Se concluye que una representación social de la vejez basada en las capacidades, en los logros y en la aceptación de esta como un hecho natural de la vida, aún a pesar de los cambios negativos que puedan tener lugar, no solo produce bienestar sino que además posibilita al adulto mayor desarrollar diferentes funciones o actividades.

Surge en relación al inicio de la vejez, la construcción de una tercera representación. La vejez, no es vista como un grupo de personas agrupadas de acuerdo a su edad cronológica, sino que aparece como una característica actitudinal, es decir se representa en términos de “no tener ganas o estar cansado de vivir”. Por lo que se puede ser viejo o sentirse viejo a cualquier edad si se presenta esta actitud ante la vida, es decir que la vejez no tiene un tiempo de inicio claramente delimitado.

Además, se elabora una representación de vejez en términos de “hacer o no hacer cosas”, lo que se explica desde los postulados de la Teoría de la Actividad, que plantea la importancia de mantenerse activo a partir de actividades que tengan un sentido para el adulto mayor o desde la Teoría de la Desvinculación, que explica la decisión de no hacer estas actividades. A partir de estas ideas, se reflexiona sobre lo positivo y lo negativo de la vejez, en la que ocupar el tiempo libre en diversas actividades es visto como algo positivo, mientras que estar enfermo o decidir “convertirse en viejo” dejando de lado las actividades que dan sentido a este período de la vida, es valorada como negativo.

Cabe destacar que esta representación está construida sobre la comparación entre los participantes con aquellos adultos mayores que tienen otro estilo de vida, que no incluye la participación en los CJyP. Algo semejante ocurre con los nombres de la vejez, las personas entrevistadas no se identifican con la palabra viejo sino que prefieren ser llamados como adultos mayores o simplemente adultos, o bien por su nombre; ya que viejo es aquel que no realiza actividades por dos motivos por alguna enfermedad o por decisión propia.

Como conclusión, en relación a las representaciones es indispensable considerar que todas en su construcción están atravesadas por el contexto y a su vez tiene un papel fundamental la posición que ocupen los adultos mayores en él, ya que de un mismo lugar aparecen representaciones que posibilitan y otras que limitan a seguir siendo partícipes de su propia vida.

En cuanto a la relación entre representación social de vejez y la elección de la actividad que realizan en dicho establecimiento, se establecen las siguientes conclusiones.

La mayoría de los participantes del taller de gimnasia definen la vejez desde los cambios físicos y la enfermedad, lo que está relacionado con su principal motivo de elección que es la preocupación por el cuidado de la salud física, como así también, con su interés exclusivo por realizar otros tipos de gimnasia o de baile. Asimismo, el principal obstáculo para realizar otras

actividades está dado por el hecho de no encontrar lugares que se adapten a sus capacidades, lo que está relacionado con una concepción de vejez caracterizada desde la disminución de las mismas.

En cuanto a los que realizan folclore se observan diferentes formas de representar la vejez como una etapa más de la vida y en términos de hacer o no hacer cosas que tienen un sentido personal. Esta última representación está vinculada al principal motivo de elección que es realizar aquello que siempre fue de su interés, como a la preferencia de otras actividades que se pueden considerar “asignaturas pendientes”.

Para los de informática la vejez es representada como “una etapa más” de la vida, en la cual se reconoce y acepta los logros y las pérdidas; también, en términos de “hacer o no hacer cosas” y desde la concepción de la “tercera no es la vencida”. En relación a estas representaciones, se observa que el motivo de la elección de informática. Está dado por el hecho de que, es un taller que genera el interés para poder mantenerse actualizado y comunicado; a la vez que se reconoce y acepta los desafíos que plantea esta actividad a sus capacidades. Algo semejante ocurre con el interés por realizar otras actividades (teatro, natación, artesanías) ya que no se ven limitados por el temor de no contar con las capacidades, por el contrario están dispuestos a ponerlas a prueba.

Finalmente, con respecto al taller de artesanías, la vejez es definida desde los cambios físicos y la enfermedad. Particularmente en este grupo las personas utilizan ejemplos de sus propias dolencias para referirse a la vejez y reconocen que esto las limita a realizar otros tipos de actividades; siendo su principal motivo de elección de las artesanías, el cuidado de su salud mental, ya que encuentran un espacio de escucha y diálogo.

Para finalizar, se observa que los motivos que llevan a elegir determinada actividad están mediados o atravesados por las representaciones de la vejez que tienen los adultos mayores del MJyP “Salta”.

RECOMENDACIONES Y SUGERENCIAS

A partir de lo investigado se debe destacar la importancia de la intervención directa sobre los contextos en los que se desenvuelven los adultos mayores, la cual debe estar centrada en brindar información sobre sus derechos, en las capacidades y logros, y sobre todo en una representación social de vejez, libre de estereotipos negativos y prejuicios. Para proveer un marco de referencia sobre el cual desarrollar sus vivencias y construir o modificar sus propias representaciones de esta etapa de la vida.

Se sugiere para próximos trabajos, la indagación sobre las representaciones sociales de vejez que subyacen en las prácticas de los profesionales de la salud, ya que la imagen de “material descartable” que reciben los adultos mayores, no solo está determinando el tipo de servicio recibido sino que también puede tener repercusiones en la salud, en el autoconcepto y autoestima de los pacientes.

También, se considera de interés conocer las representaciones de vejez que tienen los profesores que enseñan en los CJyP, pues hipotéticamente para enseñar deben confiar en las capacidades de sus alumnos, por lo que sus concepciones no deben estar basados en lo negativo de la vejez. De tal manera que podrían considerarse un sector de la población importante para la transformación de las representaciones que circulan en la sociedad.

Además, si la representación social puede variar de contexto en contexto es importante conocer las representaciones sociales de los adultos mayores menos favorecidos, para poder descubrir y trabajar sobre sus experiencias de envejecer; sin dejar de lado la intervención de otras categorías como el nivel educativo, la clase social o el género.

A lo largo de la investigación surgió otro interrogante: ¿Cómo influye la experiencia de vejez de los padres en la experiencia y representación de vejez en los hijos?

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta Quiroz, C., Dávila Navarro, M., Rivera Iribarren, M. & Rivas López, J. (2010) Actividades de la vida diaria y envejecimiento exitoso. Recuperado el 11 de febrero de 2017 de: <http://www.inger.gob.mx:8000/acervo/pdf/09.pdf>
- Antequera-Jurado, R. & Blanco Picabia A. (2013) Percepción de control, autoconcepto y bienestar en el anciano. En Salvarezza L. (Ed.) *La Vejez* (pp. 95- 121) Barcelona: Paidós
- Araya Umaña, S. (2002) Las representaciones sociales: Ejes teóricos para su discusión. Recuperado el 29 de septiembre de 2017 de: <http://www.flacso.or.cr/index.php/publicaciones-jb-br-jb-i-labor-editorial-jb-i/cuadernos/336-cuaderno-no-127>
- Cornachione Larrínaga, M. A. (2011) *Vejez. Aspectos biológicos, psicológicos sociales* (2ª ed.). Córdoba: Brujas
- Di Domizio, D. (2011) Políticas públicas, prácticas corporales y representaciones sociales sobre la vejez: Un estudio de casos. Tesis de Posgrado. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad Nacional de La Plata. Recuperado el 23 de septiembre de 2017 de: <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.441/te.441.pdf>
- Duque, M del P. (2002) Representaciones sociales de roles de género en la vejez: una comparación transcultural *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34, (1-2), 95-106. Recuperado el 9 de julio de 2017, de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80534208>
- Fassio, A. (2001). Entre la exclusión y la inclusión. Organizaciones de Personas de Edad en la Ciudad de Buenos Aires. Recuperado el 5 de octubre de 2017 de: <http://www.aacademica.org/iv.congreso.chileno.de.antropologia/63>

Federación de Psicólogos de la República Argentina (Fe.P.R.A.) (2013). Código de ética de la Federación de Psicólogos de la República Argentina. Recuperado el 20 de marzo de 2017 de: http://fepra.org.ar/docs/C_ETICA.pdf

Fernandes, J. S. G. & Andrade, M. S. (2016). Representações sociais de idosos sobre velhice. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 68 (2), 48-59. Recuperado el 23 de junio de 2017 de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/arbp/v68n2/v68n2a05.pdf>

Fernández Ballesteros, R. (s/f). La psicología de la vejez. Recuperado el 5 de febrero de 2017 de: <http://www.encuentros-multidisciplinares.org/Revistan%C2%BA16/Roc%C3%ADo%20Fernandez%20Ballesteros.pdf>

Gastrón, L.; Vujosevich J.; Andrés H. & Oddone, M. J. (2001) La vejez como objeto de las representaciones sociales. Recuperado el 11 de junio de 2017, de: <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/ar/libros/argentina/germani/gastron.rtf>

González Hidalgo (2001) El envejecimiento: aspectos sociales. San José: Universidad de Costa Rica.

Hernández Rodríguez, G. (2007) Medio de comunicación de masas e imágenes asociadas a la población anciana. Recuperado el día 24 de septiembre de 2016 de: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/hernandez-comunicacion-medios-01.pdf>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ta ed.). México D.F.: McGraw-Hill Interamericana Editores.

Iacob, R. & Arias, C. (2010) El empoderamiento en la vejez. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 2, (2), 25-32. Recuperado el 7 de

septiembre de 2017, de:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=282221720003>

Iacub, R. (2014) *Identidad y envejecimiento*. Buenos Aires: Paidós

Jodelet, D. (1986). La representación social: fenómenos, concepto y teoría. En Moscovici, S. *Psicología Social II* (pp. 469 - 494). Buenos Aires: Paidós.

Kehl Wiebel, S. & Fernández Fernández J. M. (2001) La construcción social de la vejez. *Cuadernos de trabajo social*, 14, 125-161. Recuperado el 16 de marzo del 2017 de <http://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/view/CUTS0101110125A>

León, M. (2002) *Representaciones Sociales: actitudes, creencias, comunicación y creencia social*. En Morales, F.; Paéz, D.; Komblit, A. & Asún, D. (comp.). *Psicología Social* (pp. 367-385). Buenos Aires: Pearson Education.

Ley N° 26.675. Nacional de Salud Mental. Argentina, 3 de diciembre de 2010

Ley N° 6063. De la profesión del Psicólogo. Salta, 11 de febrero de 1983

Ludi, M. C. (Coord). (2012). *Envejecimiento y espacios grupales: apuestas y desafíos*. Buenos Aires: Espacio Editorial.

Martínez, H. D., Mitchell, M. E & Aguirre C. G. (2013) Unidad N° 5: Salud del adulto mayor - gerontología y geriatría. Recuperado el 22 de octubre de 2017, del sitio web Cátedra de Medicina Preventiva y Social de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Córdoba: <http://preventivaysocial.webs.fcm.unc.edu.ar/manuales-de-catedra/>

Méndez Gallo, P. (2007) *La concepción social de la vejez: entre la sabiduría y la enfermedad*. Recuperado el 7 de marzo de 2018 de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2335337>

- Moñivas, A. (1998) Representaciones de la vejez (modelos de disminución y de crecimiento). *Anales de la psicología*, 14 (1), 13-25. Recuperado el 11 de junio de 2017, de: <http://www.redalyc.org/pdf/167/16714103.pdf>
- Mora, M. (2002). La teoría de las representaciones sociales de Serge Moscovici. *Athenea Digital*, 2, 1-25. Recuperado el 10 de junio de 2017, de: <http://www.raco.cat/index.php/Athenea/article/viewFile/34106/33945>
- Moscovici, S. (1979) El psicoanálisis, su imagen y su público. (Nilda María Finetti, Trad.) Buenos Aires: Huemul S. A. (Trabajo original publicado en 1961)
- Oddone, María Julieta (2013). "Antecedentes teóricos del Envejecimiento Activo". *Informes Envejecimiento en red*, 4. Recuperado el día 15 de marzo de 2017 de <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/odonne-antecedentes-1.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (2015) Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Recuperado el 20 de febrero del 2017, de: <http://www.who.int/ageing/publications/world-report-2015/es/>
- Palacios, J. & Marchesi, A. (2000) Inteligencia y memoria en el proceso de envejecimiento. En Carretero, M.; Palacio, J. & Marchesi A. (Eds.) *Psicología evolutiva*. Madrid: Alianza Editorial
- Salvarezza L. (2013) Fausto Miguel Strogoff y los viejos. En Salvarezza L. (comp.) *La Vejez* (pp. 33-51) Barcelona: Paidós.
- Salvarezza, L. (1994). *Vejez, medicina y prejuicios*. Recuperado el 16 de marzo del 2017, de: <http://www.area3.org.es/sp/item/255/Vejez%20medicina%20y%20prejuicios.%20Leopoldo%20Salvarezza>
- Salvarezza, L. (2011). *Psicogeriatría: teoría y clínica*. Buenos Aires: Paidós.

Silva, L. R. F. (2008). Da velhice à terceira idade: o percurso histórico das identidades atreladas ao processo de envelhecimento [De la vejez a la tercera edad: la ruta histórica de las identidades vinculadas al proceso de envejecimiento]. *História, Ciências, Saúde – Manguinhos*, 15,155-168. Recuperado el 10 de febrero de 2017, de: <http://www.scielo.br/pdf/hcsm/v15n1/09.pdf>

Strejilevich L. (2016) Compendio de gerontología [versión electrónica] Recuperado el 20 de febrero de 2017, de: <http://www.portaldesalta.gov.ar/libros/compendio.pdf>

Strejilevich, L. (2004) Gerontología Social [Versión electrónica]. Recuperado el 20 de febrero de 2017, de: <http://www.portaldesalta.gov.ar/libros/GERONTOLOGIA.pdf>

Undurraga Infante (2011). Psicología del adulto. De la conquista del mundo a la conquista de sí mismo. Santiago: Universidad Católica de Chile.

Urbano, C. A. & Yuni, J. A. (2005) Psicología del desarrollo: enfoques y perspectivas del Curso Vital. Córdoba: Brujas.

ANEXO 1: MODELO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

*Representación social de la vejez de los adultos mayores y su
relación con la elección de las actividades que ofrece el Movimiento
de Jubilados y Pensionados “Salta”*

Por la presente, yo _____ con
D.N.I. _____ declaro que:

He recibido información necesaria de manera clara, precisa y comprensible, sobre la naturaleza, los objetivos, el procedimiento, y el tiempo que se seguirán a lo largo de todo el proceso de esta investigación, que realiza Cristina M. Peñaranda, DNI: 33705277; estudiante de la carrera de Psicología de la Universidad Católica de Salta.

He interpretado que la participación en la investigación es voluntaria y que puedo optar por interrumpir mi participación en cualquier momento de la entrevista, como a no contestar alguna pregunta en particular.

.Tengo en conocimiento que toda la información obtenida en esta investigación será confidencial. Además, he logrado realizar todas las preguntas que consideré necesarias sobre la misma.

Por lo expuesto, ofrezco mi **consentimiento informado** para participar en la investigación.

Fecha:

Firma:

Aclaración:

Firma del investigador

ANEXO 2: MODELO DE ENTREVISTA

Presentación: Mi nombre es Cristina Peñaranda, soy estudiante de psicología de la Universidad Católica de Salta y realizo una investigación sobre la “Representación Social de la vejez en los adultos mayores”

El objetivo de esta entrevista es conocer sobre la actividad que realiza en este establecimiento y su opinión y visión sobre la vejez. Para lo cual necesito que responda algunas preguntas en torno a esta temática. Es importante que sepa que no hay respuestas correctas, ni incorrectas y puede tomarse su tiempo para responder a las preguntas.

1. ¿Cómo conoció este establecimiento?
2. ¿Cuál es la actividad que realiza? ¿Por qué eligió esa actividad?
3. Si tuviera que recomendar esta actividad a otro adulto mayor ¿qué le diría?
4. Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro ¿Cuál? ¿Por qué?
5. ¿Qué es la vejez?
6. Para usted ¿en qué momento empieza la vejez?
7. ¿Cuáles son los nombres que se deberían utilizar para referirse a una persona mayor de 60 años?
8. ¿Cómo considera usted que trata la sociedad a los viejos adultos mayores?
9. ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?
10. Desde su punto de vista ¿cuál es la función o el papel del adulto mayor en la sociedad?
11. En su opinión ¿Cuáles son los aspectos positivos (o ganancias) de la vejez?
12. En su opinión ¿Cuáles son los aspectos negativos (o pérdidas) de la vejez?
13. ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?
14. ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?
15. ¿Qué propondría para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

Muchas Gracias por su participación.

ANEXO 3: ENTREVISTAS

TALLER DE GIMNASIA

Entrevista G1

-La primera pregunta es ¿Cómo conoció este establecimiento?

Bueno a este lugar quería venir desde el año pasado. Fui donde estaba antes en la calle Güemes, bueno ahora se vino para acá, yo vivía acá pasando el pasaje. Y hace cinco años me cambie al pasaje que queda a la vueltita nomas, más acá y bueno como el centro se vino para acá yo me enteré enseguida, me vine a preguntar y empecé a venir acá. Porque yo iba a ser gimnasia en el legado Güemes.

-¿Qué la motivo a usted a realizar gimnasia?

Gimnasia, desde los 50 años que yo hago gimnasia, perdí a mi madre y empecé a ser gimnasia. Me gusta la gimnasia.

- Bien, si tuviera que recomendar a una persona de su edad que haga gimnasia ¿qué le diría?

Que haga gimnasia, porque el Folclore es lindo, pero a mí me gusta el folclore pero como para pasar el tiempo, yo me divierto en folclore, por eso yo no quiero hacer ballet que me estén retando, no. Algo que me divierte, yo me voy a divertir con las chicas después de bailar nos sentamos a comer alguna cosa y a pasar el momento con ellas. Aparte me motiva ir porque estoy ahora sola, antes vivía con otra persona, ahora ya estoy sola y ya puedo salir a donde... ir y volver. Ahora por ejemplo me ofrecí para ser la horneada, y estoy sola nadie me va a decir nada, así que estoy tranquila.

- Entonces, si una persona de su edad no realiza ninguna actividad, ¿qué le diría para que se anime a hacer gimnasia?

Que yo por ejemplo veo personas que sufren muchos de los huesos, yo prácticamente no me duele nada, ni malestar de estómago, ni dolor de cabeza, ni huesos, ni nada. Me caí hace tres meses y estaba dos meses con el brazo quieto pero ahora ya lo puedo mover pero yo creo que es por la gimnasia. Y a parte, que hay que tomar cosas sanas, cosas naturales ¿no?, más que todo medicamento, porque a veces le duele la cabeza ya toma pastilla, le duele esto y ya toma pastilla; y más la gente grande se acostumbra a tomar pastillas, yo no tomo ninguna pastilla. Yo a lo sumo me friccionaba el brazo me hacía así, e iba a fisioterapia. Pero, porque me había caído, porque si no me hubiese caído no me hubiese pasado nada, estaría bien, pero bue... El malestar que ahora me molesta, que tenía miedo que me afecte la columna pero bue, gracias a Dios que no. Aparte con la gimnasia los huesos se oxigenan, entonces trabajan mejor, y a mí me gusta mucho la gimnasia, yo hago aeróbica, porque la pileta por ejemplo no me gusta.

- ¿También va a la pileta?

No, no... siempre nos llevan a la pileta pero no entro nunca porque no me gusta o entro un ratito, entro y salgo nomas pero no, no me gusta la pileta. Yo veo que la gimnasia me hace más, mas este... me produce más energía, más energía me da, porque yo llego a mi casa me baño y sigo haciendo cualquier cosa. Antes que trabajaba, yo a los 50 años trabajaba yo volvía y me ponía a hacer mis cosas y no paraba hasta las una, dos de la mañana y me sentía bien, me sentía bien.

- Para usted ¿Que es la vejez?

Es una etapa, una etapa de la vida este... y hay que aprenderla a vivir.

- ¿Qué significa aprenderla a vivir?

E: Por ejemplo hay personas que se hacen viejas, y mi papá por ejemplo, hablaba y hablaba todo, y a veces le decían: "cállate abuelo", le decía mi hijo, "cállate abuelo, espera un momentito, abuelo espera un momentito", y así. Y yo veo ahora, más en mis compañeras, hay una compañera que yo estoy hablando con otra compañera y la otra la habla y la habla porque no sabe esperar, no sabe esperar el turno. Y yo creo que eso hay que aprender a ser tolerante, aprender a ser este..., no sé cómo te puedo decir, aguantar (llora).

-Pero no se esté mal, no era mi intención hacerla llorar

Me emocio porque mi padre me enseñó tantas cosas y a la vejez no le tengo miedo pero yo me siento ahora, a veces mis hijos grandes ya, están ahí pero no están conmigo, pero me siento a veces... pero estoy bien.

- Bien le parece que continuemos con otra pregunta

Sí, sí.

-¿En qué momento cree que empieza la vejez?

No, no sé, no hay un tiempo, porque es algo paulatino que uno va haciendo, haciéndose y se acentúa cuando uno se jubila, cuando uno se jubila se acentúa la vejez pero, pero antes no se la siente cuando uno está trabajando no se la siente tanto. Yo era docente, y a los 57 años y claro porque nosotros nos jubilamos a los 57 años y en otras a los 60, son los otros empleados, pero nosotras a los 57 es el régimen de los docentes porque si no estamos mal de la cabeza.

- Para usted ¿cuáles son los nombres que se utilizan para referirse a una persona mayor de 60 años?

Ah por ejemplo según el nivel de persona ¿no? yo tengo compañeras que ellas dicen "ay che ya estas vieja vos" o ya estas vieja le dice a la otra o parece vieja y así ves, esas cosas se dicen entre ellas pero depende pues. Por ejemplo a mí no me gusta decirlo, no porque no me gusta que me digan, sino porque no me acostumbre. Mi hermana que vivía conmigo, mi mamá no nos decíamos así, no decíamos muchas cosas que ofendan a otro, nada. Y bueno yo pienso que hay palabras que dice la gente, la vieja nomás es la palabra vieja es la que dicen o el viejo q emplean para la gente grande.

-¿Cómo considera usted que trata la sociedad a los adultos mayores?

Yo creo que bien, también depende de los viejitos, del nivel de cada viejito. Yo en mi experiencia me siento bien porque... pero pienso que los viejitos más humildes, con más carencias deben sufrir más, deben sufrir ¿no? Yo por ahí que quedo sin plata, pero siempre tengo alguien que me pueda ayudar, en cambio la persona que no tiene ese alguien se puede deprimir, pasar mal. ¿Qué otra pregunta sigue?

- ¿Cuales son para usted las características de una persona mayor?

Que la persona mayor a veces se pone más cariñosa; a la vez que necesita cariño lo da también, casi siempre no es todo, pero casi siempre lo da. Más cariñosa, más... a veces miedosa, a veces... que otra característica puede ser.

-¿A qué le tiene miedo?

Mmm a nivel físico mmm... que puede... bueno el miedo a caminar, no sé. Por ejemplo cuando yo fui con las bandejas, “no te vas a caer” me dicen las chicas, que si yo era joven no me lo dicen ¿entendes? Esas cosas que se va haciendo uno de viejo, digo “no, no me voy a caer”, porque ya aprendí a caminar levantando los pies. Porque así me decía mi papa “levanta los pies para caminar, sino te vas a caer”. Por eso justamente, me caí ahora con el brazo porque venía el ómnibus y yo corrí, me apure no corrí. Me apure y había una baldosa que le faltaba al piso, y ahí me tropecé porque no lo levante al pie.

Que otra característica no sé...es que hay tantos niveles, ¿no? Yo hablo de niveles porque hay personas que se caracterizan porque son bien abiertas todo, pero a la vez están encerradas en la casa, me refiero no encerrada en el hogar, sino tienen tareas para hacer: que tienen que atender hijos, que tienen hijos grandes solteros, porque tienen nietos que atender. Entonces se sienten presionados por eso, son libres pero no parece. Yo por ejemplo ahora me siento realmente libre, recién hace un año porque ya eh no tengo... vivo sola. Entonces este, va vivo sola, vivo con mi hijo pero mi hijo, no me dice nada porque ya hablamos, y el también comprende “yo ya trabaje, yo ya te crie a vos”. Ya, ahora soy libre, así que yo voy a un lado, donde yo quiero y hago lo que yo digo, lo que yo pienso; por supuesto que no me excedo porque así tiene que ser. No puede ser porque yo esté libre, voy a hacer cualquier cosa. Yo me pongo a coser a tejer, salgo, voy a mi amiga, voy a gimnasia, todas esas actividades hago y no, no me siento...no se... ¿Cuál era la pregunta?

- ¿Cuales son para usted las características de una persona mayor?

Bueno, eso... ya no sé.

-Bien la siguiente pregunta es ¿Cuál es el papel o función del adulto mayor en la sociedad?

La función sería de...también de luchar por su bienestar. No, no quedarse en la casa siempre, porque a veces es cómodo estar en la casa y ver la tele, y decir y hablar con el vecino, si el gobierno esto, el gobierno esto otro, la fulana esto, pero no, nosotros no hacemos nada. Y yo cuando veo alguna manifestación en el centro de mi compañeros, por ejemplo yo me voy a apoyarlos porque... o cuando hubo una manifestación en el centro que yo ni sabía que iba a haber, y paso por ahí yo y me quedo a mirar y me da pena porque no tiene q ser así, me quedo como queriendo apoyar y decir basta de eso... Y hay que opinar algo el adulto, porque muchas veces nos quedamos... yo soy de quedarme callada. Por eso te digo que la persona que habla a mi lado, a veces me molesta un poco porque yo me quedo callada, a veces yo voy a una reunión y estoy callada; hablo, converso todo con ella pero no soy de esas que hablan, y que ella nomas habla, habla y me rio de todas las operías hablan porque... ¡Ah! unas de las características empiezan a soltar y hablar operías los viejos, esa es una características. Yo tengo mis amigas, todas hablan operías y bueno, unas más otras menos, y se ríen se divierten se hacen las bromas, cosa que por ejemplo yo veo a mis hijos y me dicen “¡Ay! mamá no digas, así no vas a estar diciendo así”. Pero ellos no se enteran, ni saben porque yo a veces me rio y también hablo cosas; pero ya te digo no soy de hablar mucho lo justo y lo necesario.

-Bien y en su opinión ¿Qué aspectos positivos tiene la vejez?

Los positivos son que una se siente tranquila, me siento tranquila, me siento... ¿cómo te puedo decir? Me siento autoridad en mi casa ahora; porque antes no. Me siento, siento que puedo disfrutar mis nietos, y puedo realizar las actividades que yo quiero, me siento bien y tranquila. Sí, me falta el dinero pero trato de hacer algo, gracias a Dios que todavía puedo pero bueno, que no tiene que ser así, pero por ejemplo costura. El mes pasado no tenía plata, faltaba una semana y no tenía nada de nada, resulta que vino una vecina y me dice "vos que tenes maquina no me puedes coser esto y esto", "mira yo no soy modista pero bueno". Yo coso para mis nietos "pero haceme la faldita", no la blusita, "haceme la blusita porque yo tengo que bailar". Ella va a folclore a otro lado, y así que me anime a hacerle la blusa. Bueno ella me pago, yo no iba a cobrarle nada, más que cincuenta pesos, porque le había hecho la blusa y todavía encima como yo iba al centro, me dice "de paso cómprame vos la tela", y bueno yo le compre la tela y le hice la blusita, sencilla era. Pero bueno ella en vez de darme cincuenta que yo le cobraba me dio cien pesos, porque claro el hilo y todo eso, estaba barato pero de todos modos ella me ayudo para salir del paso. Ósea que me siento bien porque puedo hacer y salir de situaciones que a veces son apremiantes.

- y para usted ¿cuáles son los aspectos negativos de la vejez?

Es que a veces, a veces... que puede ser... que a veces la misma gente te discrimina. Más si vos te juntas con gente muy joven también te discriminan. Por ejemplo uno habla y ellos... yo te digo por experiencia de mi papa, mi papa hablaba y hablaba y le decían "abuelo cállate ya, espera un momento". Cuando estaba con mi mami, él nomas hablaba. Era la forma de ser de él, mi mamá no, no hablaba nada y mi hermano renegaba decía abuelo "cállate, cállate deja que hable la mami"; y bueno ella hablaba algunas cositas y ahí nomás, pero él seguía hablando. Y una de las formas que te digan que discriminan es que uno habla y ellos te quieren hacer callar, por eso te digo que hay q aprender a ser viejo. Otro aspecto negativo este... que uno ya siente que el cuerpo es otra cosa. Si, ya aparecen las arrugas y todo eso, y uno ya se siente ya en la edad que por más que nos pongamos lo que nos pongamos ya estamos viejos. Ya no se puede correr tanto, no se pueden hacer ciertas actividades ciertas cosas ¿no? Ya uno siente ya la necesidad de quedarse ahí nomás, no puedes subir mucho las escaleras, no puedes subir en un banquito, no puedes hacer cosas porque uno poco a poco va aprendiendo eso. Antes hacía cosas y ahora ya no lo puedo hacer, ve yo tengo una escalerita que subía para arreglar el placard y ahora me da miedo subir. Yo lo llamo a mi hijo y le digo mírame que voy a subir, pero sola no me animo a subir. El miedo ese, a caer o a tener algún problema.

- Pero ¿usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Sí activo sí, porque yo me he caído varias veces. Acá a la vuelta hay una vereda bien fea y gracias a Dios que no me hice nada, pero es porque yo quizás hago actividades, ya te digo que hay que aprender hasta caminar. Porque hay viejitos que hasta ranean los pies, y no sé si será cuando sea más vieja, porque yo veo que mucha gente se cae, y este... es porque no caminamos bien o no miramos. Antes yo iba mirando, y yo veía gente que miraba al piso y yo decía: "ay para qué miraran tanto el piso", y ahora lo tengo que mirar porque tengo que ver las veredas que están feas. Porque uno joven ve, tiene reflejo entonces no necesita mirar porque ya ves que hay un mueble, hay una cosa, una piedra y te la esquivas, pero ahora el viejo ya no porque tenes que mirar, porque ya no las ves porque el reflejo, el reflejo que uno tenía ya no lo tiene.

- Claro, y entonces ¿Cómo describiría usted a los adultos que asisten a este establecimiento?

En este establecimiento bien, porque son muy activos, son charlatanes, no quiere ser una más que la otra ¿no? Porque en otros grupos son así, en otros grupos de abuelos que se juntan siempre hay uno que quiere ser más que la otra. Allá en Esmeralda empecé yo a ir, y había una que “no, a ver yo voy a hacer”, ella quería escribir, ella quería repartir el pan, ella quería hacer todo y yo la dejaba porque no me importa, mejor para mí. Pero el asunto es que no da la posibilidad a que los otros viejitos, que no son tan viejitos lo puedan hacer. Entonces que hacen, yo por ahí digo me pongo hacer otra cosa o converso con las chicas. Pero los otros viejitos están ahí quietitos mirando, y no, no es así, hay que hacerlos compartir, hacerlos compartir.

- Entonces los que vienen acá son distintos

Acá son activos, no hacen discriminación de nada, acá en este centro he visto yo. Yo vine a gimnasia y me inscribieron enseguida, encontré chicas del barrio, una, dos y me sentí bien. Y en gimnasia también la profesora muy bien, muy buena. Y también no están como en otros lugares que tenes que estar en la hora ahí, porque ya se enoja el profesor de allá, se enoja cuando nos retiramos o cuando llegamos tarde, empieza a mirar la hora y eso es lo que a uno no le gusta, estar en horario, ósea si ser puntual pero no estar pendiente del reloj, del tiempo; que si vos tenes que irte te vas.

- ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

No, es una etapa de cambios, de actividades, de cosas que antes no se podía hacer gimnasia y ahora sí. No se puede hacer tranquilos cosas y ahora sí. Es una etapa de cambios. Cambios para bien para no sentirse mal, para uno sentirse bien.

- ¿A usted le parece que es lo mismo el adulto mayor que la vejez?

Adulto mayor es una cosa y la vejez es otra, la vejez es cuando ya nos sentimos sin ganas de hacer sin ganas de, de, de manifestar cosas, manifestar vivencias de uno.

- ¿A qué edad pasa esto?

Yo vi viejos porque yo tuve a mi madre, a mi padre y a hermana. Y mi madre empezó como a los 85 años, mi padre cerca de los 90 a sentirse ya así más, más viejo ¿no? Y mi hermana también cerca de los 87, 88 años, que ella murió más de los 90

- ¿Quisiera agregar algo más sobre la vejez?

Que es una etapa linda porque los sentimientos no se van, si no que siguen vivos los sentimientos de amor, de manifestación de... como te puedo decir, sentimiento de... Por ejemplo, necesitas una pareja, un compañero o aunque sea un rato para, para... lo necesitas como cuando eras joven, que vos necesitas un amigo para salir a pasear y ahora bueno, no una pareja para vivir sino como un compañero de estar, que no viva que no necesariamente viva con uno; sino que te acompañe o que te lo encuentres en gimnasia, un amigo de vida. Porque compañero a veces uno dice compañero, porque ya vive con esa persona, no, no es para vivir sino amigo. Se necesita mucho del amigo

-Claro, siempre se necesita de amigos. Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista G2

- La primera pregunta es ¿Cómo conoció este establecimiento?

Bueno yo lo conocí por intermedio de mi hermano y mi cuñada que ya venían anteriormente acá y me invitaron. Siempre me comentaban que era muy bueno, que la pasaban muy bien que aprendían muchas cosas. Bueno este... después me decidí, me decidí venir yo también y bueno me gusto.

- ¿Cuál fue el motivo por el que acepto acercarse al centro?

Porque realmente quería hacer algo, no estaba haciendo nada

- ¿Qué actividad realiza en este centro?

Me interesaba comida saludable porque tenía problemas de salud y había ido a la nutricionista y me ha dicho que tenía que cambiar el hábito de alimentación, por mi problema de salud que tengo de colesterol, que tenía el ácido úrico de hipertensión. Me interesaba eso para preparar la comida en la casa, bueno también con la ayuda de la nutricionista que me está atendiendo. Por esa misma razón estuve mucho mejor de salud ahora; y también, tenía un poco de sobrepeso y estoy regulando mi peso ¿no? Porque me siento mejor, me siento mejor así. Y entonces de acá aprendo a cocinar y entonces, ya cocino en la casa las comidas que nos enseñan acá, y es muy buena, muy importante para mí. Y voy a gimnasia por lo que he bajado de peso, me interesaba mucho eso, porque yo sentía las carnes muy blanditas, porque yo baje 12 kilos, sí porque tenía bastante.

-Si tuviera que elegir alguna de estas actividades ¿cuál elegiría?

Bueno ahora este... folclore, no me gustaba va si me gusta pero no, no. Pero si me hice anotar en tango por curiosidad a ver como... a mí me gusta escuchar el tango ¿no? Porque sus letras tan románticas, tan lindas, a mí me encantan escucharles las letras; y bueno ya que acá están haciendo un grupo ¿no? Para bailar tango entonces me anote pero todavía no empezamos a ir ¿no? Y bueno estoy ansiosa. Porque me gusta bailar me gusta divertirme, que se yo todas esas cosas. Aunque a mi esposo no le gusta eso ¿no? Por ejemplo salir a bailar. Sí bailamos cuando vamos a un cumpleaños, un casamiento, así en una ocasión especial, ¿ves? Pero, así de ir a una fiesta, a un baile, por ejemplo La Lola como van siempre, no, no.

- Claro, y usted si tuviera que elegir entre gimnasia y comida saludable ¿cuál elegiría?

Gimnasia, sí, sí. Porque, es más divertido, uno está en movimiento ¿no? y bueno, me divierto con mis compañeras son muy amables. De los dos grupos, de cocina y gimnasia. Yo conforme con los grupos ¿no?, porque son muy buenas las señoras, muy amables. Así que somos compañeras, no tanto amigas, porque yo hace poco que empecé a venir.

- Si tuviera que recomendar esta actividad a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Ah bueno yo la hablaría, le diría que no se sienta sola, que venga acá, que va a encontrar apoyo, que va a encontrar amistad, compañerismo digamos, porque más somos compañeros acá. La invitaría a que venga.

- Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro ¿Cuál? ¿Por qué?

Me iría a pintura, pintura sobre tela, me encanta pintar. Me gusta pintar cuadros, me gusta pintar tela.

- Bien, la siguiente pregunta es ¿Qué es la vejez?

Para mí la vejez es un cambio total que a veces nos cuesta, yo a veces... yo siempre decía: "yo no puedo permitir hacerme vieja" ¿no? Porque siempre, no sé, voy a ser siempre así, no voy a cambiar: me gusta salir, me gusta bailar, me gusta...no sé, yo siempre decía así ¿no? cuando era joven. Pero ahora, ahora en realidad que yo me veo así en esta edad, a veces me pongo a pensar ¿no? qué se yo, ¿cómo irán a seguir los años que vienen?, estaré siempre... Yo me siento bien ahora de salud ¿no? y doy gracias a Dios, porque yo veo otras compañeras que eran del trabajo, yo las veo con bastoncito o que alguien la agarra para caminar ¿ve? Y yo las veo a ellas y doy gracias a Dios que yo estoy bien ¿no? este... Yo siempre decía que cuando me jubile, me gustaría jubilarme bien, ósea de salud para poder disfrutar y gracias a Dios me escucho porque yo me siento bien, puedo salir. Bueno al principio como le dije me sentía con problemas de salud, porque no iba al médico pero cuando ya vi que estaba mal, que me dolía mucho la cabeza, que se yo, fui al médico. Bueno ahí fue que cuando me hizo los estudios el doctor me salió que tenía de todo; y bueno de ahí me fui a la nutricionista y por intermedio de ella me ayudó mucho. Así que, bueno me siento bien, a pesar de que por ahí uno no quiere aceptar la vejez, como que a veces uno quiere quedarse en la casa, y bueno mis hijos me dicen "no mamá, vos no tienes que quedarte en la casa, porque te vas a aburrir o te vas a sentir mal". Porque a veces uno de ellos no pueden estar conmigo todo el día, por sus trabajos por sus estudios, porque tienen que salir con los amigos y que se yo y bueno por esa razón, yo acepte venir acá, para sentirme mejor en compañía. Bueno porque yo... ya hace un año que estoy separada de mi esposo, y también por eso me sentía un poco sola, y bueno acá encontré compañerismo, paz, con quien conversar y bueno me siento bien por eso vengo.

- Bien cuando le pregunte qué es la vejez, usted me dijo que es un cambio, ¿a qué se refiere con cambio?

Es un cambio, es un cambio. ¡Ah! cierto eso me habías preguntado. Es un cambio total, y bueno uno tiene que aceptarla. Bueno a mí me costó mucho pero la estoy aceptando, porque todo cambia, uno deja de trabajar porque se jubila, tiene que ir mas al médico, que se yo, todas esas cosas, tienen que cuidar más las salud.

-¿Qué otros cambios se pueden dar?

¿Otros cambios?... yo noté que en el cambio uno se olvida de las cosas, por ejemplo, yo guardo algo, bueno yo lo voy a poner acá para después acordarme donde lo puse, y después no me acuerdo donde lo he puesto; y tengo que estar pensando donde anduve con esa cosa que estoy perdiendo y empiezo a pensar, y me acuerdo donde lo he puesto y lo voy a buscar y ahí está. Y en el peor caso, yo con el dinero mío me pasa eso (risas)

- Y ¿en qué momento empieza la vejez?

Cuando me jubile, ahí no podía creer que ya estaba jubilada. Yo en realidad no veía la hora de jubilarme, pero cuando ya me jubile no sabía qué hacer. Yo me sentía como que me faltaba algo, imagínese treinta y dos años levantándome a las seis de la mañana, corriendo aquí, corriendo allá para hacer las cosas rápido. A veces dejaba la comida a medio cocinar y me iba, o a veces venia rápido a cocinar, esas cosas. Siempre me preocupó la casa a mí, mis hijos, mi marido para cocinarles, de que este la comida bien preparada a la hora que ellos vengan y todas esas cosas. Y ahora me siento tan tranquila, que no tengo que apurarme nada ¿ve?, no tengo que cumplir

horarios por ese lado si me sentía bien, pero por otro, era como que me faltaba algo, ¿no? Y bueno pero ahora, porque ya hace cuatro años que me jubile ya estoy normalizándome, ya estoy acostumbrándome a ese ritmo, que no tengo que estar apurada para nada, tengo que hacer las cosas con tranquilidad.

- Bien y ¿usted cree que la vejez de todas las personas empieza cuando llega la jubilación?

Sí, para mí sí, no sé.

- ¿Cuáles son los nombres que usted cree que utilizan las personas para referirse a las personas mayores?

Bueno... y sos mayor, ya estas jubilada. Por ejemplo, yo a las personas viejitas, yo no le digo eso "viejita", no. Esa señora mayor digo yo. Porque me parece que es mejor, porque yo pienso que si uno le dice ancianito o viejito para hablarlo, no le va a gustar ¿no es cierto? O abuelo, puede ser que también uno le diga, sí.

- ¿Cómo considera usted que trata la sociedad a las personas mayores?

Depende de cada persona, porque hay personas que tratan muy bien a los abuelos; y hay otras que no. Yo por lo menos me gusta tratarlas bien a todos, y yo veo que otros no tanto, que lo hacen de menos, que lo hacen a un lado porque es viejito o algo así, o tratan de engañarlo con alguna cosa, mintiéndoles alguna cosa o sacándoles el dinero que ganan, el poco que ganan de la jubilación.

- ¿Cómo describiría a un adulto mayor?

Y bueno a los abuelitos hay que tratarlos bien, hay que tratarlos con mucho cariño darle amor, hacerlos sentir bien. Porque a mí me gustaría que me traten así cuando yo sea más mayor. Suponte tengo 80 años me gustaría que me traten con cariño, que me den mucho amor, porque yo así trato a la persona mayor.

- Bien ¿podría mencionar algunas características del adulto mayor?

¿Las características principales?... bueno que necesita compañía, que alguien los acompañe a donde van porque algunos, no se orientan bien; les da miedo andar solos, a veces utilizan bastón, necesitan que alguien los acompañe, que los haga pasar la calle o que se yo, necesitan compañía. Compañía, cariño.

- Desde su punto de vista ¿cuál debería ser la función o el papel del adulto mayor en la sociedad?

¿Qué sería lo que ellos tendrían que hacer?

- Claro...

Descansar, si descansar. Bah ellos los adultos, por ejemplo, yo me llevo de mi mamá que ella falleció a los 82 años. Ella, le gustaba sentirse útil, por ejemplo en la casa, ayudar a cocinar, que quería ir a hacer las compras, darles consejos a las nietas, ayudar en la casa. Aunque no la dejaban, pero ella decía que si podía y que lo quería hacer porque ella decía que se sentía bien. Y bueno la dejaban que haga lo que ella quiera, que quiere cocinar o alguna otra cosa que haga. Y bueno, ayudarla si ella quiere hacer tal cosa, bueno si uno ve que no puede ayudarla a hacer: "mira esto se hace así"; que se yo esas cosas.

- Bien y por ejemplo una persona de 60 a 70 años que papel tendría que tener en la sociedad

Yo pienso que la persona a esa edad ya no tiene que trabajar, porque ya ha trabajado demasiado pues. Tendría que descansar, estar con su familia. Por ejemplo yo, desde que me jubile de ahora que estoy un poco vieja, lo que a mí me gusta es estar con mis hijos, por ejemplo yo tengo dos hijos y están solteros; y yo cuando eran chicos, yo no los podía atender bien porque yo tenía que trabajar y bueno ahora quiero darles todo lo que no les di cuando eran chicos y los malcrío (risas).

-Me parece bien, pasemos a la otra pregunta ¿usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Sí, siempre que se pueda, siempre y cuando no estén enfermos, tengan que andar con bastoncitos, o en silla de ruedas, aunque ahí también pueden hacer algo, sentirse activo: tejer, aunque eso es de mujer, pueden manejar las manos. Yo digo así, cuando sea viejita quiero, todavía no aprendí a tejer a crochet pero quiero aprender, me gustaría sentarme a tejer con el crochet, así le digo a mi hija. Bueno sí, sentirse activo, hacer algo no dejarse porque son viejos y dejarse así no, porque creo que les agarra... se siente peor.

- ¿Qué opina de que la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

Si estoy de acuerdo... de descanso, pero de no tener obligaciones decía yo, de no tener obligaciones, de hacer algo. Sino que ellos hagan lo que ellos quieran, que descansen, que en el momento en el que quieran hacer algo que lo hagan, a eso me refería.

- En su opinión ¿en qué momento empieza la vejez?

Para mí desde los 80, para mí. A qué hora va a terminar con las preguntas, yo vine para la clase no para hacer esta entrevista.

- Si entiendo, si lo desea puede seguir con la clase y continuamos en otro momento

Bueno.

Entrevista G3

- La primera pregunta es ¿cómo conoció este lugar?

Por intermedio de una señora de al lado, una señora amiga.

- ¿Qué la motivo a asistir a este establecimiento?

Porque hace poco que yo me había jubilado y ella me invito porque hacen cumpleaños, hacen reuniones y todo y me gusta. Y después ya he hecho yo los papeles para asociarme al PAMI, porque ya estoy jubilada. Y ahí después empiezan las actividades para hacer de todo que a mí me encanta, esto me cambia la vida. Como yo estoy sola no tengo familia acá, y esto me ayuda muchísimo, hago de cuenta que son familia mía la gente, son gente buena, me acostumbre muchísimo, cuando vengo al gimnasio...

- ¿Hace gimnasia?

Sí, sí los martes y los jueves. Si me cambio muchísimo la vida, acá no existe familia para mí. Va mi familia vive lejos en Buenos Aires, están todos... gente de bien todo eso. Pero, y yo me acostumbre mucho a vivir acá nomás. Por eso no me animo a vivir con mi familia, porque vivo siempre... vivimos con problemas con mi mamá, mis hermanos, así que no, no, no me acostumbro. Porque desde chica yo he sido bien golpeada, maltratada y por eso de que acá ya me acostumbre con la gente extraña, que aprendes a hacer de todo, hasta Dios y la virgencita me han amparado, me ayudó muchísimo a revivir mi vida soy viuda, perdí una hija incapacitada, y acá sigo sola, y sigo luchando, trabajando pero ya no puedo trabajar más, porque tengo problemas en los riñones, pero yo sigo con esto que me gusta muchísimo.

- Que bueno que encontró este lugar...y si tuviera que recomendar a un adulto mayor que haga gimnasia ¿qué le diría?

Que venga a gimnasia, porque nos ayuda muchísimo.

- ¿Cómo los ayuda?

Bueno mejor dicho a estar bien, o sea a alimentarse menos, comer menos, cosas pesadas, igual que la comida saludable que tiene que ser todo dietético, que no te gusta grasa, aceite eso para la comida saludable. Acá están todos re feliz, la profesora de gimnasia sigue feliz con las alumnas; igual que la profe de gimnasia que viene los martes y jueves, y nos enseña bien también. Salimos pero bien livianitas, me olvido de todo. Hasta reggaetón hacemos ahora, y si todos los temas de los jóvenes, todo eso estamos aprendiendo y si me gusta muchísimo.

- ¿Pensó en realizar otra actividad en este establecimiento?

Folclore, no me meto porque hay muchísimos que vienen acá. Me gusta para mí la música no me ataja para nada, ni por más que estoy enferma, lo mismo tengo mi música al lado. Yo que estoy sola te digo, yo estoy todo el día con la radio y la tele prendida, mientras escucho veo algunas cositas en el televisor. Así me la paso, como si estuviera alguien ahí y eso que estoy sola. Ya me acostumbre, ya hace cinco años que estoy sola, pero tranquila hago lo que yo quiero, cobro mi jubilación, si quiero viajar viajo...

- Bien la siguiente pregunta es ¿Qué es la vejez para usted?

