



ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y TRABAJO SOCIAL: UNA MIRADA SOBRE LO COTIDIANO COMO UN ESPACIO DE DESARROLLO ÍNTEGRO PARA LAS PERSONAS MAYORES

TRABAJO DE TITULACIÓN PARA OPTAR AL TÍTULO
DE ASISTENTE SOCIAL Y AL GRADO DE LICENCIADO EN TRABAJO
SOCIAL.

AUTOR:

PARADA DÍAZ, DANIEL ALEJANDRO

PROFESORA GUÍA:

CERDA CARVAJAL, JULIA

SANTIAGO - CHILE

2023

Autorización para la Reproducción del Trabajo de Titulación

1. Identificación del trabajo de titulación:

Nombre del alumno: Daniel Alejandro Parada Díaz

Título de tesis: "Envejecimiento activo y Trabajo Social: una mirada sobre lo cotidiano como un espacio de desarrollo íntegro para las personas mayores".

Escuela: Trabajo Social

Carrera o Programa: Trabajo Social

Título al que opta: Licenciado en Trabajo Social, Asistente Social

2. Autorización de la reproducción

Se autoriza la reproducción total o parcial de este trabajo de titulación, con fines académicos, por cualquier medio o procedimiento, incluyendo la cita bibliográfica que acredita al trabajo y a su autor. En consideración a lo anterior, se autoriza su reproducción de forma (marque con una X):

X	Inmediata
	A partir de la siguiente fecha

Fecha _____ Firma: _____

Esta autorización se otorga en el marco de la ley N°17.336 sobre Propiedad Intelectual, con carácter gratuito y no exclusivo para la Institución.

NOTA OBTENIDA

NOTA OBTENIDA: 6,3
(SEIS COMA TRES)


Firma y timbre de autoridad responsable

INDICE

INTRODUCCIÓN	8
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	10
1.3 RELEVANCIA DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN PARA EL TRABAJO SOCIAL	14
II MARCO REFERENCIAL	20
2.1 LA PERSONA MAYOR EN EL CONTEXTO POLÍTICO-SOCIAL	24
2.2 EL MUNDO LABORAL DE LA PERSONA MAYOR	27
2.3 LAS POLÍTICAS PÚBLICAS Y LA PERSONA MAYOR	32
2.4 LA SALUD MENTAL EN LAS PERSONAS MAYORES	35
2.5 EL CONCEPTO “PERSONA MAYOR”	40
2.6 CRECIMIENTO DEMOGRÁFICO DE LAS PERSONAS MAYORES	41
III MARCO TEÓRICO	45
3.1 EVOLUCIÓN DEL CONCEPTO DE PERSONAS MAYORES	45
3.2 TEORÍAS BIOLÓGICAS DEL ENVEJECIMIENTO	47
3.3 EL EDADISMO	49
3.4 LA TEORÍA DE LA ACTIVIDAD	51
3.5 LA TEORÍA DE LA DESVINCULACIÓN	54
3.6 LA TEORÍA DE LA CONTINUIDAD	55
3.7 LA TEORÍA DE LA SUBCULTURA	57
3.8 ENVEJECIMIENTO ACTIVO	58
3.9 LO COTIDIANO	64
IV PROBLEMATIZACIÓN	71
4.1 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	71

4.2 OBJETIVOS	74
4.3 SUPUESTOS DE LA INVESTIGACIÓN	75
V MARCO METODOLÓGICO	76
5.1 ASPECTOS ÉTICOS	76
5.2 TIPO DE ESTUDIO	77
5.3 NIVEL DE ESTUDIO	79
5.4 NIVEL DE COBERTURA DE LA INVESTIGACIÓN	81
5.4.1 UNIDAD DE ANÁLISIS	81
5.4.2 Universo	82
5.4.3 MUESTRA	82
5.5 TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	83
5.6 CRITERIOS DE FIABILIDAD Y VALIDEZ	84
5.7 PLAN DE ANÁLISIS	87
VI. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	90
6.1 ACTIVIDAD: RUTINA Y TRASGRESIÓN	108
6.2 ENFERMEDAD Y DEPENDENCIA	115
6.3 EL ROL SOCIAL Y COMUNITARIO	118
6.4 EL BIENESTAR	123
VII CONCLUSIONES	127
BIBLIOGRAFÍA	136
ANEXOS	148

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	31
----------------	----

Figura 2.....	43
Figura 3.....	48
Figura 4.....	70
Figura 5.....	74

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.....	42
Tabla 2.....	66
Tabla 3	91

RESUMEN

El envejecimiento activo es una nueva perspectiva para comprender el fenómeno del envejecimiento, desde una mirada íntegra que dignifica a las personas mayores. Intenta restaurar el daño que se les ha causado desde las perspectivas edadistas, que han marcado a las sociedades modernas y a las Ciencias Sociales. El envejecimiento activo busca desaparecer las perspectivas del viejo y el anciano dependiente, incorporando a la persona mayor en forma activa, autosuficiente para mejorar su calidad de vida. En este estudio se busca reflexionar desde el Trabajo Social, como las personas mayores en su espacio cotidiano, incorporan nociones del envejecimiento activo, existiendo elementos esenciales y potenciadores para ser capaces de promover un envejecimiento activo pleno y que sea reflejo de su mejora en la calidad de vida.

ABSTRACT

Active aging is a new perspective to understand the aging phenomenon, from a comprehensive perspective that dignifies older people. It tries to restore the damage caused by the ageist perspectives, which have marked modern societies and the Social Sciences in working with them. Active aging seeks to eliminate the perspectives of the old and the dependent elderly, incorporating the elderly in an active, self-sufficient way to improve their quality of life. This study seeks to reflect from Social Work, how older people in their daily space, incorporate notions of active aging, existing essential elements and enhancers to be able to promote full active aging and that is a reflection of its improvement in quality of life.

INTRODUCCIÓN

La persona mayor y la mirada que ha surgido desde las Ciencias Sociales ha variado a lo largo del tiempo, cambiando la construcción social del mismo. Volviendo a definir y reconstruir la terminología para poder hablar de personas mayores, siguiendo los enfoques del derecho y las perspectivas que buscan la emancipación y el reconocimiento que este grupo social se merece. Por ello, el primer objetivo que tiene esta investigación es ir reconstruyendo con ayuda de la literatura de las distintas disciplinas sociales, como las sociedades han ido transformando su perspectiva sobre este grupo etario, cambiando las políticas públicas destinadas a la población objetivo en la que se centra este estudio. Desde perspectivas como el edadismo hasta las Teorías de la Actividad, logrando una nueva mirada a las disciplinas: el envejecimiento activo, considerando un envejecer basado en la filosofía del buen vivir y el buen morir, no como un camino de la desvinculación y un cambio negativo, sino como una visión basada en un proceso de continuo cambio y aceptación. La base de la construcción de la persona mayor como ente social y actor se irá definiendo en dos ejes centrales, lo cotidiano y el envejecimiento activo, la primera categoría relacionada con el espacio temporal donde se realizará el presente estudio y donde se entenderá las interacciones básicas y sociales de la persona mayor y como estas contribuyen a potenciar el envejecer activo que es el fin último de esta tesis y lograr comprender como la disciplina puede incorporar esta perspectiva a su quehacer profesional.

Para este trabajo se tendrá en cuenta los factores contextuales que han marcado la historia para la transformación de las miradas sobre las personas mayores, así como los efectos demográficos que han afectado al mundo en los últimos años, se hará un análisis de las “sociedades envejecidas” para hablar de la ecuación que ha marcado los últimos años del desarrollo humano, la baja natalidad y la menor mortalidad que han sido las tendencias demográficas de las

últimas décadas. Esto se documentará con los respaldos demográficos correspondientes, censos y gráficos que dan cuenta de las proyecciones de cómo va a ir evolucionando la demografía de los distintos países. Entendiendo que este fenómeno se ha visualizado de mayor forma en los países desarrollados, donde se ha experimentado en mayor proporción este estadio del desarrollo humano, en el contexto del envejecimiento poblacional que ha afectado en las últimas décadas al mundo en general. No obstante, incorporaremos también la perspectiva latinoamericana, principal objetivo desde la construcción teórica que realiza este estudio. Nos centraremos en la realidad de los países del sur, y la realidad que han vivido las personas mayores en el último periodo, no solo en Chile, sino en todos sus países vecinos. Determinaremos como las sociedades, el estado, han actuado frente a la problemática de las personas mayores, en toda su amplia dimensión o espectro social.

La comprensión de toda la problemática social que involucra a las personas mayores, se hará a través de un análisis en el que se buscará incluir y analizar los estadios posibles del desarrollo psicosocial y emocional de las personas mayores, sin embargo, como bien expresa el título de esta investigación, todo este estudio nacido del análisis bibliográfico o de otros medios pertinentes tendrá énfasis en los aspectos cotidianos como principal punto referencial para poder guiar un estudio que involucre a los sujetos en su entorno básico de desarrollo interpersonal.

La pregunta de investigación y los objetivos serán guía de los enfoques de trabajo en los que se orienta toda la investigación pertinente para luego establecer el estudio de forma concreta a través de la construcción literaria, teórica y práctica que se lleve a cabo para poder defender la tesis que se presenta sobre un abordaje en concreto de las personas mayores a través del envejecimiento activo como un paradigma epistemológico y poder aplicarlo desde la disciplina.

I PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El trabajo con las personas mayores amerita sumergirnos en un mundo que por mucho tiempo ha sido invisibilizado y descuidado por las transformaciones macrosociales de los últimos años, las personas mayores forman parte de esos grupos sociales que han sido ignorados por la construcción histórica de las sociedades, evitándolos como sujetos activos y proclives de las mismas transformaciones o hitos que han marcado las últimas décadas. La persona mayor ha sido construida bajo la perspectiva de la personamayor, el viejo, la persona que no es más que una dependencia para las familias si su condición de salud se ha visto reducida por patologías o aquella que no puede salir del mundo laboral porque su pensión no es capaz de dar respuesta a las alzas en los costos de la vida. Son estas realidades, algunas de las complejidades que serán abordadas con el fin de ir construyendo al sujeto que tiene este estudio y que se encuentra como el principal protagonista del problema de investigación que plantea esta tesis.

El envejecimiento activo es una mirada nueva sobre las personas mayores, alejada de las condiciones teóricas que antiguamente solo doctrinaban la idea de que envejecer significaba dependencia. Este concepto viene a cambiar la mirada sobre los antiguos vicios teóricos y prácticos que las Ciencias Sociales, la Gerontología y el Trabajo Social tomaban como alternativas en el trabajo con las personas mayores, promoviendo el edadismo como una forma de trabajo que solo perjudicaba su desarrollo íntegro. Este paradigma obsoleto para la mirada teórica que propone el envejecimiento activo, solo eran instrumentos de segregación social y vulneración.

Casas (2009) menciona que:

La investigación de las últimas décadas pone de manifiesto que existe una extraordinaria variabilidad en las formas de envejecer: junto a personas que mantienen una buena salud, un buen funcionamiento intelectual y emocional y una alta participación social, existen otras personas que envejecen con enfermedad y dependencia. (Casas, 2009, p. 89).

Esto pone en manifiesto que el envejecer no debe ser visto como una tendencia homogénea en las personas mayores, el envejecimiento es distinto en todas las personas, porque depende de los factores personales y del colectivo y de los espacios cotidianos donde se desarrolla la persona mayor para potenciar un tipo de envejecimiento e incluso pensando en envejecer con una dependencia de carácter fisiológico, esto siempre tendrá también incorporado un componente único y personal en cada persona mayor.