La vejez es cuando una cumple más años, va envejeciendo que uno ya siente dolores de huesos, que ya no se puede caminar, de todo un poco. Como por ejemplo, ahora que yo tengo 62 años, y yo desde chica he sufrido por el problema de los riñones ¿Por qué?, porque no tomaba agua, me daba no sé qué tomar agua. A mí me gustaba siempre más la gaseosa, jugo y me dicen "vos no estés tomando la gaseosa y el jugo, porque eso no va ir bien, tenes que tomar pura agua". Recién hace poco que he comenzado a tomar agua y eso me hace bien también, tomar mucha agua; y eso porque en el hospital San Bernardo ahí tienen la pantalla ahí; bueno le he hecho caso a la pantalla, la publicidad que pone de tomar mucha agua, porque dice tenes que tomar mínimo un litro y medio de agua, porque uno va envejeciendo, al envejecer te envejece también los riñones, que ya no pueden más. Ahí están las explicaciones que yo vi en la pantalla, todas las veces que iba al hospital, todas las veces veía eso, será cierto que todos... es buenísimo ver eso y un ejemplo para todos y si de ahí he empezado ya, he empezado a tomar agua, porque me daba no sé qué tomar agua, pero ahora no, no me hace nada.

- ¿Para usted cuando empieza la vejez?

Yo empecé, cuando ¿comencé?

- No en referencia a usted, sino en general, ¿para usted en qué momento empieza la vejez?

Y es ya, cuando uno cumple los 60 años y según como se mantiene la persona, no envejece mucho pero se mantiene bien, ¿ves? Y algunos que tienen menos edad no envejecen pero se le, mejor dicho, esta arruinada esa persona más que uno, se arruina joven, la mala vida o cualquier cosa que pasa, los problemas todo eso, le arruina mucho a la persona. Yo desde que enviude, con mi marido también vivía peor, y después me cambio la vida con esto, cuando estoy sola. Acá me hace feliz este lugar, para mí, sabes que me quisiera quedar toda la vida acá, y no irme a la casa, ¿no?... Porque hay gente que me aprecia muchísimo, y hay gente que son mala también que se aprovechan de uno, eso también es feo, como uno está sola, una vive sola, ya no le importa nada. Como que, te puedo decir, que a mí me han estafado tres personas, por comue de plata y bueno yo no puedo reclamar ni nada, porque se hacen las pesadas, son atrevidas, y así estoy con este problema. Yo me las tomo. Y eso me jode muchísimo a mí los nervios, porque yo que no puedo desahogarme, me cae muchísimo mal. Si hasta hace poco he caído mal, ya no era vida para mí...

- Que bueno que encontró el centro, entonces. Bien la siguiente pregunta es ¿cómo considera usted que trata la sociedad a las personas mayores?

Y todo bien... bueno según, según la persona y según los lugares, me pueden tratar bien.

- ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?

Es lo único como puede salir, como yo te digo que salgan a bailar, hacer gimnasia, es la única forma, cuidarse de las comidas.

- Bien, pero por ejemplo ¿cuáles son las características físicas, que tiene una persona mayor?

Y bueno los viejitos, hoy en día son más picaros que los jóvenes, ahora. Pero ahora como yo te digo desde que me ha fallecido el marido, así que yo por ejemplo hace cinco años que estoy sola. Así que no necesito a nadie, ya me acostumbre bastante sola. Y así sola cuando me enfermo, me ves las cosas me pasan yo me la banco sola, no pido a nadie, no molesto a nadie así estoy. No me gusta para nada, para nada. Y ahí me duele que la familia no se acuerde si uno está enferma va a verla si quiera cinco minutos nomas. Yo no pido nada, ni tampoco molesto a nadie, ni a los vecinos, ni nada no molesto cuando estoy enferma así. Sola me la banco.

- Bien entiendo, y a los adultos mayores que asisten a este establecimiento ¿cómo podría describirlos?

Como yo te digo es mi familia ellos. No, todos son como todos, hacemos unas grandes amistades, lo que más asisten para todas las actividades que estamos haciendo, charlar, divertirse, viajar y si de todo.

- Bien desde su punto de vista ¿cuál es el papel o la función que tendría que tener el adulto mayor en la sociedad?

Por ejemplo la persona sea un hombre o un abuelo, ellos si trabajan ya no puede más ya no tienen por qué trabajar; si de un momento a otro le viene un infarto cae, ya no puede seguir trabajando los abuelos. Pero hay personas así, que están

acostumbradas, que son fuertes. Pero personas que tienen más edad pónese 70-75-80 ya no, ya no se puede.

- Bien, ¿usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

No.

- ¿Por qué?

Como que te puedo decir... yo no le hallo, mejor dicho a mí, a mi persona yo no le hallo de tener otra pareja más de la misma edad; así cuando uno ya enviuda, ya se me hace que esa persona va a morir, enviudar dos tres veces, es mucho. Por eso digo, cuando enviuda la primera vez ya no puede agarrar marido, se me hace que nadie. Yo de mi edad ya no me llama la atención tampoco.

- Bien, pero por ejemplo, me refiero a que si el adulto mayor tiene que continuar haciendo actividades.

Salir a bailar, a un teatro, a un cine, es la mejor vida y sí, sí. Salir a comer afuera, lo que más hago también, y sí y sola.

- Bien la otra pregunta es ¿Qué opina de la idea que la vejez es una etapa de descanso?

Y es lo mismo, como yo te digo. Que ya no tiene que trabajar y menos como dice J., los abuelos ya no tienen por qué seguir criando los hijos de los hijos; ya tienen derecho de vivir su vida de ir a pasear, bailar y sí...

- Bien, en su opinión ¿Cuáles son los aspectos positivos de la vejez?

Qué aspectos pueden ser. Para mí que sean, son unas personas que en general sea honesta, respetuosa, educada, que lleve con todos, sí.

- Y ¿qué aspectos negativos tiene la vejez?

Ni idea, ni idea, no tengo ya.

- Quisiera agregar algo sobre lo que es la vejez

Como te digo la persona avanzando la edad ya no puede seguir trabajando, menos criar a los nietos y así. Que estén bien tratados con cariño, amor y respeto y todo...

- Perfecto terminamos, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista G4

- La primera pregunta es ¿Cómo conoció este establecimiento?

Este establecimiento lo conocí a través de otra persona. Vino mi señora primero, fue quien me trajo a este movimiento. Empezó mi señora viniendo para hacer un taller de informática y después yo la acompañe un tiempo. Nos enganchamos y nos quedamos y ahora me tienen de vicepresidente acá.

- ¿Cuál es la actividad que realiza?

En esta institución, yo hace apenas poco tiempo estoy colaborando como vicepresidente.

- Pero ¿realiza alguna de las actividades que se brinda en esta institución?

Gimnasia

-¿Por qué eligió esa actividad?

Porque yo estaba haciendo en otro lugar. Entonces he dejado hace un mes de moverme y ahora quiero retomar la actividad. Para mí el beneficio que me trae psíquicamente me siento mejor y físicamente me hace bien para los huesos, porque están en movimiento, al estar en movimiento los huesos se lubrican, entonces es muy importante.

- Si tuviera que realizar otra actividad ¿cuál elegiría?

Y haría zumba, por ejemplo, a mí me gusta mucho el baile. Si hubiera salsa haría salsa

- ¿Por qué no realiza esas actividades?

Por factores de que acá no hay salsa por ejemplo. Que a mí me encanta todo lo que es latino, me encanta y folclore me gusta pero no tanto como... me gusta más el movimiento más brusco como quien dice. El otro es más pasivo

- ¿Qué es la vejez para usted?

La vejez es una cosa natural de la vida: uno tiene que gestarse, nacer, crecer y envejecer son etapas de la vida.

- Para usted ¿en qué momento empieza la vejez?

La vejez, para mí todavía no empezó. A pesar de que tengo 70 años, porque yo no me siento un viejo. Y vejez es normalmente uno dice "esta viejo" o es "vetusto" y no, a veces si vamos a analizar lo que es viejo tiene más valor. Porque todas las cosas más añejadas son más caras. Entonces quiere decir que nosotros a medida que nos vamos poniendo con más edad en los hombros, por no decir, lo que ustedes dicen viejo o la vejez, va siendo más importante. Pese a que la juventud acá, a los que menos se respeta son los años. Entonces esas son las cosas que uno a veces trata hacia la juventud que vayan cambiando. En otros países el adulto mayor es muy respetado. En Brasil, sin ir más lejos, vos vas a Brasil, enseguida te ofrecen el asiento, subís al colectivo no pagas boleto sin necesidad de que tengas ningún carnet ni que tengas nada de nada. Te vas al supermercado y tenes lugares exclusivos para estacionar tu vehículo, vas al banco y tenes una caja exclusiva para ellos; ósea que hay muchas cosas que acá se podrían hacer y no se hacen. Entonces, eso es lo más importante que uno tiene que luchar para eso, ya que uno se va poniendo más grande, entonces por lo menos para... hay gente más grande que yo todavía y sufre, padece esas cuestiones, de que tiene que hacer mucha cola en el banco, va al supermercado no lo atienden como es debido ósea hay muchas cuestiones que se deberían cambiar.

-Bien, entonces ¿para usted no existe una edad que determine la vejez?

No, porque la edad te la da el cuerpo. A la edad en realidad te la da el cuerpo, hay gente que a lo mejor tiene mi edad y han tenido la desgracia de padecer enfermedades, ósea todo eso da un poco...y no precisamente por la enfermedad, porque por ejemplo el cáncer lo sufre una criatura hasta una persona adulta. Hay diabéticos que nacen con diabetes y hay otros que la contraen después a futuro porque es hereditario. Ósea, no hay una cosa exacta para decir cuando uno se siente viejo.

- ¿y la jubilación no es un determinante?

No, porque fijate vos que la jubilación... hay mucha gente que tiene mucha capacidad para seguir trabajando. Pero la jubilación es una imposición social, que ha hecho una ley... Se hizo una ley para que vos te jubiles a una determinada edad: 60 las mujeres, 65 los hombres. Y ahora como hay más expectativa de vida la quieren aumentar a 70 años, yo no lo veo mal pero depende de la persona como se sienta físicamente y psíquicamente.

- ¿Cuáles son los nombres que deben utilizar para referirse a las personas mayores de 60 años?

Adultos mayores yo creo que es lo más correcto.

- Bueno, esta pregunta ya me la respondió el ¿cómo considera usted que debería tratar la sociedad a los adultos mayores?

Sí, la sociedad le debe el respeto y debe darse cuenta que va también a ese camino de ser en algún momento adulto mayor. Ósea, va a pasar por esa etapa si tiene la suerte que la naturaleza le siga dando vida, porque todo es obra de la naturaleza. Hay cosas que nadie se salva en esta vida, para morir tenes que nacer, y una vez que naciste tenes que andar en la vida y por ahí en la vida te va a tocar o no ser adulto mayor.

- ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?

Y bueno vos te das cuenta hay adultos mayores que caminan más lento porque tienen alguna discapacidad, ya sea porque la han tenido en el trabajo o porque ya la traen de nacimiento. Hay adultos mayores que a lo mejor han perdido más la visibilidad que se dan muchos los casos. Hay adultos mayores que tienen dificultades porque no se han sabido cuidar en su vida y no se han dado cuenta, no les han aconsejado, entonces que pasa han tenido ACV, han tenido problemas que lo llevan a tener una vida totalmente distinta a la que tenían cuando eran más jóvenes. Todo eso influye en la adultez que te pasa factura. Y las características mentales del adulto mayor normalmente es más sentimental, es más de dar consejos aunque no se lo pidan. Esas son las características más destacables.

-¿Cómo que adquiere más sabiduría el adulto mayor?

No, no es que adquiera más sabiduría, lo que pasa es que el adulto mayor ha tenido su vida. Acá todos decimos que el adulto mayor tiene más experiencia, más sabiduría. Es mentira, es mentira. Lo que adquiere es la experiencia de vida nada más, la sabiduría de la misma vida que te dio. Pero con la tecnología que tenemos hoy, una criatura de diez años lo pasa por encima al adulto mayor porque agarra la computadora, agarra el celular y tiene información inmediata, cosa que nosotros no la teníamos. Si vamos por experiencia tienen más experiencia los chicos de ahora que los adultos mayores

- Desde su punto de vista ¿cuál es la función o el papel del adulto mayor en la sociedad?

Y en la sociedad, depende en que sociedad se mueve el adulto mayor porque no es lo mismo un adulto mayor que está en medio de la nada, que vive sin agua sin luz en condiciones totalmente inhumanas que una persona que vive con un poco de dignidad, que es lo que deberían tener. Entonces hay distintas formas, no puedes globalizar y ponerlos a todos juntos, es una cosa muy fea lo que viven muchos adultos

mayores y los que no tienen la suerte de vivir en una gran ciudad, las necesidades van a ser mayores, entonces es difícil. Y a lo mejor esa persona que vive en ese lugar, y dentro de todo tiene la fortaleza suficiente de querer ayudar a otros adultos mayores. Que si no se ayudan entre ellos, a veces, como te decía recién, la juventud normalmente no le interesa mucho el adulto mayor. Entonces en esas situaciones, todavía graves que tiene la gente más necesitada, menos ayuda reciben. Fíjate vos, si te pones analizar en todas las ciudades que hay muchos adultos mayores que están en situación de calle a veces, o a veces están abandonados en su propio hogar porque ni los hijos lo van a dar vuelta, hasta que no se murió, se enteran por un vecino que se murió el padre. Entonces, y si no fuera por estos centros de jubilados o las ONG que existen que tienen esa solidaridad para ir a buscar y hacer, y darles a esa gente, sería muy duro otra vida más fea para ellos si no existiera esa gente. Ósea que si o si hace falta la ayuda.

- Bien pero por ejemplo, personas que tiene la capacidad física y mental y económica también, ¿Cuál sería su función?

Y bueno la función de ellos es primero terminar de disfrutar su vida después de tantos años que han estado dedicándose a su trabajo, o si han tenido la suerte de tener algún negocio o han sido potentados. Bueno la función de ellos a lo mejor, el que ha tenido, el de traspasarle el testimonio a los hijos o a su familia que le queda. El otro tendrá la función de seguir trabajando a lo mejor porque muchos de ellos, en la actualidad siguen trabajando porque no les alcanza la miseria de sueldo que le dan. Entonces hay muchas actividades, no puedes decir alguna. Lo ideal que sería disfrutar su adultez, eso sería lo ideal. Pero lo ideal no existe, es una utopía, entonces tenes que hacer lo que te toca vivir. Si te toca vivir seguir laburando y bueno tenes que seguir laburando hasta el día que diga tu cuerpo basta; y a otro le tocará a lo mejor una función de hacer vida social. A otro le tocara la función de hacer turismo porque le dan las posibilidades económicas y le da el cuerpo.

- Y por ejemplo se habla en otros países de tener la función de aconsejar a los jóvenes...

Hay una cosa muy importante... a veces reclamamos cosas, decimos cosas que no condicen con lo que decimos. Entonces los jóvenes tienen que acordarse a futuro van a ser los adultos mayores. Entonces ellos ya tienen que buscar ahora ver que van a hacer de su vida cuando sean adultos mayores o que les gustaría ser. Porque uno ya vivió su vida y todas las épocas son distintas, entonces yo puedo decir lo mejor es tal cosa y otro más grande que yo va a decir; "no lo mejor es esto otro". Entonces no, las épocas son distintas, las comparaciones para estas cosas no sirven. Son diferentes en edades, porque han vividos otras épocas, han tenido otras vivencias que tiene la juventud ahora.

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Siempre, la actividad hace bien al cuerpo, no hay edad para eso.

- ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

Y bueno, pero el descanso se entiende más que descanso, reposo. Reposo que quiere decir, no es que yo tenga que estar acostado todo el día. Reposo es pasar de la actividad que estabas haciendo, pasas a no hacerla más la actividad que estabas haciendo, ese es el reposo. La actividad laboral y otro tipo de actividad que puedas haber tenido. El médico a veces te dice: tiene que guardar reposo, no te dice tiene que

guardar cama. ¿Me explico? Bueno ahí está la diferencia, no es lo mismo. Reposo es hacer un cambio de actividad, de la actividad que vos tenías pasas a tener ese reposo, ya no estas con el correr del horario, que tenes que entrar a tal hora para salir a esta. A ese reposo se refiere.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos positivos (o ganancias) de la vejez?

Y la vejez tiene sus aspectos positivos en tanto y en cuanto vos te sientas bien, porque si no, uno cuando llega adulto va a decir “¡ah! que feo llegar a viejo”, porque me duele acá, me duele allá o como decimos nosotros: “me está doliendo la rodilla seguro que llueve o va a haber mucha humedad”. Pasamos a ser los meteorólogos de los más jóvenes, por eso te digo que no todos somos un parámetro fundamental para decir: “sí es así”.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos negativos de la vejez?

Y pasa lo mismo que con lo anterior, con lo positivo. Depende de cada persona.

- ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Que tienen ganas de seguir viviendo, que tienen ganas de sentirse vivos, que tienen ganas de motivarse a sí mismos. Porque si uno está motivado puede motivar a los demás. Pero si vos te sentas en tu casa a lamentarte de tus dolores, de que cobras poco, de que no te alcanza el sueldo, que nunca te alcanzo porque toda la vida laburaste. De hecho que si estuviste laburando es porque necesitabas el dinero para vivir y lo ahorraste durante 35 años y ahora te lo roban por todos lados. Y bueno vos te das cuenta de que ya estás de vuelta, entonces decís por lo menos voy a seguir manteniéndome vivo y decir estoy vivo, gracias que estoy vivo. Entonces, eso es lo importante del ser humano y de llegar a la adultez. Ojala que todos lleguemos a la adultez con todas las luces y con muy poco dolores. Entonces vas a tener una adultez contenta y feliz y vas a querer seguir viviendo por muchos años. Pero si vos tenes achaques no quieres seguir viviendo más. El adulto mayor puede hacer todo lo que se proponga, en tanto y en cuanto el físico se lo permita.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

Yo te agregaría que la vejez no existe en el sentido de la palabra. El adulto mayor va creciendo con sus dolores y sus recuerdos, porque el adulto mayor normalmente se acuerda de su juventud porque es lo que más se añora las épocas vividas, porque son las más lindas. Como todo cuando uno es joven ha hecho miles de cosas y ahora por más que las puedes hacer, pero ya no tenes las ganas porque a lo mejor el físico no te da. Pero hay adultos mayores que todavía se siguen divirtiendo salen aguantan más la noche, a veces más que los jóvenes. Entonces que sigan la vida, la vida es linda, vale la pena vivirla con todo sus errores, dificultades que tenemos. Pero lo más lindo que hay en el mundo y en el universo es la vida. La vida es la vida y si vos te sentís vivo vas a decir que lindo que es vivir y disfrutar la vida.

- Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista G5

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

A través de una amiga que vive acá a la vuelta.

- ¿Cuál es la actividad que realiza?

Gimnasia. Ahora van a poner tango, bueno vamos a venir a tango.

- Si tuvieras que elegir alguna de esta actividad ¿cuál te gusta más?

Gimnasia. Porque aparte esta gimnasia, ahora dura una hora nada más, pero generalmente en épocas que no es de vacaciones dura dos. Y es una hora de gimnasia y baile y después una hora de interacción entre nosotros de jugar a la pelota de hacer juegos, así para mantener buena la atención todo eso. Y eso me encanta nos peliamos, jugamos al básquet, todo eso me encanta, me encanta.

- Si tuviera que recomendar esta actividad a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Bueno yo tengo una hermana que es más grande y es gordita, y no la puedo convencer. Porque yo le digo es hermosa la gimnasia, porque va gente de toda edad, no gente de toda no, gente grande, entonces vos no tenes que estar haciendo esfuerzo que te dan en otro gimnasio. Aparte es muy entretenido, muy entretenido, son dos horas que se te pasan volando, volando, volando. Aparte haces lo que podes, la profesora no te exige ni nada, te controla que lo hagas bien, aparte la profesora es un encanto, un encanto. Son dos horas maravillosas. Extraño cuando no vengo, yo por mi vendría todos los días, pero son dos días nada más.

- ¿y qué le dice a su hermana?

Le digo todo eso, le digo mira anda, porque ella me dice: "no que no voy a poder"; "no es que la profesora no te va a exigir, vos anda haciendo de a poquito, de a poquito, de a poquito. Después ya te integras y ya vas progresando y ya te va a salir todo, no es que tampoco vas a ir a bailar como una loca ni nada". Lo que le digo sobre todo te entretenes, ella está muy entretenida porque tiene un montón de nietos, tienen un club que se yo, así que no le falta. Pero no hace para ella y está cada día más gordita. Aparte porque ellos tienen un buffet de un club y el marido es cocinero y el hijo es chef, y comen mucho, ¡muchísimo! Suponte al medio día comen una costeleta, así (extiende sus manos), con papas fritas y ensaladas, y después postrecitos esos comprados, todo eso. Y ella era flaquita y entonces, de repente esta así (extiende sus brazos alrededor de su cuerpo), a ella no le importa, "yo nunca voy a hacer dieta" me dice.

- Y capaz que le guste más otro tipo de actividad, ¿vos pensaste en realizar otra actividad dentro de este centro?

Tango. Y el año que viene quería hacer pintura. Y solía hacer tortas en la Fundación Romero, pero tenía que llevar muchas cosas, tenía que llevar todos los ingredientes, todos los utensilios y tengo problemas con mi columna que esta doblada, así que no puedo alzar mucho, así que no podía ir. Después también tenía que salir con las tortas, todo y estar dos horas parada me hace mal, así que no puedo gracias a mi columna.

- Bien la siguiente pregunta es ¿Qué es la vejez para usted?

La vejez es... para mí la vejez es... el comienzo de la decrepitud (silencio). Es un como un viaje de vuelta, como que estas volviendo, no como que tenés un futuro, ósea llegas (inaudible) a un futuro, estas pegando la vuelta.

-¿Por qué?

Porque hay muchas cosas que no vas a hacer, que no puedes hacer

- ¿Por limitaciones físicas o sociales?

Sí, sí. Sobre todo físicas (silencio). Bah debe ser que a mí me toca esta parte física porque yo tengo problemas con mi columna. Pero no, yo creo que a todas, yo lo veo, lo veo. Todos tienen esas limitaciones

- Y limitaciones sociales ¿vos crees que existen?

Sí, también, también. También, a los viejos, a los viejos no los aceptan mucho. Últimamente, la misma familia por qué, por qué antes los viejos estaban en la casa y ahora los viejos se van a un asilo, muchos y gente que puede tenerlos en la casa. Lo llevan a un asilo porque dicen que los van a cuidar más; y yo pienso que en la casa también puedes poner a alguien que los cuide. Y yo creo que para los viejos lo peor, lo peor es la soledad. Eso los mata, estoy segura, que eso los mata. Para el viejo que tiene más limitaciones los mata, es lo peor estar solo.

- Bien y ¿en qué momento empieza la vejez?

60. Para mí a los 60. Yo te digo a los 50 años me sentía divina, fantástica, era como si tuviera 30 o 20, y a los 60 me sentí de 60. El año que cumplí los 60 ahí empecé a sentirme mal la decrepitud, todo eso que te digo.

- ¿Cuáles son los nombres que más se utilizan para referirse a las personas que entran en la vejez?

Mayores. No viejos, porque me parece despectivo, viejo. Es una cosa vieja, vieja que no sirve que ya, ya paso.

- ¿Cómo consideras que trata la sociedad a los mayores?

Mmm... bueno creo que los jóvenes son este... Antes eran mucho más respetados los viejos que digamos, los mayores, todo ellos, los abuelos; en la calle, en todos lados. Ahora los jóvenes, bueno si bien últimamente los jóvenes no tienen mucho respeto por nada, menos a los viejos. Yo lo veo en el ómnibus, yo tomo mucho ómnibus, y yo antes me acuerdo que vos subías y por el solo hecho de ser mujer te dejaban pasar primero, no te daban el asiento tanto, por ahí sí, pero si te dejaban el lugar. Ahora, seas vieja, joven todos te empujan, los chicos jóvenes o los hombres también, te empujan, te pechan. Aunque las mujeres también que les enseñan a sus hijos. Y bueno el viejo, pobre, tiene que tratar de subir y de sobrevivir como sea, porque nadie los respeta a los viejos, nadie los ayuda. Vos ves por la calle si alguien está por cruzar, vos te crees que alguien viene a ayudarlo, no nadie, encima lo corren porque están molestando.

- Entonces ¿cómo debería ser el trato?

Más, ¿cómo sería? Más amigable, más... porque al viejo como que se lo deja a un costado y el viejo también tiene su historia y todo. Yo me acuerdo que mi papa murió a los 90 y pico de años, porque se cayó, sino estaría vivo. Él siempre tenía anécdotas y siempre era chistoso, y él donde íbamos, él era como el centro, todos lo querían los nietos, todos. Pero ahora no, yo voy a una casa: -¿y tú mamá?; -no en un asilo, o no vive en un departamento sola. Y digo:-pero ¿por qué?, -no porque no hay lugar, por los chicos... Es horrible, yo creo que a los viejos hay que acompañarlos, hay que acompañarlos muchísimo, muchísimo, muchísimo.

- ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?

Anteojos, yo no tengo anteojos porque tengo lentes de contactos. Camina despacito, caminan despacito yo creo que por miedo a golpearse o algo y también por los huesos. Porque realmente duelen los huesos. Mi mamá se murió a los 50 años pero de cáncer a los huesos. Empezó a andar mal, mal hasta que no pudo caminar más y a los tres meses se murió. Yo creo que el mayor problema de la gente mayor son los huesos, y también encorvados pero también es de los huesos.

- ¿el hombre y la mujer envejecen de la misma forma?

Yo lo veo en los varones, en los varones mayores que son más parcicos, más agresivos los varones; y las mujeres son más afectivas, más cariñosas. Por lo menos es lo que he visto acá que somos tantas, pocos varones. Aparte la mujer es mucho más participativa en todo, el varón no participa casi en actividades. Nosotras en folclore somos como 40 y son tres varones. En gimnasia obviamente ningún varón. No sé qué hacen los varones. Será porque fallecen antes mucho antes los varones porque en mi cuadra tengo, creo que toda la cuadra de viudas. Pero si poco participativos es como que se meten más para adentro el varón que la mujer. La mujer trata de salir, será que las mujeres tenemos más cosas para hacer puedes ir a pintar, bordar, cocinar con alguna amiga y todo. ¿Y el varón? No, porque por lo general el varón habla de trabajo y en esa edad ya no tiene trabajo. Y si no tienen para trabajar, que se yo, se quedan en casa a ver tele, ven mucha tele.

- Desde su punto de vista ¿cuál es la función o el papel del adulto mayor en la sociedad?

Sí, sí, sí tendrían que seguir activo porque lo peor es la jubilación. Porque te dicen: "no, que bueno, que ya vas a descansar", ¡no! No porque el trabajo te mantiene la vida ordenada, a qué hora te tienes que levantar, hacer esto, esto y esto. Si trabajaste toda la vida, te jubilas ya como que tu vida no está ordenada, porque aunque vos la quieras ordenar, eso era como una obligación, y aparte que ya no te sentís útil. Y habría que trabajar desde lo que sea, cualquier cosa. Pero, pero no nadie, si a los 40 ya sos vieja imagínate a los 60 ya no, en esta sociedad no sirve. Y tendría que ser también de referencia, de compañía de afecto, para eso los adultos mayores, de consejeros también

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Totalmente, porque si no te aplasta, si no te mantienes activo te aplasta.

- ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

No, no porque puedes descansar haciendo actividades, haciendo cosas, no, no. De descanso para estar con horarios todo eso, capaz. Solamente para eso.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos positivos (o ganancias) de la vejez?

Ninguno, totalmente. Ninguno. No nada absolutamente.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos negativos de la vejez?

Lo primero es... que estas... viste que dicen "¿usted es activo?". Yo me acuerdo que cuando trabajaba preguntaba si era activo o pasivo. Para mí pasivo quiere decir, pasivo no hace nada, no, no como que estas de vueltas. Eso es lo que digo yo, que no tenes un futuro estas de vuelta, y eso lo sentís horrible, ir para atrás (inaudible).

- En todos los aspectos en la familia, en lo social ¿es negativa la vejez?

Es negativo, es negativo. Primero porque hay una sociedad que no quiere a los viejos. Porque esta sociedad quiere todo lindo, fuerte, valioso todo y los viejos no. (Inaudible)

- ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Y como todo, hay gente amable, buena, simpática. Hay otras que no lo son.

(Se interrumpió la entrevista para el día siguiente)

-Quedamos en la pregunta ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Muchos solitarios que vienen sobre todo por eso, para tener compañía para hablar con alguien. Y yo veo que la señora, Doña Juana, hay algunas mujeres que por ahí están deprimidas y no vienen, y le insiste para que venga. Y le dice. “ven quédate acá, toma el té, vamos de viaje”, todo eso. Porque en seguida se deprimen la gente mayor en seguida se deprimen, se deprimen y no salen a ningún lado, y ahí ya no hay vuelta que darle. Yo lo he visto, yo tengo muchas vecinas que son grandes también y he visto que no hay vuelta que darle, no se recuperan más.

- Entonces para usted ¿esas son las razones por las que vienen las personas a este centro?

Muchos vienen por eso.

- Y cuando están dentro de este establecimiento ¿cómo son?

Alegres, si bien alegres... alegres tienen todo lo que tenemos las mujeres, alegres, peleadoras, chismosas, como somos cuando somos jóvenes, así en grupo, así también son acá. Vos decís: “gente grande” pero la gente grande también tiene que ser así (se ríe). Sí, sí, son terribles.

- ¿La vejez se da de la misma forma en las mujeres que en los hombres?

No, me parece que no. El hombre como que se acostumbra más a la pasividad, a andar despacio, hacer las cosas despacio como a aburrirse, y la mujer no. La mujer busca una salida, una salida a esa pasividad, que el hombre como que no, como que se conforma el hombre. La mujer no se conforma por eso es que busca salir, a la mujer le hace mal, al hombre no tanto yo creo que no.

- ¿Cómo debería comportarse un adulto? ¿Qué debería hacer diariamente?

El adulto mayor se tendría que levantar temprano como siempre, ahora puedes dormir la siesta antes cuando trabajabas no. Debería levantarse temprano, cambiarse porque hay muchos que se quedan en pijamas, para mí eso es lo peor. Yo jamás me quedo en pijamas porque me deprimó. Higienizarse y cambiarse, porque por ahí yo veo que por ahí que hay gente que se abandona un poquito en el aspecto físico. Como que, si ya cuesta más bañarse, cambiarse todo eso, pero bueno, hay que hacer un esfuerzo. Andar pulcro y bien, andar bien y dispuesto como para salir, no en pijama como para quedarte adentro de la casa, en pantuflas... Y estar siempre acompañado eso es lo fundamental para mí, siempre estar acompañado los adultos mayores. Porque por ahí: “no, si él tiene su casa, él quiere estar en su casa”; pero no, no el adulto mayor solo no, no le hace bien.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

Es horrible. No tengo más palabras para eso es... (Inaudible), ¡Ay! No, no nos tendríamos que hacer viejos. Sabes a lo que más le tengo miedo a la decrepitud cuando te enfermas, que lo viví con mi padre. Que están indefensos, que los tienes que limpiar, me parece eso muy humillante, muy humillante. Eso me parece que es horrible esa parte de la vejez es muy fea.

- ¿Qué propondrías para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

Algo para la memoria. El otro día dieron una charla que era para la memoria. Pero no era profunda ni nada, fue como un juego que hacían todos pero nada más. Yo fui a unos cursos de memoria que hace la UNATE con un profesor, no se licenciado debe ser un muchacho joven. Y es hermoso, hermoso aparte te hace trabajar la mente muchísimo. En todos los niveles porque hay gente que puede hay gente que no, pero él te dice: - bueno vos hace lo que puedas y esforzaste. Porque eso es la memoria esforzarte y me parece muy bueno eso. Después todo lo que hay está bien porque hay tejido, pintura y casi nadie viene, computación tampoco vienen, no sé porque. Hay cocina saludable que también esta buena. Sí, sí está bueno todo lo que hay.

- Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista G6

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

Bueno yo acá vivo hace 30 años, desde que empezó este barrio. Y bueno cuando se trasladó el centro a este barrio yo empecé a venir y a colaborar con Juanita, y se trabaja lindo, se trabaja todos los días, la convivencia es muy buena. Es muy lindo trabajar con el adulto.

- ¿Cuál es la actividad que realiza?

Hago gimnasia, bueno ahora quiero ver si puedo hacer folclore. Debido a que uno a veces no lo puede lograr hacer porque acá todo el tiempo que te buscan para una cosa, para otra. Pero gimnasia si la hago, si la hago a la gimnasia.

- ¿Por qué eligió esa actividad?

Me gusta bueno porque, yo la verdad a veces uno está muy estresada con las cosas que tengo que hacer que lo papeles, que la presentación. Entonces por ahí uno esta estresado, el trabajo cotidiano, la misma gente a veces te estresa.

- Si tuviera que recomendar esta actividad a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Sí, diariamente se le recomienda al adulto que haga gimnasia porque realmente para el adulto es muy interesante hacer la gimnasia por el tema de que ya estamos grandes, y si no tenemos una actividad para que nuestros huesos se... también tengan la agilidad. Porque por ahí estar sentado o no tener esa agilidad, digamos se nos endurecen los huesos, sobre todo el codo, las rodillas.

- Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro ¿Cuál? ¿Por qué?

Me gustaría folclore, a mí sí me gusta folclore. No lo hago por falta de tiempo.

- ¿Qué es la vejez para usted?

La vejez es el pasar los años, para mí es eso el pasar de los años. Y la vejez depende como hemos vivido y como la llevamos porque hay personas que a pesar de que no son tan de edad y están ya acabadas, no tiene ganas de nada como hay personas que están grandes y tienen tantas ansias de hacer cosas.

- Para usted ¿en qué momento (o a qué edad) empieza la vejez?

Y los 60... bueno porque realmente, se dice que a los 60 empieza la tercera edad y bueno es el tiempo que mayormente todos se jubilamos. Nos jubilamos pero bueno seguimos trabajando, algunos en otra actividad y algunos ya directamente ya no siguen ¿no es cierto?

- ¿Cuáles son los nombres que utilizan para referirse a una persona mayor de 60 años?

Es un adulto, un adulto mayor. Bueno el que dice viejo con cariño está bien, pero muchas veces es discriminar, es discriminación. Depende de cómo lo digas. Y bueno porque muchas veces los insultos, por ahí hay gente que insulta "este viejo de mierda, este viejo no sirve...". En cambio por ahí los mismos hijos con cariño le dicen el viejito, la vieja o siempre están usando esa palabra. No, no sé si esa palabra es negativa o no, depende como la digan, depende quien la diga y como la digan.

- Para usted ¿Cómo considera debería tratar la sociedad a los adultos mayores?

Y bueno con el mayor respeto. A mí me parece que el adulto necesita mucho respeto tanto de los niños, de los jóvenes. Porque ellos ya son unas personas que vivieron y que tienen mucho para dar; y también hacerlos sentir útiles, porque ellos muy a pesar de que son unas personas adultas tienen mucho para dar, mucho cariño, mucho amor. También son útiles, porque como vos veras acá hay muchas personas grandes y ellas hacen muchísimas cosas. Todavía se sienten útiles, se sienten bien.

- ¿Cuáles son las principales características o cambios que ocurren cuando uno va envejeciendo?

Los cambios por ahí son la falta de memoria o también el cansancio, también puede ser la soledad. Y a nivel social la sociedad siempre discrimina al adulto que ya está en una edad que ya no sirve, que es un estorbo, ya como que le faltan el respeto, que el viejo debe estar en su casa, lo excluye.

- Desde su punto de vista ¿cuál es la función o el papel del adulto mayor en la sociedad?

El adulto mayor todavía está capacitado digamos, para enfrentar algunos desafíos de la vida. Yo soy adulta, yo con mis 67 años yo todavía estoy de pie sigue trabajando para ellos y siempre estoy buscando el beneficio, el bienestar. El ver para que el abuelo siempre este mejor. Por ejemplo yo pertenezco al consejo consultivo de ANSES, nosotros viajamos a Buenos Aires un grupo de gente con federaciones, a donde fuimos a ver al director de ANSES y tanto al presidente, por este motivo de que ellos quieren quitar la parte que les corresponde a los abuelos ¿No es cierto? Entonces uno está para la lucha, todavía se siente con esa fuerza de luchar por lo que a los viejos les corresponde. Que por ahí esa parte, digamos yo la veo como discriminar, ¿no? al adulto de la parte del gobierno. ¿Porque? Porque para ellos el viejo ya no le suma votos, y sin embargo, el abuelo es el primero que está en las urnas. Si es el primero porque ellos quieren participar, porque para ellos es un

derecho. Ósea que todas esas cosas que uno últimamente uno lo ve y que está luchando para que ver que ellos tengan el lugar que les corresponde. El adulto mayor, digo yo, es el jefe. Para mí el adulto mayor, digamos en el hogar es el jefe adonde el resto de su familia lo tiene que respetar. Si bien hoy el adulto esta para cuidar a los nietos, esta para servirle a los hijos debido a que la mayoría trabaja, pero si ellos se sienten bien está todo bien. Pero hay adultos que ya no pueden, que están enfermos ¿y a ellos a donde los llevan? a un asilo, a un asilo que muchas veces, hay asilos que si los tratan bien pero hay asilos que no. Acá en Salta, bueno los asilos dejan mucho que desear, más allá que algunos son privados y otros no, pertenecen al estado. Entonces se enferma el abuelo, ahí se deprime, tuve la oportunidad también de ir a un geriátrico con mi mama cuando estuvo ella con Alzheimer, también es horrible, es deprimente un geriátrico uno sale más enfermo que el enfermo. Nosotros teníamos mi madre que tenía Alzheimer, y bueno nos vimos obligados 15 días a que ella esté internada, porque es como que se va, ya se disloca, digamos, lo que no duerme, entonces su mente se disloca. Esa parte le corresponde a usted, porque es el psicólogo el que lo ayuda. Pero nosotros hemos visto que dándole cariño y esas cosas, más allá de que ellos puedan estar perdidos, pero si vos los atendes, los controlas, ellos están bien. Mi mamá era muy tranquila, pero si yo he visto otros casos que son muy violentos. A mi mamá le gustaba que uno lo alce en la falda, que uno le haga cariño, que uno esté ahí. Pero yo conozco otros abuelos que ellos no aceptan nada, que no aceptan que nadie este, no quieren a nadie, quieren estar solos, gritan, se hacen todo encima.

- Con respeto a la pregunta sobre la función o el papel del adulto mayor, ¿usted cree que tiene límites?

La sociedad si le pone límites al adulto, pero yo pienso que un adulto tiene que ser libre, tiene que ser libre hacer lo que a ellos le parezca, que también tengan voz y voto; y que también hablen de lo que gusta, no es que va a estar limitado a que bueno "hace esto porque yo quiero que lo hagas". El abuelo tiene que ser libre, así como son ellos que tienen la libertad de aprender, de hacer lo que ellos quieran, lo que a ellos les guste.

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Sí, la vejez es un momento para mantenerse activo.

- ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

Sí, también, porque también se puede descansar. Pero también se puede hacer algo, porque digamos la ociosidad también nos lleva a la depresión, el no hacer nada es algo depresivo, porque no hace nada y está ahí, y sin hacer nada que va a mirar al techo, la luna. A mí, si me encierran en mi casa en dos patadas estoy loca, porque a mí me gusta la calle, así le digo a mi hija. Yo si me quedo en mi casa es porque yo quiero, porque tengo cosas para hacer por supuesto también tengo mi hogar, tengo que hacer algo. Pero si alguna vez me llegaran a privar creo que me voy a salir por el techo.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos positivos (o ganancias) de la vejez?

Si tiene aspectos positivos.

-¿Cuáles?

Y bueno el salir, el recrearse, el hacer talleres, el estudiar, la capacitación. Se puede capacitar todavía el adulto, puede seguir siendo activo.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos negativos (o pérdidas) de la vejez?

Negativo que le podría decir, no sé cuál sería el negativo. Para mí no... no pienso que el adulto tenga un negativo. Mira hay una señora de 80 años que fue a aprender computación, de no saber nada hoy sabe manejar una computadora, ósea que uno ve ahí que realmente el adulto todavía tiene su capacidad mental para aprender. Por supuesto que hay gente que no, porque está enferma, bueno ya sus neuronas no le funcionan, pero hay personas que todavía que están bien, hay gente que está de novia ¿Qué te parece? 70 años están de novios.

- Entonces, ¿para usted las personas mayores tienen la misma necesidad que antes?

No tanto las necesidades de antes, porque ya la persona mayor digamos ya cumplió su etapa, pero si tienen necesidades también, tienen necesidades. Hay gente adulta que en su juventud no pudo obtener algunas cosas. Hay gente grande que hoy recién tiene su hogar, su casa, porque por ahí en joven no la pudo obtener, y ellos ven con otros ojos. Yo me acuerdo mi abuelita, ella tenía 90 años cuando vos le llevabas... no me olvido jamás porque yo había comprado dos vasitos esos de porcelana para llevarle de regalo y ella me dice:- ay hija si quiera me los hubieras regalado cuando yo era más joven, porque hoy quizás ya no los voy a poder usar; -pero ¿porque no?;- porque ya mis manos me tiemblan y lo voy a hacer pedazos. Esas cosas yo siempre las llevo dentro de mí ¿no?, porque ya ella a su edad sus manitos les temblaban... y bueno ya están privados, no sé si privados o...limitados a algunas cosas cuando ya tienen una edad avanzada

- En su opinión ¿los hombres y las mujeres envejecen de la misma forma?

Emm... no. Las mujeres envejecen más rápido que los hombres. Yo digo por su actividad, porque nosotras las mujeres dentro de todo tenemos más actividad que el hombre, el hombre va a trabajar y vuelve a su casa y no hace más nada. La mujer, en cambio, si trabaja, llega a su casa y sigue, la limpiada la cocinada, la lavada y sí. Yo pienso que la mujer envejece más rápido. Mira la C., la mujer que vino recién, ella tiene 54 años y ella parece una mujer quizás mayor que yo. A mí por lo menos nadie me da la edad que yo tengo. Porque yo soy muy activa, me gusta mucho la actividad, me gusta la recreación, me gusta hacer cosas, estoy ahí, no le doy tiempo al dolor. Gracias a Dios hasta ahora no me duele nada, pero también veo así esas cosas, porque si vos estas sentado bueno ahí sí "me duele, me duele aquí, me duele allá". Uno se pone a pensar en los dolores.

- ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Bueno ellos son unas personas muy activas, son ordenadas y tienen mucho entusiasmo por la vida, son personas que tienen mucho entusiasmo, le gusta mucho hacer cosas, son muy compañeras, son personas muy sociables y opinan, también están para opinar, porque yo les pregunto por ahí si les parece bien esto o lo cambiamos o cosas así ¿ves? Como las señoras ellas solas se han organizado para hacer el viernes algo para su grupo o ellas otras del otro grupo se han organizado solas y ellos están haciendo para ellos. Cada grupo se organiza, no me dicen que te parece, ellos solo se organizan.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

Y no sé qué más te podría decir la verdad. No, no sé si es la culminación de la vida pero yo pienso que la vejez todavía... la vejez yo creo que es la segunda etapa de la vida, la segunda etapa de cada persona porque digamos ya pasó la primera etapa de haber hecho, de haber trabajado, de haber criado sus hijos. Hoy estamos ya abuelos, estamos a veces para mimosear a los nietos nomas y malcriarlos y sí. Así eso sería.

- Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista G7

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

Y bueno a través de amigas, yo conocí este establecimiento a través de una persona amiga que me invito al movimiento.

- ¿Cuál es la actividad que realiza?

Hacia gimnasia pero que pasa que me rompí los meniscos con un golpe, entonces hice un alto. Pero de todas maneras no realizó ninguna actividad acá pero colaboro. Lo que hago es colaborar con la entrega de los bolsones dos veces al mes vengo y sí, sí con esto.

- Si tuviera que recomendar gimnasia a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Es muy lindo para la salud, para la salud física, mental. Además compartes con tus compañeras, con el grupo. Porque aquí lo lindo que tiene el movimiento es que hace encuentros, una señora que se moviliza demasiado hace muchas cosas, esta señora es, con el movimiento y bueno vos ya ves. Otro movimiento igual que este no vas a encontrar, no vas a encontrar otro movimiento. Entonces la gente le responde. Pero sí, sí yo les diría que vengan ya te digo para todo, no para el cuerpo para competir con ninguna, sino por salud. Además, yo te digo, tengo la bicicleta en mi casa, así que yo por la rodilla ésta tengo ciertos ejercicios, porque no me quiero operar de meniscos. Ahora justamente el 27 vuelvo a visitar el médico que me atendió y a ver qué opina. Pero yo me hice resonancia y todo, cuando me vio la resonancia me ha dicho "esta resonancia si yo la muestro me van a decir que es de una de persona de 35 años". Porque no tengo artrosis, no tengo nada, así que me dijo: "no hay operación". Así que mira la estoy llevando, la estoy llevando, pero no quiero hacer movimientos, camino, camino como loca porque a mí me gusta. Sabes qué y te voy a decir algo a mí me gusta venir porque bailo acá, y porque es lindo y porque comparto. Pero a mí no me metes en un gimnasio a pagar lo que no es y porque está de moda, y porque yo me sienta ahogada. Yo prefiero caminar; la gimnasia más linda es al aire libre, yo salgo y me camino todo, dónde no me encuentran a mí caminando. Todo hago caminando, yo no sé lo que es subir a un ómnibus, el remis lo utilizo cuando llueve o porque tengo que ir o vuelvo tarde de alguna reunión. Pero vos me ves caminar, caminar, caminar. Camino todo, todo, todo. Entonces, no, no me gusta el gimnasio además a mí me gusta mimarlo al cuerpo no... (Se interrumpe la entrevista por una persona).

Bueno volviendo a lo de la gimnasia, yo digo que al cuerpo hay que mimarlo no hay que maltratarlo como están haciendo en los gimnasios. Yo no sé, a lo mejor estoy equivocada pero no me gusta eso, no me gusta eso, no me gusta. Entonces yo hago la gimnasia que a mí me sienta, como yo no quiero competir en silueta. Porque no quiero ser una pende vieja, porque después vos ves un cuerpo escultural te das vueltas y es la cara de una vieja, esas que andan con las minis. No, no yo creo que

cada cosas es a su edad. Vos tenés que aceptar las cosas como son, como vienen, y cada cosa con su cada cual. Así que yo te digo yo soy... y a los años hay que aceptarlos porque tienen que llegar y yo te digo que no me considero una vieja pero tengo mis años encima y hasta ahora lo voy llevando muy bien, no me asusto, ni nunca negué mi edad.

- Bien cambiando de pregunta ¿Qué es la vejez?