Es el concepto de comportamiento, una de las nociones que se recogerá en este estudio como unas de las principales nociones teóricas para entender el envejecimiento activo desde lo cotidiano y como el Trabajo Social interacciona en estos ambientes.

El problema de investigación parte de la base de que no son visibles las condiciones en el contexto nacional y desde la mirada del Trabajo Social, para promover el envejecimiento activo en el entorno. En las realidades diversas, complejas, muchas veces herméticas, son esos espacios cotidianos capaces de ser potenciadores de un desarrollo íntegro en esta última etapa de la vida de las personas mayores, cómo podemos visualizar que existen estas herramientas, estos elementos que nos ameriten que podemos trabajar con la línea teórica del envejecimiento activo desde nuestra disciplina, pero desconocemos si existen realmente las condiciones óptimas para poder aplicar esta mirada o enfoque teórico tan vital para promover un envejecer basado en una filosofía del buen vivir.

1.2 FUNDAMENTACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

A través de este estudio y en base al problema de investigación se reflexionará y, se mostrará la complejidad nacional y un acercamiento al escenario global que amerita el contexto de las sociedades envejecidas. Este estudio busca dar respuesta a cómo podemos incorporar el envejecimiento activo, no solo a nuestra disciplina en lo teórico, sino también pensando en cómo la praxis debe incorporar el enfoque de derecho y el envejecer activo a su corpus profesional. Esta tesis tiene como principal sustento ir en búsqueda de esas interrogantes de cómo podemos incorporar el enfoque de envejecer activo a nuestro cuerpo disciplinar e integrarlo como un elemento para potenciar el buen vivir en las personas mayores partiendo desde el espacio más básico donde se desenvuelve, lo cotidiano.

El problema de investigación se encuentra centrado y parte de un supuesto de elementos que existen en espacios cotidianos y que pueden ser determinantes para ser promotores de un envejecimiento activo, no obstante, debido a determinantes sociales y familiares, estos se encuentran invisibilizados y no se potencian dentro de los hogares. Este estudio pone énfasis en buscar analizar dichos elementos nacidos en estos espacios cerrados, observando desde el interior la realidad de la persona mayor dentro de su espacio íntimo y cotidiano e identificando elementos resilientes y promotores del buen envejecer. Por esto es importante y significativo para esta tesis, poder observar activamente la realidad de la persona mayor dentro de ambiente.

Es importante a su vez hacer la relación de como el contexto social y político del país afecta a estos espacios cotidianos en su composición y en cómo es tratada la denominada tercera edad. Una persona que recibe una pensión que no alcanza para sobre llevar los costos de la vida, lo que conlleva a que muchas personas mayores sigan siendo activos en el mercado laboral. Entonces parece

relevante cambiar esa concepción de la invalidez de la persona mayor y su poca participación como un actor social relevante, es importante que reconozcamos, que las personas mayores tienen un papel fundamental en la construcción social y en ser un sujeto activo de las transformaciones que ocurren a nivel micro social y comunitarias dentro del país, cuando se analiza, por ejemplo, la participación de las personas mayores a nivel de gobierno, se nota que en los micro espacios gubernamentales, véase Junta de Vecinos, son las personas mayores quienes tienen mayor participación en estas instancias de comunidad y política social. Esta concepción será retomada en el marco referencial que hará un análisis breve de la política pública actual en nuestro país y en las conclusiones se reflexionará sobre los desafíos a futuro que debemos abarcar en materia de personas mayores.

Es la realidad nacional la que ha comprometido a este estudio a buscar respuestas sobre estrategias nuevas en el trabajo con las personas mayores, ha sido la visualización de una sociedad excluyente a nivel nacional con nuestras personas mayores, la que ha motivado a indagar sobre nuevas metodologías, nuevas percepciones y cómo podemos contribuir desde la disciplina al mejor trato, a reincorporar a la persona mayor como un actor de derechos sociales y humanos. Este estudio presenta una mirada crítica sobre la construcción de la sociedad moderna, la que reconoce que ha sido excluyente y ha sido partidaria de la segregación de la persona mayor, vulnerando su integridad y su desarrollo óptimo como ser humano en esta última etapa de la vida.

La elección del tema se basó en encontrar una perspectiva que fuera afín con el carácter social y crítico que busca poner énfasis esta tesis. Se hizo revisión de diversos estudios que postulan los modelos de trabajo con los que se ha analizado desde las Ciencias Sociales, en especial desde la Sociología y la Gerontología Social, como las dos grandes ramas que se han encargado en su mayor parte de ir definiendo a la persona mayor, como un actor social e ir

construyéndolo a través de su historicidad como personas, pero esta perspectiva de derecho motivo a vincularse a las ramas emergentes, de las Ciencias Sociales, las corrientes de la emancipación y que buscan reincorporar a los invisibilizados, a esas minorías, o mayorías omitidas que han sido opacados por el accionar estatal, por modelos macroeconómicos que nos gobiernan. En esta búsqueda nació la idea de incorporar el envejecimiento activo como una propuesta que puede ser promotora de esta perspectiva de derecho y restitución hacia las personas mayores, y se incorporó el espacio esencial donde se reflejan todos los elementos de la construcción de una persona, lo cotidiano, por eso este estudio tiene especial énfasis en ver al individuo, a la persona mayor, en sus núcleos familiares, en su rol básico como persona y desde ahí ver como desde el Trabajo Social podemos incorporar el envejecimiento activo en aquel espacio vital para el desarrollo íntegro.

1.3 RELEVANCIA DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN PARA EL TRABAJO SOCIAL

En el sector público, el Trabajo Social ha tenido un rol asistencialista en el trabajo con las personas mayores, esto es, que realizan ayudas, pero no profundizan en la realidad de los sujetos. (Morillo, Flores, Aguilar, Cruzado y Avalos, 2022). Por ello, desde este estudio se expone la necesidad de que el Trabajo Social se replantee su quehacer y saber profesional para ir en respuesta a las realidades como un facilitador y acompañante siempre fomentando el auto fortalecimiento y la resiliencia de las comunidades. Trabajar con las personas mayores amerita el desafío de emancipar y darle protagonismo a los actores sociales del grupo etario, que como se definirá en este trabajo, son parte del grupo de los invisibilizados, los que la historia, la construcción social ha ocultado en las sombras de su desarrollo y progreso desigual. Buscar formas de cerrar viejas heridas y buscar un Trabajo Social que no sea gobernado por las políticas sociales que muchas veces han sido dominadas por la perpetuidad de mantener

el sistema tal cual es en su construcción de una sociedad que piensa en el desarrollo económico, pero no busca solucionar males endémicos de raíz, en torno a las desigualdades sociales que coexisten con nosotros en lo cotidiano.

Cifuentes menciona que “Se infiere que un acercamiento sistemático a la intervención de Trabajo Social aporta al desarrollo disciplinar para fortalecer al sujeto de intervención profesional y al profesional”. (Cifuentes, 2019, p. 175).

Es decir, la sistematización es un proceso de aprendizaje recíproco que reúne a la intervención al sujeto como aquel que tiene la directriz de la transformación y el Trabajador Social incorpora su papel de facilitador para ayudar al redescubrimiento del sujeto de sus propias herramientas, posibilidades y sus proyecciones en el trabajo acorde con la intervención disciplinar.

Esto último es presentado como una de las alternativas contemporáneas que han nacido en el Trabajo Social como formas alejadas de viejas prácticas que con anterioridad eran las dominantes dentro de la praxis y la disciplina del Trabajo Social, parece relevante destacar estos enfoques a pesar de que en este trabajo no se profundizarán, debido a su naturaleza y enfoque de estudio, pero sirven para contextualizar como el Trabajo Social ha cambiado tanto su saber cómo quehacer profesional, pensando en formas de incorporar a los sujetos como activos participantes de las transformaciones sociales requeridas en cada contexto determinado, y esto llevado al plano del envejecimiento activo, es relevante, porque una cosa hay que tener clara para situarnos desde el envejecer activo y aquello es que es necesario incorporar al actor, como un participante y a él como el eje central de su transformación social.

El Trabajo Social puede adoptar un rol crucial en el envejecimiento, como se expresará más adelante en el desarrollo teórico y se expondrán las teorías de la vejez que han dado construcción a lo que son los sujetos. La Teoría de la Continuidad, el darle un sentido al proceso de envejecer, el lograr que la dependencia no sea una ruptura en el sujeto, y estar preparado para afrontar

cambios que trae consigo el pasar de la adultez, al último estadio de la vida del ser humano, abordar. Formular estrategias de trabajo que ayuden al sujeto a tener una mirada resiliente de los procesos de transformación que significa pasar de una etapa del ciclo vital a otra. En este estudio se hace mención y énfasis, en priorizar el envejecimiento activo como una forma teórica y de praxis para abordar a la persona mayor no solo desde nuestra disciplina, sino de las Ciencias Sociales en general. Tener una mirada multidisciplinar, ayuda a comprender desde distintas perspectivas un fenómeno y permite englobarlo, para lograr un trabajo íntegro y con un significado para los actores sociales al cual vaya dirigido.

El trabajo con las personas mayores desde la profesión debe ir de la mano con restablecer el enfoque de derecho, de no seguir promoviendo la violencia institucional y el edadismo socio cultural que muchas veces nos cuesta reconocer, pero a veces nos trasformamos en promotores de aquellas lógicas de praxis, que causan un daño en las personas mayores y en su círculo social. El Trabajo Social tiene un rol facilitador de los verdaderos agentes de cambio, debe educar. Debemos evitar que se siga promoviendo el edadismo en torno a las personas mayores, replantear el quehacer profesional en la salud, en el área legislativa, en el área estatal, y en otras áreas donde la persona mayor se encuentre involucrada. Dejar atrás la construcción asistencialista que se asocia a nuestra disciplina y encontrar verdaderas praxis que sean una ayuda significativa para las personas mayores.

Carballeda (2016) hace una revisión del enfoque de derecho y su correlación con el Trabajo Social, donde expone que:

El Enfoque de Derechos se ratifica desde una perspectiva abarcativa e integral, proponiendo un sistema completo y estructurado por principios, reglas y estándares de Derechos Humanos que intenta operar en términos de otorgar efectividad a las medidas comprometidas por los Estados y que además fija estándares específicos que son aplicables a los sistemas internos de cada uno de los países de la región. (Carballeda, 2016, p. 2)

Lo que menciona Carballada (2016) es la sustancia básica del enfoque de derecho y en su relación con el Trabajo Social, debemos mencionar la restitución, sobre todo si estamos hablando de grupos invisibilizados, y en ello radica la importancia de promover el enfoque de derecho en las personas mayores desde nuestra disciplina. Tiene que ver con lógicas de empoderamiento, de promover la dignidad de las personas y hacer garante de todos los derechos sociales.

En este estudio se plantea el paradigma del envejecimiento activo como una forma de fomentar las nociones de resiliencia, la autonomía y el bienestar propio de los sujetos. Aportes variados nacidos desde el enfoque de derecho, harán sentido para el trabajo con la persona mayor, y la lógica del envejecer activo, o el buen envejecer, porque son una reconstrucción de las vivencias, incorporan al sujeto de forma participativa y activa en los procesos de intervención realizados a nivel comunitario. Las vivencias y las narrativas en los y las personas mayores son fundamentales para poder entender y comprender, la realidad de estos y lograr un acercamiento más próximo a las verdaderas necesidades y al trabajo posterior que se realice con las personas mayores en los determinados contextos donde son partícipes de su propia realidad social.

El empoderamiento (Trejo, 2001) es un acto social que hace un siglo sin ir más lejos en la historia, era algo impensado, en la actualidad no solo un grupo social puede empoderarse, decidir apropiarse de su historicidad, el empoderamiento, incluso se le puede aplicar a las personas mayores como sujetos de derecho.

El enfoque de derecho promueve esta lógica y es clave para poder entender como el Trabajo Social como disciplina debe movilizarse en los campos de trabajo con la persona mayor, donde exista la desigualdad como un factor creciente de daño en su integridad, como un impedimento de vivir dignamente. Favorecer el empoderamiento, crear visibilidad a los grupos invisibles, hacer que se auto determinen y comprendan sus derechos sociales, acompañarlos en las

¹demandas colectivas, hacerlos parte de los procesos sociales, y favorecer la resiliencia frente a la adversidad. La importancia del Trabajo Social radica en este punto, facilitar la autodeterminación, promover los enfoques de derecho, incorporar al quehacer el envejecimiento activo.

En conclusión, la importancia del Trabajo Social y las personas mayores, radica en la reincorporación de los sujetos, restablecer los enfoques de derecho, educar para que evitemos males como el edadismo y todo lo que aquello involucra, tenemos que ser contribuyentes a eliminar estereotipos, tenemos el desafío de trabajar en estas sociedades envejecidas, a contribuir desde lo social, de la política pública del futuro, donde las personas mayores cada vez son más, por la gran esperanza de vida que ha generado el contexto demográfico naciente, acompañado de la baja natalidad. Somos agentes partícipes de los nuevos cambios que se están produciendo. Por ello perspectivas como el envejecimiento activo desde un enfoque resiliente y de derecho, permiten comprender los fenómenos surgidos en el envejecimiento. Promover la dignidad de envejecer bien y generar las condiciones para hacer trabajos que promuevan la vida digna, en este último proceso del ciclo vital del ser humano.

No solo tenemos el desafío desde la praxis, la literatura desde la disciplina es deficiente. No existe bibliografía sobre las personas mayores desde el Trabajo Social, y si existe no se encuentra descolonizado, es decir, no es un conocimiento surgido en las sociedades del sur. Es importante que desde nuestra posición geográfica e identidad como latinoamericanos sigamos pensando crear conocimiento sobre el tema de las comunidades envejecidas. Es importante que contribuyamos a lograr entendimiento, comprensión y análisis de los fenómenos macro y micro sociales que involucra el envejecer en nuestra región. Tenemos el desafío de crear la literatura de la persona mayor para el sur y crear el verdadero

¹ En Chile, 3.449.362 personas mayores (60 años y más), lo que representa un 18% de la población. A su vez, la esperanza de vida al nacer ha aumentado más de tres años entre los quinquenios 2000-2005 y 2020-2025, al pasar de 77 años a 80,7 años (CEPAL, 2019; Naciones Unidas, 2019)

Trabajo Social para las personas mayores, desde nuestra posición demográfica. Nuestra región ha sido vulnerada por el desarrollo social de los países del primer mundo y eso nos da una condición especial como región. El conocimiento no debe ser construido descontextualizado, debemos analizar todos los procesos macro sociales, donde la persona mayor ha sido partícipe activo, no podemos dejar de involucrar esa historia de dominación de la que hemos sido partícipes, de porque nos llaman sociedades sub desarrolladas y como aquello puede hacer respuesta a la gran desigualdad que viven ciertos grupos sociales, como las personas mayores, como plantea Galeano (2010) en su libro “Las venas abiertas de América Latina”: El subdesarrollo no es una etapa del desarrollo, es su consecuencia planteamos un paradigma epistemológico del sur, no es llevarnos a la separación del conocimiento del primer mundo, pero si amerita cuestionarnos y planteamos un nuevo quehacer profesional de las Ciencias Sociales en general, de la Gerontología Social, situada en los contextos de las personas mayores en Latinoamérica, y no pensado desde las teorías nacidas en escuelas estadounidenses, donde el contexto es diferente, donde la sociedad es distinta, debemos construir un conocimiento situado en el sur, para acercarnos de manera real a las personas mayores y su situación en nuestro continente, por ello este estudio levanta el desafío de buscar esas nuevas formas de conocimiento para reconstruir a los sujetos históricamente invisibilizados, y haciendo especial énfasis en la persona mayor que da sentido y significación a este proyecto de tesis.

Sin embargo, al ser este estudio un primer acercamiento y como se ha mencionado, aún no existe una verdadera literatura del sur para las personas mayores, por eso, este estudio centrará más adelante su marco teórico, en las corrientes madres, que nacieron en Europa y dieron forma a lo que es el envejecimiento activo. Esta tesis a pesar de seguir usando las corrientes de los países dominantes tiene un enfoque crítico y busca invitar al diálogo de que

podamos hacer un aporte e ir creando esa literatura del sur que es necesaria para poder establecer un verdadero enfoque de derecho situado en la región.

II MARCO REFERENCIAL

La política pública y social se encuentra determinada por el Servicio Nacional del Adulto Mayor, SENAMA, una institución de carácter público y gubernamental que se encuentra regulada por la Ley N°19.828, 17 de septiembre de 2002. Comenzó sus funciones en enero de 2003.

Nace como un servicio público, que se encuentra descentralizado, con personalidad jurídica y patrimonio propio, se encuentra sometido a la supervigilancia del presidente de la República a través del Ministerio de Desarrollo Social y Familia.

La Ley N° 19.828 define como adulto mayor a toda persona que ha cumplido 60 años, sin hacer una diferencia a través del género, sea hombre y mujer y la intención final de la institución es ser un apoyo y contribución para mejorar la vida de los adultos mayores en el territorio nacional.

La perspectiva del SENAMA, sobre las personas mayores se basa en la promoción de envejecimiento positivo, a través de implementación de programas, políticas y acciones que incorporen la participación de las personas mayores y promoción de su bienestar, y nacen bajo la lógica de Estado general de los programas y proyectos de gobierno, que muchas veces son subvencionadas o llevadas a cabo a través de alianzas público – privadas.

Haciendo un pequeño alcance y aclaración, la terminología de envejecimiento positivo, por la misma OMS, se encuentra incorporada al envejecimiento activo, como uno de sus derivados, ya que ambos se encuentran en la perspectiva del enfoque de derecho, y ambos hacen hincapié en la

autonomía y en prevenir la dependencia, y de haber llegado a tal estado, tratar de seguir contribuyendo al buen vivir de la persona mayor.

La nomenclatura usada por el estado sigue haciendo uso de la terminología adulto mayor para referirse a la tercera edad del país, lo que es contradictorio, pensando que todas las líneas del envejecimiento activo, deciden dejar de lado la terminología, para referirse a personas mayores, como un lenguaje centrado en la reconstrucción histórica del actor social desde el enfoque de derecho y la restitución de status dentro de una sociedad que los ha invisibilizado, es por ello, que bajo la perspectiva de este estudio, se es crítico con algunas concepciones establecidas aún por el estado, que no son muestras de un verdadero enfoque de derecho, dentro de los espacios donde se encuentran las personas mayores. Una parte importante de lo señalado con anterioridad es el lenguaje, ya que el lenguaje puede ser primordial para moldear y formar percepciones en colectivo, por eso es muy importante la rigurosidad y los cambios frente a las nuevas perspectivas de derecho, que han dejado de lado la terminología adulto mayor, para pasar a persona mayor, que involucra un sentir y una identidad de derecho en las personas mayores.

La historia de fundación de la principal institución que representa a las personas mayores en suelo nacional se remonta al año 1995, cuando el Presidente de la República Eduardo Frei Ruiz Tagle, creó la Comisión Nacional para el adulto mayor (Decreto N°203/1995), un órgano asesor de la autoridad del Presidente de la República, cuyo principal objetivo era la elaboración de planes, políticas y programas que fuesen dirigidos a los adultos mayores, considerados por primera vez como sujetos de máxima prioridad a nivel nacional.

La comisión antes señalada contó con la participación de 38 personas pertenecientes a distintos ámbitos públicos y privados de la sociedad, tales como parlamentarios, representantes de organismos públicos, académicos, miembros de organizaciones de la sociedad y sectores gremiales. El trabajo nacido en la

comisión llevó a la creación del Comité Nacional para el adulto mayor, el cual fue encargado de articular la Política Nacional del adulto mayor.

En julio del año 2002, el Congreso Nacional aprueba el proyecto de ley, que dicta la creación del Servicio Nacional del Adulto Mayor, cuya ley N° 19.828 es promulgada el 17 de septiembre del 2002. En enero del 2003 el SENAMA Inicia sus funciones.

Los programas y beneficios asociados al SENAMA, son los siguientes:

El Fondo Nacional del Adulto Mayor: es el programa del gobierno del estado de Chile, que financia los proyectos dirigidos al sector etario, y tiene tres líneas de acción principal, que son la autogestión, ejecutores intermedios y convenios institucionales, respondiendo a la línea pública y estatal de los últimos años, donde mayormente son privados quienes tienen la participación en las políticas públicas principales, por eso, el estado entrega total autonomía a la participación de terceros en los proyectos asociados al fondo nacional.

La Escuela de Formación para Dirigentes Mayores: Ofreciendo espacios de formación a personas mayores que forman parte de organizaciones que no cuenten con información asociada a la política pública y programas a nivel nacional que se encuentren dirigidos a su sector etario, por ello, la escuela de formación tiene como fin capacitar y dar las herramientas a los dirigentes sociales de distintas comunidades, con tal que la información sobre la política nacional de las personas mayores llegue a todos, y sea homogénea, en todas las comunidades donde trabajen personas mayores dirigentes y a su vez se trabaje con la población adulto mayor.

Voluntariado País de Mayores: Para asegurar una participación ciudadana y consciente en la ayuda del grupo etario, existe un programa de voluntarios, una red de trabajo a nivel nacional de personas que participan en las redes de

protección social donde se encuentran involucrados las personas mayores y necesitan ser acogidas sus demandas y necesidades.

Programa del Buen Trato: El principal objetivo del programa es evitar o prevenir la violencia que involucre a las personas mayores, logrado a través de acciones de capacitación, sensibilización y articulación. Aquel programa posee en su definición una mirada intersectorial, integral, psicosocial y jurídica.

Fondo de Servicios de Atención de Vivienda del Adulto Mayor: Este programa busca generar acciones y servicios integrales asociados a materia de vivienda y cuidados psicosociales de los espacios domésticos en las personas mayores, en un trabajo coordinado con el Ministerio de Vivienda y el de Desarrollo Social, con el fin de lograr un trabajo íntegro y suplir las necesidades de las personas mayores en materia de vivienda y de urbanismo.

Existe un último programa asociado a las personas mayores que es el **Programa de Envejecimiento Activo**, que como se ha definido a lo largo de la presente tesis, consiste en promover aquel elemento en los espacios donde coexiste la vulnerabilidad social, y por ello su objetivo es entregar igualdad de oportunidades, como un factor de promover estrategias resilientes que sean un bienestar personal, cognitivo, biológico y físico y en su participación social. Busca crear entornos favorables que promuevan el bienestar en todos los espacios de la vida social de los adultos mayores, a su vez como ya se ha mencionado el envejecer activo no es simplemente implementar políticas públicas asociadas a las personas mayores, los busca hacer partícipes activos de la creación de su propio bienestar, promover la autonomía, la autovalencia y la superación de los problemas surgidos con procesos de envejecer negativos tales como la dependencia y poca capacidad de ser auto determinante de sus propios procesos sociales, envejecer activamente consiste en la perduración de roles sociales, como se ha explicado con anterioridad y en caso de surgir procesos determinados por ciertas variables de dependencia social, fisiológica y de salud,

poder enfrentar aquellos basados en la creación de nuevos roles y papeles de la persona mayor. No obstante, este programa se dirige a hombres y mujeres de 60 años y más, autovalentes, en situación de vulnerabilidad social y preferentemente no sean parte de una organización.