¿Qué es la vejez? Bueno yo creo que es el pasar de los años ya. La vejez, porque los años ya pasan, tiene que llegar. Pero es un estado tan bonito, tan tranquilo. Yo creo que es la parte más linda de una persona. Porque por ejemplo, yo desde que me he jubilado soy una persona feliz, el tiempo para mí, sin mayores preocupaciones, sin obligaciones, ya mis hijos ya están cada uno, con su cada cual. A ver yo te voy a decir algo, espérame (agarrá su celular). Mira yo te voy a decir algo que no me lo acuerdo bien en este momento. Que es... ya vas a verlo, ahí te digo, y que cierto que es ¿no?... a ver qué te parece además te lo dice un bombonazo, así que con mayor razón. Acá esta mira: (lee de su celular una frase) "Dicen que la vejez es la edad del atardecer, pero hay atardeceres que todos se paran a mirar" ósea que los viejitos también somos vistosos. Bueno eso, eso es la vejez, es la edad de la atardecer, pero hay atardeceres que se paran a mirar. Así que esa es la vejez es tan bonita, yo te digo estoy tan feliz desde que me jubile. Para mí es otra vida, es una vida... Pero ojo que no me quedo ¿no? mis hijos me dicen: "mamá ahora te encontramos menos", obvio porque es mi tiempo, es mi vida, es mi tiempo. Es disfrutar lo poco o mucho que me queda, y afrontar a la vejez de la mejor manera posible. No como dicen uno se jubila y porque pasas al PAMI ya te tienen que amontonar allá. Allá te tienen que arrinconar, "no este viejo ya no sirve", no, están equivocados. Comenzamos a vivir, o no saben lo que es jubilación que viene de jubileo, entonces no, por qué tenes que arrinconar a un viejo, para mí es lo más precioso.

- Para usted ¿hay un momento en que empieza la vejez?

Yo pienso que sí, y si porque los años pasan y estas envejeciendo y tenes... Pero es de acuerdo... vos podés estar arrugadita, pero tener el corazón de un niño, depende de cómo vos lo tomas, depende como vos tomas la vida, como tomas las cosas.

- Entonces ¿usted diría que la vejez no empieza en una edad determinada?

Y no, porque yo conozco chicos que parecen viejos, viejos. Y que yo no sé porque se ponen como que la vejez no es así, que ya sos algo que no sirve. No, es como vos te sientas. Yo creo que es como cada uno lo tome. Yo voy a cumplir 69 años y no me considero una vieja, ni tampoco una pendeja, pero me siento bien. Ya, obviamente que estoy en una segunda etapa, en una tercera etapa ya.

- ¿Cuáles son los nombres que se deberían utilizar para referirse a una persona mayor de 60 años?

Señoras y señores por supuesto. No como dicen algunos despectivamente este viejo o esta vieja, no. Señor, señora o su nombre, por su nombre también.

- ¿Cómo considera usted que debería tratar la sociedad a los adultos mayores?

De la mejor manera posible, brindarles todo, todo, todo. Buen trato, buena, buena... la parte sociable, en la parte de salud sobre todo, todo lo mejor. Yo creo que es la etapa en la se los tiene que tratar de la mejor forma posible brindarles todo, todo lo mejor. Porque para eso ellos te han dado la vida y te han brindado todo lo mejor. Entonces lo

que nos queda a nosotros es...y que a mí, los hijos me brinden lo mejor; que a veces no se da, pero bueno...

- ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?

Y bueno vos ya notas que los añitos te pesan, pero aun así no te tenés que dejar vencer; y después éste.... Bueno ya vos, vos ya ves que ya los añitos te pesan. Entonces cambia un poco las costumbres no, no, no, no, no; por eso te digo, no podés competir, ni podés ponerte a la altura de una persona que tiene 20 o 10 años menos, ¡no! Porque ya haces, a lo mejor, el papel de ridículo ya cambia, cambia totalmente porque vos ya el peso de los años lo sientes Pero aun así, por supuesto no es que seas una inservible. Pero ya todo más... ¿cómo te puedo decir?, más pausado, más limitadito también.

-¿Ósea que también la vejez es una etapa de límites?

Y sí yo pienso que tenes que tener un límite, sí. Yo por lo menos tengo mis límites, yo sé que hasta tal hora tengo que salir, estas comidas puedo comer, estas bebidas las puedo tomar. Bueno todo, todo tenés que cuidarte por vos misma, por tu salud porque, bueno porque las cosas son así ya cambian un poquito.

-¿Y cuáles son para usted los cambios mentales que ocurren en la vejez?

A mí me pasa que por ahí me quiero olvidar un poquito, viste o quiero hacer todo y no, no, no, no, no es lo mismo "Ay cierto, ay cierto" por ahí me olvidó de cositas así pero bueno...

-¿Usted cree que la vejez es lo mismo en los hombres y en las mujeres?

No, sabes lo que pasa que el hombre es más inservible, más inútil, vos has visto ellos se desesperan, son más servidos por eso. Sí, sí, sí es distinto porque ellos entran hasta en un estado depresivo, porque ya se jubilaron, porque ya... claro en cambio la mujer es más activa pue, entonces una inventa cosas. En cambio el hombre no, el hombre está esperando a que las cosas le caigan, las cosas que le vengan de arriba; sí, sí porque son más inservibles mira.

- Desde su punto de vista ¿cuál es la función o el papel del adulto mayor en la sociedad?

¿El papel que tiene que tener? pero desempeñarse de la misma forma porque si se siente uno capaz porque no va a desempeñar diferentes... ¿cómo te puedo decir?... diferentes situaciones. Miranos acá, acá nomas, acá vos te das cuenta como la gente viene con ganas hace pintura, hace computación, hace folklore, hace gimnasia. ¿Porque? no, no porque estamos jubilados porque tenemos más de 60 años nos tenemos que limitar, no. Eso ya depende de cada uno, de las ganas que le pone cada uno.

- Y usted cree que hay personas que no hacen actividades porque se sienten limitados por la sociedad

No, no, yo creo que no depende de que... No, yo no creo que tenga la culpa la sociedad sino que uno mismo. No es la sociedad por que le tenemos que echarle la culpa a la sociedad. Por supuesto que vos no te vas a salir con una mini a bailar, o a hacer las cosas que hacen los pendejos o las chicas jóvenes que son ridículas muchas cosas, actitudes que tienen la juventud ahora es espantosa. Porque yo tengo nietos

jóvenes y tiemblo mira. Pero claro, pero no, no, no, porque va a tener la culpa a la sociedad

-¿Usted piensa que la sociedad los excluye?

Es que no hay que dejarse, ¿por qué? vos no tenés que quedarte, apichonarte. No hay que permitirles si somos seres humanos como ellos, con menos o más arrugas pero iguales, los mismos derechos y las mismas necesidades que cualquiera; hasta de enamorarte porque dicen que el amor no tiene edad, siempre está renaciendo. Todo, todo, todo tal cual.

-¿A qué se refiere cuando dice que los adultos mayores deberían desempeñarse de la misma forma?

Y sí, ósea si vos te sentís en condiciones de seguir trabajando, de seguir colaborando de seguir ayudando o querés hacer una obra de beneficencia, bueno ¿por qué no? No tenés que limitarte porque sos jubilado, porque ya tenes más de 60 ¡ay no yo ya soy una vieja que no sirvo! No mentira, no, no, no, no.

- Entonces para usted ¿la vejez es un momento para mantenerse activo?

Pero por supuesto totalmente, hay que ser activo. No empezar a dejarse estar, porque "hay no, yo ya no estoy" porque ya... Si es que vos hayas tenido una relación de dependencia, eso no significa de que, es tu vida y que después de que te jubilas vos ya te tenés que morir o ya no sos nada. Porque eras porque ibas a trabajar, porque te arreglabas ¡no! Al contrario, te tenés que sentir mejor, arreglarte, salir, ir, venir, no quedarte encerrada ¡no! No para mí no. Yo trabajé 46 años, pero al segundo día que me jubile del trabajo en el banco, no me acordé nunca más; y ojala me volviera a jubilar porque es el estado... Es algo hermoso, todo el tiempo para mí, qué cosa más bonita que es. Yo estoy haciendo tantas cosas que no podía hacer cuando estaba trabajando porque tenía obligaciones: que los hijos, que esto otro, prioridades, limitaciones; ahora estoy haciendo todo. Antes tenes un horario, tenes un reloj tenes esto otro, tenés que cumplir, tenés que hacer la tesis (se ríe). Por supuesto, en cambio el jubilado es dueño del tiempo; salvo aquellos que van y te encajan los nietos para que los cuides, no eso sí que no. Y hay muchos ¡eh!, tengo muchas compañeras que le han encajado los nietos ahora.

- Por otro lado, también se dice que la vejez es una etapa de descanso. ¿Qué opina de eso?

Sí descanso. Pero descanso de qué, de no de no cumplir un horario, No descansas porque vos tenés tu vida propia, vos tenés que hacer. Yo, por ejemplo yo te hablo de mí yo no tengo empleada. Yo me cocino. Yo me lavo. Yo me planchó, yo hago todo en mi casa. Gracias a Dios lo puedo hacer porque estoy en condiciones. Pero no, ósea sigue... eso es quedarte así, quedarte mirando el techo porque te has jubilado es horrible ¡no! Vos seguís lo mismo. En el sentido laboral es el descanso porque no estás dependiendo de un jefe ni nada ahora, ahora la jefa, la empleada todo sos vos.

- Bien, ¿qué aspectos positivos podría rescatar de la vejez?

El tiempo libre y después...y más si una vive sola y no depende de nadie, y no tiene un hincha al lado (se ríe) Entonces ya sabes que hago y deshago las cosas a mi manera. Yo vivo y hago las cosas a mi manera, así como dice María Marta Serra Lima como decía ella: "A mi manera". Y te cuento algo yo vivo sola y soy muy feliz con mi compañía, ¡aprendí! Porque los hijos se casaron, ellos hacen su vida tienen su familia

y ya uno pasa... por eso es que uno se tiene que armar de muchas cosas. Entonces uno se tiene que preparar un poco, si claro pero (se interrumpe la entrevista) ¿En qué íbamos?

- Me decía que la persona debe prepararse para la vejez

Y sí, pienso que sí y sí, sí, sí justamente para... etapa para poder subsistir, sobrevivir y no, no, no aferrarse a algo o no estar dependiendo de que la lleven, que la acompañen, que ¡Ay me ha pasado esto!, ay que el hijo, que no viene el hijo, y la hija que la lleva, que la tiene que llevar, no, no.

- Y usted cree que hay una edad donde ya no se puede hacer eso

Y bueno pienso que sí. Yo opino, pienso que sí, ya una persona...y ya pasando los 80; y aun así ¿no? porque si no mírala a la Mirtha Legrand. Ya vos misma, ya tenés que pensar en que hay cositas de que no las podes hacer o que tenés que frenarte un poquito, por tu bien para evitarte problemas vos misma. No es porque ya tenés que estar como una invalida, que ya te tienen que llevar no, no, pero todo tiene su límite, todo tiene su tiempo.

- Y ¿cuáles son los aspectos negativos de la vejez?

¿Negativos? no, vos decís... a ver volveme a hacer la pregunta

- En su opinión ¿cuáles son los aspectos negativos que tiene la vejez, o quizás perdidas que hay en la vejez?

¿Qué podes perder? No, mira yo... para mí, no se pierde nada en la vejez si uno no quiere. No ¿porque tenés que perder? porque tengas unos años más, no. Ahí está el tema por qué, por qué te tienen que dejar de lado porque ya no tenés los 20, no tenés los 30, los 40 los 50 no, yo no...

- Claro, bien y ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

¡Ay hermosas! hermosas sabes por qué, porque fijate vos que tratan de superarse, tratan de ser alguien, de sentirse bien y eso es fundamental de que se quieran, eso es quererse. No, para mi es maravilloso, sí, sí. Además la posibilidad que tenés de hacer tantas cosas, tantas cosas, de compartir eso (se interrumpe la entrevista)

-¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

Que es la mejor etapa de la vida, claro que sí. Para mí sí, como yo la estoy pasando es espectacular; y hay que compartir, hay que tener amigos, hay que relacionarse; porque eso, sabes qué, es mejor que tener fortunas, títulos y un montón de cosas, que no te hacen. Sino el compartir el reunirse, el tener amigos, el ser solidarios, todo eso es hermoso para el espíritu; más que tener así una pila de plata, si se puede viajar obviamente también viajar. A mí no me gusta viajar afuera, sino terminar de conocer mi país si yo soy un perro verde y afuera a mí no me llevan ni atada. Sabes qué, a mí me gusta mi país, es tan bello, es tan bello. Yo tengo mis hijos que viven afuera pero vuelven y dicen: "no hay como acá, ni como Argentina, ni como Salta"

-¡Por supuesto! y por último ¿que propondría para mejorar el centro?

Hay de todo, hay de todo, sí. Lo que si me gustaría que se haga el taller de la memoria que es muy importante. Pero creo que sí, está proyectado ya para el año que viene. Porque el otro día han hecho como una... a ver cómo te puedo decir... como una

demostración, algo muy simple. Pero yo creo que Juanita va a tener en cuenta pero ya para el año que viene; y después seguir con cosas, como se sigue acá. Ya te digo, acá es muy lindo, muy lindo además una mujer que se preocupa muchísimo.

- Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista G8

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

Porque vivo muy cerca a media cuadra. Entonces supe que había acá jubilados que venían a hacer gimnasia y ahí empecé a venir. Porque yo he vivido mucho tiempo en Mar del Plata y ahí comencé a hacer gimnasia, por eso llevo 20 años haciendo gimnasia.

- ¿Cuál es la actividad que realiza? ¿Por qué eligió esa actividad?

- Si tuviera que recomendar esta actividad a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Que no se pierda la oportunidad de venir porque esto es bueno, pasas un lindo momento, tenes buenos compañeros haces de gente conocida, gente que te recibe muy bien y que te hace bien para la salud en especial. Porque yo por vivir tantos años en el sur, tenía muchos problemas de huesos problemas de...con la humedad sobre todo. Y acá veo que he mejorado muchísimo porque al haber menos humedad, la gimnasia me hace bien. Tengo compañeras que tienen mucha más edad que yo y andan perfecta y no parecen tampoco la edad que tienen. Porque han hecho muchos años, han hecho gimnasia.

- Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro ¿Cuál? ¿Por qué?

Yo durante el año voy a una escuela que estoy haciendo tapiz entelado; entonces todo el año voy a esa escuela me gusta muchísimo, y estuve haciendo también marroquinería, ósea todas carteras, cosas hechas a mano. Es lo que me fascina es trabajar con las manos y tengo mucha paciencia también. Porque hay que hacer y deshacer y por lo menos tener la ilusión de que cuando termine el año puedes presentar en exposición el trabajo que hiciste. Este año tengo trabajos que presente el año pasado en exposición, es un cuadro grande lo hice durante todo el año más o menos así (señala) donde tengo un paisaje nocturno con la luna con los cactus, en un campo con cerros todo muy bonito, muy bonito, y eso estuvo en exposición este año. Ya lo tengo colgado en el living de mi casa.

- Por ejemplo ¿informática no le gustaría hacer?

Informática, yo sola en mi casa, como en mi casa hay internet porque mi hija paga el internet; entonces, yo manejo mucho la Tablet. El PAMI me dio una, me regalo una, y bueno me manejo bastante con eso, saco fotos bajo información sobre las cosas que a mí me gustan y también tengo la costumbre cuando salimos o tenemos fiestas de filmar todo lo que hemos hecho. Entonces tengo todo filmado, hace varios años tengo todo filmado. Aparte cualquier cosa mi hija me dice: "no mamá, se hace así, se hace asa". Así que me manejo bastante bien sola.

- Bien perfecto, la siguiente pregunta es más específica sobre el tema de mi investigación ¿Qué es la vejez?

¿Qué es la vejez? No te puedo decir que es la vejez porque no me siento vieja o no me siento grande... no te puedo decir que es la vejez. La vejez para mí es la satisfacción de haber llegado a esta edad, haber criado a mis hijos y ayudar a mis hijos con mis nietos en lo que puedo. No obstante, no así en la educación, porque eso es tarea de sus padres pero sí en el cariño, en el amor que ellos me dan y que yo les puedo dar, para que ellos el día de mañana me recuerden. Esa es mi satisfacción

- Bien y para usted ¿en qué momento empieza la vejez?

Yo creo que comienza cuando uno empieza a sentir dolores que son característicos de la vejez, dolores que algunas veces tienen solución. Porque poniendo un poquito de ganas, uno creo que, si bien no llega a estar cero kilómetros pero sí a tener una mejor calidad de vida.

- ¿Cuáles son los nombres que se deberían utilizar para referirse a una persona mayor de 60 años?

Les ponen nombres a los viejos. En realidad para mí son adultos mayores, nada más. No puedo, no puedo simplificarte, no puedo nombrarlos de otra forma. Para mí son adultos mayores. Abuelos también se utiliza pero para mí son adultos mayores.

- ¿Cómo considera usted que debería tratar la sociedad a los adultos mayores?

Creo que con un poquito más de amor. Porque el adulto mayor necesita un poquito más de amor de cariño. Porque en eso se basa llegamos a ser personas mayores, adultas; y no queremos estar en una sociedad, donde, donde nos hacen a un lado porque somos viejos entendés. Sino que nos traten con un poco de amor, porque nosotros ya pasamos todo por lo que los jóvenes están pasando, ya pasamos por todas esas etapas que muchas fueron duras pero gracias a Dios la pasamos, y la pasamos bien. Yo creo que todas nosotras, de una manera u otra tratamos de hacer lo mejor posible.

- Entonces ¿usted cree que la sociedad maltrata a las personas mayores?

Yo creo que porque sos viejo no servís, que porque sos viejo no tenés que entender lo que pasa ahora. No es así, no es así, nosotros somos viejos pero sí entendemos. Únicamente que estemos tan enfermos para no poder entender es otra cosa, pero si estamos conscientes de lo que hacemos si podemos entender, si nos explican podemos entender; porque si podemos entender a nuestros nietos como no vamos a poder entender a la juventud, si podemos entenderla

- ¿Cuáles son las principales características de un adulto mayor?

Físicamente, el andar despacio, el andar tranquilo. El andar es muy importante en esto, porque uno ya se deja un poco (se interrumpe la entrevista). En los dolores en muchas cosas, en ir más al médico. Yo era una persona que no iba al médico, si nunca tuve nada y cuando tuve, como tenía que trabajar iba igual. Entonces, ahora uno va más al médico, porque necesita más un médico. Se piensa a sentir con problemas, problemas menores, no mayores. Pero empezás a sentir algo que tenés que recurrir a un médico. Yo de todos modos no soy de ir mucho a los médicos, pero bueno a veces, te lleva, te lleva.

- ¿Y otras características?

Bueno uno se olvida mucho, yo me olvido mucho. Tengo una llave en la mano... ayer me paso que mi vecino me dio una llave así chiquitita de un candado. Yo iba con la

bolsita de basura, las llaves mía para que no se me escapen los perros, la llavecita del candado, la otra basura; y después no sabía dónde había dejado la llavecita del candado. Así que bueno, digo ¡bueno voy a empezar a pensar que hice desde que entre! Bueno la encontré encima de la mesada, como es con dibujitos la mesada, no la veía. Bueno son cosas que te pasan, cosas que te olvidas; y bueno hay cosas muy importantes que también te las olvidas y hay cosas importantes que no te las puedes olvidar también. Yo creo que a todos les pasa en mayor o menor grado pero a todos les pasa.

- ¿y hay cambios en los social?

Y... antes si tenías que trabajar, tenías que estar pendiente de un horario, y ahora no, no tenes que estar pendiente de nada. Ósea, si sos ama de casa te levantas, si no tenes una actividad a la mañana, te levantas a la hora que quieres. Yo en realidad nunca me levanto muy tarde, nunca duermo siesta porque después de noche no puedo dormir. Entonces me dedico a tejer a hacer alguna actividad que yo tenga a mano, mientras mira la televisión o cualquier cosa a la hora de la siesta. Después ya apago todo hasta la noche no veo televisión, pero mientras este, mientras, mientras... ves ahora ya se me olvido a lo que iba. Bueno mientras tejo miro tele, bueno las actividades van cambiando, ósea ya no tenes el apuro que tenes que salir corriendo, ya no tenes que... nada porque sabes que tenes todo el día para vos. Y ya haces más cosas para vos también, cosas que antes no las hacías; antes te dedicabas al trabajo a la familia a los chicos, y ahora es como voy a ir a comprar un pantalón, voy a hacer algo por mí.

-¿Para usted todos los adultos mayores tienen esta actitud?

Yo creo que no todos por eso habría que traer a esa gente, incorporarla a un grupo, para que sepa, que es lo que desde el grupo, que es lo que uno trabaja la amistad, el cariño, el sentirse bien, el festejar juntos, el estar juntos, el salir juntos, el tomar el té juntos. Todo eso es lo que le falta a lo mejor a la otra persona, que a lo mejor que se yo, por x motivos de la vida está triste, está seria, no quiere saber nada con nada y yo creo que sería un modo de atraerlos aunque se pongan muy negativo, tiene que haber algo para atraer a esa persona, para sacarlo de ese lugar donde se encuentra encerrado.

- ¿Usted cree que la vejez de los hombres es distinta a la vejez de la mujer?

Yo creo que a lo mejor no te puedo explicar. Yo creo que ellos envejecen igual que nosotras, que las mujeres, solamente de que el hombre tiene... como estuvo toda la vida en una actividad más libre, más... volver a su casa y encontrar todo ordenado, todo... Es como que para ellos, me parece a mí ¿no?, que es más lenta la adultez del hombre que la mujer. Ósea la mujer para mí envejece más temprano que el hombre por x motivos que sea, envejecen más pronto que el hombre.

- Desde su punto de vista ¿el adulto mayor tendría que tener una función o el papel en la sociedad?

Podría sí, porque hay personas muy inteligentes, hay personas que no se olvidan las cosas como yo (se ríe) y que sí están capacitadas para estar en un empleo público, en un empleo porque no... un diputado, un senador, por qué no podría ser un jubilado si también pueden... tienen las mismas capacidades. Una persona que esté bien de acá (señala su cabeza) porque más que sea adulto mayor puede ejercer cualquier cargo.

Yo soy de esas personas de pensar eso, de que debería continuar colaborando con la sociedad, sí.

- Entonces, ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Sí, sí, sí porque yo no paro en todo el año, porque yo tengo gimnasia a la mañana, a veces me toca ir a la escuela a la tarde, las clases son hasta las nueve de la noche, pero yo a las 7.30 me retiro hasta que llego a casa son las 8 me esperan mis perritos que comen a las ocho. Y te imaginas ya se ha terminado el día para mí porque ya estoy rendida. Porque se siente el cansancio, el cansancio si se siente. Pero es un cansancio con un gusto

- ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

Yo pienso que ahora no, antes a lo mejor podría, porque yo lo que me acuerdo de mi mamá. Mi mamá después de haber trabajado toda su vida, cuando llego su jubilación se dedicó a la casa, a descansar, a viajar. Porque yo vivía en Mar del Plata, así que me iba a visitar a mí. Tengo un hermano en Córdoba, de Mar del Plata pasaba a Córdoba, de Córdoba se volvía después de un mes, dos meses. Yo pienso que estaba bien, porque llego una etapa en que ya no podía viajar, ya se tuvo que quedar en la casa, ya no paso mucho tiempo que se fue. Entonces yo pienso de que para ella sí... que ella trabajó fuerte en el... antes era el patronato de menores allá en la calle Entre Ríos, al fondo. Del lado de la Entre Ríos, ahí era el patronato de menor y ahí trabajaba mi mamá cuidando los chicos que las mamás los dejaban para que... para irse a trabajar y los chicos permanecían todo el día ahí. Ahí les daban de comer y ahí los llevaban a la escuela los traían, los hacían hacer los deberes y mi mamá salía... mi mamá de mi casa a las seis de la mañana, a las 5.30 de la mañana, para entrar a las siete. La actividad que tenía mi mamá... por eso digo que claro que estaba bien que mi mamá descansa pero eran también otras épocas, porque ahora la actividad del adulto mayor no se basa solamente en quedarse en su casa, quiere salir, quiere que se yo, tener amistades, concurrir a un lugar donde haya gente que teja, que cocine. Yo tengo muchas compañeras de tejido que son todas señoras de más de 70 años y vos las vieras la energía que tienen esas mujeres, atienden su casa, atienden a sus nietos, salen a tejer o vienen a tejer conmigo a la escuela, tienen una actividad maravillosa todo el día. Es otra etapa de la vida, completamente distinta a la de antes.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos positivos de la vejez?

Claro, como que dedicas más tiempo para uno, yo lo veo así en ese sentido ¿no?, tener más tiempo para uno. Porque yo ahora digo "bueno no tengo ganas de quedarme en mi casa, me tomo un colectivo, me voy al centro, doy unas vueltas y cuando me aburro me vuelvo", ósea que tengo mi tiempo porque antes no lo tenía, tengo mi tiempo para ir a comprarme un pantalón me recorro cincuenta mil lugares hasta que encuentro lo que me gusta y si no me gusta, digo bueno vuelvo mañana o pasado y vuelvo a buscarlo, una cosa así. Pero es tener ese tiempo disponible para mí, para mí, ósea si no se me antoja hoy cocinar, no cocino, como cualquier cosa sin comer no me voy a quedar porque yo... a mí me gusta comer, sin comer no me voy a quedar. Es una cosa como decirte, el tiempo tenerlo para mí para hacer lo que yo quiera.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos negativos de la vejez?

No te puedo explicar de un aspecto negativo, yo soy una persona que quiero ver todo positivo. Aunque tengo una amiga y la vea todo pinchada ahí abajo, trato de generarle

cosas positivas ¿no? “pero vos tenes que ver que estas bien, que Dios te da salud que es lo principal”. Entonces si te da salud tenes tiempo para hacer cualquier cosa yo no veo un aspecto negativo en el adulto mayor. Depende de cada uno, no te digo que no pueda tener algún aspecto negativo. No se la verdad que no sé, porque yo no soy de ir a fiestas ni nada de esas cosas, acá hay muchas chicas que son compañeras más que les encanta, ir a bailar todo eso a mí no me llama la atención salir de noche para ir a bailar. Ósea que no sé no veo, puede ser que para muchas personas haya mucho aspectos negativos, para mí no. Yo soy más bien positiva, quiero ver todo positivo. En donde hay negativo trato de verlo también positivo. Mira ya pase todo lo que tenía que pasar todo lo feo de la vida, que tenes que llevar adelante todo. Yo soy viuda dos veces, no busco ni quiero buscar más compañeros quiero quedarme sola. Estoy bien, estoy tranquila para mí todo eso es positivo, es positivo porque si uno ya no lo quiere, no lo quiere. Ya intente dos veces ya con eso fue positivo, para mí fue bueno porque mi primer marido fue mi amor de la juventud; y mi segundo marido fue el amor de la vejez, de mayor, que fue otro amor diferente, fue dos personas completamente diferentes. En donde la primera no tenía mucha presencia de él por su trabajo, pero de la segunda si porque ya estaba jubilado ¿entendes? Son cosas que las tomo todas como cosas positivas, cosas buenas, sí, sí

- ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Son toda gente buena, gente de buen estirpe, gente que han laburado toda la vida, que se han reventado como yo me revente para todo. Son como yo, algunas con sus caracteres y otras con sus cosas más y otras con sus cosas menos, pero son buena gente, sí, sí, sí. Muchas son muy alegres muchas se les ve la sonrisa cuando haces una broma, pero son medias serias pero largan la sonrisa, no se quedan serias del todo. Entonces es como que le sacas una sonrisa con los chistes, con las pavadas que hablamos con la profesora. Son toda buena gente, gente que ha trabajado como todos ¿no?, porque todos pasamos por las mismas, unas más otros menos, pero pasamos por lo mismo. Hay mucha gente que tienen sus compañeros todavía con vida al lado de ella, hay muchas señoras que ya no tienen sus compañeros que viven solas. Pero que vienen acá y tienen un ratito de diversión. Hay mucha gente sola que se junta también a comer un asadito un sábado, un domingo o para tomar el té un día de semana. Se hacen como grupos y todos se combinan.

- ¿Qué propondría usted para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

Y no se hay muchas actividades que se pueden hacer.

- Bien, con esta pregunta terminamos. Muchísimas gracias por su participación.

TALLER DE FOLCLORE

Entrevista F1

-¿Cómo conoció este establecimiento?

Yo me había jubilado y trabajaba en un colegio privado. Deje ese colegio y quería hacer algo, buscar a algo, con quien compartir, que hacer y empecé a buscar. Primero estuve con una... creo con una asistente social, no me acuerdo el nombre, que estábamos allá en la Leguizamón, pero no me convencían las reuniones, ni nada. Entonces seguí buscando y me entere de J., y que estaba en el Centro argentino, éramos poquitos. Hace 11 años se inició este centro y yo ingrese; y yo soy la seis, la socia número seis. Así que ahí comencé y hasta ahora no deje nunca, yo siempre vengo a folclore, vengo a las reuniones. Ahora soy pro tesorera, vengo a ayudar.

- Usted me dice que se jubiló y empezó a buscar un lugar como este, ¿a qué edad se jubiló?

Yo me jubile a los...53 años, me jubile joven. Me podría haber jubilado a los 45, porque en esa época era 25 sin límite de edad. Claro, nosotros empezamos a los 18 años a trabajar, hacíamos cinco años de secundaria y ahí empezábamos a trabajar. Éramos re jovencitas, y yo comencé con sexto grado, tuve a chicos más altos que yo, y yo era chiquita y no era gorda, era flaquita, flaquita.

- Bien y ¿Qué actividad realiza en este lugar?

Yo soy pre tesorera

- Bien y ¿realiza alguna de los talleres que se dan acá?

Folclore.

- ¿Y porque eligió esa actividad?

Y porque me gusta, porque bailar significa no solamente mover... moverse físicamente sino también las neuronas, porque vos tenes que estar concentrada para saber la coreografía, para seguir el ritmo de la música; porque no es cuestión de que vos vayas por un lado y la música por otro, y claro yo era profesora de música también. Entonces, yo llevo bien los ritmos.

- Claro, le cuesta menos entonces, que bien, y si por ejemplo tendría que recomendar a una persona de su misma edad que haga folclore ¿qué le diría?

Yo les digo que venga que les va a hacer bien. Yo traje a varios algunos se han quedado, otros vienen y por ahí no les gusta y ya no vienen más. Pero hay otras personas que traje y que vienen. Yo les digo que les va a hacer bien, aparte no solamente es la cuestión del baile en sí, es compartir con la gente de tu edad. Es lindo porque vos cuando venís, cuentan chistes, te hacen reír y vos pasa un momento lindo que te olvidas a lo mejor de penas que tenes por los hijos o por otra cosa. Y se pasa muy lindo a mí me encanta.

- ¿Le gustaría ir a otro lugar donde va gente de todas las edades?

Y sí, sí. Yo por ejemplo con los adolescentes, con los jóvenes yo me llevo re bien. Mis nietos vienen, porque ninguno vive acá. Tengo uno en Nueva Zelanda, otros en Córdoba, otros en Corrientes, mi hijo en Buenos Aires. Nosotros estamos solos acá con mi marido, pero cuando ellos vienen con sus amigos, conversamos yo me olvido

de la edad que tengo, después así con gente joven. Yo con cualquier edad me llevo bien.

- Pero, ¿se siente más cómoda con la gente de su misma edad?

Por supuesto, tenes los mismos intereses, objetivos con la gente de tu misma edad.

- Bien, ¿pensó en realizar alguna otra actividad dentro de este centro?

Vos sabes que yo tengo poco tiempo porque a mí me encanta informarme en la computadora. Yo con la computadora estoy por lo menos una hora, hora y media por día, me informo de cosas que no se, me comunico con mi familia, con amigos que no veo hace muchos años, paso hermoso yo en la computadora todas las tardes. Y bueno me entretengo así con el celular, con la computadora. Después tenemos muchísimas plantas nosotros en la casa. Tenemos un jardín grande afuera y adentro, tenemos árboles frutales, sembramos tomates, ajíes, maíz. Así que nos entretenemos con las plantas, porque hay que cortar las hojitas bien, es mucho trabajo. Así que a mí me falta el tiempo, después yo siempre salgo a hacer diligencias. No, no me quedo para aburrirme.

- Bien continuando con las preguntas ¿Qué es la vejez?

Es un estado de la vida, para mí es un estado de la vida... y es un hermoso estado. Por la experiencias, porque podes disfrutar de tus hijos, de tus nietos. Podes disfrutar libremente de tu tiempo, y si estas sana como estoy yo, por ejemplo, ahora cuando están enfermo si, no. Por ejemplo, a mí no me duele nada, no tomo ningún remedio, no me duele en absoluto, ¡nunca! Y me hago chequeos, ahora el jueves me voy a hacer un chequeo y me sale perfecto. Y yo tengo 82 años. Si nadie cree, se quería morir una chica que va a diario:" y usted con ese cuerpito, no lo puedo creer". Porque generalmente las viejas son panzonas.

- Se la ve bastante bien

Sí, sí, tengo bien el oído. Lo único, por ejemplo los ojos tengo un poco de alergia y me lagrimean. Pero veo perfecto.

- Debe ser porque siempre se mantuvo activa ¿no?

Si, si, toda la vida he sido así. Siempre porque cuando yo iba al colegio, los minutos que tenía libre me iba a hacer dactilografía, taquigrafía, piano, pintura, arte decorativo. Así que tengo título de todo tipo, aprendí de todo un poco en la vida. Mi papá era el que nos inculcaba así, nos decía: "en la vida hace falta todo, así que ustedes tienen que hacer lo más que puedan de todo". Y me compro un piano grande y todo, así que yo tocaba música clásica. Yo por eso la computadora, como yo soy dactilógrafa yo ni la miro, yo puedo chatear horas sin mirar el teclado. Otra gente de mi edad por ahí se cierra dicen que ellos no aprenden esto, no lo quieren tocar la computadora, el cajero. Yo desde que aparecieron los cajeros hacia consulta de saldo, cobrar, todo, todo.

- Y para usted ¿en qué momento empieza la vejez?

Yo pienso que la vejez, fijate no tiene una fecha. Yo digo que vieja es la persona que ya no tiene ganas de vivir, que no tiene proyectos, una persona que se siente cansada. A mí me parece que ahí empieza la vejez, porque a mí me parece que hasta ahora yo todavía no la siento a la vejez.

- Entonces ¿para usted no hay una edad para la vejez?

Para mí no hay una edad, porque hay jóvenes viejos, jóvenes viejos, jóvenes que están cansados de vivir, se matan. Para mí, esos son jóvenes viejos porque no asumen las cosas. Por eso te digo que la edad no. No, la vejez no tiene una edad. Porque hay personas de 50 años vos lo vez hechos unos ancianitos. Mi marido tiene 85 años, vos lo ves y esta re bien, vamos a bailar a Rosario, bailamos en el teatro.

- Que bueno. Bien y en su opinión ¿cómo se debería llamar a las personas de 60 a 80 años?

Adultos mayores.

- Y por ejemplo, ¿qué opina de que se utilice la palabra viejo?

A mí no me afecta en nada, yo soy muy positiva. A mí no me afecta que me digan vieja, que me digan arrugada, que me digan gorda. No me afecta en absoluto fijate, porque yo las arrugas las tuve desde que tenía 15 años, porque yo he vivido en la Puna, trabaje 20 años y eso el clima me ha reventado la cara. Así que arrugas desde los 16 ya tenía estas arruguitas. Pero a mí las arrugas no significan lo que uno es en la vida; por ejemplo yo tengo una fortaleza tremenda psíquica, física y tengo proyectos, ganas de vivir, de hacer cosas. Así que para mí no me importa que me digan vieja, que me digan a mí no me llega. Hay algunos que se ofenden, a mí no me importa yo sé lo que soy.

-¿Cómo considera usted que trata la sociedad a las personas mayores?

Para mí los tratan mal, los tratan mal los jóvenes. Los jóvenes creen que nosotros somos de otro planeta y por ahí no quieren estar con vos, no quieren ni hablar porque creen que nosotros no encajamos en la conversación de ellos pero yo me doy, yo conozco de tecnología, todo, yo me doy, me doy a cualquier cosa y puedo entablar cualquier conversación, excepto de los cantantes nuevos que yo no sé ni los nombres. Y la música, a mí me encanta la música de antes, yo pongo en mi computadora toda la música de antes es en lo único que... Pero después por ejemplo en otros países, en las reparticiones nacionales los adultos mayores tienen su lugar especial. Acá vos donde vas tenes que hacer la misma cola que hacen los jóvenes, tenes que... en algunas partes solamente en el correo o en el Banco Nación que te tienen en cuenta o en el Hipotecario, que vos sacas en la maquinita AU entonces te atienden ahí nomás, en algunas partes nomás. Después en las demás reparticiones o en la calle los jóvenes pasan volando y te pegan codazo, un empujón, no te pide disculpas, no te dan un lugar en el colectivo, siguen sentados. Acá se los trata mal a los adultos, pero yo no les permito ni les llevo el apunte.

- Bien, la otra pregunta es ¿cómo podría describir a un adulto mayor? ¿Cuáles son las principales características?

¿En qué sentido? Psíquico, físico,

- Claro lo que los caracteriza, por ejemplo físicamente

Y en general son gorditos, gorditos un poquito jorobaditos (silencio) y mucha pancita, yo creo que la mayoría por más que sea delgadito tiene pancita. Y bueno eso sería, porque a las canas se las puede teñir (risas).

- Y por ejemplo a nivel mental ¿cómo se caracteriza el adulto mayor?

Vos sabes que yo veo que la mayoría de los adultos mayores mentalmente están en inferiores; tienen mucha disminución de las neuronas, se olvidan. Cuando están

conversando con vos no pueden por ahí entablar la conversación, porque no pueden expresar lo que quieren decir, les cuesta, en ese sentido mental.

- ¿Y a nivel afectivo?

Afectivo me parece a mí que el adulto mayor sabe amar más que los jóvenes y que los niños, que sabe amar de verdad, que sabe apreciar las cosas también en su medida justa. El adulto mayor valora más las cosas también, todas esas me parece que es superior a lo que un joven puede sentir por cualquiera, por cualquier cosa que suceda.

- Bien y desde su punto de vista ¿cuál es la función o el papel que tendría que tener el adulto mayor en la sociedad?

Y bueno tendría que estar integrado en la sociedad, hay adultos mayores que inclusive pueden seguir trabajando. Tendría que estar inserto en la sociedad.

- ¿Usted cree que pueden seguir trabajando?

Sí, yo por ejemplo, yo me animo a trabajar aquí nos dijeron que nos iban a llevar para darles apoyo escolar a chicos de no sé qué barrio, y yo dije que sí, que yo iba a ir. Porque vos sabes que yo me acuerdo todo, todo. Si vos me preguntas de historia, de matemáticas, de lengua de geografía. Yo trabajé mucho en quinto, sexto y séptimo, y yo ahonde mucho en la geografía y la historia argentina en quinto; y en sexto es americana; y en séptimo Europa, Asia y Oceanía. Ósea que yo me acuerdo de todo, todo, todo. Si vos me preguntas de matemáticas, de raíz cubica, cuadrada, de lo que me preguntes me acuerdo. Yo hasta hace dos años hacia apoyo escolar a chicos de grados altos; a chicos del Salesiano de colegios importantes, del Belgrano y les fue muy bien a los chicos.

-¿Usted cree que la sociedad no les da ese lugar?

Y fijate que... si la sociedad no, porque creen que no pueden los adultos mayores, no les dan ese lugar, no te digo que todos los pueden hacer, pero hay muchos que si pueden hacerlo.

- Para usted ¿la vejez hay que aceptarla?

Por supuesto, yo digo que en la vida hay que aceptar todo. Hay que aceptar la vejez, hay que aceptar las enfermedades, hay que aceptar todo; porque si vos no aceptas lo que te toca vivir te volver loco. Tenes que asumir lo que te toca vivir, es la única forma de seguir adelante, porque la vida sigue y si vos te pones mal no se va a solucionar.

- ¿Usted considera que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Por supuesto, si vos me vieras como me muevo yo. A la mañana salgo hago diligencias, a la tarde vengo acá a folclore, camino cuerdas y cuerdas, folclore bailamos dos horas. Vos sabes cómo transpiro yo cuando hace calor, así me corre hasta el piso la transpiración.

- Está bueno eso, se le van todas las toxinas en la transpiración.

Sí eso me dice el doctor.

- ¿Y qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

Para mí no fijate. Para mí hay que llevar la misma vida activa que llevabas cuando trabajabas. Por supuesto no tanto porque yo me estudiaba mil cosas. Ahora no estudio pero hago cosas. No, no, no es de descanso.

- Y para usted ¿cuáles son los aspectos positivos de la vejez?

Lo que te dije hace rato, que vos podés disponer de tu tiempo, podés descansar cuando querés... y bueno en ese tiempo que dispones podés hacer muchas cosas, yo hago muchísimas cosas. Por ejemplo para mis hijos hasta para mis hijos fijate, hay cosas que mi hija me consulta por teléfono; yo también le consulto... Yo llevo una vida como cuando era joven, nada más que no trabajo, es la única diferencia.

- ¿Usted cree que la vejez tiene límites?

Sí, por supuesto sí, límites sí. Por ejemplo una persona grande no puede, por ejemplo como vos amanecerse una noche completa en un boliche y al otro día seguir todo el día de picnic. Ya no te da el físico, yo no sé yo no hice la prueba. Pero yo hay veces que por ejemplo cuando... todo este año tuve mucha mala racha con mi familia que murieron mis hermanas; y vos sabes que mi hermana la que me seguía a mí, me decía cuando murió mi hermana mayor en Córdoba que la trajeron a Jujuy. Yo amanecí siempre cuando murieron mis nietos, mis padres toda la vida me amanecí la noche completa en los velorios: "vamos a la casa a dormir" me dice ella a las 11, "no anda vos que yo me voy a amanecer acá", me dice: "pero vos ya no estás en edad de amanecerte", "sí, sí, me considero que estoy en edad", y yo me amanecí. Con decirte que mis sobrinos los hijos de ella y los otros todos así se dormían (se recuesta en la silla), así se dormían. Y yo despierta total, yo no quería dormir, rezaba el rosario y rezaba. Ahora cuando murió mi última hermana, que murió en agosto se quedaron esa noche los tres hijos de ella, me quede yo y el marido de mi sobrina; y los demás se van a dormir no aguantan. Y hacia mucho frío fijate y nadie decía nada, entonces yo me fui abajo a buscar a los dueños de la casa mortuoria y golpee las manos y estaban durmiendo, y le digo: "ustedes están durmiendo-porque yo me di cuenta que ellos tenían calefacción-ustedes están durmiendo acá muy calentitos y nosotros nos estamos congelando allá, se paga bastante caro una sala de sepelio para morirse de frío", "señora disculpe yo mande que prendan la calefacción arriba". Y ellos mis sobrinos todavía son jóvenes pero no toman iniciativa y se dormían, por eso me decía el marido de mi sobrina: "la única que ha estado toda la noche has sido vos" y yo rezaba el rosario, el rosario. A mí me ayuda mucho la oración y la fe que tengo para mí ese es el puntal de mi vida, me da una fuerza física y psíquica increíble. Yo mira me amanecí toda esa noche anterior porque yo me estaba yendo a Córdoba, íbamos a la terminal y me llaman diciendo que murió mi hermana, así que estuve dos días completos sin dormir. Por eso yo considero que tengo mucha fuerza.

- Ese sería un aspecto positivo para usted, bien y ¿cómo describiría a las personas que asisten a este establecimiento?

¿Cómo?

- Por ejemplo, ¿las personas que asisten a este lugar son distintas a las que no realizan ninguna actividad?

Sí, sí, son muy distintas. Mi hermana por ejemplo que murió ahora en agosto era menor que yo, pero ella odiaba salir a la calle. Ella vivía en la casa, todo el día tejía de todo y hacia las cosas de la casa. Ella decía, que a ella le encanta esa vida, y se enojaba porque lo traía a mi marido acá, y decía: "pobre T tiene 85 años y vos lo tenes de acá para allá, que vaya a bailar, que viaje a Rosario, él no está para eso"; "¡Él está para eso, porque a él le gusta!", le digo. Yo le pregunto y si no le gusta que no lo haga, pero a él le gusta, cuando tiene que venir acá se levanta tempranito más allá de la siete y se viste ya para venir para acá. Ahora quería venir a comer pero lo llamaron

de gendarmería. Entonces, a él le gusta, por mi esta así como esta, porque yo lo nuevo. Él también era bien casero, yo decía "pero no podemos estar metidos todo el día en casa, vamos a gimnasia", y veníamos y entonces eran dos horas corridas de gimnasia por turno; y lo traía y después siempre le decía vamos a hacer algún viaje, vamos a Jujuy, vamos a Córdoba y yo lo tengo así, y él está bien.

- Entonces, ¿cómo podría caracterizar a las personas que vienen acá?

Yo las considero positiva y gente que quiere vivir mejor porque es una forma de vivir mejor. Los que viven metidos en la casa empiezan a enfermar, yo la veo muy caída a la gente que vive metida en su casa, empiezan a engordar.

- Bien, ¿quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

No sé, creo que ya hemos abarcado casi todo.

- Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista F2

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

Porque antes estuve en otro lugar que se desarmo y al retirar el bolsón me mandaron acá. Lo que pasa es que yo retiro un bolsón y por eso me mandaron acá, me mandaron del PAMI directamente

- ¿Usted realiza alguna actividad en este centro?

Sí, soy el enfermero del centro.

- Bien, pero alguna actividad o taller que se dicte...

Folclore.

- ¿Por qué eligió esta actividad?

Porque me gusta

- ¿Siempre le gusto o cuando empezó acá?

No, siempre me gusto. Hace años que bailo folclore, de antes que me jubile.

- ¿Pensó en realizar algún otro taller?

Sería computación.

- Bien y ¿cuáles son las razones por las que no realiza esa actividad?

Por el tiempo, que no logro todavía... como puedo decir... hilvanar mis actividades y por ahí vengo y por ahí no vengo. Entonces es preferible dejarlo porque interrumpo a los demás, porque voy atrás. Entonces los otros van más adelante, entonces eso hace que yo me sienta mal y... ¿entiende?

- Claro, sí. Bien la siguiente pregunta es ¿Qué es la vejez?

Para mí la vejez es un cúmulo de situaciones que se han ido dando a lo largo de distintas etapas, de la niñez adolescencia, hasta llegar a la vejez, eso es lo que yo pienso.

- Bien y, ¿cuándo empieza la vejez?

Yo diría, más bien uno se siente cuando ya el físico, la mente, las actividades que uno realiza, siente ya que va terminando la parte, que uno se va cansando de ciertas actividades, entonces uno siente que va llegando a la vejez. No es sensación, es que el físico no da, la mente no da. Sí, yo quisiera ser un enfermero brillante seguir estudiando y ya no puedo. Quisiera ser que se yo, un folclorista, un profesor de folclore, pero ya no puedo llegar a ese nivel. Y cronológicamente yo digo que a partir de los 60 años.

- En su opinión ¿cómo debería llamar la sociedad a una persona mayor?

Es que estamos en un mundo, que nos consideran a nosotros los mayores que hemos cumplido con una etapa de nuestra vida, y cada una de las distintas generaciones tiene sus medios de vida. Los niños, los adolescentes, los padres de familia tienen otras obligaciones que nosotros no las podemos cumplir.

- Bien pero, ¿usted cree que hay un nombre que debería utilizar la sociedad?

No, yo diría que uno mismo se va ubicando dentro del contexto de la vida que no podemos hacer lo que hacen los más jóvenes. Entonces yo creo que uno mismo se va ubicando dentro de esa etapa de la vida, que vendría a ser ya la parte pasiva de nosotros.

- Bien y ¿usted qué piensa de que se utilice la palabra viejo?

Lo que pasa que eso es una costumbre ya antiquísima, ya hace montón de años que decían “¡uy el abuelo hay que cuidarlo!, ¡uy el abuelo que no trabaje!, ¡uy el abuelo que no haga esto!”; y es tan equivocado porque yo pienso que la actividad que puede tener una persona mayor no va a ser la de un joven pero si se entretiene y le da más lugar a proseguir en la vida.

- Claro, bien y ¿cómo considera que trata la sociedad a los adultos mayores?