La historia del barrio donde se hará la investigación es un reflejo de lo que históricamente ha sido el cambio demográfico dentro de la comuna, descrito muchas veces como una comuna de “viejos”, se ha producido en la comuna, una transición demográfica, En el censo realizado el año 2017, a nivel nacional se describe que en La Cisterna el total poblacional son 90.119 habitantes.

En La Cisterna existe la casa del Adulto Mayor, coordinada con la acción municipal, se encargan de impartir talleres y cursos para promover capacitación, servicios y elementos que sean promotores del bienestar de la población que se encuentre en el rango etario, sin embargo, aquellos cursos se han estancado por la actual situación de pandemia, tal cual informa la municipalidad en su página principal, regresando paulatinamente a una normalidad de funcionamientos, siguiendo el sistema de aforo reducido.

2.1 LA PERSONA MAYOR EN EL CONTEXTO POLÍTICO-SOCIAL

Según Butler (2020) el modelo de mercado o capitalista ha sido el principal factor de construcción social y de jerarquía del mundo moderno occidental, el capitalismo en su definición más básica consiste en un sistema de acumulación de recursos y de materias primas que va creando jerarquización marcada por quien posee más capital.

A su vez, este modelo ha ido sufriendo en sí mismo transformaciones históricas hasta llegar a la actualidad, el neoliberalismo como el paradigma económico dominante, y bajo este contexto la persona mayor en toda la historia

de la productividad de las sociedades ha significado una carga para los estados que se han construido en el paradigma de la modernidad, su condición de no ser una mano de obra rentable desde la perspectiva central que propone el denominado modelo económico y social. Esta lógica de pensar en las personas mayores como mano de obra no calificada debido a su avanzada edad, es una de las principales formas de segregación que se han dado en el mundo moderno, desde tiempos de la revolución industrial hasta la actualidad, cuando una persona llega a cierto margen etario, debe hacer su retiro de la vida laboral activa, recibiendo una pensión como un modo de sustento para subsistir. Más adelante abordaremos en profundidad la situación de los pensionados centrado mayoritariamente en Latinoamérica y contrastándolo con nuestra realidad como país para poder contextualizar y ejemplificar como a veces el retiro del mundo laboral no se ve como una opción factible para muchas personas mayores por su situación económica.

Como se ha señalado en el sistema capitalista y sobre todo en el actual sistema dominante, el neoliberal, no es de desconocer que se ha promovido la desigualdad social como una consecuencia muy visible en las sociedades del cono sur. Según, estudios de la CEPAL (2020), Latinoamérica en general, un estado casi inexistente en materia social, todo abarcado por el mundo privado, sistemas previsionales, de salud, entre otros elementos que actualmente en su mayor parte se encuentran bajo el rubro de la propiedad privada, de empresas independientes a la acción estatal. Es en este sentido que la persona mayor se ha visto desprotegida por el estado en materias sociales, y se ha seguido promoviendo en muchos casos las denominadas etiquetas sociales, tanto a nivel cultural como social.

Para Bustillos, Ballesteros y Huici (2012) las etiquetas sociales sobre un grupo social, afectan el comportamiento y rendimiento de las personas de una comunidad que interactúa con los sujetos en cuestión, en específico el

experimento social consistía en usar usos despectivos y positivos sobre las personas mayores, usando estereotipos como inservibles y terminologías agresivas, buscan ver las reacciones que producían en los sujetos mientras hacían una actividad, ya sea caminar o entre otras actividades, regresando a la terminología, los autores describen la etiquetas como una de forma de categorizar y dar jerarquía a una palabra con la cual se puede encasillar a un grupo social. En el caso de las personas mayores, siempre se han usado etiquetas despectivas para nombrarlos, véase palabras tan cotidianas como viejos, que en la práctica verbal se termina transformando en imposiciones agresivas y perjudiciales.

En la misma línea, podemos señalar etiquetas sociales que han surgido en el ámbito macrosocial, la categorización y la jerarquía son ámbitos cotidianos de las construcciones sociales en la que nuestro país se ha definido, según la CEPAL (2020) el status social y las personas mayores son dos hechos interrelacionados con su construcción como sujeto, es en ello que surge la segregación como un mecanismo de invisibilizar y tratar de apartar a quien no son rentables para mantener el sistema actual en el que vivimos. La persona mayor es considerada una mano de obra no rentable en las sociedades modernas, esto se puede evidenciar por el hecho de estar propensos a sufrir enfermedades, lo que para empresas u otro tipo de organización, resultaría en un costo de producción al que no quieren arriesgarse. La realidad es compleja y las personas mayores deben retirarse del mundo laboral activo, pero las necesidades para una vida digna no son garantizadas mediante los sistemas de pensiones que los países han implementado.

Buscaremos dar una aproximación literaria a la situación de las personas mayores en su construcción social como sujetos de derecho, que merecen ser incluidos en todos los espacios que se les ha aislado históricamente por años. Es por ello por lo que se han establecido ciertas categorías para ir ordenando y

creando un esquema de todos los estadios en los que cuales esta investigación se centrará.

2.2 EL MUNDO LABORAL DE LA PERSONA MAYOR

La previsión social es una materia en deuda en los países del cono sur, solo en la realidad del país, podemos ver como un sistema privado basado en cotizaciones, las Administradoras de Fondos de Pensiones, AFP, no han sido capaces de entregar los montos necesarios y adecuados para el término de una vida laboral digna para las personas mayores, años de trabajo que no son recompensados con un ingreso digno, reflejado en pensiones precarias que no son efectivas para cubrir las necesidades básicas de las personas. Dando un ejemplo más gráfico, en nuestro país, según datos recogidos de la encuesta CASEN del año 2017, analizados por un estudio universitario de la Universidad Católica, el 10 más rico de los hogares obtiene un 38,1% del ingreso monetario, mientras que el 10% más pobre un 1,5%. Siendo los ingresos promedio de 3.605.800 y 129.300, respectivamente.

La violencia institucional, que viven las personas mayores es una realidad muy presente en nuestra sociedad, hablamos de pensiones no dignas como una de las primeras evidencias de esta realidad. Según SENAMA, (2020) personas mayores que reciben jubilaciones que no alcanzan para solventar los gastos cotidianos, y muestran la realidad cotidiana que viven muchos de las personas mayores de nuestro país. Cuando las pensiones son deficientes, la persona mayor si no tiene nadie que pueda colaborar, se ve obligada a seguir en el mercado laboral, incluso a veces hay casos donde las personas mayores buscan trabajar para mantenerse de alguna forma activos. Este concepto es fundamental para entender las nuevas corrientes, metodológicas y paradigmas con los cuales el Trabajo Social como disciplina debería situarse a contemplar a la tercera edad. Esta investigación hará énfasis en buscar una respuesta de estrategias situadas

desde un enfoque de derecho, con predominio en el envejecimiento activo como núcleo de trabajo.

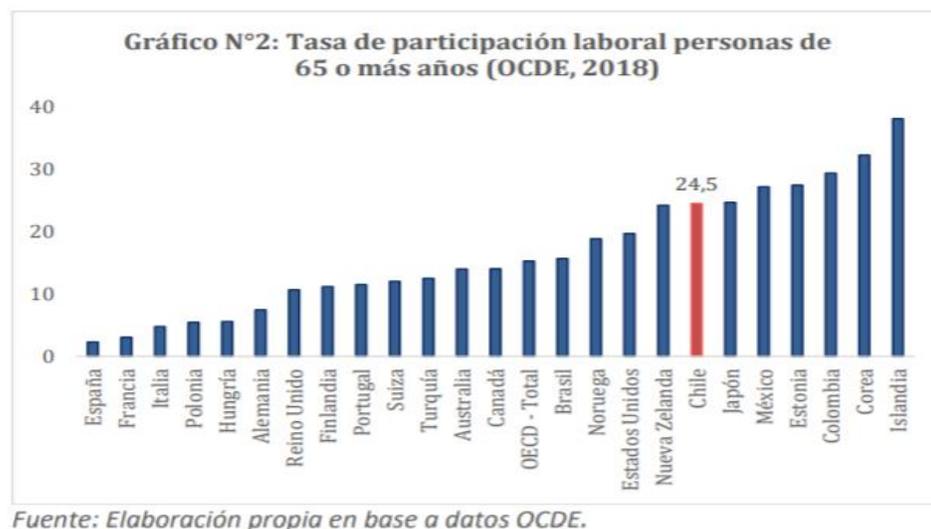


Figura 1: Gráfico de tasa de participación laboral de personas de 65 o más años en países de la OCDE, en rojo se destaca Chile con un 24,5%, presentados por Riveros, Contreras y Palomo, 2018

El gráfico muestra datos de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo económico, OCDE, reinterpretados por Contreras y Palomo y Riveros (2018), donde se ve una tendencia en la población mayor de 65 años que aún sigue activa en el mercado laboral, viendo que los índices de nuestro país son bastante altos, en comparación a otros países de la región, sin embargo, no podemos comparar la situación de países, debido a los distintos contextos macrosociales que nuestro país ha experimentado en su singularidad y uno de ellos ha sido el fenómeno de la precariedad laboral.

La precariedad laboral se ha convertido en un tópico en los últimos años, una situación compleja profundizada por la pandemia, miles de empleos se han perdido y para Osvaldo y Julián (2019) es una realidad que no podemos desconocer, lo que ha obligado a las familias a buscar una forma de adaptarse y

surgir de algún modo para cubrir las necesidades básicas de la cotidianidad y en este duro contexto, las personas mayores no se encuentran alejadas, al contrario, son ellos los que siguen siendo en muchos casos sujetos activos en el mercado laboral, quizás no realizando trabajos del primer sector, pero sí realizando trabajos pertenecientes a lo que podríamos catalogar como empleos del sector secundario, o que trabajan como independientes vendiendo sus productos en locales establecidos, pero pequeños, y uno se pregunta en este sentido, ¿Cuál es la verdadera calidad del empleo en las personas mayores y si considera toda su situación como persona?

Según datos recogidos del Instituto Nacional de Estadística, INE (2018) las personas mayores de 60 años ocupan la mayor tasa de empleo informal en el país, siendo un 43,5% la tasa ocupacional en este sector del mercado laboral. No obstante, la necesidad de subsistir obliga a las personas mayores a seguir en el mercado laboral. El sector informal se transforma en la alternativa para poder costear sus actividades de subsistencia.

Existen dos grandes razones en las que se explica este fenómeno, el primero, y el más obvio es la necesidad de subsistir, la necesidad de cubrir un acceso a una vida digna, obliga a las personas mayores a seguir asistiendo al mercado laboral como sujetos activos, porque las pensiones no son suficientes para todos los gastos, y el segundo motivo, tiene que ver con la actividad, con el ser activo, con el sentirse útil, aunque este concepto sea muy funcionalista y positivista, en los testimonios y vivencias de muchas personas mayores, se asocia el mantenerse en el mercado laboral, les ayuda a sentirse útiles y activos. Es en ello que vemos una importante relación entre la construcción cultural e individual de los sujetos, con este marco social que involucra el mercado laboral, por ello Ferrada y Ferrada (2018) plantea que una de las claves para poder impulsar a las personas mayores y la actividad en el mercado laboral es:

“Impulsar una planificación gerontológica en las áreas productivas orientada a facilitar el desempeño laboral de los adultos mayores. Planes y programas de inserción laboral, con financiamiento público y privado, y colaboración profesional a nivel regional y local”. (Ferrada y Ferrada ,2018)

El mundo laboral y las personas mayores, es un tema complejo, donde la política pública no ha sido capaz de dar respuesta a necesidades básicas, donde muchas veces la situación de pobreza que enfrentan las familias chilenas obliga a que el grupo de las personas mayores sigan manteniéndose en el mercado, bajo la perspectiva de esta investigación.