Hay personas que atienden muy bien a los mayores, pero hay otras que no llegan a pensar que en el día de mañana ellos van a estar en el lugar de nosotros; y es por eso que ellos no sienten en el momento la adultez del viejo o de las personas mayores, no saben ubicarse que ellos también van a llegar a ese lugar.

- Y ¿qué trato predomina más para usted?

Mas predomina eso, porque están en otra etapa de vida, por eso nada más. Porque no ven más allá del mañana.

- Bien la siguiente pregunta es ¿cuáles son las características que tiene un adulto mayor?

Claro uno a través del tiempo, los músculos no son iguales, no sigue la misma forma de vida que ha tenido en la otra actividad de más joven. Como ser juegos, deportes y otras actividades que lo llevan a estar en un mundo físico acorde a la edad; ya pasada una cierta edad, uno siente que ya la misma vida le quita músculos, le quita fuerza y le quita mente. Lo que pasa es que en la evolución de la vida nosotros vamos cambiando, cuál es, se hacen renegones, se hacen sedentarios, y buscan más bien la paz la tranquilidad, que no es el mundo joven.

- Para usted ¿el adulto mayor tendría que tener algún papel o función en la sociedad?

Mi pensamiento es que sí, es por eso que estoy en este centro de jubilados, por lo menos tratar de ser útil. Tratar de ayudar a alguien que pueda ayudar y ver de otro foco, de otro enfoque lo que es la ancianidad.

Normalmente hay dos situaciones de la vida, si uno ya trabajo una época, se ha jubilado dejar el espacio para gente joven que yo pienso que es lo correcto. Entonces uno tiene que tener otras actividades que no perturbe el avance de la juventud.

-¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Sí, sí. Ocupando ciertos lugares que otros no quieren ocupar y cuál es la razón: todo trabajo, todas las actividades traen sinsabores en la vida y muchos temen a eso. Entonces prefieren quedarse en otro ítem para que el que hace el esfuerzo se lleve todo la carga.

- Bien y ¿qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

No, yo opino que no tiene q ser así, mi experiencia es que por qué hay más mujeres viejas que hombres viejos, porque las mujeres siguen trabajando en la casa con los nietos, con los quehaceres de la casa, en cambio el hombre más bien es sedentario, se sienta lee el diario y no, no realiza actividad.

- ¿Cuáles son los aspectos positivos de la vejez?

Para mí los aspectos positivos haber recogido o haber vivido un montón de situaciones para poder explicar y transferirlo a las generaciones que vienen surgiendo.

- ¿Cuáles son los aspectos negativos?

Los errores, tomar el camino equivocado. La experiencia de toda esa vida que uno ha transcurrido haber cometido esos errores.

- Pero ¿ser adulto mayor tiene algo negativo?

No, no, yo pienso que no, porque si uno encuentra los caminos correctos, por ejemplo centro de jubilados, encontrar unas ciertas amistades, no es negativo, no es negativo. Al contrario, ayuda a realizarse con todos los demás y llegar a un objetivo común.

- Bien y ¿cómo caracterizaría a las personas que vienen acá?

Churas. No, yo pienso que en el contexto de la vejez cada uno sabe qué actividad va a realizar y hasta qué punto puede llegar.

- Bien, por último, ¿quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

Sí. Saber ubicarse dentro de lo que es la generación, y después realizar actividades en común de solidaridad, de trabajo de entretenerse y llegar a un objetivo.

- Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista F3

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

Mira lo conocí un día que me junte con una de las señoras que viene aquí también, que es muy amiga y comentando. Porque antes sabían dar las clases en el Centro Argentino, y me dice: "Che mira están dando clases de folclore" y le digo: "Ay no... yo

voy si me gusta me quedo, sino me voy”; y bueno así empecé; y bueno me quede. Ya hace tres años que estoy viniendo.

- Le gusto entonces... (Risas) y ¿cuáles son los motivos que la llevaron a buscar este lugar?

Para salir, para salir de la casa, para dejar...andaba con situaciones malas, entonces agarre esto para poder despejarme.

- ¿Es la única actividad que realiza?

Sí, sí. Antes si hacia gimnasia pero ahora no, ahora hago únicamente folclore. Únicamente folclore.

-Si tuviera que recomendar folclore a alguien que no realiza ninguna actividad ¿qué le diría?

Yo le diría que venga, yo le diría: “anda porque es hermoso porque ahí vos te conoces, convivís, viajas, te relacionas con otras personas, te haces de compañeros o de amigos”. Entonces es una cosa linda.

-Bien, ¿y si usted tendría que elegir otra actividad cual elegiría?

Elegiría natación, porque gimnasia no me gusta.

- Bien, y ¿no le gustaría realizar alguna otra actividad dentro del centro?

Y no... sabes cuál es el drama, por ahí muchas veces los horarios, las distancias. Porque yo vivo en Limache y tengo que tomar dos colectivos para venir acá, y hay días que hay un día una cosa, mañana jueves hay otra cosa, el lunes hay otra cosa. Entonces, también todos los días venir tomar dos colectivos ya no. Por eso prefiero folclore me divierto y bueno, y por ahí cuando hay alguna cosa que dice que tenemos que ir a bailar a tal parte, bueno vamos.

- Bien, la siguiente pregunta es: ¿Qué es la vejez?

Mira yo a la vejez, como te voy a decir, como te puedo explicar...para mí la vejez son los años que uno tiene, depende de la persona. Por ejemplo, yo el sábado cumplí 70 años, pero yo no me siento vieja, me siento una persona mayor. Yo creo que la vejez la tenemos acá adentro, mientras la tengamos acá adentro a la vejez... pero si no la tenemos siempre vamos a ser... Yo soy una persona que no me gusta, como te puedo decir, dejarme, yo no soy coqueta ni nada, pero yo no salgo sin pintarme, sin arreglarme. ¿Me entendés? Para mí son años, pero yo sigo siendo como si fuera una mujer de 30 de 40 años. Te hago todo, camino, voy, vengo, hago cosas, pero no me siento en la vejez. Eso es lo que para mí dicen “Ay sí sos vieja”. No, no me siento vieja. Vieja por los años, pero de acuerdo al espíritu de cada uno.

- Y para usted ¿en qué momento empieza la vejez?

Y bueno también depende de la persona, porque yo te digo hay personas que yo conozco, que son menores que yo, y dicen: “ay que ya estoy mal, que ya estoy vieja, que son los últimos años”. Sí, es verdad son los últimos años que estamos viviendo, pero levántate un poco más el ánimo, hace cosas como para que no te sientas así. Yo creo que si vos te quedas como que están pasando los años y vos lo ves a los años pasar, es ahí donde te agarra la vejez, o la vejez o si estas enfermo. Pero yo digo la enfermedad es también de cualquiera, de una chica joven, de un niño, de una persona grande. Este... yo tuve mi padre que murió de 93 años y mi mama también lo mismo, y

mi padre jamás se sintió viejo, él tenía 80-85 años, él era gaucho, cabalgaba, jugaba a la sortija, todo. Entonces, él no era viejo, y siempre le decía a mi mamá: "vieja camina derecha, no me ves a mí como camino". Y eso a mí me da... lo que traigo de él... el aprendizaje: que siempre tenes que andar derecha, siempre tenes que andar tranquila, contenta. Mientras tengas salud, para mí, la vejez no existe, que quieres que te diga, los años si pueden ser, pero la vejez no. Para mí no hay una edad de ser viejo.

- Bien y ¿cómo cree usted que la sociedad debería llamar a la personas de su edad?

Yo pienso que la sociedad debería llamar así: personas mayores o personas adultas, pero no abuelitos, ni viejitos, ni nada de eso; porque vos decís "uy ay la abuelita"; "ay que vieja, ay que vieja", no. Para mí ser una persona mayor o una persona adulta. Eso es lo que tendría que ser, que los más jóvenes, digamos, las tratarán a las personas de esa forma, no de vieja no, no; o señora, señoritas. Hay muchos que hoy en día y sobre todo la gente más joven (no por vos) pero gente de tu edad que siempre dice: "uh mira la vieja aquella", "uh mira la vieja esto otro", y no ven cómo se siente esa persona.

- Y entonces usted ¿cómo considera que trata la sociedad a los adultos mayores?

Creería que hoy en día es... hoy por hoy está mejorando, está mejorando el trato, porque en años anteriores me parece que las trataban más mal. Hoy hay muchas cosas que a la persona mayor que la integran, que tenes un montón de actividades, acá hay cursos de computación, hay un profesor de folclore, hay cursos de tejido, cursos de informática. Entonces, como que están integrándose en la sociedad a todos los viejitos, y tratan de tratarlos como personas normales; porque para muchos ser viejo es una persona normal que ya no sirve. Entonces, creo que está mejorando y que podría ser mucho mejor, que podría ser exclusivo el trato, lo primero que tendría que ser primero es el trato, a las personas mayores tratar de hacerlas sentir mejor de lo que uno esta.

- Bien la siguiente pregunta es ¿cuáles son las características que tienen los adultos mayores?

¡Mmm!... cómo te puedo decir, cómo puedo llamarlos, no se las características físicas de que... creo, creería que no existiría una comue física, porque hay personas que pueden tener una enfermedad, un reuma, una cosa así, pero vos con el que... cuando la integras, por ejemplo acá hay folclore, se integra con todos y eso se pasa no lo sientes ¿Entendés? No sé qué otra cosa... ¿cómo era la pregunta?

- ¿Cuáles son las características de una persona mayor?

Hay... sí es verdad, hay personas que tienen muy mal genio. Muy mal genio, por lo mismo que por ahí son personas mayores... dicen: "a mí no, esto a mí no"; tienen muy mal genio, son renegones, son un poco apáticos, a veces no quieren compartir con otras personas. Compartir con otras personas porque... qué se yo no sé...

- Bien para usted ¿el adulto mayor tendría que tener algún papel o función en la sociedad?

No, yo creo que la persona mayor, no debería tener. ¿Vos decís función dentro del gobierno o dentro de la sociedad?

- Cumplir algún tipo de función que sea útil en la sociedad, por ejemplo de consejero.

En ese sentido sí, por ahí puede ser. Pero tendrías que buscar una persona que en realidad te pueda transmitir, porque por ahí vos agarras y pones a una persona que tiene muy mal carácter y esa persona no te sirve para dar, no consejo sino ninguna experiencia para los jóvenes, ¿entendés? Y después el asunto de un papel importante en alguna administración, creería que no, porque a pesar de uno, siempre uno algo se olvida, algo no tiene, como te puedo decir, no tiene la misma inteligencia, la misma capacidad que una persona de 40 o 50 años, uno con 70 años ya sabes que, ya pierde muchas veces el olvido, la memoria. Gracias a Dios yo no, pero hay personas que sí, hay personas que sí, no somos todas iguales. Entonces para no discriminar a esta que puede y a esta que no puede, creería que lo único que se le podría dar a la persona no un papel, sino tratarla mejor y darles las oportunidades, que vivan bien, que cobren su jubilación como tienen que cobrar, que yo pienso que con eso estaría muy bien, que el jubilado se sienta que cobra en realidad por haber aportado tantos años y que no tenga que estar pidiéndole al hijo préstame 2 pesos, 10 pesos, 50 pesos porque no me alcanzo la jubilación; o la jubilación la tenés que agarrar y emplear aquí y un poquitito para acá para que te pueda alcanzar, Eso sí, eso sí que no.

- Bien pero ¿usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Sí, sí.

- Y ¿qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

También puede ser una etapa de descanso, que el jubilado cobre su jubilación que merece y en realidad poder disfrutar de eso descansar, salir, pasear y no tener que estar mezquinándose de esto, mezquinándose de esto otro para que le pueda alcanzar. El jubilado ya está jubilado y sí tiene que descansar, tiene que salir tiene que disfrutar de la vida por todos los años que no ha disfrutado cuando trabajaba.

- ¿Cuáles serían los aspectos positivos de la vejez?

Sí, sí tiene, como te puedo decir... en algunos casos si, en otros casos no, pero bueno es como en todo hay cosas y cosas. Porque te digo hay personas que son abuelos, y hoy en día los nietos no los tratan bien a los abuelos. Yo gracias a Dios tengo seis nietos me adoran, los adoro a mis nietos. Pero ellos están todos los días abuela, abuelita puedo ir a dormir con vos, puedo ir a estar con vos. Los seis son iguales. No sé qué más podría decirte.

- Bien y ¿cuáles serían los aspectos negativos de la vejez?

No creo que haya aspectos negativos, si los hay en este momento no se me ocurre ninguno.

- Por último, ¿cómo describiría a las personas que asisten a este establecimiento?

Los describiría que son unas personas sanas, alegres, con ganas de disfrutar del tiempo que tienen y aprender a convivir, a tener un encuentro con gente que no son iguales y en lo principal tratar de divertirse, de vivir la vida lo mucho o lo poco que nos queda.

- Bien muchas gracias por ayudarme.

Entrevista F4

- Bien la primera pregunta es ¿Cómo conoció este establecimiento?

Y a través de otras personas que me comentaron, me invitaron pero yo ya venía trabajando en el aumento de los haberes jubilatorios, frente a la plaza Güemes, por tres o cuatro años estuve ahí frente a la Legislatura, y después me invitaron acá y ahí comencé ya, una cosa más concreta, porque allá no era. Era algo que iba todos los martes y hacer bochinche y nada más.

- ¿Cuál es la actividad que realiza? ¿Por qué eligió esa actividad?

Si soy secretaria.

- ¿Y algún taller?

Últimamente, no. En realidad comienzo haciendo gimnasia y folclore, hasta este año. Y deje porque tengo el cargo este, entonces ya no puedo decirle voy a ser gimnasia, volver a la tarde ya es mucho, es mucho estar fuera de mi hogar. Me gustaba mucho folclore, me gusta folclore pero deje porque el profesor no... lo que él enseñaba no me gusto, el nuevo profesor.

- Si tuviera que recomendar folclore a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Bueno en primer lugar si le gusta, porque hay gente que no le gusta y después bueno que es beneficioso... el profesor no es como los otros, como los anteriores, yo vengo desde el 2011, vengo haciendo folclore y gimnasia, pero más que todo folclore.

- Bien y ¿por qué recomendaría que hagan folclore?

Y folclore porque después se participa en el teatro. Entonces, uno se esmera por aprender, por hacerse la ropa en cambia gimnasia termina eso y a la casa, y no hay un incentivo después que diga "ay yo quiero participar".

- Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro ¿Cuál? ¿Por qué?

Me gustaría hacer cocina saludable, y voy a volver a gimnasia porque me hace falta físicamente

- ¿Qué es la vejez para usted?

Y la vejez es la disminución de la capacidad física de la persona, tanto psíquica como física. Psíquica mental porque uno ya hasta se olvida de las cosas, yo en realidad me siento bien, yo no soy de las personas que tengo tantas dolencias ni nada, pero uno ve que la vejez la va aplastando...Vejez capaz que llego con más rapidez si no he desarrollado actividades que movilicen el cuerpo, y envejecimiento eso es natural. Yo creo que es natural, ósea que se me da, haga o no haga gimnasia o haga folclore se me va a dar siempre, porque ya los años vienen.

- Para usted ¿en qué momento empieza la vejez?

A partir de los 70, y ya no siento tanta movilidad física, ósea que ya mi capacidad de moverme como antes no lo puedo. Ósea, tengo...yo que siempre vengo en colectivo, problemas para subir, para sostenerme y eso un poco que lo noto... y bueno es natural. A mí no me gusta salir siempre con la misma ropa. Entonces uno ya tiene que pensar no se va a poner esto nomas, el avance de los años me obliga a mí a ir adaptándome a mi edad.

- ¿Cuáles son los nombres que se deberían utilizar para referirse a una persona mayor de 60 años?

Para mi adulto mayor.

-¿Y la palabra viejo?

También, porque no... no afecta porque es real. Viejo estamos, no creo que afecte. Yo a mi marido le digo viejo y él también me dice vieja pero no me afecta. No sé si otra persona que me diga vieja capaz que puede llegarme algo ¿no? Pero no se ¿no? no me toco todavía.

- En su opinión ¿Cómo debería tratar la sociedad a los adultos mayores?

Yo no creo eso que tenga tanta diferencia, porque todos somos seres humanos el más joven, como el más viejos. Lo que si a veces dicen: "suben al colectivo y no le dan el asiento", a mi rara vez me dan el asiento eso sí. Pero tampoco estoy pensando "¡Ay sí! que me tienen que tener consideración mayor". Yo no lo creo a eso, que a veces por ahí le den la mano porque usted no puede cruzar o algo en la calle o subir un colectivo. Pero no, no, no considero que debe ser marcada esa diferencia, eso es lo que yo me refiero ¿por qué? Porque para mí eso es sentirse más viejo, más inútil, más vieja. Yo pienso así, yo no, no, no lo siento; y subir un colectivo, que viajo diariamente mañana y tarde, tampoco me siento que "ay que si me tienen que dar el asiento, que me tienen que hacer lugar", no. Soy un ser humano igual que los demás con menos capacidad física, pero bue...

- Para usted ¿cómo debe comportarse el adulto mayor? ¿Cómo debe ser su vida diaria?

Su vida diaria debe ser cuidadosa su vestimenta también. Ya no podes lucir cosas que muestran sus deficiencias físicas, y en la comida también, en la alimentación. Por ejemplo, estuve en la reunión del PAMI que cumplió la entrega de bolsones mejor dicho, las personas que entregan bolsones, cumplieron 25 años y presentaron un cuadro de personas mayores con el baile caribeño, ¿cómo fueron? Con un top con un bretel acá, y vos veías que cuando hacían la gimnasia se les caía todo, se les movía todo ¡ay! Daban vergüenza, por eso digo tienen que vestirse más o menos a la edad en que están, fijarse. Quizás la profesora fallo ahí, porque todo el grupo estaba así, y entonces da pena, a mí me dio pena ver que gordas así que se les movía todo esto, que ya quedaba feo, el aspecto físico ya era feo. Porque no me voy a poner una remerita mangas cortas, a eso me refiero. Y lo mismo la ropa tampoco me voy a poner una cosa que muestre, como le puedo decir, la deficiencia física que ya tengo por la edad. Entonces yo cuido mucho eso.

-Y para usted ¿cuáles serían los principales cambios que se producen después de los 60?

A nivel físico, menos agilidad para moverse, para caminar y bueno todas las arrugas; el cuerpo que ya no es...un poco que se deforma, la cara. Y a mí, en el caso mío, es como que yo pienso que ya se me aproxima el final de la vida, no sé porque pero pienso y creo eso ¿ves? Y tampoco tengo la idea de querer llegar a los 80, no. Yo no sé esa es la idea que tengo, pero no sé si estará bien o estará mal, pero no quisiera llegar a eso. Ya destartalada totalmente que se llega a los 80, ¿me entiendes? Psíquica y físicamente. En el caso mío es muy poco quizás pérdida de memoria, que me olvido donde lo he dejado, pero es muy poco. Sí en otros, yo veo en mi marido, mi marido tienen 74 y yo veo que ya su mente como que va quedando atrofiada. Yo no digo que tengo muchas dolencias porque no las tengo, yo veo sin anteojos, veo bien. Pero eso es muy escaso, todos veo que para poder ver la hora tienen que sacar los anteojos para poder ver la hora, en mí no; y aun así yo veo que la mayoría es así. Difícil encontrar personas que vean bien, y me parece eso tan feo, hasta que buscas

los anteojos, hasta que has podido leer, debe ser feo. Casi un 99% tiene ese problema, yo lo que veo. Yo, bueno porque mi padre llevo a los 90 y todavía leía sin anteojos, capaz que eso fue mi descendencia ¿no?

- ¿Y usted cree que el estilo de vida puede influir?

Y yo no creo mucho en eso; sabes ¿porque? Porque yo fui docente y usaba siempre la vista; coso, coso bastante ósea soy modista. Entonces ahí, ahí me puede haberse ido mucho la vista, y sin embargo, hay otras personas que no han tenido una actividad así donde usas mucho la vista y sin embargo no ven, tienen muchas dificultades.

- ¿Y cambios sociales?

¿Cambios sociales? Y sí que, ya un poco, están los jóvenes que ya no te incluyen en las reuniones, eso sí. Hay una diferencia ahora más marcada, ósea la juventud hoy en día relega más al viejo, tiene más consideración con la gente más joven que con la vejez. Son pocas las personas que tienen atenciones hacia el viejo, son muy pocos. Y lo mismo dentro de la familia que lo hacen a un lado los viejos y van a preferir más a los jóvenes. Lo hacen a un lado porque lo consideran aminorados a los viejos.

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Sí, sí.

- ¿Cómo?

Concurriendo a centros de jubilados sobre todo porque ahí como que uno se obliga. Se obliga a salir, a vestirse, a convivir, a compartir. Sino digo "bueno hoy día mejor no salgo, hoy día no camino, hoy día me quedo en la casa". Sobre todo la actividad social es lo que moviliza a la vejez, por eso yo veo muchas personas que: "¡ay! que me duele que esto, que esto otro", y no, no. Deciden quedarse en casa y van bajando más todavía, físicamente ¿no?

- ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

Para mí no, yo no descansa. Acá... como vivo en el tribuno, si tengo un poco que... si tengo que estar a las nueve me tengo que levantar a las siete, por ahí eso ya me tiene cansada. Y cuando tenemos que estar más temprano para entregar bolsones, más temprano me tengo que levantar, pero después no... ahora me decía mi marido: ¡cómo vas a ir! Y bueno pero tengo que ir a ver, porque si tengo que ayudar, tengo que ir; y a la mañana, yo estoy toda la mañana. Yo no puedo decir hoy día me quiero quedar, o me quiero ir a la confitería. Entonces eso es un poquito que me está cansando.

- Muchos dicen que después de la jubilación empieza la vejez ¿a usted le parece que es así?

Bueno yo me jubile a los 47 años, porque los docentes tenemos 25 años de servicios y nos jubilamos. Entonces, por eso, ahí casi entro en la depresión yo, con 47 años ver que tenía un ropero lleno de ropa, porque yo iba...era administrativa; entonces me tenía que vestirme bien. Entonces cuando yo he terminado, dije "¿y para que tengo todo este montón de ropa? si ya no me sirve"; y ahí es donde quiero entrar en el estado depresivo y mis amigas me dicen: B pero vos sabes coser dedícate a eso. Y eso me ayudo, me levanto. Claro, entonces por eso empecé a buscar actividades afuera, ahora lo que yo si viajo mucho, yo viajo mucho. Pero ahora ya un poco que me cuesta decir: ¡ay, me voy de viaje, lejos! Casi conozco toda la república, conozco toda la provincia de Salta, por mi trabajo conozco toda la provincia; y viajando con mi

esposo, que ahora ya no le gusta viajar, yo he recorrido toda la República Argentina, no te digo que entera, pero de provincia en provincia si conozco. El viaje para mi es satisfacción, ahora no lo siento tanto porque ya mi marido no quiere viajar, pero yo con él sé que puedo ir tranquila.

- Claro es muy lindo viajar porque uno se relaja. Y en cuanto a la jubilación ahora es a los 60 para la mujer y 65 para los hombres.

Yo considero que la mujer podría jubilarse a los 65, porque el trabajo es vida. Yo lo he podido comprobar, el trabajo es vida; si yo llegue a los 47 casi 48 años que me he jubilado y me sentía una pobre infeliz. Hay veces que la salud no te da pero si vos te sentís con energía todavía puedes trabajar.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos positivos (o ganancias) de la vejez?

La tranquilidad de no tener que levantarse temprano y decir "bueno me voy de viaje, me voy de viaje", no tengo que pedir permiso, esas cosas ¿no? Pero la tranquilidad de levantarme cuando yo quiera. Bueno ahora no, porque igual tengo que levantarme para venir acá temprano, pero eso fue para mí lo mejor. Sino tenía que sentir el despertador a las seis y media de la mañana, o a las seis de la mañana para llegar a las siete a trabajar.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos negativos (o pérdidas) de la vejez?

Lo físico, que uno ya se mira en el espejo y no es lo mismo. Hay que ponerse ropa adecuada, todo eso.

- Y ¿cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Mmm... yo pienso que vienen acá con gusto ¿Por qué? Porque realizan la actividad folclore o gimnasia que le es necesaria. Que le es necesaria para su salud y lo hacen con agrado. Yo lo veo con agrado, sino no volverían. ¡Bah! Hay algunas que no vuelven pero la mayoría sí.

- Bien y ¿qué otras características tienen las personas que asisten a este centro?

Y hay de todo, alegres y otras no. Pero pienso que naturalmente lo hacen y vienen acá. Cuando ya no le gusta no vienen, no vienen más. Pero lo hacen por gusto, pero porque son los talleres esos, nada más. No es que nosotros estamos haciendo fiestas, antes si hacíamos y ahí se las veía más. Pero ahora últimamente no.

- ¿Les gusta las fiestas?

Les encanta, el día que... hay... había reuniones que sabíamos hacer cuando estábamos en el Centro Argentino, que teníamos el espacio ese grande. Pero ¡todos! concurrían, todos, con sus cositas para comer, para tomar. Eso es lo que más les gusta, eso yo he observado en el adulto mayor. A mí no, no me atrae. Pero lo hago porque tengo que hacerlo, pero yo lo que observado es eso. Todas con sus cositas para sentarse, y aunque mas no sea sentarse ahí, dialogar con la que está al lado, o compartir la comida o el té que van a tomar, eso se vio. Ahora acá como estamos, no hacemos casi, pero eso, eso atraía acá; el reunirse que lo hacíamos festejando los cumpleaños todos los meses. Entonces, se festejaban a las personas que habían cumplido años para ese mes, se juntaban a final de mes y se hacían siempre las reuniones. Eso atraía más, y ahora bueno, una porque allá poco espacio teníamos cuando estábamos en la Güemes, y cuando estábamos en la Mitre nosotros hacíamos en el Centro Argentino, y el Centro Argentino es amplio. Cuando hacíamos allá era

reducido pero igual asistían, y acá eso es lo que está faltando. Últimamente creo que se han hecho dos o tres nada más. Era eso el festejar, eso les gusta, el compartir aunque no haya grandes cosas, diversiones en ese momento la gente les gusta sentarse a compartir alguna comida, algún té alguna bebida. Eso les atrae mucho pero bueno capaz que nosotros ya empecemos para el año, puede ser.

- Para usted ¿cuáles son las necesidades de los adultos mayores que por ahí no están siendo tenidas en cuenta?

No sé si el haber jubilatorio puede mejorar. Después tienen los diferentes centros de jubilados para asistir en los distintos barrios si no asisten es porque son quedados. Pero después todos tienen diferentes lugares, tienen en todas partes.

-¿Usted cree que la vejez del hombre es la misma vejez de la mujer?

Me parece que el hombre envejece más rápido ¿Porque? porque es muy quedado, ósea en el momento en que se jubila se quedó ahí nomás. No, no van, no buscan actividad. Se sientan a mirar la televisión, a dormir la sienta larga. Yo creo que hace esto por su misma actividad por su trabajo que lo llevo a eso. No hay otro incentivo para el hombre. El hombre envejece más pronto y muere más pronto.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

¿A ver que puede ser? Yo no creo que digan “ha sí porque el gobierno no me da, que no moviliza”. No, si el gobierno si moviliza. Hay tantos centros de jubilados donde puede asistir la persona y no la utiliza. Yo no creo. En realidad es dejadez personal.

-¿No están excluidas las personas mayores?

No, no están excluidas. Socialmente capaz que sí. Porque socialmente no se animan a integrar. Pero hay centros de jubilados donde hay mínima cultura como la máxima. La máxima cultura no, muy poco, acá se ven algunas personas, pero los centros comunes yo creo que la gente no va. Pero esa gente ¿qué hace? Viaja, tiene dinero disfruta más de otra forma con su familia, la gente que tiene dinero. Ahora no se el porcentaje que habrá, que económicamente tranquilos no creo, son más los de mínima. Y eso de mínima tiene su centro de jubilado pero no lo usa.

- ¿Qué propondría para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

Yo creo que acá llegamos a lo que podemos hacer. Porque económicamente tampoco nos permite hacer más de lo que tenemos. Así que no creo... yo creo que se brinda todo. Y como a veces tienen que pagar los de la mínima una pequeña cuota, también les duele esa parte económica. Aunque los adultos de menor ingreso son mayor la cantidad, que el que tiene más. Yo por lo que veo es que la gente, por ejemplo cuando se hace viajes; que la que tiene dinero se queja porque el hotel no era de cinco estrellas. Todo eso he podido observar. Cuando uno en el grupo puede pasarla bien con gente de menores recursos como de mayores recursos. Sin embargo, nos critican porque el hotel no era de cinco estrellas. Hemos ido a hoteles lindos y aun nos han criticado. Pero es así yo creo que eso ya es muy personal, de decir “porque tengo yo que quejarme de que no me han dado un hotel de cinco estrellas”. Es todo un grupo acá de menores recursos, de medios recursos y de mayores recursos. Pero siempre el de mayores recursos no se integra mucho al centro de jubilados. Ya son particularidades.

- Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista F5

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

Por medio del PAMI fijate, si por medio del PAMI.

- ¿Desde el PAMI lo informaron?

Sí, porque fui a buscar quería hacer folclore y bueno hace cuatro cinco años mira que vengo. Este es el quinto año ya.

- ¿Cuál es la actividad que realiza?

Folclore

- ¿Por qué eligió esa actividad?

Eso es lo que le comentaba hace rato a una compañera que desde que voy a la iglesia para hacer el catecismo, que la maestra nos enseñaba a hacer folclore ya. Yo ya sabía bailar desde ahí, y después estude en el polivalente y ya después deje porque me enferme, y después volví. Así que me encanta desde siempre.

- ¿Qué beneficios le trae hacer folclore?

Mira a mí me despeja, me hace sentir bien; que si yo tengo algún dolor no me importa, yo sé que va a pasar como yo estoy medicada controlada. Me siento muy bien, muy bien y tengo un esposo que me apoya (se ríe). A veces se pone un poco mal, pero me apoya, me incentiva que se yo. Porque cuando yo me case con él yo tenía treinta años, y a los treinta me enferme. Me enferme muy joven. En octubre me operaron de la rodilla, porque tenía desplazamiento de tibia y me operaron me pusieron una prótesis y ando bien. Camino mejor, me siento bien, no me duele, es un alivio.

- Si tuviera que recomendar esta actividad a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Que sí que venga, que baile. Hay gente que yo le digo, "pero no me gusta". Bueno tango, hay tango también, y bueno tango es lindo te vas a sentir bien. No te quedes en la casa, porque es feo, yo el año pasado por esperar la operación me quede todo el año en casa. Porque para mí artritis me ponen una vacuna, para la operación tenía que suspender la vacuna. Y entonces, como había... primero me tenían que operar en mayo y yo me engripe, después no había quirófano, después el doctor se fue, cosas así, hasta que se extendió. La cuestión es que se extendió hasta octubre. En octubre me operaron y gracias a Dios salió todo bien.

- Claro que bueno que salió todo bien. ¿Usted pensó en realizar otra actividad dentro de este centro?

Teatro, teatro, este año si Dios quiere empiezo teatro, si me coinciden los tiempos, si no me coinciden mejor dicho los tiempos. Lo que me gusta a mí que nunca hice, es eso, cómo se llama... alfarería creo que se llama, eso que es con arcilla creo que se llama así eso me gustaría. Pero bueno no sé creo que no voy a tener tiempo.

- Pero ¿le gustaría realizar alguna otro taller del centro?

Ah yo fui a computación allá en la UNATE, fui un tiempo aprendí lo básico y después como estaba mucho tiempo sentada y eso a mí... como la artritis, yo todavía no tenía esta vacuna, estar sentada mucho tiempo, cuando te quieres parar no te puedes parar tranquila y yo estaba sentada mucho tiempo. Y la verdad que me aburría aprendí lo básico, porque me acuerdo que en esos años mi hijo se fue a España y no tenía

celular como ahora, no había whatsapp nada, solamente celular para mensajes. Entonces yo aprendí computación, iba a un ciber y nos comunicábamos por ahí. Y después el me regalo un celular y bueno me enseñó todo

- Bien, la siguiente pregunta es ¿Qué es la vejez?

Y la vejez es un estado de cada persona, de la vida. Es natural que unos nacen y otros se mueren. Es algo normal y natural para todos. Es un trayecto que lo tenemos que pasar, pero no, no lo tomo como que ¡uh! lamentándome ni nada, al contrario, porque viste que uno cuando es joven te falta experiencia, y cuando sos grande ya la tenes y es lindo porque uno ya... no sabes todo lo de la vida pero tenes experiencia y está bueno a mí me gusta, me siento bien yo. Claro porque no, no me lamento ni nada, ni así como hay gente que se ve vieja, que cumple 40 y se quiere matar, no yo no. Ni estando enferma, mira que desde los 30 años que estoy enferma, mira toda la vida fui positiva, y siempre en mí había algo adentro de que algo me iba a mejorar, porque yo cuando empecé a estar enferma no podía caminar parecía un robot, y por eso me han jubilado de mi trabajo. Y bueno está bien porque uno aprende, yo tengo un nietito, un sobrino nieto que lo amo, que ahora no esta se ha ido a vivir a otra casa; y es algo lindo porque ya tenes otra mirada hasta con los chicos, porque uno cuando es madre, cuando recién sos madre no sabes cómo criar un hijo, uno va aprendiendo. A mí, mi hijo me enseñó mucho, y ahora ya en grande yo le enseñó le explico a mi sobrina que tenga paciencia y todo y bueno así.

- Para usted ¿en qué momento empieza la vejez?

Y depende de cómo la persona se sienta; porque ya te digo hay gente de 40 años que dice que ya se siente vieja; y gente de... y para mí es a los ochenta; y ni ahí mira. Yo tengo compañeras que tienen 80, hay una señora que tiene bastón pero empieza a bailar y deja el bastón. Se olvida me ¿entendes? Y a veces yo veo personas más grandes que yo y digo me gustaría ser así cuando yo llegue a esa edad, si llego (se ríe). Y es eso, no, no le tengo miedo. No le tengo miedo a la vejez

- ¿Cuáles son los nombres que se deberían utilizar para referirse a una persona mayor de 60 años?

Emm... que nombre por su nombre. Yo pienso que está bien... abuelos de la tercera edad también le dicen. Mira nunca me puse a pensar si estaba bien o como otra cosa, me parece que está bien.

- Por ejemplo ¿Qué opina de la palabra viejo?

Me da risa (risas), porque yo tengo mi marido, él tiene 70 años, me lleva 13, 14 años, y yo le digo viejo, qué haces viejito, pero cariñosamente ¿viste? Porque el tampoco tan viejito no es. Por ahí depende del tono en el que te lo digan, tal vez molesta. Si te lo dicen con un tono agresivo, bueno te molesta. Pero si te dicen viejo porque realmente uno esta viejo, no me ofendería, me daría risa, no me ofendería fijate. Depende del tono.

- ¿Cómo considera usted que trata la sociedad a los adultos mayores?

Mira yo veo en el ómnibus yo viajo en el colectivo, en el transversal, porque yo vivo cerca; y voy hasta la avenida a esperar el colectivo para ir a folclore. Yo te digo, antes yo estaba renga, porque tenía el desplazamiento de la pierna, hasta el anti año que fui a folclore, así bailaba. Hasta que me fisure y el doctor ya me dijo: "bueno operate". Pero venían todos los chicos como vos de la universidad, sentados, nunca nadie se

levantaba a darme el asiento. Otros estaban con el celular, otros estaban durmiendo. Pero nadie te da el asiento, nadie. Yo no soy tan vieja, pero yo me arreglo me pongo, aros pulseras todo cuando salgo, tal vez sea por eso. Pero yo estaba renga se me notaba ¿me entiendes? No me daban el asiento. La juventud, no toda digo, están muy conforme con lo que ellos creen que está bien, no respetan, no te dan el lugar. Vos vas por la calle te pasan atropellando, te empujan cuando hay mucho movimiento, así en la peatonal. Hay chicos que no, hay chicos que te dan el asiento. Ayer, por ejemplo, yo viaje a ver una amiga y se paró un chico. Pero habían... la mayoría de adelante eran hombres jóvenes con mochila y de este lado había uno solo y yo me pare al lado de él porque tenía más espacio; y él ha dudado tanto para darme el asiento. Se nota porque nosotros, como te digo, somos grandes, nos damos cuenta de los jóvenes, porque también hemos tenido esa edad. Entonces, él ha dudado mucho y, "se quiere sentar señora" me dice, "y si podes, gracias" le digo. Te juro ha dudado mucho para darme el asiento, da risa y a veces me da bronca, depende de cómo me levante (risas). Y eso fijate... no son todos te digo ¿no? Antes no digo que era mejor, pero por lo menos nosotros dábamos, yo estaba acostumbrada, si un viejito... lo ayudaba a cruzar la calle, a las personas mayores nos levantábamos y en seguida le dábamos el asiento. Antes no era así...

- Entonces, ¿Cómo considera usted que debería tratar la sociedad a los adultos mayores?

Amable, considerado con la gente mayor, con la gente vieja, que va con bastón o sin bastón. Por el solo hecho de que...que sube apenas en el ómnibus, que cuesta a veces. Porque si tuviéramos vehículos a nuestra disposición no necesitamos el ómnibus. Yo si tengo auto pero yo viajo en el ómnibus porque mi marido también a veces no está bien y no quiere manejar.

- ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?

¿Características? Vos decís en pensamiento o en salud.

- Las características que usted considere que quiera mencionar.

En salud, (se interrumpe la entrevista)

Ay disculpa. ¿Que considero yo? Yo considero que...yo mira me doy cuenta... tal vez sea cuando... yo me doy cuenta en mi suegra ella tiene 89 y anda bien ¿viste? Pero ella se olvida las cosas, le cuesta, Cuando quiere relatar algo de antes, de ella, ella duda piensa mucho y después este... y después ya viste... ella se acuerda y relata. Ahí me doy cuenta yo. Y físicamente también, mi suegra ella por ejemplo tiene 89 y ella no tiene problemas de huesos, porque vos podes estar joven como te digo, yo tenía 30 años y no podía caminar y hay gente que bueno que son grandes y caminan bien, erguidas y depende de si están o no están enfermos. Hay algunos que tienen una memoria espectacular, se acuerdan de todo; yo por ejemplo hasta ahora yo me acuerdo desde siempre, me acuerdo todo, de toda mi vida mi infancia, todo.

- Desde su punto de vista ¿cuál es la función o el papel del adulto mayor en la sociedad?

Y no, yo creo que no, porque como te digo, si está bien, si se acuerda de todo, podría colaborar. Porque como el otro día yo le decía a mi marido, porque él es electricista y gasista, y el daba clases de electricidad en un barrio, bien así pobre. Bueno se anotó en el gobierno en aquella época pero como no le pagaban deo, y yo le dije porque no volves ahora y lo haces gratis, eso te va a ayudar a vos... "puede ser ya voy a ver,

puede ser en el barrio". Porque ahí también hacen folclore, hay un club que también hacen y yo digo "estaría bueno que des clases ahí para los chicos que le interesa y no les cobres nada, porque no nos hace falta". Y yo porque... mira él tiene 70 y tiene problemas en la cadera, pero no tanto viste, y yo le digo "podes ir eso te va a distraer, va a hacer algo bueno para vos". Porque no quiere venir para acá, no quiere bailar, lo que él dice que le gustaría aprender es el órgano y también...

- ¿No se anima?

No porque siempre esta con la tele porque ahora se ha puesto Wi-fi y está tranquilo, ahora va a contratar Netflix, se compró una tele nueva y está bien con eso. Le gusta la información de los ovnis se mete a YouTube y ahí investiga todo. (Risas)

- Bien y a usted ¿le parece que los hombres viven una vejez distinta a la de las mujeres?

Bueno mira, ves yo quiero siempre hacer alguna actividad y él no quiere. Él no quiere así que no sé depende de cada persona creo yo.

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Y si mientras se pueda.

- ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

Que está bien porque tengo una enfermera que pone la vacuna que va a mi casa todos los meses, ella vive cerquita de mi casa y ella se jubiló hace poco. Y yo le pregunto: "usted ahora ya no trabaja, está en su casa, se levanta tarde ¿no?"; "sí- me dice- mis compañeras me tienen cansada, ¡ay! ándate de viaje, salí y no quiero, quiero estar en mi casa, porque hace más de 30 años que me levanto y voy llueva o no llueva, entonces ahora quiero estar en mi casa"; "Y claro date tu tiempo" le digo. Porque todavía es joven, bueno tiene más de 60. Pero ella está bien de salud, la veo bien, "tenes tiempo -le digo- hasta que vos te decidas y puedes hacer alguna actividad"; "Claro, yo ahora me quiero levantar tarde, quiero comer, quiero estar tranquila, comer a horario y todo eso". Porque ella era enfermera en el hospital, si bien comía en el hospital pero vos viste primero estaban los pacientes.

- Claro, y para usted ¿la vejez tiene aspectos positivos?

Y... pienso que sí, porque tenes experiencia ya de muchas cosas, de la vida. Por eso te digo depende de cada uno, porque personas cumplen 40 y se deprimen; entonces si vos cumplís 50 y lo llevas bien, tus arrugas, todo, está todo bien. ¿Me entendes? Y bueno y así... me parece que depende siempre de cada persona de cada uno porque hay gente que a veces, que ha tenido distinta vida, que la paso mal, hay gente que no, que no le faltó nunca nada, ¿me entendes? y son esas cosas porque hay gente muy resentida también.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos negativos (o pérdidas) de la vejez?

Y bueno la enfermedad, viste por ahí pobre... yo tenía una compañera que yo la veía. Si bien ella tenía más de 60, se llamaba T. ella estaba de bien y murió el año pasado porque le agarró una neumonía fulminante. Entonces todo depende de cada uno.

- ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

A mí gracias a Dios desde que yo llegue me ha tocado todo este grupo que esta hace más de 3 años, yo no sabía y me venía a sentar siempre acá y me han atendido bien,

- Ah ¿esta mesa es de su grupo?

Si... no es de todos, pero yo me senté acá, porque había lugar y me han tratado bien siempre me han atendido bien. Este... no me han despreciado, porque hay por ejemplo otros lugares donde yo iba a folclore, hay gente... mira no vas a creer pero son grandes y también son celosas, son envidiosas, donde hay mujeres es peor todavía. Pero acá no, fijate todo bien, el profesor todos son gente muy buena.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

Y bueno no sé... que ojala yo, particularmente cuando llegue a los 70 con mi enfermedad, haya algún remedio que me cure la artritis, porque si bien yo hago actividades pero no deja de ser dolorosa la artritis.

- Bien y como última pregunta ¿Qué propondría para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

Y se hace de todo acá, no sé qué más puede ser.

- Bueno terminamos, muchas gracias por su participación.

Entrevista F6

- Bien comencemos, la primera pregunta es ¿Cómo conoció este establecimiento?

Bueno hace ya como más de 4 años que yo vengo a este lugar, hace muchísimos años. Yo empecé viniendo a folclore, porque me sentí bien me hicieron sentir bien los profesores, me hicieron sentir de diez, porque yo quede joven a los 45 años quede viuda y bueno estoy sola. Así que me sentí bien empecé a hacer gimnasia y después bueno ya con la comue del PAMI, con el programa del PAMI ya teníamos otras actividades y todos los años, todos los años vengo a hacer actividades. Aparte feliz de cómo me tratan me hacen olvidar de muchas cosas, muchas penas, mucha soledad, de muchas cosas me hace olvidar así que a mí me viene de diez hacer todo esto.

- ¿Cuál es la actividad que realiza?

Yo hago folclore los lunes, miércoles y viernes. Y lo aprovecho al máximo, porque yo no salgo no me voy de vacaciones, vos viste no hago nada de eso pero si me gusta hacer todas estas cosas, las reuniones los encuentros todo eso me encanta.

-¿Usted buscaba un lugar para hacer?

Claro yo buscaba y como no, no había. Bah había pero siempre esta gimnasia en la Gimnasia y Tiro que esta allá en la Entre Ríos, me quedaba re lejos. Y bueno después me entere de acá y empecé a venir y bueno no me fui más.

- Usted me dice que hace folclore ¿Por qué eligió esa actividad?

Porque me gusta, aparte que es una expresión, a mí me encanta folclore. Me encanta, y me gusta bailar sé bailar todas las danzas. Me hace bien para mi salud, como te digo, porque yo a veces me voy de mi casa a folclore, toda así deprimida, toda desganada o que he tenido un mal día ¿viste? Entonces yo llego a folclore es como

que me olvido de todo, para mí se me olvida de todo, se me abre un mundo nuevo. Me olvido de todo, me olvido que tengo hijos que tengo nietos que... bueno me olvido de todo. Yo vivo sola pero tengo mi familia por supuesto, tengo un nieto, tengo una hija, dos hijas mujeres, pero un solo nieto. Pero vos viste, los hijos se casan se van y cada uno hace su vida, entonces yo tengo que seguir haciendo la mía hasta que Dios quiera (se ríe). Así que me encanta, me encanta folclore.

- ¿Y usted hacia antes folclore?

No, nunca, nunca había hecho fíjate. Y a folclore hace muchos años que voy, he salido en muchas presentaciones, en muchos teatros, en muchos centros, en escuelas; en todos esos lados he salido a bailar y me gusta. Mira no traje el celular para mostrarte, tengo ahí fotos de lo que ha sido el cierre de este año, hermoso.

- Ósea que debe tener un montón de trajes

Tengo trajes de todo, por eso digo el día que ya no lo pueda usar, no sé qué voy a hacer. Lo rifare o los regalare... o que me los pongan en el cajón (risas)... porque tengo un montón. Tengo de coya, de paisana, de todo, sureña, de todo, tengo bastantes. Mira a veces me quedaba con ganas de comprarme cualquier cosa pero no, primero era comprar la tela para hacerme el traje.

- ¿Primero el traje antes que la comida? (risas)

Y si (risas) porque me gusta, me encanta. Para mí es lo que más me llena. Capaz, quizás más que ir a un baile, viste que a veces van todas las señoras, se juntan del PAMI a bailar, no me atrae tanto, como ir así a un centro donde haya folclore

- Bien y si usted tuviera que recomendar folclore a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Yo le diría que haga, porque es lo mejor que puede hacer para nuestro cuerpo, especialmente para lo físico, la gimnasia para todos (inaudible). Para todos es recomendable yo a ella (señala a una compañera) siempre le digo, vamos a hacer gimnasia vamos a hacer folclore, a veces me acompaña a hacer folclore sí, sí me acompaña a hacer folclore. Entonces yo les recomiendo, mientras pueda hacer y les guste, porque te tiene que gustar, si no te gusta no vayas. Te tiene que gustar la música y te tiene que quedar la coreografía y tiene que tener... para los pasos. Bueno para todo, viste bailar folclore no es agarrar el castañito o revolear el pañuelo. Tenes que tener cosas... técnica, porque hay algunas que son más habilidosas, y otras que son más quedadas. Yo no soy de esas que te hago muchas piruetas, ni nada, pero más o menos me defiendo. Aprendo todo, eso sí se me queda, porque se me queda porque me gusta, si no me gustara no se me quedaría.

- Y ¿le gustaría realizar otra actividad dentro del centro?

Me gustaría pero soy media... como te puedo decir... no soy muy creativa para hacer muchas actividades prácticas, esas cosas. Soy muy impaciente, muero, muero, porque tenés que tener paciencia, para tejer para hacer cosas manuales para todo eso tenés que tener mucha paciencia, y yo no la tengo. Yo soy muy así, si en mi casa vuelo, no tengo necesidad pero vuelo. Así que ya es... yo creo que ya es de uno, el ser de uno que es así. Pero no sé a lo mejor si se me presentará algo que yo pudiera tener la

paciencia de hacerlo, lo haría. Porque yo la admiro a mi compañera que hace todo eso, que hacen dibujo, pintura en tela, cuadros o que cosen o que tejen; yo soy muy inservible para eso, no lo hago, no lo hago. Sí, vos decime a anda a barrer anda a planchar, a cocinar, eso lo hago perfecto y te lo hago rápido, pero si me decís anda a hacer...tejer, no me muero de la impaciencia.