Actualmente Chile, pasa por una fase de proceso constitucional, que puede ser el marco para cambiar las políticas públicas. Las materias urgentes que deben resolverse en materia política sobre las personas mayores y que son urgentes para incorporarlos bajo las perspectivas de la retribución y el derecho social.

Según Ferrada y Ferrada (2018) en un estudio que hace mención de la calidad del empleo y lo asocia al envejecimiento activo, podemos pensar que cuando tenemos empleos de calidad, creamos y ponemos en práctica el enfoque de derecho con las personas mayores, el sentirse activo debe ir de mano con la calidad de vida y el empleo, el trabajo, es una fórmula importante en la ecuación, es por ello que ambos autores hacen todo un estudio de carácter mixto, donde a través de diversos datos cuantificables dan a entender la precariedad que viven los empleos, todo asociado al sector poblacional que se está estudiando en este informe, y como conclusión de estudio buscan promover que la institucionalidad busque en las políticas públicas una mejora en torno a la calidad de los empleos.

Cuadra y Veloso (2007) postulan que no es desconocido el hecho de que, si uno no se siente a gusto en un ambiente laboral, simplemente la calidad de vida empieza a decrecer, el estrés comienza a ser una constante, preocupaciones que alteran los ritmos de vida y finalmente desencadenan en un

empeoramiento de la misma. Es en esto que no solo el factor económico influye, también los componentes sociales por ello y sustentado en diversos estudios realizados, es importante promover un ambiente ideal, sentirse cómodo en los espacios de trabajo, tenemos un largo trayecto para buscar una solución, un aumento en la calidad de los empleos asociados a las personas mayores, que siempre vienen acompañados de problemáticas muy asociadas al sector etario, ya sea la obligación de mantenerse en el mercado laboral por motivos económicos o también esto puede ser acompañado por el componente de ser activo, bajo esta premisa, se plantean interrogantes no solo como disciplina, como trabajadores sociales, como personas y como las gerontologías sociales investigarán esos cambios necesarios para reconstruir nuestras percepciones sobre la persona mayor y el mercado laboral.

Esta contextualización de las personas mayores y el sistema laboral tiene una estrecha conexión con los planteamientos básicos de la teoría del envejecimiento activo, como una nueva mirada sobre la etapa avanzada de la adultez, el último estadio del desarrollo humano. Según Oddone (2013) la Teoría de la Actividad propone mantener o crear nuevos roles en las personas mayores que van alcanzando una cierta etapa de la vida. Es una realidad y es algo inevitable, tarde o temprano se pierden funciones a nivel biológico y cada organismo en su individualidad afrontará esta dependencia de formas distintas, o generará distintos problemas a nivel fisiológico.

Una de las importancias de la Teoría de la Actividad, tiene que ver con la aceptación y afrontar la dependencia de manera resiliente y no desde una perspectiva del trabajo, y regresando al punto del mundo laboral, como se hizo mención, la persona mayor abandona el sistema laboral por su edad, bajo la visión de las instituciones, la persona mayor se transforma en una carga debido a sus posibles y futuras complicaciones a las que puede afrontarse, pero en base a lo mismo, son incluso privilegiados las personas mayores que tienen la

oportunidad de poder retirarse del mercado laboral en plenitud, en nuestro país, son casos más que escasos, la violencia institucional, es la forma de caracterizar al sistema laboral y a la persona mayor, es la interacción que ha existido por una mala política pública que no ha sabido dar respuesta a las necesidades del colectivo, no solo en ámbito de pensiones, también en la salud, otra temática muy conectado con el seno de la identidad de las personas mayores y su construcción social en este último estadio del desarrollo humano.

2.3 LAS POLÍTICAS PÚBLICAS Y LA PERSONA MAYOR

Trejo (2001) en un artículo hace una recopilación de la historia del “viejo”, una mirada histórica sobre como las sociedades han construido y formulado la identidad de las personas mayores en torno al surgimiento de las civilizaciones modernas, como las cosmovisiones de los pueblos primitivos son divergentes a las visiones del actual mundo moderno en torno a la senectud, en su recorrido histórico muestra como las sociedades han construido una imagen definida de ser una persona mayor, en las sociedades hebreas quienes consideraban al hombre anciano un ente sabio, pero dejando de un lado a la mujer, pues quien no era vista como una persona de derecho, y se encontraba marginada bajo la sombra de sociedades patriarcales, prácticamente en las sociedad hebreas, la mujer no tenía opinión ni voto, menos la mujer que se encontraba en el estado de la adultez mayor, quien representaba una carga para la familia que debía de acogerla.

El Estado es quien desarrolla la política pública, la sociedad es la que crea las percepciones sobre un colectivo y el actor social es quien interactúa con estos elementos, como se ha desarrollado como planteamiento a lo largo de esta mirada general, la persona mayor se encuentra representada por la construcción social que las instituciones, las personas y sus creencias, desarrollan en torno a

ellas. Las visiones culturales aportan distintas formas de mirar un proceso natural en la vida de cada ser humano, como puede ser en nuestro país, las cosmovisiones que aportan nuestros pueblos originarios sobre la concepción de lo que es envejecer, miradas basadas en una cosmovisión apartada de la vida moderna y los efectos de una construcción basada en una vida burocrática y centrada en las instituciones económicas que son el principal eje de las sociedades modernas, las filosofías del buen vivir, el buen envejecer, cosmovisiones basadas en un desarrollo íntegro de los estadios humanos del desarrollo social, son percepciones que nos servirán para poder desarrollar un Trabajo Social con las personas mayores apuntando a una vida digna y basada en la plenitud de los actores sociales.

Haciendo una breve contextualización, las políticas públicas en nuestro país tienen una lógica de concurso, alguien presenta un proyecto y si es sustentable dependerá de las instituciones encargadas, tales como la DIPRES (Dirección de Presupuestos), entregar fondos para que pueda realizarse dichos proyectos y, además, muchas veces el tema monetario es el determinante para ver si un proyecto es viable o no, este el actual sistema en el que se aplican los proyectos sociales en el marco de un estado neoliberal, donde predomina la financiación del mundo privado. Olavarría, Navarrete y Figueroa (2011) consideran que muchas veces las instituciones que puedan llegar a trabajar con las personas mayores, se encuentran desconectadas del estado, porque son entidades del mundo privado las que tienen la responsabilidad de aplicar los proyectos con los actores sociales en cuestión, un ejemplo, bastante reciente puede ser la propaganda usada en los medios de comunicación, específicamente en el canal mega donde se promocionaba dejar de ver a las personas mayores, bajo una mirada sesgada, pero cuando termina el comercial, se muestra claramente que dicha campaña fue financiada por una entidad privada, Senior Suite, una cadena de centros de adulto mayor de carácter privado, que son una

nueva forma en la que se trabaja con las personas mayores totalmente desconecta del rol estatal.

De todas formas, el estado si posee una política pública en relación a la tercera edad, la máxima institución del trabajo con la tercera edad es el SENAMA, entidad que responde frente a las necesidades del colectivo, donde se juntan todas las políticas sociales aplicadas en los distintos municipios tanto a nivel metropolitano como regional, en la visión de la institución podemos encontrar algunas palabras claves que dan cuenta o hacen una aproximación al modelo de trabajo que tiene esta institución con las personas mayores, su fin último es un envejecimiento exitoso, definiendo aquel como un adecuado recorrido en el último trayecto de vida de los sujetos. El SENAMA, es una entidad responsable tanto de las necesidades como de las demandas del colectivo, a su vez, promueve desde su institucionalidad distintos proyectos del mundo privado que van en beneficio de los adultos mayores. El SENAMA, impulsa mediante sus canales oficiales de comunicación, distintas charlas asociadas a la problemática e intentan impulsar bajo la mirada del gobierno, una forma de trabajo con el adulto mayor, muy asociada al modelo actual que nos gobierna.

Latinoamérica ha fallado, en general, en establecer políticas públicas que vayan en respuesta del grupo etario, no hemos sido capaces de construir un quehacer situado en la realidad social, la desconexión política y el cortoplacismo con el que se gobierna. No somos capaces de crear políticas sociales efectivas y eficaces que den respuestas a las necesidades de la población. Vera (1997) afirma que nuestras personas mayores viven día a día la violencia institucional, escuchar discursos de abandono de la tercera edad de parte de estos, no es extraño, es algo tan presente y habitual que a veces llegamos incluso a normalizarlos, el estado les ha fallado a las personas mayores debido al enfoque político que ha destacado en los últimos años.

En este nuevo contexto político se presenta la oportunidad de cambiar el enfoque de la política pública, incorporar a las personas mayores mediante el enfoque de derecho. El envejecimiento activo garantizado por un aumento de la calidad de vida de los mismos, para ello el contexto de una nueva Constitución puede presentar una oportunidad para mirar los desafíos a futuro y cómo abordaremos la sociedad de las personas mayores, cómo los incorporemos al mundo laboral, cómo garantizaremos el envejecimiento activo en las políticas públicas enfocadas a la tercera edad, el acceso a una salud de calidad, tanto física como mental, finalmente decir, según Ramos, Sánchez, Somonte, Cabrera, Henríquez, y Lorenzo (2018) la política pública deberá incorporar los nuevos paradigmas de la sociedad de la Gerontología que muchos autores ya plantean.

2.4 LA SALUD MENTAL EN LAS PERSONAS MAYORES

Según Ruiz, (2019) la dependencia es una de las primeras nociones que se nos vienen al relacionar a las personas mayores y su salud, con el tiempo, distintas consecuencias van provocando que el cuerpo pierda ciertas facultades, debido a enfermedades provocadas por la edad, o simplemente por algún mal funcionamiento de una zona específica del cuerpo y es cuando hablamos que las personas mayores en su gran mayoría pierden autonomía para realizar tareas por su cuenta.

La pérdida de la masa muscular, surgimiento de las denominadas enfermedades de la vejez, la artrosis, la osteoporosis son consecuencias inevitables con el envejecimiento. Para Méndez, (2007) esto también es un hecho a resaltar y es que cada uno como singular tiene su propio y único proceso de envejecimiento donde no solo lo biológico influye por su cuenta, sino que se encuentra en constante interrelación con lo ambiental, con lo social y con la colectividad

Pero la dependencia desde su perspectiva, desde el mundo cotidiano de las personas mayores, es algo mucho más profundo que la incapacidad física, es perder la autonomía y en ello podemos incluso hablar de una crisis del rol y de identidad, desde un punto de vista psicológico es traumatizante y difícil de afrontar, perder la capacidad de realizar labores que acostumbrabas a hacer por cuenta propia de forma cotidiana, debido a los factores de salud que influyen de forma negativa en la realización de actividades y la persona mayor se ve obligado a depender de otros para su propio cuidado y eso provoca una gran carga mental, para el sujeto. Es frustrante en simples palabras ver cómo vas perdiendo de a poco tu autonomía, por ello son importantes las estrategias para potenciar un envejecimiento activo, deben pensarse, también, desde el área de la salud, si una persona mayor se encuentra incapacitada para realizar una labor que con anterioridad realizaba sin impedimentos, se siente frustrado. El envejecimiento activo postula distintas metodologías prácticas que se pueden usar, y una de ellas es el mantener a la persona mayor en una actividad, mantenerlo activo es parte importante de promover una vida de calidad, un buen vivir en esta etapa avanzada de la vida. Según Fernández (2009) la importancia de una actividad radica en una activación del sujeto, mantenerlo ocupado genera un sentimiento de conformidad, de sentirse capaz y posibilitado, y es importante aquello en el modelo del envejecimiento activo, ya que las personas mayores que se sientan capaces de afrontar la adversidad, son aquellos que formulan la resiliencia clave para afrontar la vida bajo el modelo del envejecimiento activo, de la restauración y creación de nuevos roles y en fin de un buen envejecer.