- ¿Y aprender algo nuevo como informática?

Y de informática mira, lo único que yo uso es el celular y apenas lo sé usar. Sola aprendí a recibir mensajes, a hacer llamadas, a ver Facebook y ahí pare. Porque me reta mi nieta: "abuela que te mando esto, que vos no contestas", y bueno contesto cuando lo veo, y cuando no me interesa no me meto. Si estoy informada de todo, porque yo soy... no sé si vos lo oíste hablar de K B, que es el chico que corrió en moto y bueno yo soy abuela de él. Entonces yo estaba prendida de la tele de todos los que son medios donde salía, porque sabía que a él le hacían entrevistas, que hablaba de esto y lo otro... ¡prendida! Me informo bien me gusta ver el noticioso, las noticias, me gusta en ese sentido. Pero manejar una computadora o algo que sea medio engorroso no. No tengo mucha paciencia, no tengo mucha lucidez, digamos no es que no tenga memoria pero no se me queda. Si vos me decís mira este número es siete, y a los diez minutos me preguntas, capaz que no me acuerdo que numero me dijiste. Por eso no aprendo muchas cosas, en el momento sí, algunas se me quedan otras no, pero yo creo que es propio de la edad.

- Bien esta es otra pregunta ¿Qué es la vejez?

Y bueno para mí la vejez es... cómo te puedo decir lo que es la vejez. Porque es tan feo, es horrible. ¡Ay no sé!, yo creo que ninguna queremos llegar a tener cierta edad y a hacer vieja digamos. Yo no te digo anciana, porque ya una anciana de 90, 90 y pico. Yo a pesar de mi edad no me siento ni una anciana, ni una vieja, yo me siento de mi edad, me siento bien. Yo puedo hacer las cosas que yo quiero, ¿viste? Que me gustaría hacer más cosas, soy media... cómo te puedo decir, chiva por subirme a las escaleras, subirme arriba del techo porque gotea, porque esto... te lo hago a pesar de mis años. Entonces para mí la vejez es como que es una cosa que día a día te va llegando y que tenes que soportar, que tenes que decir que sea lo que Dios quiera. Entonces a mi preguntan: "hola Carmen ¿cómo estas hoy?"; "como Dios quiere", porque no como yo quiero, yo quisiera poder hacer más cosas, ¿entendes? Yo quisiera ser más activa, mas... poder hacer muchas más cosas de las que hago, pero por mi edad me limita a todo eso, entonces no lo puedo hacer. Entonces la vejez para mí es una cosa que yo espero día a día ir pasando mi vejez, pero irla pasando bien no enferma, y no tener que estar dependiendo de nadie ¿entendes? Yo digo el día que yo ya... que se tengan que ocupar de mí, que me tengan que llevar para un lado para el otro. No se ahí ya sí me sentiría realmente vieja, me sentiría inservible para todo, para mi vida, para mis nietos, para mis hijos. Porque hay momentos en que vos te sentís así, porque hay momentos en los que vos te sentís así, más cuando vivís sola ¿me entendes? Pero si vos tratás de decir "no, por qué, si yo todavía tengo vida, tengo esperanza, tengo esto, tengo aquello, tengo mi casa, tengo mis plantas, tengo todo, entonces por qué", tratar de disfrutar eso porque el día que ya no lo puedas hacer más, no se lo hará más.

-Entonces ¿la vejez es cuando ya no se puede hacer nada?

Cuando ya no podes hacer nada de lo que a vos te gustaría hacer, de lo que vos podrías hacer

-Entonces para ¿usted no hay una edad donde empieza la vejez?

Yo pienso que hay, yo pienso que la vejez, la vejez, (para mi) puede empezar a los 85 o 90 años, ¿entendes? A mí me falta poco para los 80. Yo como te digo, yo no me siento vieja, no me siento. Yo me visto, yo me visto, yo me visto, no te digo como una chica joven, me visto de acuerdo a como yo me siento. No me visto ridícula, pero me visto como yo me siento. Porque hay personas que no son grandes y se visten como viejas y eso las avejenta más (inaudible) yo trato de no estar tan, tan... que no se me note tanto. Así que por eso te digo para mí la vejez es cuando ya se siente que realmente ya no podes hacer tus cosas.

- ¿Cuáles son los nombres que se tendrían que utilizar para referirse a una persona mayor de 60 años?

¿Nombre? Mira yo tenía un grupo de folclore que se llamaba “La tercera no es la vencida”, porque somos de la tercera edad, más vale. Entonces yo para mí, el grupo me gustaría que se llame esperanza de vivir o renovación del vida o alma joven. Para empezar nosotros somos mayores pero tenemos un alma joven por dentro nos sentimos jóvenes, aunque en la apariencia no sea, pero por dentro nos sentimos jóvenes. No todos por ahí, hay personas que no, que te pueden decir lo contrario de lo que yo te estoy diciendo. Pero yo veo que hay personas que tienen mucha edad y se sienten jóvenes. Entonces para mi seria alma joven.

-Bien, pero se utilizan nombres para nombrar a los mayores de 60 años ¿Cuál le parece mejor que se utilice?

Y adulto mayor, ¿qué otra puede ser?

- Por ejemplo, abuelo...

No sé, no me parece. Adulto mayor porque somos adultos y somos grandes ya, está bien la palabra adulto mayor.

-¿Y la palabra viejo?

No, no me cae bien. Vos sabes que cuando yo siento “ay este viejo” no, no me gusta. Igual que ponele que yo... que venga una persona menor que yo y me diga de usted, no me gusta a mí. A mí me gusta que me tuteen. En serio, que no me hagan sentir... no te quiero decir con esto que porque vos me digas de “che” yo me voy a poner a tu altura, ¡no!; al contrario yo me ubico en mi lugar. Pero como que vos te sentís que si vos me decís de “che” como que sentís que estas conectada con ellos, no con el usted, usted, o esa vieja o ese viejo. Yo por ejemplo manejo, yo todavía manejo tengo mi auto y manejo. Yo por ahí cometo algún... yo no soy de cometer imprudencias, porque soy bien prudente pero los que vienen atrás no tienen conducta, siempre vienen apurados. Entonces por ahí me tocan la bocina “Eh vieja córrete... anda a dormir”, a mí eso me hiere, me hiere. Porque nosotros somos seres humanos por más que seamos viejos, somos seres humanos no somos animales, somos seres humanos más viejos nomas. Yo digo que el día que yo no me pueda mover y me tengan que

poner en un rinconcito así, lo único que pido es respeto. Respeto hacia uno, no que te tengan ahí con que molestas con que viejo de acá... eso me molesta, para mí el respeto siempre

- Claro, por supuesto y entonces ¿Cómo ve que trata la sociedad a los adultos mayores?

Mira, yo veo que hay sectores que tratan bien y hay sectores que no. Por ejemplo hay muchas personas jóvenes que no las nos soportan, que no nos soportan ya a las personas mayores, digamos a los viejos, en una palabra viejos. Porque son irrespetuosos, te maltratan, te dicen "oh salí de acá" o te pechan. Hay personas, y entre ellas también hay muchos jóvenes, que sí te tratan bien te tienen respeto, que respetan tu condición, que te respetan lo que sos, una persona mayor; que cuando vos subís a un colectivo te dan el asiento. Hay otros que te podes estar muriendo y estas vos con tu panza en la cabeza del que está sentado y no se levanta porque es así. Por eso te digo hay de todo, eso es... yo no te puedo decir estos son mejores estos son peores. Yo veo más, más ahora, hoy en día en cómo está la juventud, veo que la juventud maltrata mucho a la gente grande.

-¿La juventud solamente?

Más la juventud maltrata mucho a la gente grande, contestan mal, después de que contestan mal se arrepienten pero ya está, ya lo han contestado y te hacen sentir mal. Después, yo pienso que hay más sectores así de gente joven, sobretodo más la gente joven, la juventud no los chicos, sino la juventud. Es que vos viste las condiciones en las que viven hoy, que se drogan, que toman, que yo no sé qué hacen, pero no tienen respeto, no tienen respeto. Entonces, yo para mí veo que eso está dividido en dos, pero más, más castigados están los chicos, los adolescentes.

-Entonces, ¿cómo debería ser el trato hacia el adulto mayor?

Yo pienso que el trato del adulto mayor, al ser que ya somos adultos mayores, hay personas que todavía no se pueden valer por ellas mismas por enfermedades porque tienen algún problema o que se yo. Yo pienso que tendrían que ser más atentos, más amables. Si vos subís a un colectivo y te ven que vos estas cargada que se yo, tanto las mujeres como los varones, te ven así, nada les cuesta levantarse decir "señora quiere tomar asiento", si vos quieres le decís sí, si no quieres le decís no, pero que sea atento. Después por ejemplo, cuando vas caminando por ahí es grupo así, que pasan un grupo de adolescentes, "uh las viejas", bueno ahí utilizan cualquier palabra, "a dónde irán". Así que yo pienso que son... que está dividido, pero más veo que son irrespetuosos.

- ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?

Y bueno mira, nosotros somos por ejemplo nosotros somos un grupo grande y todas tenemos... (Se interrumpe la entrevista) Y bueno características físicas de las personas mayores, lo primero es que cuando hay personas mayores que padecen de alguna enfermedad que no pueden caminar hay otras personas que no, no... por ejemplo M, no sé si conoces a la petisita. Ella se pierde de la cabeza, nosotros tenemos que andar cuidándola, porque tiene costumbre por ejemplo viene y te dice... por ejemplo te debe algo a vos y te paga, y al rato viene y te vuelve a pagar porque se

olvida. Tenemos que andar cuidándola, ella tiene problemas pero ella es una persona muy buena, es activa, camina hace de todo, pero tiene ese defecto. Después tenemos otra compañera que viene y que ahora no la he visto, que le están haciendo diálisis. Son personas que tienen esas características, de no ser igual como la persona mayor que no tiene ninguna enfermedad. No es que no tengamos, ninguna enfermedad, sino que son enfermedades que las podemos sobrellevar, ¿entendes? Porque si yo... yo tengo mi problema de ataque de hígado, tengo mi problema de que me duele la cintura o que me duele el pie para caminar, que se yo. Yo pongo muchas fuerzas y lo sé sobrellevar. Y hay otras personas que no que tienen un padecimiento así, y se quedan con lo que tienen y no quieren hacer nada, y ahí se van a la depresión y se van dejando, has visto. Pero hay mujeres que están bien, hay otras que no están tan bien, has visto.

-Entonces los adultos mayores por lo general tienen alguna enfermedad pero depende de cómo lo sobrellevan.

Yo no creo que no haya ningún adulto mayor, no creo, no sé, que diga que no le duele nada o que no tenga nada. Y también es la edad porque vos cumplís 70 años... acá por ejemplo somos la mayoría de 70 años para arriba, vos sentís que cumplís 70 años y te va disminuyendo tu capacidad en todo, visto. Porque vos lo ves, vos estas escuchando y viendo como son de activas, todos. Pero ves hay personas, ves como la señora que la tienen que llevar, traerla, ponerla; si es la nieta o tiene que buscar una persona que la cuide o que se yo. Entonces yo pienso que es según como uno encara la vejez, si la encaras enferma vas a estar enferma y no vas a tener ganas de nada y vas a tener muchas dificultades físicas para todo. Y sino vos visto uno más o menos se defiende, se da maña para hacer. Yo por lo menos ayer me lampacee toda mi casa, y sin embargo me sentía re bien, (inaudible). La vejez cada persona la lleva como se le presenta o como puede y como quiere; y si la acepta o no. Hay personas... yo por ejemplo yo me muero. Yo he sido una persona bien coqueta yo ahora me veo las arrugas de los brazos, me veo las piernas, yo por eso no me gusta mostrar. Yo en ese sentido soy muy... si salgo, salgo mangas hasta acá; nunca, aunque me esté muriendo de calor me pongo... no me pongo nunca sin mangas, ni musculosas. Y en mis piernas trato de ponerme pantalones que me tape todas las piernas porque yo me veo mis defectos. Porque las personas de mayor edad tenemos muchos defectos físicos, no sé si son defectos pero es de la naturaleza, es natural. Vos cuando sos joven generas mucho colágeno, entonces tus carnes están firmes. A mí me molesta mucho verme mi brazo, yo lloró. Igual que por ejemplo, yo tenía un enfermedad con mi boca, me han hecho un implante, se me hecho a perder todo, en un año me han hecho como cinco operaciones, y ahí yo me vine abajo. Porque yo no era así, yo era más gordita, más, más... me vine abajo, adelgace un montón. Vos sabes que yo me veía al espejo y decía no esta no soy yo, lloraba, lloraba. No me reconocía y así, te comento, cambie mi carácter, porque yo era una persona alegre divertida, me gustaba ir a todas las reuniones. Ahora no, hasta me molestan los chistes, y antes quién era la que contaba los chistes era yo. Mi fisonomía cambio muchísimo, muchísimo.

-Pero se la ve bien

No, sí ahora yo trato, trato. Yo acá es una cosa, cuando yo estoy en mi casa es otra. No sé si soy ciclotímica, pero trato. Pero yo no soy yo, yo me veo que soy no yo. Entonces la vejez incluye todo eso. Hay personas, no te digo que a todas, hay personas a las que no les interesa. No ves que hay mujeres que tienen todo colgando,

pero andan con remeras con short, vos viste, que no les interesa que son felices ellas así. Por eso te digo es el comue de cada uno de cada persona, como la vive cada persona. Yo te estoy hablando de mí, te digo como soy yo. Ahora no te puedo decir cómo será la otra o la otra. Pero si veo que mis amigas también están decayendo ya, no son lo mismo. No somos lo mismo, en realidad. Para mi es eso.

-Y para usted ¿el hombre y la mujer envejecen de la misma forma?

La mujer envejece más rápido. Yo no sé si es porque tiene más responsabilidad, con los hijos, en la casa, porque ha sido... no sé si decirte maltratada, no sé si esa es la palabra.

-¿Exigida?

Eso, esa es la palabra a hacer esto, cumplir esto. Ahora no, ahora la mujer y el hombre son iguales, porque los dos salen a trabajar, los dos se creen con el mismo derecho: "vos salís, yo salgo", "vos haces esto, yo lo hago", "ah vos andas con una chica yo voy a andar con un hombre". En mi tiempo, en mi caso no era así, yo me case a los 22 años, ahora qué chica se casa a los 22 años'. No te ofendas (risas), ninguna. Después el marido era: "que vos la casa, los hijos, la cocina". Mi marido venia cobraba y me daba a mí la plata que cobraba y yo era la que disponía, para pagar esto, esto, esto y para comida. Entonces es como que el hombre no se preocupaba más que por el trabajo, por trabajar por traer la plata a la casa, la mujer no. La mujer tenía que estar, en mi caso y como muchas mujeres que son de mi edad, que vivían así.

- Desde su punto de vista ¿el adulto mayor tendría que tener alguna función o el papel en la sociedad?

Yo pienso que sí, los adultos mayores tendríamos que tener algo con que estar ocupados. Estar ocupado, tener algo... por ejemplo esto del centro a muchas nos hace re bien. No es que vengamos a trabajar, no es que vengamos a hacer papeleo, ni nada. Pero el solo hecho de saber que vos tenes que venir dos días, que tenes que traer el mate, que después tenes que hacer folclore, es como que es un compromiso y que te hace sentir bien. Porque vos decís: "ah mañana es martes o mañana es jueves, me tengo que levantar temprano para ir al centro, tengo que llevar esto, tengo que llevar lo otro"; y estas ocupado. Y estás ocupado acá con la gente de tu entorno y cuando ya vas a tu casa es una cosa como que cambia. Entonces yo pienso que deberían dar más entretenimiento u ocuparnos, hacer algo que sea beneficioso. No de decir "ah la voy a poner a esta a pintar una pared"; que sea beneficioso para la sociedad. Para la persona que lo pueda hacer que va a decir "yo voy a estar ocupado porque me han puesto a que yo haga un trabajo". Pero que le den un incentivo, que le den algo. Porque en este tiempo hay jubilados que están cobrando la mínima y no llegan a final de mes, no llegan. Escúchame yo voy a comprar unas pastillas que me recetan, unas pastillas que salen \$700- \$800, según la marca, porque las que yo estaba tomando salían 1200- 1500. Entonces de los \$8000 que te queda, tenes que comer porquería, y comer porquería te hace mal pues. Mientras vivamos así estemos así, yo pienso que para los mayores adultos que estén en condiciones de hacer algún trabajo, podrían ponerlo a hacer algún trabajo. Y después para que se puedan alimentar, para que puedan estar bien, y a los que no, tratar de darle algún entretenimiento, alguna cosa para que estén entretenidas los pocos o los muchos

años de vida que le queda. Yo pienso que tendría que haber más cosas para las personas grandes, muchas más cosas.

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Yo pienso que nos tenemos que mantener activos aunque seamos viejos, porque si no nos mantenemos activos, no servimos pues. Entonces yo pienso que la persona que pueda mantenerse activa, tiene que estar activa, tiene que tratar de estar bien, de hacer muchas cosas, de no quedarse metida en la casa, no salir. Está bien si estas enferma, estas imposibilitada, más vale; pero la persona que puede tiene que hacerlo. Yo pienso que hay que hacerlo, porque tiene que salir, tiene que intentar ocuparse de cosas, no te digo que va a ir a reventarse por ahí, porque no nos revientan ni con... (Risas). Pero siempre hay algo para hacer has visto...

- ¿Y para usted la vejez tiene aspectos positivos?

¿De positivo? Yo digo la vejez a todos nos toca, todos tenemos que llegar, cada uno llega de su forma, vos llegas mejor, peor o enfermo, más sano, te vuelvo a repetir con ganas de hacer cosas, y hay personas que no le gustan que están (se interrumpe la entrevista). Cada uno es, como es. Cada uno tenemos nuestros problemas, entonces cada uno lo ve de diferente forma.

¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Para mí, yo los describo que viene porque tienen ganas de vivir, tienen ganas de hacer cosas, para distraerse también. Hay gente que le gusta, hay gente que no le gusta, divertirse, embromar. Pero bueno mi grupo es bien divertido.

- Bien ya estamos terminando ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

Yo creo que suficiente, porque ya te he dicho de todo. Y no...yo digo que la vejez debería ser mejor, mejor de lo que la estamos viviendo, una por la situación económica, otra por toda la juventud que no tiene respeto por los ancianos y otras que se podrían tener más actividades, más cosas para entretenernos. Pero no es que no nos entretengamos, en mi casa yo me entretengo un montón, pero hay veces que uno no sabe qué hacer. Entonces eso y el respeto, que la gente te respete, que te ceda el asiento, que te salude, que no te diga "ay esta vieja", (inaudible) yo tengo 5 nietos, tengo tres nietos de una hija y después de mi otra hija son dos, y yo por ejemplo con los changos por ahí ni los veo, ¿por qué? Porque viven de un lado a otro y es al vicio. Yo pienso que tendrían que ser más... estar más con la abuela. Pero te digo que yo como vivo, vivo bien, si me llaman bien, sino no te llaman... pero es necesario vos te sentís bien cuando te llaman.

- Por ultimo ¿Qué propondría para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

Sabes lo que puede ser algo de recreación algo que nos entretenga, porque estamos mucho al pedo nosotros (risas). No algo para aprender, porque nosotros ya hicimos de todo.

- Bueno terminamos, muchas gracias por su participación.

Entrevista F7

- Bueno la primera pregunta es ¿Cómo conoció este establecimiento?

Y... por la compañera JM que es la presidenta de aquí, yo la he conocido cuando estaba también en actividad, ella trabajaba en los juzgado y también andaba por los juzgados. Después ella se jubiló y me hablo a mí, y justo somos de la misma edad. Y es muy lindo este lugar porque somos bien compañeros los que nos estamos formando digamos. Y yo pertenezco al bailando de la tercera o adultos mayores, nosotros ya hacemos encuentros de la tercera edad, salimos a hacer a distintas provincias, yo soy de la comisión y tenemos una carpeta que tenemos que llenar para presentar en la dirección de adultos mayores de aquí de salta.

-¿La carpeta de qué es?

Es una carpeta que uno presenta del Movimiento de Jubilados y Pensionados "Salta", es de adulto mayor y tercera edad, porque aquí estamos divididos en dos grupos, igual cuando salimos al bailando digamos estamos con la tercera edad y adulto mayor, a nosotros nos piden documento, por los lugares que hacemos los encuentros, ponele vamos a Jujuy, Catamarca, Córdoba, en Córdoba he traído tres medallas, bailamos grupal e individual. Es muy lindo con eso me he sentido muy bien porque me gusta me encanta el folklore.

-¿Ya le gustaba de antes?

Sí, pero poco, sabia pero así nomás, en cambio ahora no, porque ahora son todos con coreografía, tenes que saberte los pasos levantar las manos y es lindo. Como dice el dicho el retirado o jubilado: son tres las cosas fundamentales que tenemos que tener, primero es la salud, y muchos no la tenemos porque ya los años empiezan a parecer como dicen las nanas; segundo la tranquilidad, vos teniendo tranquilidad podés caminar andar un poco más y tercero, hacer lo que a uno le gusta. Son las tres cosas fundamentales sea del jubilado o retirado y muchos no la tenemos; y muchas veces es lindo que uno tiene que buscarlas y hacer lo que uno le gusta, y aprovechar los pocos años que nos quedan de la vida; y vos salís a hacer encuentros de la tercera edad y es lindo por que vos haces intercambio con las otras provincias con otros jubilados y uno va aprendiendo; y es lindo ver y compartir, poder demostrar lo que uno sabe, que es lo que aprendió, y hacer lo que a uno le gusta eso a mí me encanta.

-Bien entonces usted llevo acá por J ella lo invito, ¿Y eligió hacer folklore por qué ya le gustaba?

Si porque aquí también tenemos tango, música rítmica, gimnasia para las señoras.

- Bien ¿Y si tendría que recomendar a otro adulto mayor que haga folklore que le diría?

Que aproveche su jubilación, que aproveche lo que se lleva, en el bailar lo divertido, conocer la gente eso es lo mejor que hay, porque la verdad que cuando uno se va no lleva nada. Por eso yo les digo a muchos de mis compañeros que vengan que no saben lo lindo que es y muchos quieren venir, otros se desaniman porque nosotros lo hombres somos así, si aquí del bailando son 18 mujeres y somos 5 hombres.

-Bien ¿Y piensa realizar otra actividad acá en el centro?

Y bueno yo ahora tengo que atenderla a mi señora que anda media jodida así que no.

-Ahora esta pregunta es distinta a la otras es sobre ¿Que es la vejez?

Y bueno la vejez viene digamos de diferentes modos, de cómo uno se ha alimentado, se ha cuidado, muchos se admiran de la edad que yo tengo, como ando. Hay que cuidarse y depende mucho de uno y hay que entender algunas cosas que esto no es porque me hace mal y esto sí porque me viene bien para mí, eso es lo que hay que entender que muchos no entendemos.

-¿Por qué será?

Y porque parece que no le interesaría la vida, algunos creen que la vida va a durar más haciendo lo que no corresponde, y no son etapas que van pasando la vida.

- ¿Y esta etapa como es para usted? ¿Cómo la describiría? Digamos...

En un sentido que estoy tranquilo, porque estoy haciendo una cosa que a mí me gusta, folklore, salgo, he salido mucho hasta otras naciones, hemos andado a hacer encuentros a bailar.

-¿En qué edad o en qué momento empieza la vejez para usted?

Y digamos en la época de 60 años para arriba viene a ser tercera edad y de 70 para arriba adultos mayores, pero bueno eso depende de cómo uno se ha cuidado como lo trata la vida.

-¿Y cuáles son los nombres que se deberían utilizar para referirse a las personas mayores de 60 años?

Y de 60 para arriba viene a ser tercera edad de 70 para arriba adultos mayores,

-Claro ¿Y qué piensa de la palabra viejo?

Y yo soy medio enemigo de eso, en vez de decir viejo, yo digo usadito (risas).

-¿Por qué?

Y porque la juventud ahora está así: "che viejo, qué haces viejo", y no pué, eso depende mucho de la formación de los nietos, de los hijos, el hogar.

-¿Y para usted que nombre se debería utilizar? ¿O le parece bien que se utilice tercera edad o adulto mayor?

Claro es mejor.

-¿Y usted como cree que trata la sociedad a los adultos mayores?

En cuestión de que nosotros no hemos aprendido a votar, porque todo gobierno que entra siempre nos meten las manos en los bolsillo a los viejos y ningún gobierno va a decir los venimos a ver a los veteranos estos, necesitan esto, no ellos no. Por eso digo que los políticos dan lastima ellos piensan para ellos y chau, llenarse los bolsillos y acomodarse y bueno.

-¿Y usted cómo cree que la sociedad tratan a los adultos?

Hay de todo y eso depende de la educación del hogar, todo depende de la educación tanto del femenino como del masculino.

- ¿Usted cómo cree que la sociedad debería tratar al adulto mayor?

Y tenemos que tener más cobertura, por ejemplo el tema de los remedios hay muchos que andan con bastón y van a pedir los remedios y les dicen que no hay o le cierran las puertas en las caras y no es así. Que tengamos más atención.

-¿Cómo describiría a un adulto mayor?

Y bueno te vuelvo a reiterar hay muchos que llegan a mi edad bien jodidos y por esta cuestión del cuidado. Cada año se va sumando más por el tema de los climas, a nosotros los adultos mayores ya ni el clima nos favorece trae más enfermedades.

- Desde su punto de vista ¿El adulto mayor tendría que tener alguna función o papel en la sociedad?

Si porque es lindo hacer lo que a uno le gusta, muchos no lo hacen, se tiran a dormir ahí, pero hay que disfrutarla a la vida, hacer algo es lindo, pasa el tiempo y la mente piensa cosas lindas, no malas y a través de eso uno va disfrutando los años que le quedan.

-Está bien, pero me refiero si tendrían que cumplir un rol en la sociedad, seguir trabajando por ejemplo.

Algún sí. Pero yo soy un convencido de que en el momento que cumplí los 70 dije hasta aquí llego, también tengo que hacer por mí.

-¿Para usted entonces la vejez es una etapa de descanso?

Y sí, si uno llega bien, si llega mal es medio jodido por que se le complica y eso depende de cómo uno se cuide, por eso yo ahora estoy aprovechando la vejez de hacer en los últimos años que me quedan.

-¿Un adulto mayor tiene que ser activo?

Es lo mejor, pero depende porque no todos tenemos el mismo organismo, entonces algunos lo toleran otros no.

-¿La vejez tiene aspectos negativos o positivos?

Esos son pensamientos o ideas de cada persona, algunos son positivos otros negativos, en los adultos mayores entre las enfermedades, la pérdida de memoria, visión oído y es jodido.

-¿Esos serian aspectos negativos de la vejez?

Claro.

-¿Y así como se pierden cosas se ganan cosas también en la vejez?

Por supuesto que si por la experiencia, es muy lindo.

- ¿Cómo describiría a los adultos mayores que vienen a este lugar?

Para mí son de diez los chicos los veteranos, las chicas también.

- ¿Las mayorías de estas personas no tienen dificultades físicas o mentales no?

Algunas si pero ellos vienen a gimnasia, otros a computación, los que bailamos no tienen dificultades.

- ¿Le gustaría proponer algo para mejorar el centro?

Sí. Me gustaría que haya más socios al haber más socios le hace bien a la gente.

- Bien por último quisiera agregar algo más de lo que es la vejez

Y bueno que la juventud estudie se prepare, esta jodido, se tienen que preparar para que la vida le sea más liviana sino no se consigue laburo

- Perfecto, eso sería todo. Muchas gracias.

TALLER DE INFORMATICA

Entrevista i1

- ¿Cómo conoció este lugar?

Por haber viajado en el grupo de Juanita en alguna oportunidad y bueno me cambie a vivir acá cerca y está cerca. Así que me hice socia y asisto a esta asociación porque me gusta venir acá.

- ¿Cuál es la actividad que realiza?

Soy pre tesorera.

- Pero realiza alguno de los talleres que se brindan...

Si informática, por algunas dudaditas que tengo, viste de lo que yo manejo habitualmente. Y bueno pero, como me gusta la actividad que tengo acá, como digamos en la organización de esta asociación en la parte contable eso me gusta hacer, entonces hago eso. Para mí eso es como una terapia de trabajo, una laborterapia ¿viste? Me encanta, me gusta, me gusta y hago algo útil, para mí. Para la parte intelectual digamos y bueno para el resto.

- Si tuviera que recomendar informática a otro adulto mayor ¿qué le diría?

¿Qué recomiendo?, mira, computación te mantiene actualizada, digamos más informada, agiliza tu mente, es importante. Pero todas las actividades son lindas.

- ¿Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro?

Sí, sí yo soy una persona muy activa ¿viste?, por más que no venga acá. Yo toda mi... todos los días salgo, tengo siempre salidas, salidas con amigas, tengo grupo de ex compañeros de colegio, tengo grupo de compañeras de trabajo y bueno siempre nos reunimos. Así que tengo actividad social y todo lo que hago te digo, como vivo más o menos cerca del centro, así que me manejo caminando todo, todo, todo. Aparte el remis sale caro y bueno creo que cambiamos por pastillitas por zapatillas, ¿viste?

- ¿y hay alguna otra actividad le gustaría hacer aparte y que no está haciendo?

Folclore, tango, también me gustaría venir.

- ¿Porque no realiza alguna de estas actividades?

Y mira porque me avoque a colaborar a Juanita con el tema de la parte contable y ver justo este año, bah...esta última parte del año que tuvimos cambio de domicilio y ya me puse más con esto; pero si venía a gimnasia, también empecé folclore y bueno después me intereso más colaborar en esta otra parte.

- Bien cambiando de preguntas para usted ¿Qué es la vejez?

Es una... otra etapa del ciclo de la vida, ¿viste? Una etapa de cosecha, un tiempo de cosecha...pienso. Un tiempo de cosecha y de, cómo te puedo decir, de libertad tenemos más libertad para elegir. Bueno tenemos que tratar de llegar lo más saludable posible ¿no? La parte negativa es que muchas veces llegamos solas ¿viste?, por ahí generalmente hay muchísimas mujeres solas que estamos, ¿viste? y la compañía siempre hace falta este... muchas vivimos solas. Generalmente de los grupos que yo tengo más, más del 50% son solas, como yo así ¿viste? Y bueno, entonces tenemos que buscar alternativas para mitigar esa falta, para suplir esa falta

¿no? Así que bueno ya hay que, buscar, ocupar el tiempo en actividades que a uno le complazcan hacerlas.... Es lo que yo hago en mi casa, en mi casa a parte de todas las actividades de la casa porque aunque sea solita lo mismo, tengo que limpiar, ordenar, todo eso a mí me gusta coser, se tejer. No, no puedo estar sentada mirando televisión, ¿viste?, solamente eso no, no puedo yo estoy acostumbrada a llevar una vida bien activa. Trato de seguir así para sentirme bien, para salir adelante.

- ¿En qué edad le parece a usted que empieza la vejez?

Y yo creo que cuando uno quiere, cuando te convertís en viejo (se ríe) digamos en el sentido negativo de la palabra, ¿no? Cuando uno decide dejarse, cuando uno decide qué bueno hasta acá y no va más, cuando te tiras en el sillón y no te quieres levantar, ahí empieza, digamos para mí ¿no? La parte este... que yo la llamaría vejez, vejez así como en el sentido que todo el mundo la conoce ¿no? La vejez llena de achaques y de problemas en la persona que está llena de enfermedades y cosas bueno para mí ahí ¿me entiendes? Cuando uno dice bueno basta ya está, ya no hago más nada. Me parece que ahí.

- Entonces ¿para usted no hay una edad que marque el comienzo de la vejez?

No, no, puedes ser un joven con que, anda, que tiene su proceder de un anciano muchas veces ¿no? Creo que la edad cronológica no siempre está este... cómo te puedo decir, no siempre va junto con ese sentido de la vejez, me parece... Depende del ánimo de la persona. Yo te digo que cuando tenía treinta y pico de años, me sentía de ochenta o más, ¿viste? Me sentía con una carga tremenda y que no podía resolver. Hasta que yo, decidí que yo, tenía que hacerme cargo yo solita de mi vida, y bueno ahí remonte. Era la etapa en la que me estaba divorciando ¿viste?, me sentía super vieja, de todo. Cuando me divorcie, volví a recuperar mi yo, ahí empecé a remontar, a sentirme mejor. Ahora me siento mejor que como me sentía en aquella época que tenía treinta y pico ¿viste?

- ¿Se siente más libre?

Sí libre sí, tan libre que cuando me jubile no sabía qué hacer. Me sentía como un pajarito en la puerta de la jaula, y la jaula estaba abierta. Y yo no sabía si me metía en la jaula o salía a hacer lo que yo quería hacer, yo quería salir a volar ¿viste? Sí, sí, si estaba ahí en esas, hasta que organice mi tiempo, mi vida, volví a... bueno entendí de que el tiempo de ahí en más me pertenecía en su mayor parte, ¿no es cierto? Porque siempre hay compromisos cosas que te llevas por el horario pero bueno, entendí que yo ponía disponer del tiempo porque antes era el trabajo, la familia, el cuidado de mi mamita (le tiembla la voz) todo me tenían...era como que, si o si estaba obligada a horarios después ya no, después ya no así que bueno...sigamos...

- Bien y ¿cómo considera usted que trata la sociedad a las personas mayores?

Mmm... mira, ahí estamos en un punto crítico (se ríe). Por ahí nos sentimos discriminados por los jóvenes, como que no piensan que nosotros tenemos un privilegio de llegar a esta edad, como que creen que siempre van a ser jóvenes, van a tener esa vitalidad, y bueno la vida les va a ir demostrando que uno va cambiando y que siempre tenemos que aceptar a los demás. Después, otra cosa que no me gusta que en la sociedad se llama a los abuelos en general ¿viste?, la palabra abuelo aplicada a toda la gente grande, no me gusta porque abuelo tiene otra connotación, llena de otra cosa, llena de amor sobre todo. Abuelo es una palabra que es para otros tipos de relación. Sí, somos abuelos, pero no somos abuelos de aquel que nos dice

despectivamente “eh che abuelo” o “se ha caído la abuela” o “ayúdala a la abuela”, no es así. Yo por lo menos no me siento abuela de nadie más que de mis nietos, sí es otra cosa, es otro vínculo, que yo creo que se lo mal entiende al vínculo ese ¿no? La otra es como para, que se usa el término de abuelo, como para discapacitarlo en sus capacidades mentales, digamos ¿no? En el sentido de tonto, hablando francamente: “que el abuelo no, que va a saber el abuelo; que no, no va a poder el abuelo”. Me acuerdo cuando pusieron las tarjetas para el colectivo, decían “no, pero los abuelos no van a poder marcar una tarjeta” ¿viste? Se subestima demasiado, pero era un programa de televisión y yo les mande un mensajito que no lo leyeron en público, pero seguramente lo leyeron ellos. Les dije que ser abuelo no es ser tonto, tampoco, ser abuelo es una dicha que no todo el mundo llega a tener, pero ellos lo están usando muy mal, así que no me gusta ¿viste?

- y dan un mensaje muy malo también...

Muy malo, muy feo ¿viste? Muy despectivo lo veo yo, muy falto de todo lo que tiene la palabra abuelo, absolutamente contrario, esas cosas no me gustan así...

- Y entonces, ¿cuál sería el nombre que para usted tendría que utilizarse?

Y bueno somos gente grande, somos gente grande nada más. Somos gente mayor como quieras decirle, ¿viste?

- Y por ejemplo la palabra viejo...

Y según como se la use ¿viste? Porque a veces se la usa con cariño, uno dice el “viejito” o “mi viejo” por decirle al padre pero con cariño. Pero también es otra como la palabra abuelo se la usa despectivamente. A mí no me gustaría, no me gustaría escuchar que me digan, otras personas que no sean mis hijos, ¿no? Pero ni mis hijos me dicen la vieja, ni nada de esas cosas ¿no? No, no me gustaría que digan “ah mira esa vieja” así, va aunque te lo dicen muchas veces ¿viste? Y me choca, me da mucha bronca ¿viste? Me da bronca, somos personas como cualquier otra, nada más que estamos en otra etapa de la vida.

- Claro, por eso alguno prefieren que se diga adultos mayores

Claro, somos gente grande y nada más. Prefiero que me digan así, sí, sí, sí, somos adultos, y ni siquiera poner la palabra mayor porque es tan evidente, que somos mayores ¿viste? Somos grandes ya está, basta (se ríe)

- Bien para usted ¿cuáles son las principales características de un adulto mayor?

Y bueno, como todo, ¿no es cierto? Somos una maquina perfecta al comienzo de nuestra vida que se desarrolla a lo largo de todo el transcurso de la vida. Porque yo creo que la creatividad se desarrolla durante toda la vida, no hay límites, ni de edad, ni de nada ¿no? Depende de las personas, y de sus limitaciones. Las limitaciones que tenga por enfermedades porque... y creo que hasta las enfermedades uno las atrae con el estilo de vida ¿viste? Y bueno tenemos una maquina un poco más deteriorada que el resto, pero en lo demás, pensamos, por lo menos yo ¿no? Pienso, siento, pienso como siempre, no noto tantos cambios en mi vida, a pesar de que me jubile, no dije “bueno ahora si no quiero hacer nada”. No, no, para nada, quiero hacer cosas diferentes. Quiero hacer cosas diferentes, sin tantos horarios, quizás una característica es esa ¿no? El no sentirse atado a un reloj, por ejemplo. Y bueno, física por supuesto que son evidentes, nuestra piel se arruga, que eso es natural ¿no? Quisiéramos estar lozanos como siempre pero no se puede, eso ya no es posible.

- ¿y en lo laboral?

Y en lo laboral yo creo que uno trabaja mientras quiere, y mientras puede. Yo por ejemplo la actividad que tenía, ya había llegado a un punto en que quería un cambio ¿viste? Y bueno la jubilación me dio la oportunidad de ese cambio, busque hacer otras cosas. Pero no siento como... digamos, estoy limitada para conseguir un trabajo formal por supuesto ya por la edad. No puedo conseguir un trabajo formal. Pero puedes buscarte otra cosa de hacer otras cosas, en el ámbito privado u organizar vos mismo algo, ¿no? Pero hay gente como que no ¿viste? Como que la familia, lo limita, lo discapacita, no sé cómo decirte la palabra porque dicen: "hay no que ya no haga, que ya no, ya no". Todas esas prohibiciones te van, van disminuyendo tus capacidades, esa sobreprotección que tienen muchas personas, me parece que disminuye su capacidad ¿no? Bueno yo no, por suerte no me pasa eso, yo soy como siempre he sido ¿viste? Que me gusta disponer de mi vida, de mi tiempo; y mis hijos me respetan eso, me respetan ya son grandes. Son grandes y para mí no hay nada más placentero que colaborarles a ellos ahora con crianza, va con los cuidados de los bebés. Pero ya me lo dijeron que este es mi tiempo y que yo disponga de él, ahora que yo les he dicho que yo los quiero ayudar como me ayudo a mi madre, mientras pueda. Me han dicho que siempre y cuando no interfiera en mis planes, así como a mí me gusta viajar, yo les aviso con tiempo "mira del 10 al 15 no voy a estar – perfecto nosotros nos organizamos", cuando yo tengo que verles en algunas épocas sus niñitos, ¿no? Pero así, nadie me controla.

- Que bueno que sea así, porque no debe pasar en muchas familias.

No, no muchos los obligan a los padres, los dejan de niños o los tienen de sirvientes, de sirvientes muchas veces: "ah no que cocine, que lave, que planche" y no pues, ya está. Claro dependen de la personalidad de cada uno, ¿viste? Si vos decís: "bueno sí, que más voy a hacer", ya está, bueno ahí sonaste, ahí bancate todo lo que te quieran poner como obligaciones que vos no elegiste, sino que pasivamente las aceptas.

- ¿Y usted cree que el adulto mayor tiene que tener alguna función o papel en la sociedad?

Y sí, sí. Claro porque... no se... actividades en las que muchas veces pueda transmitir algunas experiencias de vida que haya sido importante. Seguramente que sí, claro. Todos tenemos una historia de vida diferente y hay cosas, pasan cosas muy importantes en la vida de la persona. Si bien las experiencias no se las puede transmitir porque uno aprende a los golpes como se dice, con tu propia vivencia, con la propia experiencia, pero bueno como para que estén un poco más prevenidos ante algunas situaciones ¿no?

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Sí, claro, quizás no las mismas actividades, no tenemos la misma energía de la juventud, cuando estábamos en nuestra plenitud, pero sí.

- ¿De qué manera?

Y físicamente, intelectualmente, muchas veces en la mayoría de los casos se decae intelectualmente ¿Viste?, porque no hay actividad. Se deja estar como que "no, ya no puedo". A veces por ahí la sociedad misma te convence que ya estas out, fuera de todo. Y bueno, depende de cada uno, de ahí en más quedamos librados a nuestra suerte, ¿viste?

- ¿Y qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

Y sí, descansas, cambiando de actividad. Para mí por lo menos el descanso es eso. No es tirarme en una reposera, esperar que pasen los días, los años y la vida, no, no. Para mí es cambiar de actividad, es hacer otras cosas. Dejar de trabajar y hacer lo que te guste. Claro, hay gente que le gusta no hacer nada, hay que reconocer eso. Y bueno, cada uno lo tiene que disfrutar a su modo. Yo te dije en algún momento que la vejez es un momento de cosecha, digamos ¿no? Por lo menos para mí, yo lo veo, si bien he tenido una familia, no tan diferente de muchas, ¿viste? Porque yo soy divorciada, pero hemos vivido de un modo diferente. A pesar, de estar divorciados con mi ex esposo, hemos criado los hijos juntos. Así es, y bueno porque ellos eran chicos y todo eso; y ahora se dan cuenta de un montón de cosas y han cultivado valores que no me imaginaba. Aprecian muchas cosas que, quizás uno explícitamente no se las decía, sí, sí.

- Para usted, ¿la vejez tiene aspectos positivos?

¿Positivos? Y bueno, eso de la libertad en los horarios, sería. Ah y lo negativo son también los ingresos muchas veces. De los negativos no te dije, de los ingresos y el maltrato que sufren muchos ¿no?...ingresos muy magros en muchos casos, es muy injusto, es una injusticia social eso. Este... y también el maltrato familiar que te dije, que sufren muchos, muchos adultos mayores, muchos, muchos. No, no, es placida la vida de muchas personas.

- En su opinión ¿la vejez es un momento de pérdidas?

Y sí, en muchos aspectos se pierde energías, ¿no es cierto? Este... bueno ya llegas a una época en que perdiste a tus padres, a tus seres queridos muchas veces. Pero sí, se pierde, se pierde... y más, todavía, no sé yo como decirte, que sabe que uno tiene que aprovechar los días, recién tomas conciencia de que no tienes que perder el tiempo, los días. Hoy está lindo, hoy tenes una invitación tenes que aceptarla, anda no la dejes para después, no hay que dejar para después. Pero eso debería ser en toda la vida, ¿viste? No dejar pasar las oportunidades, claro uno se da cuenta al final digamos, cuando... bueno eso lo que te decía de transmitir las experiencias, bueno esa es una de las experiencias, que uno adquiere ¿no? Porque no hay que perder el tiempo, pero bueno. Cuando se es joven se cree que se tiene todo el tiempo del mundo, y nunca sabe uno ¿viste?, que tiempo tenes, que tiempo te queda, no sabes. Así que, si eso....

- Bien, y ¿cómo puede describir a las personas que asisten a este establecimiento?

Son personas activas, tienen deseos de socializar, porque esa es otra parte importante de la vida de todos, de jóvenes y de adultos. Pero con mayor razón, como te decía que se llega muchas veces sola, en soledad, este es el lugar en donde se puede compartir con pares, ¿no?, porque a veces no vivís sola, vivís con gente joven, pero estas en otra onda, no, no, que no se te entiende bien. Yo tengo mucha paciencia con los niños, pero no la tengo tanto con los grandes con los adultos. Con decirte que en mi trabajo en los últimos 16 años fui maestra de primer grado. Me jubile siendo maestra de primer grado, porque elegí ese grado y por suerte que me lo permitieron, les dije que mientras me vean que soy productiva (se ríe), que los chicos salen bien me dejen ahí. Ahora el día que vean que no, me lo digan así yo trato de cambiar mi rumbo, pero, sino que me dejen ahí porque yo me sentía bien con los niños, es como que te cargan de energía y yo a ellos les puedo soportar todas las cosas, porque en su inocencia hacen muchas cosas, en cambio los grandes ya no ¿viste?

- ¿Qué otras características podría agregar?

Bueno ya dijimos que quieren socializar, son activas, vienen en busca de compañía. Que más te puedo decir, son participativas y lo más importante es que no hay dos iguales ¿no? Somos todos diferentes pero bueno tratamos de consensuar de ir en un camino compartido, que nos seas grato, por supuesto, porque al que no se retira y listo, no están atados.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre la vejez?

Y si como mensaje a la gente joven ¿no?, de que nos miren como gente, de verdad, que merecemos el respeto que merecen todos. Tanto en las comunicaciones que hay en radio, televisión todo eso, cuando se refieren a nosotros los mayores, como en la calle, en la familia. Hay un programa que me parece muy lindo en la televisión, ni se bien en que canal es, que se llama juventud acumulada, que lo conduce una señora. Un programa muy lindo, juventud acumulada se llama fijate vos, que me parece una re buena idea la de ella. Está bueno, está bueno, a mí me gustaría participar más. Pero, por ejemplo yo tengo un proyecto que lo tengo desde el 2013 o 14 que es este... yo desempeño actividades en un consorcio, en mi barrio y nosotros tenemos un block de los barrios del IPV. Ahora ya no vivo ahí, pero sigo haciéndolo, y he visto que nosotros hemos logrado tener nuestro block ordenado, limpio, en condiciones de habitabilidad muy buenas. Vos abrí la puerta de ese block y sentís olor a limpio. Para afuera es como todo, porque no nos dejan pintar la fachada. Y bueno he desarrollado yo un proyecto, que creo que para, pidiendo el acompañamiento de la municipalidad y nunca he conseguido que el intendente nos reciba... y bueno hay gente que tenemos proyectos, y creo que siempre hay que tener un proyecto en la vida en cualquier edad. Aparte de proyectos personales, en esta época quiero, quiero tratar de hacer algo por el resto de las personas, no tan solo por mi familia, actividades que sean solidarias, devolver en algo lo que la vida me ha favorecido.

- ¿Y usted cree que esa debería ser una características de todos los adultos mayores?

Yo creo que sí, es que me parece que si así lo sienten está bien, no como una obligación pero si como algo que te reconforte, por lo menos para mí es así...

- Bien, ahora si terminamos. Muchísimas gracias por su participación

Entrevista i2

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

A través de la psicóloga, porque una señora que va ahí al centro (todavía no sé quién es) le hablo del centro, le contaba a ella. Entonces la psicóloga, me cuenta a mí, y yo empecé. Sí porque era como que yo estaba muy...soy muy amiga de la depresión. Entonces ella me decía búscate un lugar, búscate un lugar. Entonces ella me busco, y me dijo anda y fijate que podés hacer.

- Bien y ¿Cuál es la actividad que realiza?

Informática

- y ¿por qué eligió esa actividad?

Porque había comprado la notebook y no sabía cómo manejarla, tenía conocimiento pero no mucho. Y después justo empezó el curso de la Tablet, así que también dejábamos un poquito esto y empezamos con la Tablet, y hay personas que todavía no saben manejar el teléfono. Entonces era como que estábamos un poquitito rezagadas las que sabíamos con las que no sabían. Entonces era como ayudar a las que no sabían y eso pero bien, la verdad que bien.

- Que bueno se ayudaban mutuamente, y ¿qué beneficios le trajo esta actividad?

No estar tan encerrada primero y después conocer gente. Nos fuimos a Perico varias veces, y después viste conocer gente, hacerse amigo de uno de otro, tener contacto con uno con otro; y hacer paseos ¿viste?

- ¿y de la actividad en particular obtuvo algún beneficio?

Si el conocimiento de la máquina.

- ¿qué uso le da a la máquina?

Y yo la compre a través del banco, viste que te dan un crédito que les dan a los jubilados. Sí, tenes que ir con tres recibos de sueldo, con la fotocopia del documento y te descuentan 250 por mes. Probé para ver si es que la recibía o no y llego en una semana; hice el trámite y en una semana llego la compu. Pero ya tenía conocimiento, porque yo hice la secundaria en el 2005 y para tener la información tuve que ir a un ciber, entonces ahí aprendí algo a manejar las maquinas. Todavía no sé mucho ¿viste? Pero sí me muevo en esto.

-¿Y cómo es el grupo de informática?

Ay re tranquilo, es muy... no hay envidia, no se nota maldad, está el uno para el otro. Nos dieron un espacio donde estamos, y le compramos cortinas, hicimos una vuelta un encuentro así entre nosotros porque tenemos un compañero que es chef, entonces ponemos la plata y el hace la comida y trae. Hicimos un encuentro ahí en el... no sé para qué fue, pero hicimos la comida nos juntamos ahí, llevamos las gaseosas, compartimos un rato ahí en el centro

- Si tuviera que recomendar esta actividad a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Si tuviese los medios sí, ósea si tenes un teléfono te ayudo y te recomiendo: “anda porque te conviene porque te van a explicar, porque te van a enseñar”. O si tuviese una compu, porque si no a la persona que no la tiene no tiene sentido que le enseñes.

- en el caso que una persona sí tuviera los medios ¿qué le diría?

Que sí que vaya que aproveche, porque hay mucha gente que no tiene conocimiento de cómo es el centro. Yo tampoco ¿no?, porque yo es la primera vez que voy a un centro. Yo más que nada soy callejera, más que nada es como para ir, por ejemplo, a La Merced a visitar a mi hija, a Las Costas a visitar a mi tía o algo así. Pero así para comprometerme, yo hace más de dos años que estoy sin hacer nada, porque siempre estuve haciendo cosas, en el tema de estudio. Entonces hace como dos años que

estaba aplacada con el tema del estudio. Pero a cualquiera que tenga la oportunidad se lo recomiendo.

- Bien y ¿Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro?

Ahora cuando empiece en marzo, pero sí. Yo me acoplo a los horarios de mi marido, porque mi marido trabaja de 7 a 16. Entonces yo ocupo toda la mañana para hacer lo que yo quiera hacer, y entre eso está informática. Si consigo otra cosa en otro horario, dos días podría ser, no sé tal vez gimnasia.

- ¿Qué es la vejez?

Ay no sé, cómo qué es la vejez. No sé porque yo no me siento, digamos una vieja. Tampoco siento que he dejado de hacer cosas por la edad, ni por la enfermedad, ni por nada de eso. Así que no, es como que... es que esta asumido eso, no me molesta tampoco esto de ya tener 65. Porque hay cositas que vos ya no puedes hacer a cierta edad, tampoco me molesta eso.

- Claro y entonces cuando una persona empieza la vejez

Calculo que es cuando se deja; cuando... si le duele por ejemplo la cabeza, ya no sale porque le duele la cabeza, o porque le duele el cuerpo, se encierra y ya no quiere, si va a otro lado le molesta. Yo dejo de ir a mi familia, por ejemplo, ahora deje de ir a uno de mis hijas porque es como que ella está muy chispita con todo, entonces para no absorber eso mejor no voy, voy a la otra. Así hago con todo cuando yo veo que está muy denso clima en algún lugar dejo de ir. Bueno, pero si yo me quedo encerrada por todo eso calculo que ahí uno debe sentir "ay ya estoy vieja, para esto, ya no puedo". Como que te aplacas, porque ya tenes tanta edad no lo puedes hacer o porque te duele esto, o porque el médico te dijo que tenes esto y ya no haces esto por esto.

- Bien entonces ¿no existe una edad cuando empieza la vejez?

No, no. No es si es que somos viejos, a ver porque yo tengo mi tía que tiene 80 años y ella no tiene estómago, porque le sacaron el estómago. Y tiene 80 años y hasta hace poquito, ponele hasta antes de las fiestas ellas nos cocinaba y caminaba para acá y atendía a este, y atendía a aquel, andaba de acá para allá. Entonces digo, depende mucho también de uno de cómo se ponga uno y de cómo este uno. Porque yo creo que si vos estas con el ánimo para arriba no te sentís vieja. Por ahí a lo mejor una enfermedad ¿viste? Que te aplaque mucho, o que digan bueno "usted ya no puede, o no debe -que te diga el médico- porque esto le va a traer otra cosa". Entonces por ahí es como que tenes que aplacarte pero sino mientras vos puedas hacerlo. Ahora mi tía ya no se siente bien, hace más de un mes que ella se enfermó y bajo de 45 a 36 kilos, entonces ella ya anda despacito anda apoyada en un andador. Ahora ya vas a visitarla y tenes que llevar lo que vas a compartir con ella, por ejemplo. Para que ella no se preocupe, porque ella quiere atenderte, quiere recibirte, quiere cocinarte, ¿me entendes? Y se siente mal por esto de que no te puede atender, pero si no está bien ella se sienta charla hasta tarde, habla con vos y tiene la memoria intacta. Ella se acuerda de cómo era mi abuelo y tiene 80 ella ¿no? Puede hacer un trámite en el banco sin que vos le digas que es lo que tiene que hacer, y uno va para acompañarla para ver que no vaya a meter la pata, porque uno tiene miedo de que como ella ya es

grande vaya a meter la pata, pero no....Depende mucho de uno cómo quiere seguir y cómo quiere terminar ¿no?

- Entonces ¿para usted el termino vejez no es un término adecuado para esta edad?

Y no porque cuando te llega el momento te va a llegar así tengas 30, ponele que fuese una enfermedad. Entonces si vos tenes todo nublado y te aplastas, y te encerras, no salís, no quieres nada y encima no quieres recibir a nadie; porque si conozco gente que es grande y que no quiere recibir a nadie porque le molesta todo. Y es verdad que yo a esta altura de mi vida, por ejemplo, yo he dejado de que los nietos vengan, yo voy a ver a los nietos. A mí me parece más fácil ir yo, porque los disfruto más que cuando ellos vienen, porque yo estoy pensando que se van a caer por las escaleras, que van a ir para allá, así estoy. Entonces para evitar todo eso voy yo a su casa y no reniego, y no la paso mal. Entonces hay gente que es verdad que no quiere a nadie en la casa.

- ¿Cuáles son los nombres que se deberían utilizar para referirse a una persona mayor de 60 años?

Personas mayor o grande.

-¿Y el nombre abuelo?

Sí, a mí me parece, no es que me moleste. Igual los míos no me dicen abuela, me dicen... porque tengo nietos en Buenos Aires que me dicen "Mimi" y los de acá me dicen "lela"; ninguno me dice abuela.

-¿Y la palabra viejo?

Y es medio brusco porque depende bien de cómo te lo diga porque por ejemplo yo tengo un hijo que todo el tiempo te está diciendo vieja. Te abraza y te dice "hola vieja, qué haces vieja". Ósea uno lo toma bien porque es el hijo, pero si te lo dicen por ahí en la calle "esta vieja molesta" eso si es chocante.

- Bien y ¿cómo considera usted que trata la sociedad a los adultos mayores?

Yo creo que depende mucho de uno, que vos no te dejes atropellar. Yo por ejemplo con el PAMI, no es que me quedo callada cuando no me pueden hacer algo, yo me voy hablo con el director. Yo hable con el director ya dos veces y le explique porque no tenía... ginecólogo, no tenía cardiólogo y yo al chequeo me lo hago una vez por año. Y me fui a hablar con él y el me derivo, pero volví otra vez porque me manda al Oñativa, y tenes que ir a las seis de la mañana y no conseguís, tenes que llamar por teléfono, no te contestas. Cómo haces para conseguir y en el hospital donde ellos me mandan que es al nuevo, me dijeron que es hospital de las mujeres embarazadas. Entonces, como voy a ir yo, ya me dijeron dos veces, ósea que ya no puedo ir más. Entonces para evitar el choque con el doctor, tengo que pelearme con mi obra social, que me está descontando y me tiene que responder para todo lo que yo necesite. Entonces nunca me deje atropellar con ellos.

-¿Eso le parece que es maltrato?

Sí, porque hay que ver quien te atiende y con qué ganas te atiende. Porque la chica que atendía en el IMAC a la gente del PAMI era una dulce y tuvimos como tres meses el IMAC, y ya no la vimos nunca más a la chica. Pero cuando vos vas a algún lado es como que te dan el turno para acá a tres meses, es como que si fueras de descarte, a mí me hicieron la prótesis de la boca y ¿sabes que me dijo la odontóloga? “Tenes que acostumbrarte”, me dolía toda la boca, “tenes que acostumbrarte”. Volví a la semana siguiente “no, porque me está lastimando”, me la hacía limar un poquito “tenes que acostumbrarte”. Cómo, a qué... hace tres años que tengo la prótesis, se quebró tres veces la tuve que hacer arreglar por aparte y no podes decirme “tenes que acostumbrarte”, tenes que tratar de que me quede bien dentro de la mierda, discúlpame, del material que te ponen ellos, que te quede bien y que no te moleste en ningún lado. Somos como el... para todos los profesionales somos como material descartable, que vas a durar tan poquito que te pongo esto, como un parche ¿viste? Porque no vas a llegar hasta más allá, que saben ellos hasta cuando voy a vivir yo. ¿Qué me dijo la de los anteojos? Yo me... estos me los compre yo particular, porque los que dio el PAMI cortita la pata, entonces me chocaba ahí; y le digo “me chocan las pestañas”, “cortate las pestañas” me dice. “¿Cómo?” le dije yo, “y no sé qué decirte”, “arréglamelos” y no me los arreglo, no los use nunca ahí están guardados. Bueno ese maltrato me molesta mucho. Y eso de que te dan el turno acá a tres meses, yo al turno del endocrinólogo tengo para el 8 de febrero, yo lo saque en diciembre. Eso me parece que es un maltrato, más allá de que ellos me dijeron que yo entre en el nuevo sistema según ellos “usted entro en el nuevo sistema, ahora tiene el sanatorio El Carmen para las urgencias; y el Santa Clara y el Güemes para hacerse estudios”; “Ah buenísimo dije yo”. Porque yo me enferme en diciembre y pare en el hospital a través del PAMI, y como te digo viste que fui y me atendió la doctora de amable que era nada más. Ella me pidió todos los análisis que me tenía que pedir y me dijo que estoy mal de la tiroides. Pero eso es la obligación de ellos, a mí no me pidieron permiso para sacarme la obra social que yo tenía, a mí me pusieron PAMI y automáticamente me quede sin la otra obra.

- y para usted ¿cómo debería tratar la sociedad a los adultos mayores?

Y con algunas prioridades...no sé viste que el 4B para acá en la esquina. Cuando viene del centro para en la cancha, no para en la esquina ahora, para en la cancha. Viste que esta la cancha acá, hay un pasaje y de ahí viene la esquina esa que esta la señora que vende empanadas. Antes paraba acá, ahora para acá, esto es un basural tremendo todo el año, ahí nos deja en el basural. Yo ya hice un expediente en la municipalidad pidiéndole que vengán, dicen que eso es privado que tiene que limpiar el dueño. Bueno pero vení, fijate que hace el dueño y hacelo limpiar, cóbrale la multa o fijate que es lo que haces. Ahora los pastos están re altos, qué hace el colectivo, en vez de parar en el cordón, viene por acá así y te deja igual, y cuando el colectivo es alto cuesta bajar. Entonces, eso sí me parece que es una desconsideración de parte de la empresa. Tienen esa porquería que baja el colectivo, ¡no la usan jamás! Tiene que venir el hombre o la señora apenas en el colectivo para que el baje el colectivo, si no, no te baja.

- Es verdad, bien cambiando de pregunta ¿Cuáles son las principales características de un adulto mayor?

Primero la memoria. Solemos decir varias veces las cosas, ósea las mismas cosas, ser repetitivos en las cosas. Y después... el que camina lento es porque seguramente

tiene algún mal en su cuerpo, no, no es porque tengas ganas. Sí, yo sé porque yo estuve un tiempo haciendo gimnasia en el Oñativia y el profesor se ponía diestras nuestro y nos mandaba caminando a nosotros adelante, y él un día paso adelante de nosotras y era así (se para y camina encorvada), “¿qué le pasa?”, le decimos, “así caminan ustedes”. ¡Ah no! (risas) esto meta panza, saque pecho, saque la cola ¡guau! dije y es verdad. Igual que nosotros ya para caminar ya no... como estamos acostumbrados a caminar así como te digo, entonces el pie ya no se levanta. Entonces él nos enseñó a hacer la gimnasia levantando la rodilla, porque dice que si no nos tropezamos. Y después nos enseñó a pararnos en el colectivo con las piernas abiertas, si el colectivo hace el mal movimiento, frena de golpe es como que estas estabilizada si vas parada así. Así que pienso, que el que va lento es porque realmente no puede caminar más rápido. Porque yo si veo... yo camino rápido, porque yo aprendí de mi hijo y de mi marido porque son altos. Entonces, cada vez que salía con ellos, viste era como que tenía que caminar rápido, y aprendí a caminar rápido. Pero hay veces que yo veo que pasa alguien adelante mío y digo yo “ay ya estoy lerda, ya debo estar cansada”. Pero si a veces pasa que voy despacio, no sé si por cansancio, no sé si porque no tengo ganas, no sé porque pero si veo que voy más lento. Calculo que ya cuando empezás a tener estas molestias del cuerpo como esto de los huesos, artritis, la artrosis esas cosas es como que debe ser molesto salir a caminar, ir a hacer un trámite. Porque hay gente que no tiene quien le haga las cosas, yo por ejemplo me hago todo yo sola. Mi marido no sabe ni qué remedio compro, ni que tomo, ni que hago en el PAMI, ni cuál es el médico. Esos son tramites que hago yo. Pero sí, calculo que caminan o están mal por alguna molestia o dolencia porque si no, vos estas bien, caminas y andas de lo mas bien y no molestas a nadie.

- ¿Y qué otro tipo de cosas pueden suceder con el adulto mayor?

Ah y el abandono de la familia, ese es el peor. Yo viste tengo esta tía de 80 años, son cuatro hermanos ellos. Podes creer que yo sobrina de ella y la nuera de ella somos las que andamos con ella; en el médico, en los análisis, en el andador, en todo lo que necesite. Debo decirte que la mayoría, no se hace cargo de los padres. La mayoría de los adultos, así de los grandes ¿no? Nosotros mira, más allá de que las hijas te llamen, te digan “cómo estas, qué haces”, no vienen a hacerte un papel o un trámite. Yo ya me enferme y estuve un mes sin decirle nada a nadie, y estuve en cama y nadie... y en ese tiempo tampoco me llamo mi hija que es la más molesta digamos. Tampoco yo les conté nada, hasta el día de hoy no saben nada. Porque es como que le tenes que desarmar la estructura de ellos como pareja, hijos, hogar y todo lo demás

-Claro, cada uno tiene su vida.

Claro, no yo no voy a andar molestando.

- Bien, y para usted ¿la mujer y hombre envejecen de la misma forma?

No sé, me parece que ellos envejecen más o son más jodidos. Son más no sé... no sé si es porque yo toda la vida fui el centro de este hogar, de mi familia, ósea de mi marido y mis hijos. Es como que tenía todo encima, la escuela, la comida, la calle, el colectivo, la tarjeta, el médico, la ropa. Y él lo único que hacía era trabajar, él lo único que siempre hizo es trabajar. Él no sabía si se enfermaban, que remedios, que médico. Entonces hasta el día de hoy, hay que hacerle trámites en el médico, hay que ir a buscarle los remedios. Hoy lo observaba, porque ayer vine tardísimo de la calle y

lo observaba que yo había hecho una sopa e hice unos sándwiches nomás, deje abierto el pan acá y el fiambre ahí, digo “bueno se va a ir preparando”, no; y siento que sí, que él es como que le pesa más el cuerpo, también el sube un piso todos los días, él es mozo. Pero sí considero que ellos se avejentan más que nosotras.

- Bien y desde su punto de vista ¿el adulto mayor tendría que tener alguna función o el papel en la sociedad?

Y si está en condiciones sí. De esto de... por ejemplo de poder estar bien de salud, de no padecer ninguna dolencia viste, como que te impida a vos hacer alguna tarea, tener una buena memoria.

- Claro, y ¿qué papel o función, para usted, debería de desempeñar?

Y no sé, que esté al alcance de su mano. Porque, por ejemplo no lo vas a poner a manejar un colectivo, porque sabes que no lo puede manejar. Aunque hay...la gente que es adulta y está manejando un colectivo es porque toda su vida manejo, pero si no, no; y en una oficina es como que tenes que tener buena memoria; y para limpieza no estamos. No, ves... entonces calculo que tiene que ser, por ejemplo, un horario de cuatro horas, para lo que fuese ¿viste? Cuatro horas ya es más que suficiente para mantener tu mente activa y tu cuerpo activo. No sé si... porque nosotros vamos dos horas de internet, viste, pero no sé si es suficiente. También es de acuerdo a lo que te pide a vos el cuerpo, y a lo que te dé y te responda ¿viste? Nosotros pagamos ahí una cuota de 50 pesos por mes, para hacer todo lo que queramos, ósea que podemos ocupar las horas que uno quiera, haciendo lo que uno quiera, viste. Pero hay señoras que no van porque consideran que explico dos o tres clases la misma cosa. Pero yo entendí que la profesora no puede avanzar si tiene dos alumnas que no pueden manejar un celular, es como que las dejarías rezagadas a ellas. Entonces que hay que hacer, volver a explicar que entiendan que es lo que está haciendo y entonces la que se siente molesta es la que ya sabe manejar el celular. Entonces le tenes que explicar a donde apretar el botoncito para que aparezca el teclado, que pongan las letras y cuál es el signo, todo eso, viste. Como me gusta a mí también, no me molesta. Bueno esas señoras que, dos o tres clases la profe explica lo mismo, desaparecen. Aparecen después, a la semana siguiente. Pero la profesora es buenísima, tiene una calidad, te hace sentir una parte de ella. Yo creo, que el que se dedique al adulto mayor tiene que tener esa paciencia como tenía la chica del IMAC.

- Por supuesto, no todos tienen esa paciencia y calidez. Y ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Sí.

-¿Cómo?

Haciendo cosas, yo por ejemplo cuando no tengo ganas de... si me tocaba un día, todo el día de lluvia, a lo mejor me sentaba a tejer todo el día. Yo tengo que estar muy enferma como estuve en diciembre, para no moverme. Porque no tenía ni ganas de hablar, pero así tengo que estar yo, para no hacer nada, pero si no... agarro el tejido. Me cuesta mucho leer, que mi hija me dio dos libros para leer, pero me cuesta muchísimo leer, me cuesta muchísimo concentrarme

- Bien y ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

(Silencio) No sé descanso en qué sentido, porque vos acá igual seguís trabajando en tu casa. El descanso sería de la casa de última, “deja que yo te hago todo y vos quedate en la cama”, eso sería descanso. Igualmente yo no es que me tomo a pecho por ejemplo... si me di cuenta que yo por ejemplo tengo que limpiar el baño y sentarme a descansar, limpiar el dormitorio y sentarme a descansar. Y yo no lo hago todos los días, entonces como que me tomo un descanso de todo eso. Así que no, no considero que sea... también es según porque por ahí decís ya estoy cansada de hacer esto, esto y aquello.

- Y en su opinión ¿Cuáles son los aspectos positivos (o ganancias) de la vejez?

No sé, si positivos. Porque si sos familiar o sos madraza como soy yo, lo único que logre con la vejez que los hijos se vayan. Está bien que los hijos no son tuyos es un préstamo que te hace Dios, te presta los hijos vos los crías y se van. Pero era como que antes yo tenía algo para hacer, con los chicos, preocuparme de los chicos. Bueno eso, pero después...es como que, - a lo mejor sueno como egoísta- es como que es algo tuyo que te quitan. Más allá de que yo sé y tengo conocimiento de que los hijos son un paso por nuestras vidas y nada más, igualmente es como que extraño. Por eso cuando extraño salgo viste, para allá o para allá

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos negativos (o pérdidas) de la vejez?

- Bien esta pregunta es sobre el centro ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Gente de la vagancia (risas)... y no gente con ganas de reunirse para pasar un lindo momento más que nada, porque si vas a folclore aparte de aprender a bailar es como que conoces otra gente, y gente, gente con buena onda. A mí me tocó un grupo buenísimo, hay varones y mujeres, y muy respetadas por todos los varones y muy atentos para todo, igual que las mujeres. Son gente muy cordial, amable, amigos.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

¡Mmm! no, no, porque yo calculo que yo debe ser... no sé si decirte. Diferente a los demás, porque es como que, cuando vos ya ves a una persona de tu edad... Me paso en el colectivo el otro día, un señor decía que él tenía 80 pero parecía de mucho menos, y subió una señora con un bastón. Y él estaba sentado en el primer asiento, el chofer le dijo: “dale el asiento a la señora”. Porque la señora apenas subió con el bastón, “yo tengo 80, vos que te crees, mira como estoy”. Pero estaba bien...no le costaba nada, el asiento de atrás estaba vacío. Bueno, ves, yo me considero...si yo hubiese estado ahí me levanto en el acto y le doy el asiento y me vengo parada, viste. Entonces sí, me parece que soy distinta a muchas personas de mi edad. Yo no me considero una vieja, no... no, por qué si puedo, porque el día que no pueda me voy a estar lamentando de no haber hecho “x” cosa. Entonces no, mientras pueda hacerlo. Yo considero que como no soy igual a los demás no sé... Yo hago lo mío por mi parte, hasta donde puedo, hasta donde doy, como esto de ayudarlos a ellos que no saben con el teléfono o te ayudo a bajar la bolsa cuando bajas por las escaleras o qué quieres que haga. Porque hay gente que, viste, que no le gusta tampoco; y hay gente que capaz que le decís abuela y capaz que se da vuelta y te mete una cachetada.

Somos diferentes todos, y es también de acuerdo a la crianza que uno haya tenido. Porque los abuelos de ahora son... acordes a los nietos de ahora que son muy tecnológicos, viste. Nosotros antes no conocíamos esto de tecnología, nosotros moríamos de la alegría cuando jugábamos en la calle cuando llovía, jugar con bombitas en carnaval. Entonces, como que tenes que ir adaptando a todo eso, yo tengo un nieto que tiene 21 años. Él me muestra a mí en el celular, ese juego de las preguntas que hay en el Facebook, viste. Hay uno que por ejemplo te dicen cuántas novias vas a tener, cuántos hijos; y entre eso hay varias preguntas y él las más picantes me las muestra, "Mira lela vos ¿qué decís?", "que no servís para nada" (risas). Pero él tiene confianza conmigo y no con su mamá, no puede hablar de eso.

-Entonces la informática le sirvió para comunicarse...

Es una conexión también con ellos más allá...en el grupo tengo una tía de las chicas que está en Córdoba, y ella es la primera que saluda en el grupo, todos los días. Yo no le contesto a veces pero todos contestan, y yo los leo, y ahora me entere que se puede saber quién lee los mensajes, así que a veces ni los abro. Pero si escriben todos los días, la una, la otra...

- Bien y por ultimo ¿Qué propondría para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

No (silencio) Porque hace poquito se cambiaron ellos tenían otro. Así que es todo nuevo, novedad para todo.

- Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista i3

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

Eh... al centro he llegado... bueno porque, porque siempre estaba asociada al centro de jubilados porque soy pensionada, entonces siempre vine... a otros lugares también ya... folclore, talleres así. Ahora vine acá por aprender a manejar el celular, la compu, has visto que todo va adelantando y nosotros como que estamos quedando... como mi hijo me dice: "te estas quedando en el comue, tenes que ir a aprender cosas que todos los días cambian", como es la tecnología que cambia. A mí me cuesta, por ejemplo, cobrar porque ahora todo es por cajero, me cuesta manejar esa máquina, aparato; ¿vio que todo viene por internet ahora las cosas? A mí me cuesta un montón esas cosas, porque cuando voy a reclamar algo, por ejemplo en Telecom, por ejemplo, en los servicios que son así. Entonces a mí me manda al teléfono, a mí me cuesta un montón lo que te dice ahí, o me mandan a un 0800 también me cuesta un montón en ese sentido. Entonces la verdad que me cuesta todo esto. Porque en realidad yo no tengo... la primaria nada más yo estudie, entonces me manejo con eso nada más ¿no? Y tenes que sacar turno por internet, y sacar turno para todo es por internet entonces a mí eso me cuesta. Yo a veces tengo que pagar a alguien para que me lo haga, cuando mi hija no me lo hace a ese trámite, yo tengo que pagar para que me lo hagan,

-¿De hace cuanto que viene al taller de computación?

Acá al taller desde el año pasado, el año pasado más o menos en julio por ahí vine recién. Así que en ese tiempito aprendí a manejar el celular a mandar mensajitos, a tener Whatsapp porque yo no tenía eso. Así que... tenes whatsapp todo eso, ahora ya más rápido para manejar y escribir mensajitos todo eso. Ahora mi intención es aprender a manejar la computadora porque yo en casa, tengo a mi hijo que a veces la deja prendida y yo no sé cómo apagarla; entonces tengo que ir a despertarlo: "has dejado prendida la compu". Y bueno esas cosas quisiera aprender, para en mi casa manejar cuando él la deje prendida o apagarla.

- Si tuviera que recomendar esta actividad a persona de su edad ¿qué le diría para que venga?

Y recomendarle... y que se yo, le diría que venga a aprender porque se aprenden un montón de cosas aquí. Sobre todo lo que es esto de la computadora, del celular, para aprender, porque hay muchas personas que todavía no, no entienden nada de esas cosas

- Claro, y entonces ¿cómo me dijo que conoció este lugar?

Porque yo venía al centro sobre todo a retirar los bolsones esas cosas. Entonces a mí me dijeron, y un día fuimos al taller de folclore, aprendimos un poco a bailar. Entonces ya fuimos ahí y bueno después deje porque me ocupaba mucho tiempo; y ahora me decidí porque mi hijo es el que me dice: "mamá tenes que aprender". Aparte el a veces no me tiene esa paciencia, los jóvenes de ahora no tienen paciencia para enseñar. Él viene y me dice: "¿mamá aprendiste ya?", igual que me lleva al cajero y "¿ya aprendiste"; y yo a veces no entiendo nada, pero yo no le digo nada, porque... "bueno sí, sí". Después voy al cajero otra vez, por ahí no me siento en confianza todavía para... yo pienso que voy a hacer mal, y me va a quedar la tarjeta, o voy a perder, esas cosas. Por ahí ya me siento más segura, pero no, no me confió solita todavía. Y bueno por esa misma razón vine acá. Son todos, parecen los jóvenes impacientes para enseñar, y a veces él me reta, soy dura para aprender estas cosas.

- Bueno pero a todos les cuesta porque es algo nuevo para ustedes, en cambio nosotros somos la generación que nació con los celulares

Claro, sí, sí bueno mi hijo nació con eso, y bueno con lo que yo le pude dar de celular ya él lo aprendió. Pero yo no, nosotros nada, en el tiempo de nosotros no había nada. Entonces ahora es como que es todo nuevo para nosotros, yo tengo mi pareja, pero igual somos los dos duros que no aprendemos. Yo cuando vengo acá aprendo, después voy a la casa y le enseño a él. Le enseño a él: "mira así tenemos que hacer", y ya nos podemos comunicar con otras personas y eso.

- ¿Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro?

Y haría un montón de cosas lo que a mí... no tengo el tiempo. A mí me gusta el folclore, me encanta; el taller de tango; me gustaría hacer lo que es educación física también pué. Ya nosotros que estamos grandes, nos hace falta tener esa agilidad. Entonces a mí me gustaría hacer un montón de cosas, pero no tengo tiempo todavía tengo que trabajar. Entonces... también tengo una mama que es viejita y yo la tengo que cuidar, aunque un mes por medio que nos turnamos con mi hermana. Entonces esas cosas me... no puedo por eso.

- ¿cuántos años tiene usted?

Y voy a cumplir 62 años

-¿pero usted sigue trabajando?

Sí tengo que trabajar porque tengo mi hijo que todavía estudia y no... lo tengo que ayudar

- ¿Qué es la vejez?

La vejez no sé la verdad. Yo a veces pienso en la edad que tengo y no me siento vieja, digo. Hay veces sí, hay veces que me canso, ya esa agilidad que yo tenía para hacer cosas, creo que perdemos esa agilidad, que antes yo tenía que me levantaba temprano y hacia montón de cosas, y ahora como que me canso. Entonces digo yo ya estoy vieja, me pongo a pensar en la edad que tengo, soy una abuelita; pero yo me siento joven. Yo me siento joven porque siempre hago todas mis cosas, me levanto temprano todos los días. Entonces creo que vamos perdiendo un poco de la agilidad que tenemos para hacer cosas, ya no tenemos, ya nos cansamos. Creo que la vejez viene haciendo esas cosas, a sentirnos que ya no podemos hacer las mismas cosas que hacíamos cuando éramos más jóvenes.

- Para usted ¿en qué momento empieza la vejez?

Creo que a partir de los 60 años ya somos viejitos, ya somos grandes. A partir de esa, porque hay muchas personas que a partir de esa edad, ya son más, no sé de qué depende, pareciera que es más la edad ya. Pero creo que a partir de los 60.

- ¿Y cómo llama la sociedad a esa persona?

Yo tengo mi mama que ella tiene 90 años, y ya le decimos abuela nosotros. Nosotros todos, mi familia le decimos la abuela. Abuela para aquí, abuela para ya.

- ¿Y en general a las demás personas?

Adultos mayores me parece que está bien.

- Bien ¿Cómo considera usted que trata la sociedad a los adultos mayores?

Por ejemplo... yo veo que mi hijo siempre reniega con los abuelitos, porque él me dice, él va a la universidad, y me dice: "mamá a esa hora todos los viejitos suben al colectivo, parece que no tienen que hacer. Y yo tengo que venir parado porque tengo que darles el asiento a los abuelitos. Entonces creo que todos los jóvenes debe ser lo mismo que reniegan ya cuando nosotros somos viejos. Sobre todo en casa cuando ya hacemos renegar. Yo pienso trato de que... digo: "yo no voy a ser así, no lo voy a hacer renegar", pero capaz que por ahí me agarra alguna enfermedad, y empezamos por ahí a que los familiares ya se cansen de nosotros esas cosas. Por lo menos, nosotras con mi hermana cuidamos de mi mamá, ella no le pasa nada pero hay que darle la comida, tenes que tener que a horario todo, porque ya no le dejamos hacer esas cosas porque ya no puede. No puede salir a caminar hay que llevarla, porque tengo miedo de que le pase algo fuera de la casa. Entonces, un mes cada una para

que ninguna de las dos se canse de esas cosas. Entonces creo que sí, sí la verdad que si te cansa, porque tenes que estar pendiente de ella.

- ¿Y la sociedad en general como los trata?

Yo veo en ese sentido que... y bueno dentro de todo con estos talleres que hay ahora muchas cosas para los abuelos, creo que la pasan mejor los abuelitos con los talleres que hay; sobre todo los abuelos que todavía pueden viajar. Pero ya los que no pueden salir de casa creo que sufren los abuelitos.

- ¿Y cómo cree que debería tratar la sociedad a los adultos mayores?

Y bueno tenerles paciencia sobre todo, porque ya cuando son viejitos, a veces te cansan. Tenerles paciencia, necesitan de mucha paciencia.

- Bien ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?

Por ejemplo, mi mama ya tiene todas sus piernas finitas, su cuerpo. Además no tiene fuerza para levantarse, no tiene agilidad, y esas cosas, se va avejentando el cuerpo.

- Bien, desde su punto de vista ¿el adulto mayor tendría que tener alguna función, alguna tarea en la sociedad?

Yo creo que si mientras pueda, este bien lucido, yo creo que sí, porque se va a sentir mejor, se va a sentir útil.

- ¿Cuál sería la tarea?

Y a lo que pueda hacer cada uno digamos, lo que sabe hacer cada uno.

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Y mientras más nos podamos mantener activo, yo creo que es mejor para la gente.

- Y ¿qué opina de las personas que no hacen actividad?

Yo no sé cómo ellos...capaz que... Por ejemplo yo tengo una amiga que le gusta salir y dice: "mi marido no me quiere acompañar ni a este centro de jubilados, tampoco me quiere acompañar a los viajes, él se levanta y ve tele todo el día". La verdad que eso es malo, porque él tendría que aprovechar, ir a pasear, porque ya no trabaja. Mientras podamos, como le digo yo a mi marido, mientras nosotros podamos caminar vamos a ir donde queramos pero ya cuando no podamos tengamos alguna cosa que nos impida salir de la casa, ahí nos tendremos que quedar por la fuerza.

- Y ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

Descansar, digamos así... porque si es descansar, descansar te aburrís. Yo puedo pasar un día descansando, o digo: "bueno este fin de semana yo no voy a hacer nada en casa, descanso", porque a veces te cansas. Pasa un día y al otro ya extraño todas las cosas que yo hago, entonces como que no serviría descansar todo el tiempo, estar en casa me aburro, no me gusta mucho ver tele, entonces yo me aburro.

- Para usted ¿la vejez tiene aspectos positivos de la vejez?

Y bueno creo que sí...creo que sí. Tener nuestras familias, nuestros nietos, sobre todo lograr conocer los nietos todas esas esas. Yo creo que nos sentiríamos...yo no soy abuela, abuela de mi hijo todavía, porque yo tengo un solo hijo y ya va a tener 30 años y todavía está verde para que tenga un nieto (risas). Entonces no sé qué se sentiría tener mi nieto. Sí tengo mi sobrino-nieto pero creo que no es lo mismo. Yo me sentiría no se orgullosa de tener mi nieto, hijo de mi hijo (inaudible) yo pienso que...todos dicen que es el amor más fuerte ser abuela que ser madre, ósea todavía más fuerte. Entonces quiero...tal vez llegue a sentir eso que cuando tengo mi nieto quererlo más, porque yo... mi hijo es mi vida. A pesar de que él por ahí es nervioso, tiene un carácter podrido, le digo yo. Entonces a pesar de ello, yo doy mi vida por él, yo quisiera cuando él tiene alguna enfermedad, quisiera que me pase a mí no él, entonces dicen que para los nietos es más todavía eso. Así que yo creo que sí sentir eso es bueno.

- ¿Y qué otros aspectos positivos tiene?

Y lo bueno sería que estemos siempre... que no tengamos ninguna enfermedad así que nos deja acostados, nos deje comue, que siempre estemos bien. Eso sería lo bueno también que seamos viejitos pero alegres, contentos, vivir contentos

- Claro, bien ¿y la vejez tiene aspectos negativos?

Y también porque hay muchas personas grandes que están solas, que no tienen familia. Por lo general están solas, por más muchos hijos que tengas, se van, te dejan sola igual. Entonces, por ejemplo, yo si no tendría a mi marido estaría solita, porque cuando no estoy con mi mama, mi hijo se va a estudiar y estoy sola, todo el día. Entonces, si yo llego más viejita igual voy a estar... solita.

- Bien la siguiente pregunta es ¿cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Y por lo menos tienen ganas de... tienen alegría, de seguir viniendo, hacer lo que ellos quieren, y también tenes la posibilidad, porque todos... por lo poco que cobramos... de disfrutar, porque capaz que cuando eran joven no tenían eso, no tenían sueldo, no tenían para comprar lo que quieres, o ir a donde quieras. Yo tengo muchas personas que... por ejemplo, como mi mama que ella dice, ella reniega, porque dice que "ahora que yo tengo plata no puedo salir a ningún lado, no puedo salir sola. Yo quisiera irme a distintos lugares a ver a mis parientes que están lejos, ir sola y volver, y no puedo porque tengo que molestarlas a ustedes, que me acompañen. Entonces... pero yo tengo mis medios; antes cuando era joven no tenía los medios para irme". Y creo que eso nos pasa a todos.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

Y creo que es la etapa en la que ya llegamos nosotros a grande; y bueno a algunos nos va bien y a otros mal. Por ejemplo mi mama tiene 90 años y no tiene ninguna enfermedad así que la deje mal, pero hay otros que, ya jóvenes nomas, sufrimos más porque tenemos enfermedades que nos impiden caminar, nos impiden ver. Porque yo tenía mi marido que era cieguito, se volvió ciego por la diabetes, entonces era mucho mayor que yo, y bueno y él sufría por esas cosas.

-¿Usted cree, entonces, que la vejez es el momento donde llegan las enfermedades?

Sí, porque te llegan aunque uno se sienta bien, llegan las enfermedades. Usted va a ver ningún viejito que diga no tomo nada porque no me pasa nada. Todos los viejitos algo tienen.

- ¿Qué propondría para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

No, yo creo que está bien porque tiene toda clase de actividad. Yo creo que está bien.

Entrevista i4

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

Por intermedio de otras personas, de otras personas que venían acá. Ellos me invitaron

- y ¿qué motivos la llevaron a venir?

Y bueno porque quería hacer algo, quería hacer algo y bueno, como hacía poco que me había jubilado, entonces digo voy a ir a probar. Ah también me gustaba, quería aprender el folclore, eso más me llamo la atención. Y después bueno informática porque, en realidad no me gusta el teléfono. Vos sabes que yo el año pasado vine pero aprendí poco... no sé es como que yo no pongo interés en aprender, creo yo así ¿no? En aprender por eso no, no aprendo. No, no me queda, pero si aprendí lo básico mandar mensajes, leer los mensajes y no cambio el teléfono. Tengo un teléfono viejito que yo voy a preguntar eso hasta cuando me va a durar, porque todos me dicen "cambia el teléfono, cambia el teléfono"; y me dice el muchacho "¡no! este teléfono tiene para rato". Así que bueno no compre otro, compre una Tablet y bueno en eso quiero volver a seguir insistiendo para ver si aprendo en la Tablet, porque la Tablet es con chip puedo hablar también

- ¿y hace cuanto que empezó con informática?

Y va a ser un año, un año que vengo.

- ¿Hace cuánto que se jubiló usted?

Y ya van a ser dos años.

- Hace poco. Me decía que eligió informática ¿por qué informática?

Porque quería aprender. Claro que algo aprendí, pero por ejemplo tengo que aprender el Facebook, a mandar eso, que dice que también económicamente, que eso me va a salir más barato pero qué pasa, que vos tenes que tener internet. Yo, por ejemplo, el internet que hay en la casa está arriba y yo estoy abajo, y por ahí no me favorece, cuando voy a mi hermana ahí también ves, si estoy en el comedor ahí me llega, si ya me voy más al fondo ya no me llega.

- Claro, pero igual está interesada en aprender lo que es el Facebook

Sí, sí me gustaría eso del Facebook, ¿qué más hay?

- También tiene Instagram, Twitter...

¿Qué es el Twitter?

- Es para publicar mensajes, es como el Facebook, pero más difícil.

No, yo eso, es lo que no quiero de que me estén llamando, que me manden fotos o yo mandar, que se yo, no, a mí no me interesa eso.

- Claro, y si tuviera que recomendar esta informática a otra persona de su edad ¿qué le diría?

Y bueno que venga a aprender, que venga también porque no hay cupos.

- ¿Y qué beneficios les traería?

Y bueno para aprender porque hay mucha gente que no sabe así como yo, ves que dice "ay no yo no entiendo nada de eso". Y bueno que venga en una de esas logra más que yo, para que aprenda.

(Se interrumpe la entrevista, llega la hermana de la entrevistada y permanece en el lugar)

- Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro ¿Cuál? ¿Por qué?

A mí me gustaría hacer cocina que me gusta y folclore. Pero no me va a dar más el tiempo porque tengo otras cosas que hacer. Me gustaría tejido, pero ya no porque me la voy a pasar acá nomas y tengo otras cosas que hacer. Los jueves las reuniones y después los brindis y que dicen que van a festejar los cumpleaños, etcétera, etcétera.

-¿Les gusta venir a los festejos no?

Sí, uno se entretiene, hace amistades.

- Esta pregunta es distinta a las otras, y es en general la pregunta ¿Qué es la vejez?

¡Ay me mato!, qué puede ser la vejez. ¿Cómo la tenemos que vivir?

- No, cómo la podría definir

Que es otra etapa más, o ya viene a ser la última (se ríe) hablando bien en claro, la última etapa de la vida.

-¿Y qué más?

No sé.

- Para usted ¿en qué momento empieza la vejez?

Yo pienso... no se la verdad, que no te sabría responder, yo de mi parte, no te sabría responder.

-Y de manera general, para las otras personas.

Yo pienso que, qué se yo, por ahí cuando están enfermas cuando... eso yo pienso que ahí ya sería ya; o no tiene apoyo de la familia, de alguien. Pero yo hasta el momento creo que yo me siento bien.

- ¿No hay una edad?

No, de que la hay, la hay edad para la vejez.

- ¿Y qué edad será?

Y no sé, será cuando se jubila.

- ¿Cuáles son los nombres que se utilizan para referirse a una persona mayor de 60 años?

Los adultos, la vejez, tercera edad, no sé algo así.

-Y para usted que nombre es más adecuado para utilizar

Una cosa normal. Porque sigue siendo una persona y es una señora y que se yo.

- ¿Cómo considera usted que trata la sociedad a los adultos mayores?

Y por ahí como que se olvidan, no hay respeto, ósea lo dejan para el último.

- ¿y cómo debería ser el trato?

Yo digo igual para todos iguales

- ¿Cuáles son las principales características de un adulto mayor?

Para mí que tengo más tiempo, duermo más, si ando tranquila, me doy mi tiempo.

- ¿Y en los demás cuales son las características que usted ve?

¿Físicamente? Y bueno todos no tenemos los mismos cambios, hay algunos que están más comue y otros menos. Se desenvuelven más...Mira yo te voy a decir lo que me pasa a mí, que me olvido todo, que me olvido y digo no puede ser que me olvide. Pero hay gente que no... yo por lo menos digamos de mi parte, no sé cual será la de los demás.

- Desde su punto de vista ¿el adulto mayor tiene que tener una función o un papel en la sociedad?

Sí, claro que sí. Si se puede y están bien y están sanas que se yo. Inclusive puede seguir trabajando. Pero menos cuidar los nietos, porque yo veo mucha gente, muchas abuelas que se dedican a eso y que le dan esa tarea y eso no me parece bien, será porque no lo tengo, o no sé.

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Sí.

¿Cómo?

Y bueno haciendo cosas, brindando ayuda...no sé. Claro ser útil en la sociedad para alguien. Trabajo ya no, ya no tener esa responsabilidad, de trabajo. Pero lógico algunos quieren seguir trabajando...en familia.

- ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

Sí... ósea no de descanso. Nos tenemos que dar nuestro tiempo de relajo, de no tener ya esa obligación de tener que ir a trabajar esas cosas. Pero de descanso en si todos queremos estar descanso.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos positivos de la vejez?

Yo pienso de acuerdo a como vos te sentís anímicamente. Claro de estar bien de salud y de todo, entonces vos tenes ganas de hacer las cosas, de arreglarte... no sé. Ósea pasar sin preocupaciones, entonces vos estas tranquila.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos negativos de la vejez?

No, no sé ninguno.

- ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Y bueno yo pienso que vienen por la misma razón por la que yo vengo, por la distracción para pasar el momento. Quizás no para pasar el momento, por ejemplo a mi cocina me gusta, informática y folclore lo mismo porque yo quería aprender.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

No, yo pienso que hay que sobrevivir y tratar de vivir bien, y sana sin ninguna enfermedad.

- ¿Qué propondría para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

No, yo por ejemplo pileta acá no se puede. Eso también me gusta a mi pileta, pero después se aumentó tango también. Así que hay varias cosas.

- Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista i5

- La primera pregunta es ¿Cómo conoció este establecimiento?

Por una vecina, que ella viene acá, la señora N. Ella me comento que ella... ellos son personas mayores, mucho mayores, el hombre tiene como 80 y algo; y los dos vienen a hacer folclore porque dicen que los mantiene bien, ¡todo! Su cuerpo todo, y que pasaban momentos lindos y que patatin, patatan. Entonces me llamo la atención de que personas tan grandes más que yo, y digo "Ah yo también puedo venir". Entonces, me invito que venga cuando quiera y hasta que un día decidí y me vine; y quería traerlo a mi esposo pero él no quiere venir, entonces me vengo yo sola.

- ¿Cuál es la actividad que realiza?

Yo estoy haciendo informática para aprender bien a usar la Tablet y el celular, que lo uso al celular pero me falta, que tiene un montón de cosas el celular que yo no, por temor no apreté las teclitas o lo que vienen. Entonces, aprendiendo ya voy a usarlo bien al celular, y tengo la Tablet que me otorgo el gobierno. Así que, quiero aprender bien también para usarlo en casa viste que se puede escuchar música, tener noticias, radio, así que es lindo.

- ¿Y también es una forma de comunicarse?

Sí totalmente, porque por ejemplo acá vine y encontré muchas, tal vez no son amigas todavía, pero si compañeras. Compartimos, nos reímos y eso me hace bien, y como que mantengo más alta mi estima, me quiero un poco más. Ya con esto como que ya vengo y me relajo un montón.

- Si tuviera que recomendar informática a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Que venga que es lindo, que acá aprendemos a manejar, aprendemos desde lo básico.

- ¿Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro?

No, suficiente.

- Bien, esta es una pregunta diferente ¿Qué es la vejez?

Y yo la denominaría cuando ya entramos en otra etapa, es como que ya tenemos nuestros años y ya tenemos que pensar en que ya somos adultos viejos, o personas que ya, cómo te puedo decir, que estamos más asentados, más apacibles, ya no tenemos toda esa adrenalina que teníamos de jóvenes, que ya estamos más calmados, mas asentados. Eso sería la vejez.

- Para usted ¿en qué momento empieza la vejez?

No tiene un momento, vos sabes que a veces uno dice "uh ya pasaste los 60 ya estás en la vejez". Pero si yo estoy bien de salud, mentalmente, de cuerpo, ando bien, veo

bien escucho bien, estoy bien y no, no estoy enferma. Pero hay personas que ya a los 60 años, ya están enfermas pobrecitas, ya están con bastones o ya tienen sus problemas de la mente. A veces, no sé de qué depende, de que somos más resistentes a las enfermedades

- Entonces ¿la vejez implica estar enfermo?

No, estar enfermo no, pero si ya, cómo te puedo decir, que ya es como que cualquier cosa te puede doler, te duelen los huesos... algo te duele.

- ¿Cuáles son los nombres que se deberían utilizar para referirse a una persona mayor de 60 años?

Mayores, adultos mayores o mayores adultas o personas adultas

- Y qué opina de la palabra viejo?

Viejo es más como de familia por ejemplo mi suegra los hijos siempre le dicen "la vieja, la vieja". A sus padres, porque mi esposo tiene padres y ellos es todo "el viejo, la vieja". Pero, porque lo adoptaron ellos de siempre, en cambio a mí no me gusta que me digan vieja. Viste que los matrimonios se tratan de "che vieja, che viejo", no a mí no me gusta, no sé porque, pero no me gusta; y yo tampoco no trato de viejos, viejos no. No, no, me parece muy despectivo a la otra persona ¿no? entonces como que yo no quiero que me hagan ese desaire a mí tampoco, entonces no lo haría.