Un ejemplo actual sobre la salud de las personas mayores, tienen relación con que SENAMA, ha impulsado una campaña relacionada al tema del COVID 19 y al cuidado de la condición física en las personas mayores, ha promovido el ejercicio físico como una dinámica para enfrentar el encierro y promover la actividad. La pandemia ha traído consecuencias que aún no podemos visualizar del todo y las personas mayores han sido uno de los grupos más afectados por

el avance del COVID 19, el encierro y confinamiento, es una forma de quitarles la actividad, por lo tanto, las personas mayores empiezan a dejar de ser activas, muchas veces bajo la tesis postulada por la institución ya referenciada, es por ello que la importancia de que la actividad física se mantenga en el hogar, va de la mano con generar en estos espacios de aislamiento, una promoción de la actividad, además, debemos tener en cuenta que el ejercicio, también es una forma de aliviar el estrés, por lo tanto, impulsar estas prácticas dentro del hogar, es positivo y da respuesta a seguir cuidando la salud del sector etario, promoviendo a su vez una lógica de envejecimiento activo en los lugares cotidianos como fin de paliar las consecuencias de la pandemia.

El estigma, es un concepto agresivo, y que demuestra cómo se sigue promoviendo miradas sesgadas sobre ciertos grupos de persona o individuos, que poseen una propia historia, una forma de vida, una condición. No obstante, para la sociedad no son un estándar aproximado a la normalidad que se construye en base a una mirada ideologizada en muchas ocasiones, por ello se les estigmatiza, y esto es gran parte de lo que vive la persona mayor en nuestra sociedad, como se mencionó en el ejemplo de las categorías y etiquetas sociales, una de las primeras respuestas que viene, cuando se habla de personas mayores, pensamos en personas de edad avanzada, sin energía, dependientes, enfermizos, un lenguaje de que de entrada es violento, es un reflejo claro de que el estigma siempre trae consecuencias negativas, es un tema que ha sido investigado en gran parte por todas las Ciencias Sociales bajo distintos paradigmas y es el estigma una de las primeras nociones que debemos tener en cuenta para entender la salud mental de las personas mayores sobre todo en este tiempo que ha sido cambios turbulentos para todos. El sentirse dependiente causa gran frustración, el no poder realizar actividades que con anterioridad se materializaban con facilidad y ahora cuestan un esfuerzo mayor, es notar como el avance de la vida, o las condiciones cambian de forma abrupta y esto puede generar un colapso emocional en las personas mayores, uno cree que el sentirse

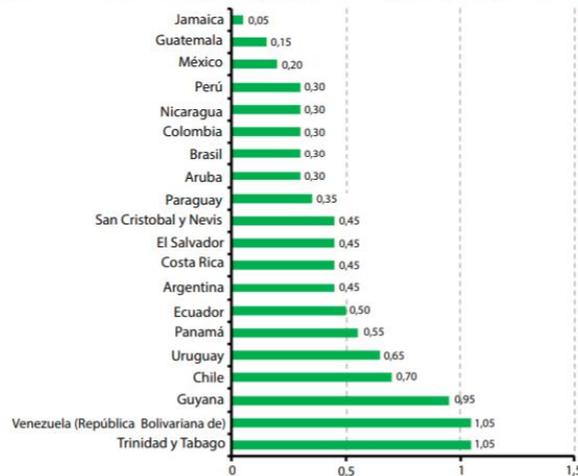
dependiente debería ser una realidad fácil de afrontar si la vemos desde una perspectiva externa, pero no es así y es una de las mayores causas en la que salud mental de las personas mayores se ve afectada de forma negativa y perjudicada.

El cuidado de la salud mental ha sido una de los grandes déficits de los estados y de la política pública en general, incluso varios expertos en salud mental hablan sobre que la verdadera pandemia que no se ha enfrentado y que es la pandemia de las depresiones, las sociedades angustiadas. Según, Byung-Chul Han, (2012) el abandono, el sentimiento de soledad, es una de las cosas que más afectan, cuando escuchamos a las personas mayores hablar de soledad y abandono, se puede percibir emociones de mucha tristeza, sobre todo al ver como existen personas mayores en situaciones de desamparo total, debido al prejuicio que existe sobre la tercera edad, por las mismas familias que ven como una carga incluso hacerse cargo de las personas mayores, por su avanzada edad y por qué son sujetos enfermizos, al menos esto es lo que sería como se categorizan a las personas mayores, si retrocedemos a la lógica del estigma.

Un estudio realizado en México por Medina (2019) muestra una de las realidades más invisibilizadas y dolorosas, en las nociones de salud mental en el adulto mayor, incluso en nuestro país, el suicidio de los ancianos, como describen los autores, presenta unas nociones generales de los principales factores de riesgo que presentan antecedentes para el suicidio en las personas mayores, pero esta realidad dramática ha sido parte del abandono que han vivido las personas mayores. Factores como la violencia sistemática desde la institucionalidad, desde el abandono familiar, políticas públicas ineficaces de dar respuesta a las necesidades del colectivo, son los antecedentes más claros de factores de riesgo de la auto violencia que se puede ejercer en una persona mayor, producto del cansancio tanto emocional, físico y mental. Esta realidad que por tanto tiempo hemos invisibilizado es el cruel escenario que tenemos que

empezar a ver y buscar respuestas porque la sociedad de la angustia es una realidad en la que las personas mayores por mucho tiempo se han encontrado en esta situación y no se ha hecho nada efectivo para revertir dicha situación.

Gráfico 2
América Latina y el Caribe (20 países): porcentaje de la contribución del suicidio entre otras causas de muerte de la población de 60 años y más, 2005 a 2009



Fuente: Elaboración propia con base a la publicación «Mortalidad por suicidio en las Américas: Informe regional, OPS, 2014.

FIGURA 2: El siguiente gráfico especifica el porcentaje de muertes atribuibles a suicidio entre la población de 60 o más años entre los años 2005 a 2009 en países de América Latina y el Caribe, informe regional datos recogidos del OPS 2014, interpretados por Villalobos (2017)

Los altos índices no solo en nuestro país, sino en la región, son una demostración o una prueba de un abandono sistemático de la salud mental de nuestras personas mayores, problemas derivados del envejecimiento tales como la dependencia, la pérdida de roles, son una configuración ideal para provocar el declive de la salud mental en el contexto de las personas mayores.

Aún tenemos mucho que avanzar en el trabajo con las personas mayores, en el cuidado de la salud, y sobre todo en la salud mental, donde se ha visto un déficit evidente de políticas públicas que den respuesta a las necesidades y sean efectivamente preventivas para evitar que los factores de riesgo se tornen en una

realidad irreversible, la salud en Chile no presenta la calidad suficiente para las personas mayores. Mejorar las políticas de salud es primordial para promover el envejecimiento activo, el buen vivir de la persona mayor, sin una calidad y un acceso a una salud de calidad, no se puede vivir bien, simplemente se vivirá en una suerte de abandono y miseria.

2.5 EL CONCEPTO “PERSONA MAYOR”

Desde el lenguaje también se ha experimentado estas transformaciones acerca de la persona mayor, desde que las Ciencias Sociales y la Gerontología han decidido dejar de lado las antiguas perspectivas que han hecho un daño en las formas de concebir a las personas mayores, interpretaciones del viejismo o ancianismo que es una mirada social despectiva de la persona mayor donde nacen todos los prejuicios culturales y sociales que se han formulado en torno al grupo etario, mientras que el edadismo representa lo académico, de perspectivas que han encasillado a la persona mayor. El edadismo, solo son miradas que promueven la categorización basada en prejuicios, basados en la poca inclusión y aceptación del envejecer como una etapa cotidiana en todos los seres humanos, por ello la definición de adulto mayor incluso ha cambiado a persona mayor para promover un nuevo enfoque, una nueva perspectiva, un nuevo comienzo que puede ser desafiante e importante para las Ciencias Sociales, en especial para el Trabajo Social, para crear una nueva literatura y praxis profesional basada en los enfoques de derecho, en las teorías modernas y en ello el envejecimiento activo puede ser un elemento fundamental para poder transitar a esa nueva forma de ver y trabajar con las personas mayores siempre promoviendo su dignidad.

Las manifestaciones culturales son fórmulas claves para enfrentar el edadismo y el viejismo, planteado en una entrevista en el periódico El Mostrador

(2020) por Agnieszka Bozanic, una activista que ha sido parte de movimientos de reincorporación de la persona mayor en la sociedad, ella plantea que:

“Promover una participación cultural activa de las personas mayores permitirá poner término a aquellos cansinos discursos homogeneizadores y tecnócratas que reducen la cuestión del envejecimiento, vejez y la edad como un problema demográfico, económico y sanitario”

En la cultura vemos una oportunidad de establecer a las personas mayores a través de nuevas interpretaciones, cambiar las viejas fórmulas de edadismo que solo lo reducen a una visión coartada de la realidad en la que viven las personas mayores, a través de representaciones artísticas, se puede promover nuevas fórmulas de cómo representar el envejecer como algo alejado de ser viejo es malo, tu cuerpo pierde funciones, se ven mitigadas tus funciones biológicas, todos estos ejemplos banales son una muestra de cómo el edadismo se ha establecido incluso en los espacios culturales, no vemos usualmente protagonistas de películas o representaciones artísticas a personas mayores encarnando estos papeles principales y cuando se realiza, normalmente es para demostrar efectos negativos que tiene el envejecer, por eso es importante que desde la cultura se creen espacios inclusivos para entender a las personas mayores bajo nuevas perspectivas, emancipadores del tabú generacional que se ha establecido como un mal endémico y reduccionista de las personas mayores en toda su construcción como sujetos.

2.6 CRECIMIENTO DEMOGRÁFICO DE LAS PERSONAS MAYORES

Es importante evidenciar la realidad de las sociedades europeas, y una realidad que en Latinoamérica está concretándose, hablamos de las sociedades envejecidas. Los avances científicos han permitido que las tasas de mortalidad sean mucho menores que siglos atrás, a su vez, los cambios de la sociedad moderna, el cambio de pensamiento ha provocado la baja natalidad, en los

últimos años. Esta ecuación de baja natalidad, y baja mortalidad, han llevado a un verdadero estancamiento poblacional, que en mayor medida se evidencia en países de mayor desarrollo, los países de Europa de Occidente, véase Francia, España, entre otros. Actualmente viven con la realidad de un aumento de la población mayor, teniendo que pensar en formas de adaptarse a esta nueva situación demográfica. Es en este contexto que la política pública debe adaptarse a la demografía emergente, a la realidad de una sociedad con mayor cantidad de personas mayores que hace un siglo, con una esperanza de vida mayor, que no solo trae aspectos positivos, sino que también invita al desafío de replantearse a la forma en la que miramos el envejecer, entiendo que el edadismo aún se encuentra muy presente en la sociedad moderna, como replanteamos que esa esperanza de vida, esa proyección del ciclo vital, vaya acompañada con un buen envejecer, para ello debemos replantear las formas de trabajo, de facilitación y es en ello que el Trabajo Social puede jugar un rol crucial en lo que es el trabajo con las sociedades envejecidas.