- ¿Cómo considera usted que trata la sociedad a los adultos mayores?

Cómo los trata. Ahora le están dándoles más prioridad a las personas mayores, veo yo noto que sí, le dan un poquito de... De parte del gobierno veo que sí, les pone por ejemplo, en el verano ponen vacaciones para los adultos, durante el año hay talleres para los adultos. Como este de la Mitre, UNATE creo que se llama, abrieron como 60 talleres todos para los adultos. Entonces es una prioridad que le están dando a la persona mayor para que puedan ir, personas que se sientan solas puedan ir, pasar una hora dos horas, y hacer lo que a ellos les gusta. Y capaz que, como yo, que deje así pasar las cosas cuando joven ahora lo puede realizar, porque hay de todo, de todo desde manualidades hasta arte.

- ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?

Cuáles serían las características... que son más amables, son más pausados... que siempre tratan de ser más sociables, hablan con cualquiera, enseguida entra en esa conexión, comparte más y también pienso que espera más.

- ¿Cómo que espera más?

Que por ejemplo si ya criaron a los hijos, ya tiene nietos, esperan que los hijos vengan, los acompañen. Capaz que ya están solos ellos y ellos esperan que sus hijos se acerquen o que vengan a visitarlos a verlos, o que le pregunten cómo estás. Por ejemplo en el caso mío que, no es que me sienta re viejita ¿no? pero sí a mí me gusta que mi hija venga, me salude o sea cariñosa, o cómo estás, algunas de esas cosas que me pregunte, claro sí, la verdad que sí.

-¿Y físicamente?

¿Físicamente? No, no hay un comue, porque has visto que, si hay personas que ya se le nota porque caminan más lento, andan un poquito más despacio, tienen cuidado, todas esas cosas. Pero hay otras que andan felices.

- Desde su punto de vista ¿cuál es la función o el papel del adulto mayor en la sociedad?

Pienso que depende de cada uno de la lucidez que tenga tal persona, porque muchas veces la persona se acerca más para colaborar, para ayudar, más para ella entretenerse y si ella tiene mucho conocimiento volcar todo ese conocimiento de esa persona al taller o donde sea que ella pueda colaborar, pienso que está bien, sí. En cualquier parte y en cualquiera de las áreas que se necesite, siempre hay alguien que si puede ella colaborar o de alguna forma compartir lo que ella sabe. Toda la experiencia vivida volcarla en las que recién están empezando o tal vez colaborar, sí, sí.

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

No, mantenerse activo si es lindo, pero que ya no le exijan, que ya no le pongan horarios, no unas reglas, ya no. ya tiene que relajarse, hacer lo que se le antoje a la persona. Sí hacer lo que más le guste, viajar, conocer otras partes

- En su opinión ¿la vejez tiene aspectos positivos?

Sí, sí

- ¿Cómo cuáles?

Por ejemplo, son positivas en darte un consejo, un buen consejo, para una joven, para una no tan joven, para los niños. Siempre son positivas las palabras de la abuela, porque te dicen lo cierto, da en lo justo, porque conoce ya sabe. Entonces le vuelca a los otros su experiencia o lo que ya paso ella y tal vez previniendo: “no porque tal cosa, no porque ya lo viví, ya lo sé”. Entonces muchas veces uno recurre a las abuelas para preguntarles tal cosa, o preguntarle sobre un remedio total la abuela ya sabe. Pienso que sí son muy positivas las palabras de las personas adultas.

- Bien y en su opinión ¿Cuáles son los aspectos negativos de la vejez?

¿Aspectos negativos? No. Aspectos negativos únicamente cuando ya llegan las enfermedades, cuando quedan postrados, cuando... pero también no sé si serian negativos, porque es lo que, la vida... Capaz que fue una persona que nunca se cuidó y bueno luego un momento que bueno: “hasta acá nomas listo”; y se enferman por cualquier cosa. Por ejemplo el caso de los hombres que le dan al vino, al cigarro, a la coca, entonces esa persona, más vale que ese cuerpo no se cuidó, entonces a la larga termina enfermándose. Porque si le dicen que no fume porque es malo y él lo sigue haciendo, eso ya es un cosa negativa. Es un ejemplo ¿no?

- Claro sí, sí y ya terminando ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

También son personas que vienen contentas, decididas a compartir, a reírnos un rato, a pasarla bien, a conversar. Hay algunas que se abren y te cuentan toda la historia, porque parece que es un desahogo, hablan de todo. Entonces pienso yo, que también es bueno desahogarse porque después llegas a casa es como que estas libre, te sentís más liviana, todo.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

¿Algo más, a ver qué podría ser? Yo por mi parte estoy bien, que mi marido no me moleste (risas), que a donde yo quiera ir, voy.

- Se me paso una pregunta, que iba antes... ¿Los hombres y la mujeres envejecen de la misma forma?

Para mí no, porque son distintos. Tienen una forma... por ejemplo mi esposo no quiere ir a ningún taller, ¿y qué hace?, se queda en casa frente a la tele y ya él ya maquina con la mente. Entonces, yo lo quiero traer que venga, que haga algo, pero él dice: "no, no, yo estoy bien acá, yo estoy bien acá". No, no, él no quiere venir pero tampoco quiere hacer otra cosa, por ejemplo irse a pescar con sus amigos, a jugar al futbol menos. Y yo soy distinta porque todo quiero hacer y a veces el tiempo no me da. Y bueno en eso es distinto.

- ¿le gustaría que se incluyan otras actividades en el centro?

No estoy conforme con todo lo que hay.

- Y ¿qué propondría para mejorar el centro?

¿Para mejorar? ¿Qué podría ser? La pienso pero no te la digo (risas)... Está todo bien...

- Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

Entrevista i6

- ¿Cómo conoció este establecimiento? (¿qué motivos lo llevaron a buscar a este centro?)

Y bueno me he informado, he ido al PAMI y ahí ellos me han dicho de esto. Así que de ahí me he venido a anotar, me he inscripto acá en este centro de jubilados.

- ¿hace mucho que viene a esta institución?

Ya van a hacer dos años

- ¿Cuál es la actividad que realiza?

El curso de computación. Y ahora estamos con el celular y con la Tablet, porque bueno algunos no sabían manejar, inclusive yo tampoco sabía manejar el celular, así que... por eso no estamos con el curso de computación. Porque la mayoría viene por el celu o la Tablet, es lo que más se usa....

- Entonces ¿usted buscaba realizar un curso de informática?

Sí, sí, algo así como para ejercitar la mente también, ¿no? Para que no se atrofie la mente, si no, yo con mi oficio una vez que he dejado, ya no hago nada. Ósea, en la casa trabajo haciendo algunas cosas pero necesitaba algo más, por eso he venido a aprender computación.

- Bien, ¿por algún otro motivo eligió computación?

Y por conocer más, nada más por aprender algo más, por eso vine.

- Si tuviera que recomendar a una persona de su edad que haga informática ¿qué le diría?

Y bueno porque es lindo aprender, no solamente para ejercitar la mente sino porque es bueno aprender otras cosas, como a mí me paso así, que quiero aprender computación porque creo que es muy lindo. Y aparte de ser lindo es útil para mí o para la casa, para muchas cosas puede ser útil la computación, así que es buena; y he notado yo que es buena la computación, lo poco que aprendí, como digo ¿no? Al comienzo empezamos con la computadora pero ahora estamos con el celular, pero me gustó mucho la computación, he aprendido algo, no mucho pero algo aprendí. Aparte acá la profesora tiene mucha paciencia, y ella nos enseña de a poco, y después lo que nosotros tenemos que hacer es ejercitarnos en la casa, practicar en la casa, para que se nos grave más lo que estamos aprendiendo.

- ¿La profe les da de tarea que practiquen en la casa?

Claro, sí eso es lo que tenemos que hacer, sí eso es lo que hacemos con el celular. También yo me voy a la casa y practico lo que hoy me ha enseñado para que se me grave y poder manejarla de acuerdo a lo que nos ha enseñado. Así es...

- ¿Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro?

La verdad que como vivo en San Luis, hago algo en la casa cuando estoy solo, porque mi esposa todavía trabaja, ella no se jubiló todavía, así que hago actividad en la casa, algunas cosas. Siempre tengo algo que hacer en la casa, hay muchos quehaceres todos los días. Además la casa no hemos terminado todavía, así que algunos detalles los sigo haciendo para terminar. Así que este... por eso me doy tiempo para venir.

- Claro, pero ¿no puede hacer otra actividad digamos?

Podría hacerla pero ya tendría que consultar con mi esposa, arreglar las cosas en casa. Otras actividades como ¿Cuáles serían?

- Alguna que le guste a usted.

Y bueno a mí me gustaría seguir un poco con la herrería... ósea ya no tengo el taller, tengo las maquinas solamente en la casa, tengo un galponcito al fondo de la casa. Bueno ahí hago algunas cosas para la casa, sillas, algunas cosas que me hacen falta las hago también; y como digo después estoy terminando la casa, algunos detalles.

- ¿Ósea que le gustaría continuar con su actividad?

Sí me gustaría porque no, no, no veo que yo ya estoy viejo digamos, como para dejar todo. Lo he dejado porque bueno tenía que hacerle la casa, parte de la casa la he hecho yo, así que por eso he dejado el oficio momentáneamente. Pero parte del oficio va incluido en la casa, porque yo he hecho las rejas, las puertas todas las cosas, así que me falta hacer unas cosas más. Así que ha eso estamos abocados digamos ¿no? a tratar de terminar la casa.

- Ah que bien, y cuando se jubile su señora, ¿van a venir los dos?

Sí tal vez, aunque ella conoce de esto, porque ella trabaja en la UNSA, ella es docente de la UNSA. Así que, ella por falta de tiempo, casi no me puede enseñar. Pero ella quería que yo venga acá también, para que aprenda con otros profesores, así que por eso es que he venido para acá.

- Esta pregunta es general, en su opinión ¿Qué es la vejez?

Bueno, el tiempo en el que ya uno deja de trabajar, dejas de hacer cosas que durante toda la vida estabas haciéndolo ¿no? y la jubilación viene a ser, como descansar ya un poco de todas las actividades que uno ha hecho durante toda la vida; y después bueno, de mi parte yo pienso de que, bueno la vejez es una época en que uno ya descansa más, y bueno ya cumplió su ciclo de trabajo, de cuando era joven, cuando estabas en actividad lo podías hacer, ahora ya no lo podemos hacer. Pero yo lo tomo como algo lindo, porque no solo por descansar sino que uno disfruta más de las cosas ahora, que antes no lo podía hacer, eso es lo que pasa, yo disfruto más de mi hijos por ejemplo, los visito más, nos visitan a nosotros. Ellos viven en la ciudad, así que... siempre estamos juntos. Y es un tiempo para dedicar a la casa, a mí me gustan las plantas, me gustan los animales, tengo un perrito, así que bueno con él me entretengo cuando estoy solo en la casa.

- Claro, ¿qué perrito tiene?

Es un perrito de tres años... una mezcla de... Bueno no me acuerdo en este momento la clase de perrito, pero muy compañero el perrito, nos llevamos bien, es mimoso. Así que duerme conmigo; no, en la cama sino a la par de la cama tengo una colchita donde él... ahí yo lo hago acostar. Así que duerme conmigo, así que... pero muy lindo la vejez para mí ¿no? Yo lo tomo así como una época cumplida de trabajo, y ahora un poco descansar y disfrutar de muchas otras cosas ¿no? Hay muchas otras cosas que se pueden hacer mientras uno es viejo, pero mientras... quizás ya la salud física no nos ayude, pero hay cosas que se pueden hacer. Mi idea no es que, para mí, la jubilación o la vejez sea algo para sentarme y no hacer nada; yo sé que eso no es bueno porque se atrofian los huesos, la mente, todas las cosas, así que yo lo veo como una época en que hay que seguir haciendo algunas cosas mientras uno pueda.

- Bien y ¿en qué momento empieza la vejez?

Yo para mí, todavía no lo veo que yo estoy viejo, para decir: "yo estoy en la vejez"; yo todavía tengo ganas de hacer otras cosas. Pero no sé, quizás más adelante me dé cuenta de eso, de que ya, ya estoy viejo. Viejo, viejo digamos así que ya no pueda

hacer... ya sentir dolores o algunas otras enfermedades, que afectan cuando uno está en la vejez. Así que por ahora estoy con ganas de hacer cosas.

- Entonces, ¿no existe una edad, depende de lo que uno pueda hacer o no hacer?

Yo creo que sí, porque ya cuando uno no puede hacer, yo aceptaría ahí como que ya estaría viejo. Pero mientras tanto no, todavía hay cosas por luchar, cosas por hacer. Yo, por ejemplo, todos los días, como mi esposa trabaja en la UNSA, yo la llevo en el auto, la dejo y después ella se vuelve en el colectivo. Entonces yo me mantengo activo así, salgo, hago cosas, madrugo cuando ella tiene que trabajar, porque ella entra a las siete o por lo menos ese es el horario que ella tiene más o menos de ir. Así que, a esa hora más o menos la dejo en la UNSA. Así que después me vuelvo a la casa y hago cosas, no... puedo lavar, puedo limpiar la casa cuando no tengo otras cosas que hacer... Así que, así la veo a la vejez, digamos, no, no la vejez sino la jubilación, como le digo, yo la vería a la vejez ya cuando no, no pueda hacer mucho de lo que yo estoy acostumbrado a hacer.

- Entonces, ¿esta etapa no tendría que llamarse vejez digamos?

No, no, tendría que ser así porque todavía ellos tienen ganas de hacer cosas. Yo la veo a la vejez como que ya uno ya se levanta, se baña, se acuesta de nuevo; pasa días, la vida así de descanso, de no tener actividades, en cambio ahora no, todavía yo no lo veo así.

- ¿Y qué nombre se tendría que utilizar para esta edad?

¿Para esta época mía? Y bueno la época de mayor edad sería, pero no de vejez todavía, para mí ¿no?

- Y por ejemplo se utilizan nombres para las personas de mayores de 60 ¿Qué nombre le parece el más adecuado?

A las personas, bueno viejo no le diría, como dicen la tercera edad. Es una tercera edad, pero en la tercera edad creo para mí, que incluye ya la vejez, todas esas cosas ¿no? Pero lo vería como estar empezando la vejez, pero no, no, porque uno ya se sienta viejo sino que... no, no... por ejemplo a mí no me llegó la vejez todavía, no veo que me haya llegado. Yo veo que en otras personas quizás le afecta eso cuando... digamos de otra manera le afecta cuando no hace nada. Vio que algunos se jubilan y dicen bueno ahora yo sí que no hago nada, veo televisión, veo el diario, todo el día sentado una vida así, que ellos piensan que están descansando. Pero para mí no, no, no llega esa época de la vejez así, porque para mí todavía no ha llegado eso...

- Entonces esta etapa sería como activa, digamos.

Claro una etapa de la tercera edad, pero activa.

- Y por ejemplo que le parece que se utilice la palabra adultos mayores

A mí me parece bien, porque bueno uno ya es adulto. No adulto así, digamos, de 30 años para arriba sino ya una edad más adulta, y este...y bueno una edad en que uno ya, ya va haciendo menos cosas que lo que hacía antes, pero como le digo todavía

activo, eso es lo importante mantenerse activo sino uno se siente en una silla o va a la plaza a tomar un café nada más eso no es una.... Así que adultos mayores para mí ya está... adultos, grandes... empezar a dejar de hacer cosas, ir aceptando esa edad, porque algunos no lo aceptan porque.... Yo tengo mi hermano mayor que tiene cuatro años más que yo, y él no acepta porque él quiere seguir trabajando, pero él está más viejo que yo. Entonces, él ya tiene que ir descansando de a poco, ósea no hacer tantas cosas como hacía antes, así es la cosa... así lo veo yo no sé si es correcto o no.

- Claro por supuesto, es su opinión. Y para usted ¿Cómo considera usted que trata la sociedad a los adultos mayores?

Y bueno en algunos casos no en todos, yo creo que no.... A veces decir, por ejemplo, yo tengo mi padre... supongamos que yo tuviera mi padre y bueno ya es viejo y lo pongo en un orfanato, en un lugar donde lo cuiden. Yo ahí no lo veo así, porque uno se tendría que hacer cargo hasta que ellos murieran, en el caso de que fuera así, antes de que murieran, murieran antes que nosotros. Yo ahí lo veo como si no lo tratarían bien y después por las cosas que se ven lo que el gobierno está haciendo, tampoco los están tratando bien porque no tienen un buen sueldo, no digo que tengan un sueldo como cuando estaba en actividad, pero un sueldo acorde más o menos que puedan vivir. Porque hay algunos que ganan \$7000, mientras que otros ganan \$20000, por supuesto depende en que categoría se han desenvuelto en la vida, en que cosas han andado, eso hace de que también puedan merecer, por decirlo así, una jubilación mayor. Pero a la mayoría de nosotros nos trata bien, porque inclusive se les roba a los viejos, eso es lo que uno ve a diario, lo que pasa.

-¿Los tratan bien o los tratan mal?

Los tratan mal, los tratan mal, así que... no a todos, no a todos. Yo sé que hay viejitos que están en sus casas con sus hijos, los cuidan, no, no a todos. Pero está pasando de que en la mayoría de los casos se están presentando situaciones difíciles para los viejitos.

- Claro, y ¿cómo debería ser el trato de la sociedad?

Y bueno principalmente de parte de la sociedad, de parte de la familia, para mí es la responsabilidad de cuidar a nuestros viejos, digamos así ¿no? nuestros mayores. Le corresponde a la familia hacerlo principalmente, de ahí esta que cuando son jóvenes los hijos tienen que ayudar a los padres que se van haciendo mayores, hasta que estén, estén aportando para una jubilación, estén haciendo algo de eso para cuando llegue la mayoría de edad que ya no puedan trabajar, Entonces depender de una ayuda o un fondo que sería una jubilación, el pago de una jubilación. Así que yo veo que la familia se tiene que hacer cargo de todo esto, no el gobierno. Esta bien el gobierno nos da, digamos, con nuestros aportes llega el momento en que nos da la jubilación, aunque no es buena la jubilación para muchos como le decía, pero lo importante es que la familia este abocada a cuidar a los mayores. Yo lo veo así ¿no? porque en realidad somos responsables, porque nuestros padres, en el caso mío cuando yo he nacido no me han abandonado, así que en retribución de eso yo tendría que decir bueno que se mueran acá en la casa, por decirlo así, de viejo, pero que no, no en un lugar, un hogar de anciano un lugar así. Eso es lo que correspondería, para mí es así...

-Bien, bien y para usted la persona que cumple 60 años o que se jubila, ¿tiene que tener alguna función o un papel en la sociedad?

Este... yo veo por ejemplo en la universidad hay personas que siguen trabajando después de jubilarse, pueden seguir trabajando. Conozco a un señor que ahora se está por presentar como rector y es un amigo mío, bah nos hemos hecho amigos ahí en la universidad, y él quiere volver ahora, ya está jubilado, ya se retiró de la universidad. Pero lo están por postular para que sea rector, y él está dispuesto a trabajar; ósea que yo veo que pueden realizar algún trabajo más, y el rector es una gran responsabilidad no es una cosa como un sereno, por decirlo así, comparado mal, mal comparado digamos, pero este... que no haga mucho. Pero el rector es una gran responsabilidad de mucho trabajo, y tiene que estar todos los días ahí, a veces viajar, todo eso; ósea que pueden trabajar después de los 60 años, yo me he jubilado a los 65 por ejemplo. Así que como el hombre se jubila a los 65 quedan fuerzas todavía para seguir trabajando, porque algunos trabajan hasta los 70. ¡Bueno! porque ellos se ponen un año, digamos, como de fecha para dejar de trabajar. Pero después como le digo hay otras cosas que uno puede hacer, si se jubila, ya deja el oficio o la profesión que tenga, puede hacer cosas en la casa, mantenerse en actividad de muchas maneras, como decía barriendo haciendo cosas en la casa, hay tantas cosas en la casa todos los días para hacer, así que... esa es una de las actividades que uno puede hacer para no quedarse sentado viendo televisión todo el día. Eso lo veo yo así, no sé cómo será en el resto de la gente...

- Claro, por supuesto. Entonces para usted ¿el adulto mayor todavía tiene capacidades?

Sí, sí.

- ¿Cuáles?

Y bueno capacidades por ejemplo, para estudiar otras cosas, aprender otras cosas, inclusive hasta oficios se pueden aprender, aunque quizás uno después no haga uso del oficio ¿no? Pero hay tantas cosas que uno puede aprender por ejemplo electricidad para después en la casa arreglar algunas cosas que se echen a perder, pero mantenerse activo.

- Ósea que todavía tiene capacidad de aprender el AM

Sí, sí. Yo lo veo en el caso mío así, yo tengo que aprender más porque...sino los músculos de la mente también se vuelven vagos, no hacen nada y después ya hasta no los puedo usar bien, porque uno hasta se olvida de algunas, así que...

- Bien, y ¿qué otras características tienen el adulto mayor?

Yo creo que otras personas cuando se jubilan empiezan a viajar, ósea, a buscar otras cosas conocer otros lugares experimentar cosas nuevas y este... y aprender cosas nuevas, yo creo eso no. A mí me gustaría aprender más cocina, yo hago cocina pero no mucho, pero me gustaría aprender más cocina. Como digo después, disfrutar de la familia, salir, pasear, mientras se pueda.

- Claro mientras se pueda. Bien para usted ¿el hombre y la mujer envejecen de diferente forma?

Puede ser ¿no? porque todo depende también como venga la salud, uno puede sentirse más viejo o más joven; ósea ya en edad de adulto mayor uno puede sentirse más viejo por las enfermedades, por algún problema físico que ya no puedan hacer cosas, ahí es diferente; en cambio otros quizás se mantienen fuerte, pueden seguir haciendo cosas y tienen el deseo de seguir haciendo, porque la fuerza del cuerpo le da la mente todavía no está cansada, por decirlo... o piensan que la mente no está cansada y pueden conocer otros lugares hacer otras cosas. Entonces ahí viene la diferencia de que unos si pueden y otros no pueden, ahí viene la diferencia en ese sentido por enfermedades o por otras cosas que puedan afectar en la vejez.

- Claro, bien, y por ejemplo ¿la mujer o el hombre envejecen más rápido, tienen carácter distinto?

Sí, el carácter puede cambiar en las personas mayores, cambia, en muchos aspectos cambia. A veces se pueden volver más cariñosos, más mimosos y otros no, otros son más renegones, en ese sentido lo vería diferente la... el que uno llegue a su edad y tenga cierta diferencia entre uno y otro ¿no? eso lo vería así...

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos positivos de la vejez?

Sí, sí, yo creo que sí, porque este... aspectos positivos....Si puede ser porque uno puede disfrutar más de la familia, sentir que uno es cuidado, por ejemplo, sentir que uno es cuidado por la familia. Como yo digo tener un animal hace que uno se preocupe por él, no es que uno tenga el animal y diga "bueno el perro, es un perro que este afuera, que no necesita el veterinario, que la comida esta, dale cualquier cosa". En cambio nosotros no, con mi esposa cuidamos mucho al perrito, lo mimamos, lo... yo veo en eso que es positivo, tener un animal, por ejemplo o hacer cosas que son positivas. Antes por el trabajo, uno capaz que lo veía al mediodía un ratito y después a la tarde y uno cansado no, no tenía tiempo, para mostrarles cariño o cosas así vio. Así que este... sí hay muchas cosas positivas que uno puede tener en la vejez, muchas cosas.

- Perfecto, ¿y aspectos negativos?

Como decía, ¿no? quizás uno decir no hacer nada, quizás ver televisión todo el día, no hacer actividades, no, no, no, no. Eso sería negativo para mí, en la vejez, porque uno ha trabajado toda la vida y de pronto no hacer nada yo lo veo mal eso, porque... bueno cada uno en su forma de ver las cosas, pero yo, para mí es así de que no... eso sería negativo para mí no hacer nada, no intentar aprender algo nuevo o conocer cosas, lugares, mientras uno puede, así sería...

- ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Para mí son como amigos, son como una familia nueva que uno está teniendo, porque uno va tratando más con ellos; los conoce más y ve los esfuerzos que ellos hacen por venir, por ejemplo algunos llegan un poquito más tarde. Yo trato de ser puntual, y aparte estaba lloviendo. Sí vienen, entonces ahí uno los conoce el esfuerzo que ellos hacen por venir, algunos vienen en colectivo. Y después ellos son...tienen su propias

experiencias, por ahí cuentan sus cosas y uno los conoce más, y los veo así como, para mí, como amigos nuevos, como una familia. Bueno yo trato de integrarme también no, no, no soy de esos que dicen: “bueno ya termino el curso, me voy disparando”. Compartimos algunas cosas con ellos, el año pasado han ido a mi casa en San Luis, hemos hecho un asado con varios de acá, ósea que uno los conoce más y comparte con ellos. Entonces uno los va conociendo y disfruta más de ellos también, es como una familia, una rueda de amigos más que uno tiene en la vida, y que quizás antes uno no lo podía tener tanto por, bueno por el trabajo pero ahora uno lo disfruta más, y los veo a ellos como amigos nuevos para mí.

- Claro, que bien, que lindo. Bueno y ya terminando ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

A mí me gusta la época esta, me gusta, la tomo con alegría. Con mi esposa nos llevamos bien, con mi familia nos llevamos bien. Es algo muy lindo la vejez para mí.

- Por último, ¿Qué propondría para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

Uh acá veo muchas cosas para mejorar. Nosotros bueno, para nosotros es esta parte, subir acá arriba, a mí no me cuesta, por ahora no me cuesta, pero veo que a otros si les cuesta un poquito más. Eso es algo que yo veo así como que habría que mejorarlo pero no hay otra forma, porque ese es el edificio que tenemos acá. Y después bueno cosas que nosotros vamos haciendo, por ejemplo, la profesora trajo esta mesa, porque hacía falta esta mesa. Ella trajo el pizarrón de su casa, entonces son cosas que uno puede contribuir también ¿no? de muchas maneras; y bueno a medida que van saliendo las cosas se va haciendo acá también. Por ejemplo el año pasado, salió la posibilidad de que pudiéramos tener las computadoras acá. Y bueno ya tienen las computadoras para ponerlas acá, y eso es muy bueno porque algunos no tienen computadora portátil. Entonces, pueden usar las de aquí, entonces eso... uno va contribuyendo de una u otra manera para que se vayan haciendo las cosas. Pero mejorar es como le digo, para nosotros los viejos ya, no tan viejos, pronto nos va a costar subir la escalera y ahí no podemos hacer nada porque no podemos bajar este lugar para otro lugar, para otra zona de acá del edificio.

- Claro y capaz que hay muchos que no hacen por eso, por lo que no pueden subir o dejaron de hacer.

Claro, sí, sí y hay algunos de computación que no pueden subir también, que venían, pero ahora ya no pueden por la escalera. Eso habría que mejorar pero no podemos el edificio no da para otra cosa.

- Perfecto, muchísimas gracias por su participación.

TALLER DE ARTESANÍAS

Entrevista A1

- ¿Cómo conoció este centro?

Por una señora que venía al curso este y ella me invitaba a participar de los cursos estos.

-¿Qué motivos lo llevaron a aceptar venir?

Porque como yo tenía ya los hijos grandes y quería hacer algo, me gusta hacer manualidades, entonces acepte.

- ¿Cuál es la actividad que realiza?

Yo hago arbolitos de la vida, tejo, bordo. Artesanías de todo.

- ¿Por qué eligió hacer artesanías?

Porque me gusta (silencio).

- Si tuviera que recomendar esta actividad a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Y que venga porque se la pasa bien, uno se divierte y todo somos muy compañeras acá.

- Bien esta pregunta es sobre ¿Qué es la vejez para usted?

Es parte de la vida de uno, que van pasando los años. Es una etapa. (silencio)

- Y para usted ¿en qué momento empieza la vejez?

No yo, hasta ahora no, a mí me gusta todo de la vida y para mí... yo todavía no pienso en la vejez porque... ahora no tomo ninguna pastilla, ando bien de salud, salgo a donde yo quiero. Pero hay otras personas que a la edad de 60-70 ya no pueden salir.

- Para usted existe una edad en la que empieza la vejez?

No, no, no, es según como uno la piense. Yo ahora no, yo tengo 68 años no, no... yo me llevo bien con todos, salgo me invitan, todo. Entonces... (Silencio)

- Y ¿para usted la jubilación marca el inicio de la vejez?

No, no... (Silencio)

- ¿Cuáles son los nombres que se deben utilizar para referirse a las personas entre 60 y 70 años?

Adultos mayores, yo le diría.

- ¿Cómo considera usted que trata la sociedad a los adultos mayores?

Hay algunos que los tratan bien y otros mal... Por ejemplo a mi, mis hijos me tratan bien y hay algunos otros hijos, que yo conozco personas que los tratan re mal a los padres todo, que se abusan de ellos.

- y para usted ¿cómo debería tratar la sociedad a los adultos mayores?

Darle mucho cariño, aconsejarla, tenerle mucha paciencia porque ya, ya uno está en la vejez, casi. Los deberían tratar bien, porque ellos ya están en la etapa, en los últimos

años. De respeto, mas consideración, hay hijos que no lo sacan ni a la puerta a las madres. Tengo mi hijo que es remisero, y a mí todos domingos me lleva a pasear todo, o salimos a cualquier parte. Yo tengo cinco hijos y todos son grandes. Tengo uno que está en Chile, hace más de 12 años que está en Chile, tiene 43 años; y tengo una hija que está en Chubut, tiene 33 se fue a estudiar allá, se fue por otro porvenir porque acá no conseguía trabajo bien, entonces se fue, se fue a trabajar allá, y ahora está bien ella, hace cinco años que esta allá. Acá yo vivo con mi hijo y mi hija que vivía en Santa Cruz; y él ya tiene un hijito que tiene 13 años y empezaba la secundaria, y como allá está todo mal, todo mal. Incluso no le han dado el certificado de que el hizo el séptimo año, le dieron la libreta nomas y no le puede conseguir, hasta ahora no lo puede conseguir y ahora él este año fue al nacional y no, no le reconocieron nada porque no tiene el certificado. Así que para el año tiene que volver a primer año.

- ¿y no comentaron eso a la nueva escuela para que lo dejen cursar?

Sí, pero no, ellos necesitan ese papel.

- Bien la otra pregunta es ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?

Bueno ya cambia a veces el carácter, hay personas que cambian el carácter se ponen más idiotas, rebeldes. Acá había una compañera que era idiota, no se le podía decir nada que ya todo le parecía mal, entonces...(silencio)

- ¿Y físicamente?

Bueno por la misma enfermedad, que a veces tienen diabetes y son hipertensas, tienen osteoporosis.

- Para usted ¿la vejez se caracteriza por la enfermedad?

Sí, si por la enfermedad.

- En su opinión ¿los hombres y las mujeres envejecen de la misma forma?

Sí, sí. Mmm o el hombre se pone más idiota no, ¿cómo se dice?... no asimila mucho la vejez, le cuesta más aceptar la vejez

- Desde su punto de vista ¿cuál es la función o el papel del adulto mayor en la sociedad?

¿Cómo?

- ¿Si el adulto mayor tiene que tener algún papel o función en la sociedad?

Algún papel sí. Que se lo... que le den más charla, más atención.

-¿Usted cree que se deja de ser útil a esta edad?

Y hay personas que dicen que ya somos ancianos. Yo no comparto eso, porque no todos somos iguales.

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Sí.

- ¿Cómo?

Haciendo caminatas, gimnasia

- ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

No sé, yo todavía no tengo descanso, yo le cocino a mi hijo, lavo la ropa todo. Si tengo que limpiar toda mi casa lo limpio y lo hago bien.

- ¿No lo hace como una obligación?

No, no porque me gusta.

- En su opinión ¿Cuáles son los aspectos positivos la vejez?

Si yo toda la vida la he pasado bien. Yo hace once años que soy viuda, quede viuda a los 57 años. Mi marido murió de cáncer al páncreas, entonces yo quede joven. Yo estoy bien pasando bien esta etapa.

- ¿Y esta etapa tiene aspectos negativos?

Mmm... ¿negativo? No tengo ningún negativo porque yo me llevo bien con mis hijos todo así que... no, no para que le voy a decir.

- Bien ya casi terminamos ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Que son alegres, la pasamos bien, todos compartimos todas las cosas.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

Bueno que hay personas que la sienten mucho a la vejez, por la misma enfermedad que están con diabetes, toman muchas pastillas, sufren de depresión, esas personas sí que... yo tengo mi cuñada que toma como ocho pastillas y tiene 61 años y está con un depresión, porque tiene un hijo de 41 años que le detectaron cáncer de pulmón. Y el no fuma es un chico de la casa, del trabajo a la casa y tiene dos hijitos. El hijito tiene siete años y la nenita nueve.

(Se interrumpió la entrevista, por una persona que buscaba a la entrevistada)

Entrevista A2

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

Yo, porque la presidenta de acá, somos vecinas. Y bueno siempre, antes de que... cómo te puedo decir, antes de que... (Silencio). Siempre estuve relacionada con los abuelos antes de que sea abuela.

- ¿Enserio? ¿Qué hacía?

Sí, sí, sí. Estaba aprendiendo a cortar pelo y bueno estaban los abuelos cuando era allá cerca de la casa de Juanita, y entonces yo iba a practicar ahí, a cortarles a los abuelos. Entonces siempre estuve relacionada, bueno ahora ya soy abuela y estoy acá (se ríe).

- ¿Cuál es la actividad que realiza?

Estoy aprendiendo a hacer un... ¿cómo se llama ese que usan las mujeres?... un tapado.

- ¿Por qué eligió esa actividad?

Me gusta, me gusta, porque sí, me gusta estar ocupada en algo. Yo antes trabajaba como empleada doméstica, pero después hace como cuatro años deje, porque tengo mi hijo que quedo no vidente y ahí deje porque bueno me tenía que dedicar a mi hijo y esto me resulta como... para mí como una salida laboral. Yo hago y vendo.

- Si tuviera que recomendar esta actividad a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Yo siempre les digo que puede ser una salida laboral que te ayuda. Aparte a mí me ayuda... ¿cómo te puedo decir? A mí me saca de mi casa, por el problema que yo tengo. Si, si me despeja, por ejemplo mi hijo es grandote y no ve, y yo lo llevo a rehabilitación a él también, porque está aprendiendo braille, bastón, todo eso; y lo llevo a gimnasia. Entonces como que me absorbe mucho...Yo digo que ya me siento grande porque me siento cansada, que no tengo la fuerza de antes, o quizás caminar rápido con eso yo me, me siento ya una persona grande. Digo así porque antes uno tenía mucha agilidad, rapidez y ahora hasta el pensamiento se te va. Y bueno yo pensé que era por mi problema quizás, pero parece que no, que es la vejez, la edad.

- ¿Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro?

Sí, sí me gustaría pero no tengo todo el tiempo disponible, ósea vengo dos veces a la semana nomas.

- Bien esta es otra pregunta ¿Qué es la vejez para usted?

La persona ya grande o la persona madura quizás, con sus años vividos, no sé... que quizás... yo hay veces me siento como te puedo decir... como que ya no me necesitan (empieza a llorar) yo me siento así, a veces mi hija como que: "no mama no vengas"; como que... cómo te puedo decir. Me deprime porque ellos me dicen: "no vengas o no hagas esto"; como que ellos me quieren... me manipulan. Yo no puedo estar sin hacer nada. Yo siento que ellos como que me hacen de lado, siento yo así, quizás... bueno ellos me dicen: "no, no es así"; pero yo me siento mal porque no hago nada, entonces, yo me meto acá y bueno acá me distraigo, hago mis cosas. Bueno a veces yo me quedo hasta las dos de la mañana, una de la mañana cociendo, pegando, cosas así.

- Para usted ¿en qué momento (o a qué edad) empieza la vejez?

Yo pienso que desde los 60 años, yo pienso así no sé... Porque en esa edad ya no tenemos la misma fuerza de antes, ya no...

- ¿Cuáles son los nombres que más se deben utiliza para referirse a las personas que entran en la vejez?

Adulto, que ya que es adulto.

- ¿Y qué opina de la palabra viejo?

Yo pienso que... bueno hay de dos... de dos maneras: hay veces con cariño y hay veces bueno que tratan de viejo despectivamente. Yo no tengo problema en ese tema, porque mis nietos dicen: "hay mi viejita"; y bueno es con cariño. A mí siempre me dicen por el nombre o señora... yo prefiero señora.

- Y ¿Cómo debería tratar la sociedad a los adultos mayores?

Con más respeto (silencio) que se yo... que tengan tolerancia con los adultos.

-¿Usted cree que el adulto mayor está limitado por la sociedad?

Yo pienso que no, yo pienso que no... no sé. Yo pienso, va yo en mi lugar yo siempre trato de estar ocupada en algo, haciendo algo, siendo útil para no sé... yo pienso así con mis hijos. Ellos me hacen de lado, pero yo digo si puedo hacer; y bueno ellos me dicen: "no mamá vos tenes que estar en tu casa que esto, que lo otro", yo por ayudarlos porque todas trabajan y ellos me dicen así. Y a mí eso es lo que me hace sentir mal.

- ¿Y en general en relación a los adultos mayores como debería ser su comportamiento?

Y bueno estar ocupados, integrados. Integrados así haciendo entre los mismos adultos.

(Se interrumpe la entrevista por una persona que busca a otra persona)

- ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?

El cuerpo son los primeros cambios, ya vienen las arrugas, la alimentación, no puedes comer que se yo, lo que comías. Cuando vos sos joven uno come cualquier cosa. Y bueno así, uno se siente cuando ya es grande, hay muchos cambios físicos. Hay cambios físicos como mentales, porque la memoria no es la misma tampoco, no es la misma.

- En su opinión ¿los hombres y las mujeres envejecen de la misma forma?

No, yo pienso que la mujer envejece más rápido que el hombre. Por ejemplo, yo me siento, ¿cómo te puedo decir?... que voy a la vejez, acepto mi vejez, pero mi marido es otro tipo de vejez, porque como él... cómo que se siente más joven, pero él es mayor que yo. Por eso digo son diferentes, yo soy diferente a él, por ejemplo yo soy más de mi casa y a él quizás le gusta salir y divertirse, pongámosle un caso así. Y yo no, a mí no me gusta, ósea deje de lado todo eso.

- Desde su punto de vista ¿el adulto mayor tiene que tener alguna función o el papel en la sociedad?

¿El papel o la actividad?

- Claro ¿usted cree que el adulto mayor tiene que seguir ayudando en la sociedad?

Yo pienso que sí, de alguna manera uno tiene que ser útil ¿qué no?

- Hay muchos que la consideran una etapa de descanso ¿qué opina usted?

Para mí no. No, no sé para mí no, pero hay muchos que si lo hacen

- Entonces ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Si para... yo pienso por la depresión. Porque hay veces a uno le agarra la depresión, por no hacer nada, porque estás pensando nada más, yo pienso así. No sé uno tiene que ocupar su mente en cosas útil.

(Se interrumpe la entrevista por una señora que se acercó a ver de qué se trataba la entrevista y cuenta su problema con su familia)

- En su opinión ¿la vejez tiene aspectos positivos?

Si yo pienso que sí. Por ejemplo en mi casa hay mucha unión. Todos los domingos hay reunión todos los hijos y nietos todos juntos.

- Bien, y ¿Cuáles son los aspectos negativos?

Y lo negativo es que ellos no me dejan hacer lo que yo quiero.

- ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Es que ellos vienen por...yo pienso que todos estamos en la misma situación, pienso no sé, que es un escape. Yo pienso así. Se cuentan sus cosas, unos se cuentan sus problemas, mientras estás haciendo vos te estas contando o alguna habla de una cosa, nos reímos; y bueno pasa rapidísimo todo.

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

La vejez es linda porque vos te sentís que has brindado todo. Yo me siento así, porque brinde todo a mis hijos, les di todo y bueno...

- Perfecto, terminamos. Muchas gracias por su participación.

Entrevista A3

- ¿Cómo conoció este establecimiento?

Una amiga, una vecina me dice porque no vamos ahí al centro, porque ahí nos enseñan a bordar, a tejer y nos enseñan a hacer muchas manualidades, "Ah bueno" le digo yo, "entonces ¿cuándo vas vos?", "yo voy el miércoles y el viernes"; "Ah bueno, entonces el miércoles voy". Llegaba el miércoles "ay vos sabes que no voy a poder ir por x, ay vos sabes que me ha pasado esto"; bueno luego el viernes y también. Después luego un día y digo no, me voy, "Vení a buscarme el miércoles y vamos" y bueno me busca, vamos y ahí me quede mira, ahí estamos.

- Ah pero le costó, le costó ir ¿no? (risas)

Me costó ir (risas) pero me gusto y me quede. Nos enseñan muchas cosas, bordado, tejidos, montón de cositas que usted se entretiene y de todo te sale hacer, todo te sale.

- ¿Por qué eligió esta actividad?

Me gusta hacer, una porque como dice la profesora que nos entretenemos, y otra que es una terapia para la edad que tenemos, es una terapia. Entonces estamos entretenidas no nos... no estamos pensando que "hay mañana no voy a tener plata que esto, que lo otro "y se no va todo viste, estamos entretenidas haciendo las cositas, y encima me gusta, me gusta.

- Si tuviera que recomendar esta actividad a otro adulto mayor ¿qué le diría?

Sí, sí, yo les recomiendo. Les digo: "mira yo voy ahí que es lindo, que vamos te vas a distraer". Porque a veces cuentan la situaciones, "ay vos sabes que en mi casa, que reniego esto, que reniego lo otro", "y bueno, pero vamos, dos días vamos, tomamos mates y compartís, y que nos conocemos gente". Eso es lo primero que nos conocemos gente, que hacemos otra vida, aprendemos a conocer, a charlar, hacemos viajes también y hacemos amistades que es lindo. Lo más lindo hacer amistades.

- ¿Pensó en realizar otra actividad dentro de este centro?

No, porque por mi salud y por mi pierna que ya no me da. Si hacía antes folclore y íbamos a... salíamos en ¿Cómo se llama? En el centro, sabíamos ir a participar. Ahora van mis compañeras nomás, yo ya voy a mirar nomás, porque cuando hago mucho movimiento de la rodilla me empiezo a... como que se quiere ir para un costado. Me dice el traumatólogo que tengo un (inaudible), me quiere operar pero yo no quiero. Me dice que me opere, una compañera me dice: "opérate si vas a quedar bien", pero...y había otra que me dice: "Ay no te operes mira yo como estoy, quede en sillas de ruedas"; ósea que todos no tenemos suerte. Entonces ese es el miedo que yo tengo

- Claro, depende de muchas cosas, el operarse usted tiene que estar segura y confiada

Claro, pero no, no, yo no me quiero operar.

- Bien, continuando con las preguntas ¿Qué es la vejez?

Como llamamos una tercera edad, ¿puede ser?... una tercera edad que ya lleguemos... Pero como dicen viejos son los trapos, a nosotros nos dicen así (risas): "¡no! viejos son los trapos, ustedes tienen que salir, ir a bailar, ir a divertirse, ir a conocer gente, a charlar, no hay vejez, cual vejez no existe", así nos dicen a nosotras.

-¿Quién les dice eso?

Las compañeras, las mismas amigas, que ellas por ahí dicen: "¿che vamos a tal parte?", "no, que no para que voy a ir si yo ya soy vieja", "no, como que vieja, vieja son los trapos"; y nos vamos por ahí a pasear, a tomar un cafecito por ahí, nos sentamos, charlamos.

- Claro, está bueno, y ¿cómo podría definirla usted a la vejez?

¿La vejez?... y tranquila. Yo tranquila, sí, lo que venga bueno... todo depende de Dios, así que bueno, soy muy católica así que... no pienso, "¡Ay cómo ira a ser!". Porque tengo una hija, "¡Ay mama! yo la veo a usted, y qué será el día de mañana". Ella es solita, su hija es monjita, y ella es sola... "y quién me va a atender a mí el día de mañana cuando yo este viejita", le digo: "Sola te tenes que atender, cómo yo me atiendo sola. No tengas miedo vos de llegar a la vejez". Yo no tengo miedo, voy a caminar, voy a hacer todo lo que pueda hasta que yo... Dios me diga bueno hasta acá llegaste, bueno hasta ahí será; y hay que aceptar como dice el señor, hay que estar preparado.

- Para usted ¿en qué momento (o a qué edad) empieza la vejez?

¿En algún momento? Yo cuando me miro al espejo veo mi carita más arrugada, mis manos: "uh ya estoy más viejita", digo yo, pero eso después se me pasa, está todo bien, mientras no me mire. (Risas)

- Y en general, para usted ¿existe algún momento que marque el inicio la vejez?

Pienso que no porque, acá por ejemplo hay compañeras que tienen... "¿cuánto años tiene ustedes?, yo tengo 88, yo tengo 98"; y están bien, ellas no ven su vejez. Hay personas así que yo pregunte, "yo tengo 98" se manejan solas, todo. Ósea que no sé cuando llega la vejez porque yo en mi casa hago mis cosas, hago lo que puedo tampoco me esfuerzo, hay que cuidarse, no hay que esforzarse mucho.

- Entonces, ¿la vejez sería cuando uno ya no puede hacer cosas?

Eso sí, cuando uno ya no se puede manejar, o que está en una silla de ruedas está esperando que todos... que un hijo o el otro le hagan las cosas que usted no puede hacer, yo pienso que ahí sí, ya es triste eso.

- ¿Cuáles son los nombres que se utilizan para referirse a una persona mayor de 60 años?

Yo a mi marido le decía abuelito, yo de palabra de cariño le decía abuelito, y él estaba contento no decía nada. Y después... bueno, adulto mayores que nos llaman a nosotros que vamos a los centros, algunos le dicen viejito, abuelito.

-¿Y qué opina usted de que se utilice la palabra viejo?

Y bueno algunos lo dicen con cariño, dicen “hola viejita”. Algunos también son agresivos por ejemplos los chicos, alguno dice: “Ay mira aquella vieja” y bueno entonces... cuantas veces me habrán dicho vieja a mi (risas)

-¿Y usted que nombre prefiere?

Y bueno que nos digan personas mayores, nos digan abuela, abuelo. Así una palabra así, así me gustaría.

- Bien la siguiente pregunta es ¿Cómo considera usted que trata la sociedad a los viejos adultos mayores?

¿La sociedad? Y depende de cómo uno... también... porque hay personas que se... como digamos que, por ahí tienen vergüenza de... porque pienso que nosotros somos iguales, una persona mayor y una persona joven, una persona que sea de... ponele de otro nivel de uno. Pero como te digo somos todos iguales, pero bueno algunas personas si hacen diferencia, hacen diferencia.

- ¿Qué diferencias?

Por ejemplo, diferencia... ponele que usted tiene más o tiene menos... o personas, hay veces que las personas que han sido del mismo nivel ponele de mí, después ya llegan a tener un auto, una casa bien grande, llegan a tener cosas y ya como que se, se... como dicen las abuelas: “¡Ay! mira aquella se le subió los humo” (risas)

-¡Ah claro! ¿Usted habla que hay diferencias entre las personas de su edad?

Claro...

- Bien pero ¿Cómo debería tratar la sociedad a los adultos mayores?