Cuadro 1: América Latina y el Caribe: fecha en que los países igualan la proporción de personas jóvenes y de personas mayores en la población total (En porcentajes de personas de 60 años y más)

Fecha	Países	Fecha	Países
2009	Martinica (20,0)	2037	Jamaica (19,5)
2011	Cuba (17,7)	2040	Granada (18,8), Perú (20,3)
2013	Barbados (19,30), Curaçao (20,3), Puerto Rico (20,0)	2042	Argentina (20,4), México (19,5)
2014	Guadalupe (22,0)	2044	El Salvador (19,2), Panamá(21,0)
2016	Aruba (19,0)	2047	República Dominicana (20,2), Venezuela (República Bolivariana de) (19,9)
2021	Uruguay (20,5)	2048	Ecuador (20,6)
2023	Chile (19,1)	2049	Nicaragua (20,0)
2024	Trinidad y Tabago (19,3)	2052	Suriname (20,1)
2025	Santa Lucía (17,7)	2053	Belice (20,1), Honduras (19,3)
2027	Costa Rica (19,0)	2054	Guyana (20,1), Paraguay (20,0)
2030	Brasil (18,9)	2058	Bolivia (Estado Plurinacional de) (20,2)
2031	Antigua y Barbuda (20,2)	2060	Guatemala (20,3)
2032	Colombia (18,9), San Vicente y las Granadinas (19,3)	2066	Haití (19,8)
2034	Bahamas (19,2)	2075	Guayana Francesa (21,6)

Fuente: Naciones Unidas, World Population Prospects 2019, Nueva York, 2019 [en línea] <https://population.un.org/wpp/>.

Tabla 1

El gráfico anterior es una muestra de cómo la población joven ya está presentando índices similares en demografía a la población de personas mayores dentro de distintas zonas en la región, una muestra de cómo se vienen evidenciando un estancamiento poblacional al que debemos abordar bajo nuevas perspectivas de trabajo, para entender el fenómeno y poder trabajar con estas sociedades envejecidas que serán una realidad inminente.

La transición demográfica que hemos evidenciado en los últimos años es una situación inusual en comparación con otros siglos del desarrollo humano, vivimos en un escenario donde la baja mortalidad, se ha juntado con una mayor esperanza de vida que han sido la ecuación para que se formule estas sociedades envejecidas, donde cada vez la población de las personas mayores, es más que en años anteriores, esto a su vez juntado con una baja natalidad que se ha evidenciado en países de Europa mayormente, pero como comprobaremos nuestro país también ha tenido cierta incidencia en este envejecimiento poblacional en el que actualmente nos situamos como contexto demográfico.

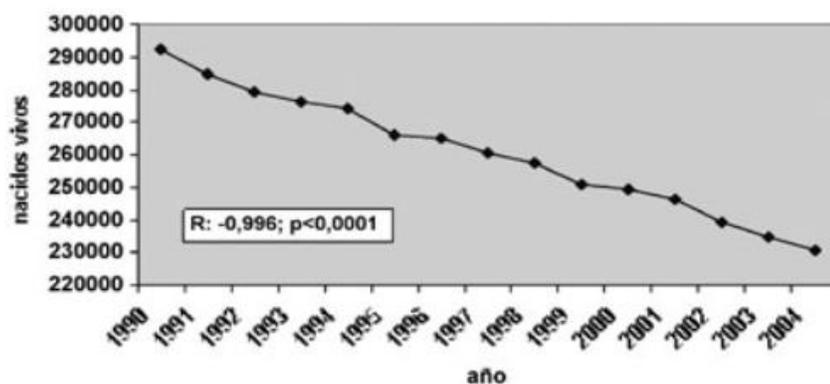


Figura 3: Número de nacidos vivos en Chile entre los años 1990 y 2004, en el presente gráfico se observa una significativa tendencia a la baja. Citado en Trejo 2001

Son distintos los factores sociales y culturales que pueden explicar este cambio en la demografía del mundo en general, teniendo proyecciones de un estancamiento poblacional, puede ser un futuro no muy lejano al que debemos de enfrentar el aumento de las personas mayores como grupo etario. Debemos pensar en cómo llegar a ese estadio de vida, es en ello que la reformulación de las políticas públicas debe situarse en el escenario demográfico incipiente, pensando que son las personas mayores un grupo demográficamente emergente, donde observamos dentro de los mismos, realidades complejas, y donde el envejecimiento activo puede ser una mirada sustancial, para promover esas políticas públicas necesarias para establecer un buen envejecer. Según, Ramos (2016), es importante la promoción del envejecimiento activo, en las sociedades envejecidas, porque nos ayuda a romper estructuralmente las definiciones sustentadas en el edadismo sobre nuestras personas mayores, nos ayuda a hacer un cambio paradigmático que vaya en resolución a los fenómenos y problemáticas nacidas en la complejidad de todas las determinantes sociales de los sujetos.

III MARCO TEÓRICO

3.1 EVOLUCIÓN DEL CONCEPTO DE PERSONAS MAYORES

La evolución sobre el concepto de las personas mayores ha tenido transformaciones radicales con el nacimiento y las perspectivas de los enfoques de derecho, que en los últimos años han tratado de hacer una reivindicación, una inclusión de aquellos grupos sociales que han sufrido la exclusión social en su mayor alcance, desde políticas públicas que solo resultan en una violencia sistemática e institucional. Los invisibilizados han sido grupos sociales que la sociedad les ha apartado por sus condiciones generales, por ejemplo, los niños y niñas, que no se han considerado plenamente como sujetos de derecho y su opinión se encuentra supeditada a lo que los adultos decidan. La sociedad va construyendo y apartando a ciertos grupos de personas, los invisibilizados.

Bastidas y Torrealba (2013) señalan que:

El concepto de invisibilización no había sido definido a pesar de su uso extendido en artículos y discursos recientes en cuanto al trato discriminatorio de minorías étnicas –o mayorías omitidas por factores de poder- y grupos sociales vulnerables. Tomando como referencia diversos artículos científicos y documentos oficiales de organismos internacionales se procedió a su definición, estableciendo tres estadios de dicho proceso: la estereotipación, la violencia simbólica y la deslegitimación. (Bastidas y Torrealba, p. 515, 2013)

El ser invisible es un concepto violento en el campo de lo social, es el quite de una posición o un estatus merecido en la jerarquía social, y las personas mayores se han visto invisibilizadas por las grandes transformaciones de la modernidad. Hemos perdido el foco en aquella minoría o mayorías omitidas como señalan los anteriores autores, hemos dejado de verlas como sujetos partícipes en las grandes proyecciones a nivel social y comunitario que son grandes detonantes de los cambios estructurales a nivel macrosocial, lo que se traduce

en la violencia de las instituciones que se promueve no solo contra las personas mayores, sino con aquellos que han sido encasillados bajo la invisibilización, lo que es solo la consolidación del proceso de estereotipación y violencia simbólica que ocurre en torno a estos grupos etarios, sociales y étnicos. Mayorías omitidas por una minoría que se encuentra en el centro del poder, algunos ejemplos pueden ser las diversidades sexuales, los niños, las mujeres, las comunidades de pueblos originarios y por supuesto, las personas mayores.

Para comprender y darle un significado teórico al proceso de invisibilización es importante que incluyamos al vocablo de este estudio, ageísmo cultural, que es definido como:

El ageísmo en la vejez se ha relacionado con el imaginario social, responsable de mantener prejuicios y estereotipos hacia personas mayores. Prevalciendo como fenómeno común en países occidentalizados como Chile, replicando una imagen de vejez llena de carencias y deterioro corporal. (Campillay, Calle, Rivas, Pávez, Dubó y Araya, 2021, p. 127)

La prevalencia de una mirada sesgada sobre las personas mayores, ha construido un imaginario social, que no es reflejo de una realidad de las personas mayores en nuestro país y en Latinoamérica en general, la imagen incorrecta que hemos creado en torno a las personas mayores,

Los viejos, los ancianos, entre otros, son también la forma en la que la colectividad ha replicado que ha acontecido en materia macrosocial en las instituciones del país, son aquellas políticas, leyes que han sido factores determinantes para que siga promoviendo el dejar a la persona mayor de lado. (Fernández, 2009, p. 25)

La sociedad chilena ha considerado a las personas mayores como seres desvalidos, frágiles y, por tanto, vulnerables, recibiendo un trato injusto al ser privados de su autodeterminación y tener que aceptar políticas y cuidados que

no están en relación con sus necesidades y voluntades, exponiendo el hecho de que otros grupos toman esas decisiones por ellas.

La falta de autodeterminación es una noción que este estudio recoge como una de las consecuencias de estas generalizaciones que solo han promovido esta violencia simbólica en torno a las personas mayores y han sido los principales factores de estancamiento para que teorías rupturistas y de descontinuidad sean mancilladas y no tomadas en cuenta, ya que rompen con los esquemas sociales ya establecidos, en este plano encontramos el envejecimiento activo como una vanguardia para entender a la persona mayor, desde el rol del derecho y alejado del edadismo como una práctica de segregación y daño al bienestar esencial del individuo.

3.2 TEORÍAS BIOLÓGICAS DEL ENVEJECIMIENTO

Son innumerables las teorías relacionadas con la persona mayor, muchas de ellas se encuentran en el plano de la biología, donde intentan explicar los fenómenos y los cambios fisiológicos que experimenta la persona mayor en este estadio de la vida. Según Odone (2013) debemos tener claro que la Gerontología tiene tres ejes en los que desarrolla la construcción de la teoría sobre las personas mayores, centrando su campo en la biología, la psicología y el social.

La biología como se mencionó ha tratado de explicar todos los fenómenos que ocurren dentro del cuerpo humano, y los cambios que se evidencian con el envejecimiento. Un ejemplo de ello es:

La teoría inmunitaria del envejecimiento descansa sobre la premisa de que, con la edad, disminuye la capacidad de este sistema a sintetizar anticuerpos en cantidades adecuadas, de la clase indicada, y en el momento oportuno, además “el sistema de defensa del cuerpo parece

volverse contra sí mismo y atacar algunas de sus partes, como si fueran invasores extranjeros". (Gago, 2010, p. 5)

Sin embargo, las teorías biológicas han sido interpretadas en los otros planos de la vida, como una forma de justificar el hecho de que todo ser humano cuando llega a este periodo de vida, se vuelve una carga a nivel macrosocial y micro social, las teorías aportadas desde la biología fueron interpretadas por el sistema dominante, el capitalismo, como una forma de justificar la exclusión al grupo social, debido a que su avanzada edad y condición fisiológica son una muestra de que para la sociedad ya no son funcionales, por lo tanto, solo se vuelven una carga, esto hace mucho eco, con lo que más adelante definiremos como la Teoría de Desvinculación, una de las tres bases para entender lo que es el envejecimiento activo desde la perspectiva teórica.

Siguiendo en el plano de la biología debemos hablar del bienestar y para ello debemos rescatar nociones nacidas en el plano del estudio fisiológico del tránsito hacia el envejecimiento:

Nuestra perspectiva de análisis es la de considerar el envejecimiento como un evento fisiológico, que si bien está presente durante toda la vida se hace más intenso en las últimas décadas, y se expresa en dificultades para la adaptación tanto del organismo frente al propio Yo biológico y psicológico, como frente al medio social en que se desenvuelve quien alcanza la senectud. Uno de los desafíos más importantes en la Geriatria de hoy es poder definir qué es el "envejecimiento sano", en el sentido de establecer la frontera con lo patológico. (Morales, 2001, p. 84)

El bienestar y el estar bien, son conceptos ejes, de lo que promueve el envejecimiento activo en su raíz teórica y práctica, es conseguir que las personas se sientan bien consigo mismos, que sean capaces de la aceptación ante el cambio y evitar que la dependencia, que en algunos casos es inevitable, traiga mayormente consecuencias negativas que afecten un desarrollo íntegro en la persona mayor, por ello es importante rescatar estrategias desde el

envejecimiento activo como una nueva perspectiva de Gerontología en las Ciencias Sociales, para ser precursor de los cambios necesarios en el trabajo con las personas mayores, eliminando de raíz, los acercamientos asistencialistas, que han sido promotores del mantenimiento del edadismo en nuestra disciplina como la forma en la que hemos visto el envejecer, que una vez es solo reflejo de la construcción y el imaginario social que hemos fabricado entorno al grupo etario.