Yo creo que deberían tratarlos bien, con cariño porque son personas adultas, necesitan el respeto, necesitan el cariño, el amor de la otra persona hacia nosotros, que somos ya mayores. Especialmente de los jóvenes, porque a veces dicen “aquellas viejas, que aquel viejo..” que se yo... no le hablan con cariño, con (inaudible); o ponele que por ahí lo ven ir con un bolso, y hay chicos que sí agarran y dicen: “¿Abuelita la ayuda a llevar su bolsito?... esto que lo otro, la ayudo a subir al colectivo”; y hay personas que no más bien te empujan y suben, y en especial los jóvenes.

- ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor?

Características, ¿por ejemplo? Eso no entiendo ¿cómo sería?

- Por ejemplo características físicas o como se ve una persona mayor.

Ah a veces se van haciendo jorobaditos o algunos se van achicando como dicen, así dicen que se van quedando más bajitos. Yo veo que algunos... porque algunos veo que están... por ejemplo hay unas compañeras que yo tengo, tienen 98 años, 88 años y están más derechitas que yo, y yo tengo 70. Hay personas que sí, que se van doblando, pero eso dicen que es, por lo que uno no hace actividad de temprano. No hace la actividad está sentado, no hace movimientos, no sale a caminar, no va a la natación, no hace nada entonces vamos a la sillas de ruedas. Eso es lo que nos explicaron también a nosotros. No hacen actividad física, no caminan, no hacen, se dejan estar, se dejan...se dejan mucho y llegan a eso.

- Claro, y ¿características mentales o psíquicas?

Hay personas que sí... por ejemplo yo tengo una profesora, que ella de hace años es nuestra profesora. Pero a ella como que le está agarrando como alzhéimer en la cabeza, ella se olvida de las cosas. Yo también me olvido a veces. A veces guardo las cosas en un lado y no me acuerdo, después pienso y entonces me acuerdo, voy y busco y ahí está. O sino ponele que dejo una cosa en un lado, dejo otra cosa en otro lado, y no sé si eso será. La profesora también es así que se olvida de las cosas.

- ¿Y eso le pasará a todos los adultos mayores?

No, no creo a todos porque hay personas que están bien viejitos ya y no, no son así. Mi marido por ejemplo, él tenía alzhéimer, pero él era porque cuando él era joven, él tomaba mucho. Le dijo el médico que era por eso porque iba perdiendo la neurona, algo de la cabeza me decía el médico. Que por eso él ya no tiene todo eso, y ya se descontrola, que ya se olvida las cosas o... más o menos nos explicó eso.

- Bien y ¿para usted la vejez del hombre y de la mujer es la misma, o envejecen de diferente forma?

A veces, no es lo mismo porque algunas personas mayores, así de hombres, se hacen muy renegonas, empiezan a renegar, les molesta si viene el nieto, les molesta si... la bulla, que no quieren que pongan música, que no vean tele; y otros no, son viejitos y les gusta la música, le gusta escuchar música, les gusta ver a los nietos, les gusta ver tele y comparten no son tan renegones. Y las mujeres lo mismo, las mujeres también son lo mismo.

- Bien, desde su punto de vista ¿el adulto mayor tiene que tener algún papel o función en la sociedad?

¿Algún papel en la sociedad? Pienso que no, que uno trata a su manera, o no... solo que dependa de alguien para que pueda tener, no sé, puede ser, sí.

- Pero ¿el adulto mayor ya no tiene que trabajar?

Sí, el adulto mayor trabaja hasta que puede, y no puede bueno ya no, ya no ya.

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo? ¿Cómo?

Eso sí, no hay que dejar la actividad, caminar, tener contacto con la familia, con las personas, no aislarse digamos. Porque hay personas que se aíslan, no quieren hablar, no quieren charlar con nadie y se enferman, se enferman más rápido. En la vejez mientras uno puede hace, sale, charla, baila, de todo. Puede hacer de todo mientras se sienta bien.

- En su opinión ¿la vejez tiene aspectos positivos?

Si, por ejemplo las actividades que hacemos la... todas las cosas que hacemos, que hacemos gimnasia bailan, todos... porque somos todos adultos los que están, no solo los jóvenes lo hacen.

- Bien ¿y la vejez tiene aspectos negativos?

Algo negativo yo no, que tenga algo que me niegue hacer o que pueda y no lo quiera hacer, me niego. No, no. Algunas sí, sí, dicen: “no, yo que voy a estar yendo ahí a meterme”; o cualquier cosa se niegan, “hace gimnasia movete, camina”; “no, no déjame nomas como estoy, así estoy bien”, y bueno así...

- Perfecto, y ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Bien porque se sienten bien, porque algunas personas van y dicen: “Ay que felicidad estar aquí con ustedes, tomando mates, haciendo las cosas, aprendiendo; porque en mi casa lo único que hago es renegar o que ya esto, que mi marido, que mis hijos, que se yo; pero acá me siento bien por lo menos una hora”, porque vamos una o dos horas.

- ¿Qué otras características tienen estas personas?

Son personas que tienen ganas de seguir viviendo, porque la persona que no tiene ganas de seguir viviendo se va a aislar, y va a estar ahí metida sentada, que se yo. En cambio, las personas que quieren seguir viviendo haciendo actividad, van a la misa, van a (inaudible), hacen alguna actividad y es salud, eso es salud

- ¿Quisiera agregar algo más sobre lo que es la vejez?

Que nos sigan ayudando así, porque los gobiernos nos ayudan, digamos que le pagan a los profesores para que vayan y también la señora que es la encargada, que es muy buena persona, nos ayuda bastante, nos da consejo, nos trata de mantener y de traer más gente. Cada año viene más gente, seria lindo que sigamos que no se termine eso, ponele, cuando yo no este, pero que sigan.

- ¿Qué propondría para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

Todo lo que queremos hacer hay, así que tenemos todo.

- Perfecto esa es la última pregunta. Muchísimas gracias por su participación.

Entrevista A4

- Bien empecemos con la primer pregunta ¿Cómo conoció este establecimiento?

Bueno a mí me llamo Juanita, la presidenta.

- Bien pero ¿usted es jubilada?

Sí.

- Entonces ¿se jubiló y decidió buscar un centro?

No ella me busco, yo no busque nada.

- Entonces ¿usted ya la conocía a la presidenta?

No, no, yo vine porque quería aprender folclore. Otra cosa es que mi hermano iba al Centro Argentino, era socio, de ahí conocía también.

- Ah bien entonces ¿usted empezó a venir al centro para realizar folclore?

Empecé con tejido, también estaba en folclore, pero me fui de folclore y me quede con tejido.

- ¿Por qué eligió tejido?

Porque quería tejer nada más que un saquito, que tejí. Nada más que para regalar a una familia mía que tenía un bebe chiquito. Resulta que el saquito todavía no le entregue.

- Uh en serio ¿Por qué?

Y porque tengo que llamarlos por teléfono, y seguido no los veo. Cuando los llame recién los voy a invitar a la casa, que vengan a buscar el saquito (risas)

- ¿Le gustaría realizar otra actividad dentro de este centro?

¡Mmm! No sé, me parece que no. Lo que pasa es que tengo muchas cosas que hacer, así por eso no; y otra cosa es que tengo que venir desde lejos y caminar varias cuadras, y hace calor en el verano.

- La siguiente pregunta es ¿Qué es la vejez?

En general tratar de vivir lo mejor que se puede, conversar, tratar de llevarse bien con todos con la familia, tratar no hablar mal de nadie, ser lo mejor.

- ¿Ser lo mejor?

Por ejemplo, bueno uno estar bien, si uno está bien hace sentir bien al otro también.

- Claro, pero sí tendría que definir la vejez, Por ejemplo la vejez es esto ¿Cómo la describiría?

Bueno uno... por ejemplo yo...este... a uno ya le empieza a doler una cosa, le duele lo otro, es así la vejez. No viene sola, viene acompañada de varios, varios problemas de salud. Y uno tiene que tratar de cuidarse de ir al médico.

- Y para usted ¿en qué momento (o a qué edad) empieza la vejez?

Mira yo te voy a decir que cuando yo tenía 26 años, yo me sentía vieja. Me parecía que... una chica se había casado a los 19 y había enviudado a los 21; y se ha vuelto a conseguir un novio a los 26. Yo decía: "como tan vieja se vuelve a casar de nuevo"; yo tenía 15 (risas). No sé porque pensaba así...

- Mire usted qué raro, ¿y sigue pensando así?

No, ya no.

- Claro, pero ¿existe un momento en particular en el que empieza la vejez?

Como te estoy diciendo, que uno empieza a sentir que le duele de acá, allá. Cuando uno ya siente que le pesan los años, por ejemplo; que le duele... por ejemplo yo tengo operada la rodilla porque tenía artrosis. Y un buen día, bueno me atendía el médico y le digo: "mire doctor yo quiero que me opere", directamente; y me dice: "bueno". Porque mucha gente tiene mucho miedo de operarse. Tengo una vecina que ella dice que no se va a operar, porque tiene una hermana que ha quedado postrada en cama. Yo le digo: "mira lo que pasa es cuando uno, por ejemplo yo cuando me iba a operar, yo pensé de que yo iba a quedar bien, en todo momento, pensé que iba a quedar bien, que no me iba a ir mal, y así fue". Pero sí, el primer mes he sufrido muchísimo, ya estaba en la casa ¿no?; mientras estaba internada estaba todo de lo más bien. En la casa que me dieron calmantes, el calmante no me hacía nada. Apenas me aguantaba en la cama era un dolor terrible en la rodilla, me tenía que levantar a caminar, caminado no duele. Un mes entero así, pero valió la pena porque después quede bien, sin dolor, sin nada. Pero mucha gente le tiene mucho miedo, prefiere aguantar el dolor.

- Claro es que esa gente capaz que conoce a otros que quedaron mal, entonces eso los desanima más. Bien continuando con las preguntas... ¿Cuáles son los nombres que se utilizan para referirse a una persona mayor de 60 años?

Y le dicen... como te puedo decir (silencio). Vieja, persona mayor, o la tercera edad también.

- ¿Que nombre le parece más adecuado?

Me parece más adecuado tercera edad

- Bien y ¿Cómo considera usted que trata la sociedad a los adultos mayores?

Para mí los trata bien, porque yo tengo una amiga que apenas anda caminando, y sin embargo todos la ayudan para subir al ómnibus, caminar, cruzar la calle.

- ¿La sociedad los trata bien entonces?

Sí yo pienso que sí, lo que yo veo (silencio). Lo que pasa es que yo estuve viviendo en Buenos Aires mucho tiempo, hace seis años que yo estoy viviendo acá y yo lo que noto es que vivir allá es distinto que vivir acá. La gente es distinta. Por ejemplo acá cualquier cosita... yo tenía la costumbre, por ejemplo cuando yo recién llegue, después de tanto tiempo de vivir allá me vengo acá. Yo tenía la costumbre por ejemplo, de que si yo me iba a algún lado me encontraba con una persona, yo contaba en la casa que me la encontré, que me dijo esto, me dijo otro, o si no de lo que pasaba en la casa y ellos se enojaban. Me decían "por qué yo tengo que contar las cosas de la casa", una costumbre como hablar de cualquier cosa ¿no? Así que yo no podía decir nada de mis hermanas, de mis sobrinas, ni de nada, así que yo no digo nada de ellas afuera. Porque si yo llego a decir al, que dije esto, se enojan.

- ¿Con quién vive?

Con mis hermanas y mis sobrinas. Bueno así que tuve que ir acostumbrándome a eso, a no decir nada, para poder llevarme mejor ¿no? ¿Cuál es la otra pregunta?

- ¿Cuáles son las principales características de una persona mayor? o ¿cómo describiría a una persona mayor?

Renegona. Reniega por cualquier cosa, con nada está conforme.

- ¿Y otras características?

Bueno yo conozco muchos adultos mayores que están bien, físicamente mal, y otros que están mal. Tengo una amiga que está bastante embromada, pero si en la calle, en todos lados la ayudan pero, pero... por lo menos mis hermanos están todos bien y ellos son mayores que yo.

- Para usted ¿el hombre y la mujer envejecen de la misma forma?

Me parece que el hombre envejece primero, es lo que yo creo ¿no?

-¿Por qué será que envejece primero?

Y pienso que por el trabajo y se va primero también (silencio)

- Desde su punto de vista ¿el adulto mayor tiene que tener alguna función o tarea en la sociedad?

Pienso que sí.

- ¿Cómo cuáles?

Ayudar a la gente que por ejemplo está internada o también... en la iglesia. Cosa de hacer algo

- ¿Por qué?

Y para mantenerse en vida, tener algo que hacer, no quedarse sin hacer nada.

- ¿Usted cree que la vejez es un momento para mantenerse activo?

Claro, por supuesto porque si no... te pones a pensar y a pensar en lo peor, en cambio estando activo no. Tu mente está ocupada en algo que ayuda, que te ayuda a estar mejor. En cambio te quedas sentada en la casa como hacen muchos que hacen... que te pones a pensar en lo peor, que ya te va a venir a llevar...

- Claro y... ¿Qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

¿Descanso? Y bueno... no sé qué tipo de descanso. Y bueno sí, uno puede estar en tiempo de descanso y también puede... ¡no!, uno tiene que hacer algo no puede mantenerse siempre descansando. Tiene que estar en actividad

- Bien ¿Cuáles son los aspectos positivos de la vejez?

No lo sé.

- ¿Y tiene aspectos negativos la vejez?

Emm... ambas cosas me parece positivo y negativo.

-¿Cómo cuáles?

Positivo y negativo, las dos cosas.

- Bien y para usted ¿qué sería lo positivo?

Lo positivo sería uno mantenerse en actividad y negativo no hacer nada, quedarse sentada, acostada mirando televisión, aburrida

- ¿Cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Yo las veo divertidas, con ganas de aprender. Con ganas de aprender algo, por eso vienen si no, no vendrían acá

- ¿Qué propondría para mejorar el centro o que actividades te gustaría que se incluyan?

No, no está bien todo lo que están haciendo.

Entrevista A5

- Bien comencemos... ¿Cómo conoció este lugar?

Por medio de una señora amiga.

- ¿Cuáles son los motivos por los que decidió venir a este centro?

Bueno porque me dijeron que hacen viajes... bueno que a uno lo llevan por ahí... por ahí hacen festivales, cumpleaños, todo eso que sabían hacer; a mí me gusta pero más me gusta viajar; pero ahora no lo estoy haciendo, por razón que tengo un esposo enfermo, no anda bien de salud, no lo puedo dejar, ese es el problema. Pero a mí, si, si me gusta, lo que más me hace bien a mí, es el viaje porque yo me despejo. Y lo que a mí me pone nerviosa acá es... por la razón que cuando están hablando las señoras y las otras hablan y hablan, eso como que me pone así –pone la mano alrededor de su cabeza- la cabeza. El murmullo me pone mal, porque más que acá retumba has visto, el salón es grande, retumba. Si yo ni a mis nietos los aguanto, “callados” les digo, a mí no me gusta que se estén metiendo cuando estoy conversando con alguien, es lo peor; a mí no me gusta porque yo no soy así, tienen que respetar.

- Si acá el salón retumba cuando ponen música porque es muy grande, ¿y usted que hace en el salón?

E: Artesanías, me encanta me entretengo. No estoy pensando en otra cosa, estoy pensando qué esta bonito para hacer. Eso me gusta. A mí me gusta todo, por ejemplo tejido a mí me encanta desde chiquita me gusto tejido. También ido a tejido, ido a

cocina, varias cosas, juguetería. ¡Bah! antes cuando era más joven, pero ahora como que ya no puedo andar mucho.

- Y si tendría para hacer otra actividad dentro de este centro, ¿Cuál le gustaría hacer?

A mí me gustan todas esas cosas... de actividades plásticas.

-¿Y algún otro tipo de actividad?

Me gustaría ir a hacer natación, eso. Es que como le digo no tengo, no puedo por mis nietos y justo que son en los momentos en que mi hija trabaja. Porque ella trabaja en tres escuelas y entonces yo me tengo que quedar con los chiquitos. Entonces eso es lo que me ata a mí, ahora para las vacaciones... ¡Ah! ya no, para las vacaciones no van. Por eso es, sino sí. Como le estaba contando a la señora que yo tenía una chica que me cuidaba a los chiquitos, ha salido robando celular, un montón de cosas a mi hija; y después otra señora también les saco cosas. Así que yo ya no tengo confianza, mejor yo me las arreglo como puedo. Uno con tanto sacrificio hace las cosas para que después le roben. No se consiguen personas que sean muy comue... y eso es lo que a mí me incomoda; y ahora poco salgo es por eso que tengo mi marido que no anda bien de salud, tiene una enfermedad bastante fea...yo estoy con mi esposo y mi hija, que como es divorciada tiene dos hijos uno de 7 y el otro de 12. Esta mañana me tuve que ir a dejarlo a uno al colegio, porque mi hija trabajaba, tenían acto ellos en el colegio, me dice: "mamá llévalos". Bueno he tenido que ir, llevarlos; y así... El otro que también, a veces hay que ir a traerlo del colegio al más chico. Así que eso es lo que a mí... y ya vengo cansada yo no puedo andar así; si el doctor me dijo que no haga muchas cosas y yo hago muchas cosas.

- Pero que bueno que tiene tiempo para hacer pintura...

Sí, eso sí.

- Bien y si usted tendría que recomendar a una persona de su edad que haga artesanías ¿qué le diría?

Que vaya para que se entretenga, que es lindo. Uno se distrae.

- Bien, perfecto.... La siguiente pregunta es ¿Qué es la vejez?

La vejez no sé... para mi es medio fea (se ríe). Medio fea porque yo estoy acostumbrada a hacer mis cosas, por ahí uno está enfermo tienen que estar esperando que le hagan o que le sirvan, eso a mí no me gusta. A mí me gusta hacer mis cosas, yo soy una persona que no me gusta que me estén sirviendo. Y aparte que uno ya no puede hacer las cosas que le duele un lado, que le duele el otro. Entonces uno se siente un poco mal, se siente mal, inútil como digo. Por eso a veces yo voy a tejido, voy a tejido porque, como que ya me olvido a veces de las cosas. Uno cambia ya, la vida de uno. Por lo que uno ya no es lo mismo que cuando uno es joven que le gusta salir, que le gusta ir a una fiesta. Uno ya no, ya no está en eso. No es porque a uno no le gusta a mí sí me gusta, ver cuando se divierten. Antes era lindo porque antes en la fiesta, en los bailes iba siempre tanto jóvenes como mayores, como padres con sus hijos. Ahora no, ahora van a eso, ¿cómo le llama?... a la Balcarce que le dicen ahí, si van todos los chicos jóvenes, se emborrachan.

- Es que eran otros tiempos, la verdad que ahora no le piden permiso a los padres (risas)

No, claro, no.

-Continuando con las preguntas para usted ¿en qué momento cree que empieza la vejez?

Y por lo menos a mí a los 60. Yo ya me sentí que ya no era como antes, más liberal, más cómo te puedo decir... más... como que ya uno, ya como que te dejas de las cosas, de las reuniones, de las fiestas, de las cosas esas, que uno ya se va por ahí... las reuniones, has visto o algún comue ya no... o algún almuerzo que te invitan a mí ya no me llaman la atención. Antes sí, porque a mí sí me gustaba la música. Bah! Me gusta la música, pero de antes, no de ahora. Ahora hasta son de palabras feas la música ahora, ya no me gusta eso, antes no era así. Si era lindo, por ejemplo los tangos, los chámame, el vals, esa música era bonita, los bailes esos. Yo digo, si yo no estaría mal de mí rodilla a mí me gustaría aprender tango seguido. Practicar tango, pero es por la rodilla, a mí me duele. A lo mejor estoy de lo mejor bailando y venga el dolor ¡Ay Dios mío, qué vergüenza! Ese es el problema...

- Claro, y en su opinión ¿cómo se debería llamar a las personas mayores?

¿Cómo decirles? ¿Cómo tratarlas? Para mí como personas mayores, más me comue.... Algunos dicen la viejita, qué más le dicen.... A veces en un programa que veo yo, para no decirles viejas le dicen rucas. Allá en Miami, Estados Unidos, yo veo un programa de allá de México. Así hablan para no decirles viejas (se ríe). Había una señora grande viera como bailaba de lindo, tenía 80 años con unos tacos así y un cuerpito... y el hijo, ya grande también, dice: "cómo va a bailar mi mama así, como se va a presentar así, es una vergüenza". Y le dicen: "¿por qué vergüenza? Es una diversión, si a ella le gusta, si ella está bien"; y es verdad pues... La hija sí, la hermana sí estaba con su mama: "no, yo quiero que mi mama haga eso, se divierta". Y dice: "cuarenta años lo atendí a mi marido, cuarenta años que me ha puesto los cuernos, esto que otro, lo aguantado". Porque estaba en el... ¿cómo se llama dónde están los viejitos?

- ¿En el geriátrico?

Aja y ella también parece que estaba, pero estaba en... cómo se llama con otra señora, pero estaba bien, ahí dicen que se reunían ellos a bailar. Y el muchacho dice: "sí yo ahora lo voy a sacar a mi papá de ahí, porque mi mama lo deja a mi papá, no lo cuida"; "y si cuarenta años que yo lo he cuidado, que yo le he tenido que aguantar a tu papá. No, yo estuve 40 años ¿y mi vida qué?". Así le dice: "¿y mi vida qué?", como queriendo decir que ya uno ya, pronto se acaba. ¡Claro! Quiere disfrutar los últimos años de vida que tiene.

- Claro por supuesto, así debe ser... (Risas) ósea que el hijo lo apoyaba a su papá...

Has visto... (Se ríe)

-Bien, y usted ¿cómo considera que trata la sociedad a los adultos mayores?

¿Cómo es el trato? Yo pienso que bien, bien. Por lo menos yo no vi ninguna cosa que hayan tratado mal. Me han tratado bien.

- Y para usted ¿cuáles son las principales características de una persona mayor?

Ni idea tengo... no, no, no tengo ni idea.

- Bien no hay problema, recuerde que cuando no entienda una pregunta me puede preguntar y ¿se producen cambios en el adulto mayor?

Y... porque uno ya pierde toda la... cómo te puedo decir. Como cuando uno es joven, has visto una ya le salen las arrugas por todos lados, que ya no le quedan... así decía un tío: "ustedes aprovechen saquéense fotos ahora que son jovencitas porque cuando sean viejitas, ya para qué, arrugadas, ni la ropa les queda bien". Es verdad eso, que hay veces no nos queda bien cualquier ropa, hay que fijarse bien. No nos queda, ya no es lo mismo cuando uno es joven.

- Y otros cambios, por ejemplo mentales...

Bueno... dicen que uno ya, cómo que dicen... que uno el cerebro ya como que.... Para mí es como si fuese que el cerebro de uno se está achicando y entonces por eso la sangre no circula bien. Para mí es eso no sé, porque yo le digo al doctor, porque yo a veces reniego porque me olvido. Por eso yo aquí de noche no, no, yo no voy de noche porque yo me pierdo, sola. Porque yo no tengo quien me acompañe.

- Claro, igual es peligroso mas ahora, pero para todos... Bien ¿y usted cree que el adulto mayor tiene que cumplir algún papel o función en la sociedad?

Yo pienso que algunos sí, porque si están bien, por qué no. Bueno porque hay muchas personas mayores que van a la universidad, están estudiando.

-Bien, entonces la vejez es un momento para mantenerse activo?

No, pero no, no creo... casi.

- ¿No cree que en la vejez se puede salir, hacer gimnasia?

Bueno así estando bien sí, claro. Yo reniego de mí porque a veces no puedo hacer algunas cosas, más reniego cuando me olvido ¡Ay! Yo nomas me reto porque cuando voy a hacer una cosa no sé a donde he dejado. Eso es lo que más me molesta a mí la pérdida de memoria. Después no, todo bien de salud que puedo pedir a Dios.

- Bien y ¿qué opina de la idea de que la vejez es una etapa de descanso?

¿Que pienso?... si estando bien de salud sí, pero cuando uno está enfermo no es descanso...

- Bien y ¿cuáles con los aspectos positivos de la vejez?

¿Cómo ser?

- Por ejemplo tener más tiempo para los nietos. ¿Eso le parece un aspecto positivo?

Tener más tiempo para los nietos, sí, sí.

- Entonces podemos decir que tiene mayor tiempo para disfrutar.

Algunas veces no, porque uno siempre está haciendo una cosa u otra. Y lo otro que yo me entretengo mucho es con las plantitas, porque a mí me gusta mucho las plantas cuando estoy así comue, me voy a ver las plantas. Yo las hablo a las plantas... pero ahora están feas, porque hay veces que uno... el tiempo también, para las plantas hay que necesitar tiempo.

- Que lindo que pueda tener tiempo para sus plantas, ¿y me podría decir algún aspecto negativo de la vejez?

Yo por ejemplo, yo reniego, le digo a mis hijos a mí me da bronca, porque yo no tengo estudios le digo; porque yo tengo nada más que el primario, y ellos a veces me dicen cada palabra que... "yo no entiendo", le digo. "Yo por eso le digo a ustedes tienen que

estudiar, tienen que ser alguien". Mi hija ha estudiado, mi otro hijo también. Pero eso es lo que a mí me da rabia, porque a veces uno va al médico te habla una cosa, te dice otra cosa, y vos no sabes qué es, qué quiere decir, qué significado tiene esa palabra. Eso es lo que más me molesta a mí, lo que no hice.

- Bueno, hay muchos lugares donde puede aprender.

Pero no tengo tiempo, por eso te digo...

- Claro, entiendo... y ya llegando a última pregunta ¿cómo describiría a los adultos mayores que asisten a este establecimiento?

Bueno, que está bien que vengan. Porque conversan, que por ahí uno se distrae porque uno se distrae; por eso que yo también vengo aquí porque conversan, cuentan cosas. Y cuando yo voy a tejido es lo mismo "Ah vos sabes esto, esto y lo otro", y es lindo. Charlamos, conversamos, nos reímos. Más nos reímos porque hay personas que te dicen cada chiste que te hacen reír. Sí, hay una señora... ¡Ay! y que uno va con pocas ganas y ella te hace reír, te olvidas. Porque hay una señora que le decían la doctora Rímolo. Porque ella todo sabe, "ay –dice- cuando ustedes sientan así, estén cansadas, respiren hondo y despacito" y dice cada cosa que nos hace reír. Eso me gusta a mí. Algunas veces uno esta con algo malo y no, yo salgo de ahí me olvido que me estaba doliendo la cabeza que esto, que lo otro; me olvido.

- Bien, esas son todas las preguntas, le agradezco mucho su participación.

ANEXO 4: DOCUMENTOS

4.- El Decálogo de la Ancianidad (Cap. II-C)

- a.) **Derecho a la Asistencia:** Todo anciano tiene derecho a su protección integral por cuenta de su familia. En caso de desamparo, corresponde al Estado, proveer a dicha protección, ya sea en forma directa o por intermedio de los institutos o fundaciones creados, o que se crearen con ese fin, sin perjuicio de subrogación del Estado o de dichos institutos, para demandar a los familiares remisos y solventes los aportes correspondientes.
- b.) **Derecho a la Vivienda:** El derecho a un albergue higiénico con un mínimo de comodidades hogareñas es inherente a la condición humana.
- c.) **Derecho a la Alimentación:** La alimentación sana y adecuada a la edad y estado físico de cada uno debe ser contemplada en forma particular.
- d.) **Derecho al Vestido:** El vestido decoroso y apropiado al clima completa el derecho anterior.
- e.) **Derecho al Cuidado de la Salud Física:** El cuidado de la salud física de los ancianos ha de ser preocupación especialista y permanente.
- f.) **Derecho al Cuidado de la Salud Moral:** Debe asegurarse el libre ejercicio de las expansiones espirituales, concordes con la moral y el culto.
- g.) **Derecho al Esparcimiento:** Ha de reconocerse a la ancianidad el derecho de gozar mesuradamente de un mínimo de entretenimientos para que pueda sobrellevar con satisfacción sus horas de espera.
- h.) **Derecho al Trabajo:** Cuando su estado y condiciones lo permitan, la ocupación por medio de laborterapia productiva ha de ser facilitada. Se evitará así la disminución de la personalidad.
- i.) **Derecho a la Expansión:** Gozar de tranquilidad, libre de angustias y preocupaciones en los últimos años de existencia, es patrimonio del anciano.
- j.) **Derecho al Respeto:** La ancianidad tiene derecho al respeto y consideración de sus semejantes.

Modalidad de trabajo:

Reuniones semanales con los socios

Atención a consultas de los asociados para llevar a cabo acciones

Carácter participativo de cada uno de los integrantes del Movimiento

Trabajo en Subcomisiones, tomando ideas de los asociados que concurren a las reuniones semanales

Trabajo coordinado con Instituciones del Estado destinadas a Adultos Mayores
Participación en cada actividad que involucre a los Adultos Mayores

Cuidar que no se vulneren los DERECHOS de nuestros asociados y efectuar los reclamos pertinentes

Transmitir INFORMACION en especial para que cada asociado sepa reclamar por sus DERECHOS

Actividades recreativas

✓ Viajes



✓ Reuniones sociales



✓ Festejos



Reuniones semanales:

Todos los jueves de 18:00 a 20:00

Movimiento de Jubilados y Pensionados "Salta"

- ✓ Asociación civil sin fines de lucro
- ✓ Personería Jurídica Nº403/07 Ref. 404/10
- ✓ Sede: Rivadavia N° 1.277
- ✓ Tel: 4312597 – Cel: 387 5 003260



Objetivo General:

Los Derechos que les corresponden a los Adultos Mayores; fundamentalmente el derecho a la información.

¿Qué se necesita para ser socio?

- ✓ Ser jubilado y/o pensionado
- ✓ Concurrir a la sede con fotocopia del DNI y recibo de haberes

ANEXO 5: CATEGORIZACIÓN

TALLER DE GIMNASIA

Unidad de análisis	Categoría
G1: Es una etapa, una etapa de la vida este... y hay que aprenderla a vivir.	Definición de vejez
G2: Para mí la vejez es un cambio que a veces nos cuesta...	Definición de vejez
G3: La vejez es cuando una cumple más años, va envejeciendo que uno ya siente dolores de huesos, que ya no se puede caminar, de todo un poco. Y algunos que tienen menos edad no envejecen pero se le... mejor dicho, esta arruinada esa persona más que uno, se arruina joven, la mala vida o cualquier cosa que pasa, los problemas todo eso, le arruina mucho a la persona.	Definición de vejez
G5: La vejez es... para mí la vejez es... el comienzo de la decrepitud (silencio). Es un como un viaje de vuelta, como que estas volviendo, no como que tienes un futuro, ósea llegas (inaudible) a un futuro, estas pegando la vuelta	Definición de vejez
G6: La vejez es el pasar los años, para mí es eso el pasar de los años.	Definición de vejez
G7 No como dicen uno se jubila y porque pasas al PAMI ya te tienen que amontonar allá. Allá te tienen que arrinconar, "no este viejo ya no sirve", no, están equivocados.	Contexto y vejez
G3: Y es ya, cuando uno cumple los 60 años	Inicio de vejez
G4 La vejez, para mí todavía no empezó. A pesar de que tengo 70 años, porque yo no me siento un viejo.	Inicio
G5: 60. Para mí a los 60. Yo te digo a los 50 años me sentía divina, fantástica, era como si tuviera 30 o 20, y a los 60 me sentí de 60. El año que cumplí los 60 ahí empecé a sentirme mal la decrepitud, todo eso que te digo.	Inicio
G6: Y los 60... bueno porque realmente, se dice que a los 60 empieza la tercera edad y bueno es el tiempo que mayormente todos se jubilamos.	Inicio
G7 Yo voy a cumplir 69 años y no me considero una vieja, ni tampoco una pendeja, pero me siento bien.	Inicio de vejez
G2: Depende de cada persona, porque hay personas que tratan muy bien a los abuelos; y hay otras que no.	Contexto y vejez
G4...la sociedad le debe el respeto y debe darse cuenta que va también a ese camino de ser en algún momento adulto mayor. Ósea, va a pasar por esa etapa si tiene la suerte que la naturaleza le siga dando vida	Contexto y vejez
G6: Y bueno con el mayor respeto. A mí me parece que el adulto necesita mucho respeto tanto de los niños, de los jóvenes.	Contexto y vejez
G6 Porque ellos ya son unas personas que vivieron y que tienen mucho para dar; y también hacerlos sentir útiles, porque ellos muy a pesar de que son unas personas adultas tienen mucho para dar, mucho cariño, mucho amor.	Contexto y vejez
G6 Y a nivel social la sociedad siempre discrimina al adulto que ya está en una edad que ya no sirve, que es un estorbo, ya como	Contexto y vejez

que le faltan el respeto, que el viejo debe estar en su casa, lo excluye	
G4 Y las características mentales del adulto mayor, normalmente, es más sentimental, es más de dar consejos aunque no se lo pidan.	Características de la vejez
G4: Lo que adquiere es la experiencia de vida nada más, la sabiduría de la misma vida que te dio.	Características de la vejez
G5: Camina despacito, caminan despacito yo creo que por miedo a golpearse o algo y también por los huesos. Porque realmente duelen los huesos.	Características de la vejez
G5 Yo lo veo en los varones, en los varones mayores que son más parcos, más agresivos los varones; y las mujeres son más afectivas, más cariñosas.	Características de la vejez
G6: Los cambios por ahí son la falta de memoria o también el cansancio, también puede ser la soledad.	Características de la vejez
G6 Las mujeres envejecen más rápido que los hombres. Yo digo por su actividad, porque nosotras las mujeres dentro de todo tenemos más actividad que el hombre, el hombre va a trabajar y vuelve a su casa y no hace más nada. La mujer, en cambio, si trabaja, llega a su casa y sigue, la limpieza la cocinada, la lavada y... sí.	Características de la vejez
G7: Bueno todo, todo tenes que cuidarte por vos misma, por tu salud porque, bueno porque las cosas son así ya cambian un poquito.	Características de la vejez
G7 No, sabes lo que pasa que el hombre es más inservible, más inútil, vos has visto ellos se desesperan, son más servidos por eso. Sí, sí, sí es distinto porque ellos entran hasta en un estado depresivo, porque ya se jubilaron, porque ya... claro en cambio la mujer es más activa pue, entonces una inventa cosas.	Características de la vejez
G1: La función sería de...también de luchar por su bienestar. No, no quedarse en la casa siempre, porque a veces es cómodo estar en la casa y ver la tele, y decir y hablar con el vecino, si el gobierno esto, el gobierno esto otro, la fulana esto, pero no, nosotros no hacemos nada.	Contexto y vejez
G2: Yo pienso que la persona a esa edad ya no tiene que trabajar, porque ya ha trabajado demasiado pues. Tendría que descansar, estar con su familia.	Contexto y vejez
G2: Por ejemplo yo, desde que me jubile de ahora que estoy un poco vieja	Inicio de vejez
G4: Entonces, eso es lo más importante que uno tiene que luchar para eso, ya que uno se va poniendo más grande, entonces por lo menos para... hay gente más grande que yo todavía, y sufre, padece esas cuestiones,	Contexto y vejez
G4...hay mucha gente que tiene mucha capacidad para seguir trabajando.	Contexto y vejez
G6: El adulto mayor todavía está capacitado, digamos para enfrentar algunos desafíos de la vida.	Contexto y vejez
G6 Entonces uno está para la lucha, todavía se siente con esa fuerza de luchar por lo que a los viejos les corresponde.	Contexto y vejez
G6 Que por ahí esa parte, digamos yo la veo como discriminar, ¿no? al adulto de la parte del gobierno. ¿Porque? Porque para	Contexto y vejez

ellos el viejo ya no le suma votos, y sin embargo, el abuelo es el primero que está en las urnas.	
G1: Los positivos son que uno se siente tranquila Me siento, siento que puedo disfrutar mis nietos, y puedo realizar las actividades que yo quiero, me siento bien y tranquila.	Definición de vejez
G1: ...que a veces la misma gente te discrimina. Más si vos te juntas con gente muy joven también te discriminan. Por ejemplo uno habla y ellos...	Contexto y vejez
G1: Que es una etapa linda porque los sentimientos no se van, si no que siguen vivos los sentimientos de amor, de manifestación	Características de vejez
G1: Se necesita mucho del amigo	Características de vejez

TALLER DE FOLCLORE

Unidad de análisis	Categoría
F1: Es un estado de la vida, para mí es un estado de la vida... y es un hermoso estado. Por la experiencias, porque puedes disfrutar de tus hijos, de tus nietos.	Definición de vejez
F2: Para mí la vejez es un cumulo de situaciones que se han ido dando a lo largo de distintas etapas, de la niñez adolescencia, hasta llegar a la vejez, eso es lo que yo pienso.	Definición de vejez
F3 No, no me siento vieja. Vieja por los años, pero de acuerdo al espíritu de cada uno.	Inicio de vejez
F4: Y la vejez es la disminución de la capacidad física de la persona, tanto psíquica como física.	Definición de vejez
F5: Y la vejez es un estado de cada persona, de la vida. Es natural que unos nacen y otros se mueren. Es algo normal y natural para todos.	Definición de vejez
F6: Entonces para mí la vejez es como que es una cosa que día a día te va llegando y que la tenes que soportar, que tenes que decir que sea lo que Dios quiera.	Definición de vejez
F6 Cuando ya no puedes hacer nada de lo que a vos te gustaría hacer, de lo que vos podrías hacer	Inicio de vejez
F5: Es un trayecto que lo tenemos que pasar, pero no, no lo tomo como que ¡uh! lamentándome ni nada, al contrario, porque viste que uno cuando es joven te falta experiencia, y cuando sos grande ya la tenes y es lindo porque uno ya... no sabes todo lo de la vida pero tenes experiencia y está bueno a mí me gusta, me siento bien yo.	Definición de vejez
F1 Yo pienso que la vejez, fijate no tiene una fecha. Yo digo que vieja es la persona que ya no tiene ganas de vivir, que no tiene proyectos, una persona que se siente cansada. A mí me parece que ahí empieza la vejez, porque a mí me parece que hasta ahora yo todavía no la siento a la vejez.	Inicio de la vejez
F1: Para mí no hay una edad, porque hay jóvenes viejos, jóvenes viejos, jóvenes que están cansados de vivir, se matan. Para mí, esos son jóvenes viejos porque no asumen las cosas. Por eso te digo que la edad no. <u>No, la vejez no tiene una edad.</u>	Inicio de vejez
F3: Yo creo que si vos te quedas como que están pasando los años y vos lo ves a los años pasar, es ahí donde te agarra la vejez, o la vejez o si estas enfermo.	Inicio de vejez

F5: Y depende de cómo la persona se sienta; porque ya te digo hay gente de 40 años que dice que ya se siente vieja; y gente de... y para mí es a los ochenta; y ni ahí mira.	Inicio de vejez
F1: Para mí los tratan mal, los tratan mal los jóvenes. Los jóvenes creen que nosotros somos de otro planeta y por ahí no quieren estar con vos, no quieren ni hablar porque creen que nosotros no encajamos en la conversación de ellos.	Contexto y vejez
F2: Hay personas que atienden muy bien a los mayores, pero hay otras que no llegan a pensar que en el día de mañana ellos van a estar en el lugar de nosotros; y es por eso que ellos no sienten en el momento la adultez del viejo o de las personas mayores, no saben ubicarse que ellos también van a llegar a ese lugar.	Contexto y vejez
F3. Entonces creo que está mejorando y que podría ser mucho mejor, que podría ser exclusivo el trato, lo primero que tendría que ser primero es el trato, a las personas mayores tratar de hacerlas sentir mejor de lo que uno esta.	Contexto y vejez
F6: Por ejemplo hay muchas personas jóvenes que no las nos soportan, que no nos soportan ya a las personas mayores, digamos a los viejos, en una palabra viejos. Porque son irrespetuosos, te maltratan, te dicen "oh salí de acá" o te pechan.	Contexto y vejez
F6 Yo pienso que tendrían que ser más atentos, más amables	Contexto y vejez
F1 Vos sabes que yo veo que la mayoría de los adultos mayores mentalmente están en inferiores; tienen mucha disminución de las neuronas, se olvidan. Cuando están conversando con vos no pueden por ahí entablar la conversación, porque no pueden expresar lo que quieren decir, les cuesta, en ese sentido mental.	Características de la vejez
F1 Afectivo me parece a mí que el adulto mayor sabe amar más que los jóvenes y que los niños, que sabe amar de verdad, que sabe apreciar las cosas también en su medida justa. El adulto mayor valora más las cosas también, todas esas me parece que es superior a lo que un joven puede sentir por cualquiera, por cualquier cosa que suceda.	Características de la vejez
F4: A nivel físico, menos agilidad para moverse, para caminar	Característica de la vejez
F4 Me parece que el hombre envejece más rápido ¿Porque? porque es muy quedado, ósea en el momento en que se jubila se quedó ahí nomás. No, no van, no buscan actividad. Se sientan a mirar la televisión, a dormir la sienta larga. Yo creo que hace esto por su misma actividad por su trabajo que lo llevo a eso. No hay otro incentivo para el hombre. El hombre envejece más pronto y muere más pronto.	Características de la vejez
F6 La mujer envejece más rápido. Yo no sé si es porque tiene más responsabilidad, con los hijos, en la casa, porque ha sido... no sé si decirte maltratada, no sé si esa es la palabra.	Características de la vejez
F1: Y bueno tendría que estar integrado en la sociedad, hay adultos mayores que inclusive pueden seguir trabajando. Tendría que estar inserto en la sociedad.	Contexto y vejez
F2: Mi pensamiento es que sí, es por eso que estoy en este centro de jubilados, por lo menos tratar de ser útil. Tratar de ayudar a alguien que pueda ayudar y ver de otro foco, de otro enfoque lo que es la ancianidad.	Contexto y vejez
F2: Para mí los aspectos positivos haber recogido o haber vivido un montón de situaciones para poder explicar y transferirlo a las generaciones que vienen surgiendo.	Características de la vejez

F6: Yo digo la vejez a todos nos toca, todos tenemos que llegar,	Definición de vejez
--	---------------------

TALLER DE INFORMÁTICA

Unidad de análisis	Categorías
i2 No sé porque yo no me siento, digamos una vieja. Tampoco siento que he dejado de hacer cosas por la edad, ni por la enfermedad, ni por nada de eso.	Inicio de vejez
6: Bueno, el tiempo en el que ya uno deja de trabajar, dejas de hacer cosas que durante toda la vida estabas haciéndolo ¿no?	Inicio de vejez
i1: Es una... otra etapa del ciclo de la vida, ¿viste?	Definición de vejez
i3 Pero yo lo tomo como algo lindo, porque no solo por descansar sino que uno disfruta más de las cosas ahora, que antes no lo podía hacer, eso es lo que pasa, yo disfruto más de mi hijos por ejemplo...	Definición de vejez
i1 Y yo creo que cuando uno quiere, cuando te convertís en viejo (se ríe) digamos en el sentido negativo de la palabra, ¿no? Cuando uno decide dejarse, cuando uno decide qué bueno hasta acá y no va más, cuando te tiras en el sillón y no te quieres levantar, ahí empieza, digamos para mí.	Inicio de vejez
i2 Calculo que es cuando se deja;	Inicio de vejez
i3 Creo que a partir de los 60 años ya somos viejitos, ya somos grandes.	Inicio de vejez
i4: Yo pienso que, qué se yo, por ahí cuando están enfermas cuando...	Definición de vejez
i5: No tiene un momento, vos sabes que a veces uno dice “uh ya pasaste los 60 ya estás en la vejez”. Pero si yo estoy bien de salud, mentalmente, de cuerpo, ando bien, veo bien escucho bien, estoy bien y no, no estoy enferma.	Inicio de vejez
Viejo, viejo digamos así que ya no pueda hacer... ya sentir dolores o algunas otras enfermedades, que afectan cuando uno está en la vejez. Así que por ahora estoy con ganas de hacer cosas.	Inicio de vejez
i1: Me da bronca, somos personas como cualquier otra, nada más que estamos en otra etapa de la vida.	Inicio de vejez
i1 Por ahí nos sentimos discriminados por los jóvenes, como que no piensan que nosotros tenemos un privilegio de llegar a esta edad, como que creen que siempre van a ser jóvenes, van a tener esa vitalidad, y bueno la vida les va a ir demostrando que uno va cambiando y que siempre tenemos que aceptar a los demás.	Contexto y vejez
i6 A veces por ahí la sociedad misma te convence que ya estas out, fuera de todo. Y bueno, depende de cada uno, de ahí en más quedamos librados a nuestra suerte, ¿viste?	Contexto y vejez
i6 Yo ahí lo veo como si no lo tratarían bien y después por las cosas que se ven lo que el gobierno está haciendo, tampoco los están tratando bien porque no tienen un buen sueldo,	Contexto y vejez
i2: Primero la memoria. Solemos decir varias veces las cosas, ósea las mismas cosas, ser repetitivos en las cosas.	Características de la vejez
i2 No sé, me parece que ellos envejecen más o son más jodidos.	Características de la vejez
...si hay personas que ya se le nota porque caminan más lento, andan un poquito más despacio, tienen cuidado, todas esas	Características de la vejez

cosas.	
i5... por ejemplo mi esposo no quiere ir a ningún taller, ¿y qué hace?, se queda en casa frente a la tele y ya él ya maquina con la mente.(...) Y yo soy distinta porque todo quiero hacer y a veces el tiempo no me da. Y bueno en eso es distinto.	Características de la vejez
i6 A veces se pueden volver más cariñosos, más mimosos y otros no, otros son más renegones, en ese sentido lo vería diferente la...	Características de la vejez
i6 A veces se pueden volver más cariñosos, más mimosos y otros no, otros son más renegones, en ese sentido lo vería diferente la...	Contexto y vejez
i2 Y no sé, que esté al alcance de su mano (...)No, ves... entonces calculo que tiene que ser, por ejemplo, un horario de cuatro horas, para lo que fuese ¿viste? Cuatro horas ya es más que suficiente para mantener tu mente activa y tu cuerpo activo.	Contexto y vejez
i6 Así que como el hombre se jubila a los 65 quedan fuerzas todavía para seguir trabajando, porque algunos trabajan hasta los 70.	Contexto y vejez
i5 Pienso que depende de cada uno de la lucidez que tenga tal persona, porque muchas veces la persona se acerca más para colaborar, para ayudar	Contexto y vejez
i5 Por ejemplo, son positivas en darte un consejo, un buen consejo, para una joven, para una no tan joven, para los niños	Contexto y vejez

TALLER DE ARTESANÍAS

Unidades de análisis	Categorías
A5: La vejez no sé... para mí es medio fea (se ríe). Medio fea porque yo estoy acostumbrada a hacer mis cosas, por ahí uno está enfermo tienen que estar esperando que le hagan o que le sirvan, eso a mí no me gusta.	Definición de vejez
A5 La vejez no sé... para mí es medio fea (se ríe). Medio fea porque yo estoy acostumbrada a hacer mis cosas, por ahí uno está enfermo tienen que estar esperando que le hagan o que le sirvan, eso a mí no me gusta.	Definición de vejez
A2: Yo pienso que desde los 60 años, yo pienso así no sé... Porque en esa edad ya no tenemos la misma fuerza de antes, ya no...	Definición de vejez
A1 Hay algunos que los tratan bien y otros mal... Por ejemplo a mí, mis hijos me tratan bien y hay algunos otros hijos, que yo conozco personas que los tratan re mal a los padres todo, que se abusan de ellos.	Contexto y vejez
A2 Con más respeto (silencio) que se yo... que tengan tolerancia con los adultos	Contexto y vejez
A1: Sí, sí. Mmm o el hombre se pone más idiota no, ¿cómo se dice?... no asimila mucho la vejez, le cuesta más aceptar la vejez	Características de la vejez
A4: Me parece que el hombre envejece primero, es lo que yo creo ¿no?	Características de vejez
A4 Ayudar a la gente que por ejemplo está internada o también... en la iglesia. Cosa de hacer algo.	Contexto y vejez