3.3 EL EDADISMO

La OMS (Organización Mundial de la Salud) (2021) define el edadismo como una forma de pensar, de sentir y actuar en base a los estereotipos, en construir una realidad sesgada, creando las que ya hemos hecho mención con anterioridad en este estudio, las etiquetas sociales, como una forma de hacer categorías negativas sobre las personas mayores, el viejo, inservible, decrépito, son tantas las formas con las que se ha perjudicado y generado estereotipos sobre las personas mayores. En resumen, el edadismo es la forma en la que se puede visualizar desde lo global los prejuicios y ese miedo que existe a envejecer, como un estadio de vida que la gente no desee alcanzar por ningún motivo, el miedo a la vejez, ha sido un problema endémico de las sociedades modernas en toda su historia, la OMS, menciona incluso que en las sociedades europeas, que presentan la mayor tasa de esperanza de vida y menor mortalidad por concluyente son sociedades envejecidas, atribuyendo que parte de la población se encuentra inserta en el edadismo como mirada para ver la adultez avanzada con toda la construcción negativa que trae esta posición.

Las bases para combatir el edadismo son claras, la educación, la legislación y política en general son los tres elementos necesarios para generar un cambio de mirada, la educación es fundamental para reconocer, para reencontrarnos y hacer un aprendizaje conjunto, para eliminar la ignorancia en

torno al grupo social, eliminar los prejuicios que muchas veces nacen por la ignorancia, por el desconocimiento, o incluso por el miedo a aprender a algo diferente. Es en esta línea que nacen propuestas desde la educación, desde una perspectiva social y que este estudio busca visibilizar como estrategias adecuadas para poder agregar a nuestro quehacer teórico y práctico con las personas mayores, es como menciona Prado:

Envejecer bien, no sólo en lo relacionado con la salud, sino de manera integral es un concepto que comienza a adquirir gran importancia en la sociedad, por lo que el ámbito de la educación social debe comenzar a tenerlo presente y trabajar en esta línea. (Prado y Sojo, 2010, p. 119)

Es esta educación social una de las estrategias para combatir el edadismo y los conceptos intrínsecos en las prácticas discriminatorias contra el grupo etario, para que promovamos el envejecer bien, es necesario que la educación tome el rol social y que sea, además, promotora de la concientización del saber, de emancipar a los sujetos sociales de la violencia simbólica que los ha visto oprimidos, para ello se requiere que la educación sea promotora de una concientización que a su vez va de la mano con el reconocimiento propio y conocer y reconocer las injusticias sociales que vivencian, para ello en este estudio rescatamos los aportes de Freire nombrado por Chesney (2008), en su construcción teórica y práctica de la educación popular y como primer punto hay que definir que:

“el proceso de la concientización comporta varias fases por las que pasa el oprimido en su esfuerzo liberador hacia la toma de conciencia” (Chesney, 2008, 54).

Lo importante, al seguir las ideas de Freire, es observar críticamente la realidad y el proceso histórico en que opresores y oprimidos —cuando colaboren sinceramente en el cambio de esta opresión—, se reconocen y se comprometen. Se trata, entonces, en términos amplios, de resolver el conflicto de quienes desean ser sujetos libres y participar en la transformación de la sociedad. Visto

así el proceso, esta metodología sería válida para todo tipo de opresión, sin restricción de sexo o clase social, y la opresión puede ser también de cualquier tipo, no sólo económica. Se trata de colaborar para recuperar lo auténtico y la integridad del ser.

Por otra parte, la legislación y las leyes deben apuntar a un cambio, no podemos estar hablando de leyes que sigan segregando a grupos etarios en la actualidad, se debe apuntar a una construcción de la ley en establecimiento de los enfoques de derecho, de emancipación y, por tanto, de inclusión social, y la política debe crear directrices que apunten a formular cambios en la materia social y cultural que rodea a las personas mayores, buscar estrategias, para incorporar aquellos que se han invisibilizados a lo largo de la historia.

3.4 LA TEORÍA DE LA ACTIVIDAD

Existen tres aproximaciones teóricas que son relevantes para entender como las Ciencias Sociales, la Gerontología Social, han hecho un acercamiento a la problemática de la persona mayor, la primera de ellas es la forma más básica de lo que podemos entender en el día de hoy como envejecimiento activo, como un nuevo paradigma de trabajo con las personas mayores.

Según Lawrence (2008), citado por Gago (2010) la Teoría de la Actividad siendo la más antigua de las tres aproximaciones teóricas que se hará revisión en este estudio. Debemos entenderla bajo un concepto importante, los roles, aquellos que son los que definen a cada ser humano, un rol es una forma de actuar, es una actividad, un funcionamiento que tiene cada uno en una sociedad, y la Teoría de la Actividad con la persona mayor plantea que los roles al llegar aquella etapa se van perdiendo, o incluso volviendo al ámbito laboral, la persona mayor se ve privado del rol de proveedor o de trabajador, esto significa un cambio

abrupto, un quiebre en la realidad del sujeto en cuestión, la autora plantea incluso una situación de anomia, de carencia de identidad cuando los roles desaparecen.

Sin embargo, desde la perspectiva de la actividad, el bienestar de la persona mayor va de la mano con mantener vivo los roles y de haberlos perdido, es indispensable crear nuevos, porque aquellos permiten un desarrollo íntegro y que la identidad siga presente en el individuo, esta teoría tiene un peculiar, es que nunca menciona lo colectivo, tal cual expone la autora.

“En la perspectiva actual esta teoría hace énfasis en la individualidad, en su autoconcepto, y no en el de la sociedad; no depende de las expectativas sociales para que el adulto mayor determine como provechosa el tipo de actividad elegida” (Gago, 2010, p. 5)

El bienestar es el fin último de la actividad, las actividades sociales son los amortiguadores para combatir el fin de los roles, ese es el principal planteamiento de la actividad como teoría, sin embargo, su ausencia de colectivo y la carencia de lo social, en su bosquejo principal, hace que algunas nociones importantes en la construcción del yo, quien se define a su vez por lo colectivo, terminen dejándose de lado, quedándose en un concepto incluso idealista de como la actividad puede ser promotora de una superación de este cambio repentino y progresivo que significa el envejecer, a su vez no considera factores socioeconómicos que desde nuestra disciplina sabemos con efectividad como los determinantes sociales son cruciales para definir las realidades de los individuos, por ello el planteamiento queda en una línea idealista de la superación de la vejez, sin considerar factores cruciales que son los que finalmente marcan el trayecto hacia como llegan los sujetos a aquella etapa del ciclo vital del ser humano.

Recapitulando la crítica que se puede hacer a la noción de actividad clásica, podemos señalar nuevamente como se enfoca en los roles y cuando llega el envejecimiento, la Teoría de la Actividad hace especial énfasis en la

pérdida que conlleva esta etapa de la vida, en el campo social, perdiendo todos esos roles asignados en la sociedad, por entrar en un periodo donde ya no es un sujeto activo de lo social y así Maroto, Cáceres y Cifuentes (2014) aclaran que:

Pues bien, con la entrada en la jubilación se produce una pérdida progresiva de los roles sociales que las personas adquirieron a lo largo de su vida. Se va produciendo así una reducción del papel de las personas mayores en la sociedad hasta quedar desposeído de roles, sin lugar y sin status. (Maroto, Cáceres y Cifuentes, 2014, p.6)

Pero esta pérdida de roles no se encuentra condicionada a solo el yo dependiente, sino más bien al colectivo sujeto que entra en esta etapa avanzada de la vida, para perder su status social que es una responsabilidad de la construcción y simbólica que se ha hecho en torno a las personas mayores, y se vuelve a mencionar de que la Teoría de la Actividad no considera factores externos y determinantes sociales para considerar que no todos las personas mayores poseen el mismo escenario, recursos y posibilidades para generar estos roles que puedan combatir la dependencia, a pesar de este pensamiento optimista que promueve la Teoría de la Actividad clásica, tenemos que considerar la relevancia que hay en lo colectivo y como sus factores determinan si los roles perduran o se pierden y la creación de nuevos roles para sobrellevar el envejecer de una forma que garantice el bienestar propio, tiene que ir acompañado del rol social y la colectividad como marcos de trabajo para promover el buen envejecer en la persona mayor.

3.5 LA TEORÍA DE LA DESVINCULACIÓN

Merchán y Cifuentes (2014) en su texto Teorías psicosociales del envejecimiento, postulan que la Teoría de Desvinculación propuesta por Cumming y Henry (1961) es la menos optimista de las tres perspectivas, siendo aquella, la que menciona que, al llegar a cierta edad, el ser humano debe desvincularse de la sociedad, ir alejándose de los grupos sociales a los que pertenece. La Teoría de Desvinculación en sí busca que el quiebre de relaciones entre el mundo social y la persona mayor, no sea de forma abrupta, su intención es educar al individuo para estar preparado para este inevitable quiebre, sin embargo, al ser una teoría que nace en el seno de la sociedad norteamericana, no considera variables sociales, de otros lugares del mundo, esto la hace quedarse muy aislada en su lugar de origen.

También, la teoría plantea una diferencia de género que es una realidad de las sociedades basadas o explicadas en las corrientes funcionalista y que también tiene cierta evidencia o propone la misma en base a la psicología, aquello es que los hombres encuentran su rol determinado por lo instrumental, por tanto, su separación del mundo laboral, y de la sociedad, su desvinculación no se encuentra determinada a diferencia de las mujeres por lo socio afectivo, es en esto que Cumming y Henry, padres de la Teoría de la Desvinculación y sus máximos exponentes, mencionan que el envejecer es mucho más difícil en mujeres que hombres en lo significa el proceso de ruptura o desvinculación, sin embargo, nuevamente no se consideran innumerables variables sociales tales como determinadas por la pobreza o el mismo enfoque de género no tiene mayor cabida en el análisis realizado por los autores para justificar su planteamiento.

Un hecho que también es una variable para considerar y la teoría presente no tiene en cuenta es algo que la Teoría de la Actividad, si planteaba, tal cual expone la autora

“Los sujetos siguen siendo activos y ejercen de forma eficaz sus funciones sociales, por ello jamás será posible una desvinculación total del ámbito social del individuo”. (Gago, 2010, p. 10)

Otra gran incongruencia de la Teoría de la Desvinculación es el despojo de lo colectivo de la persona mayor, cuando ocurre esta separación entre el estado y aquel, no se menciona que no se produce desvinculación como tal, se produce un cambio en la relación e interacción con aquel, además los seres humanos tendemos aferrarnos a algo, a pesar de que perdimos un rol, una actividad, tendemos a reemplazarlo con algo que nos cubra ese vacío, por ello Faría postula:

Finalizando, se concluyó que el mecanismo por excelencia utilizado por las personas mayores que comienzan a desvincularse consiste en adaptarse al nuevo entorno bajo la generación de lazos familiares de mayor intensidad que los anteriormente establecidos a lo largo de su vida. (Faría, 2016, p. 133)

3.6 LA TEORÍA DE LA CONTINUIDAD

Según Gago (2010) la Teoría de la Continuidad, a diferencia de las otras, no plantea una ruptura entre el envejecimiento y la sociedad, no defiende el supuesto de que, al llegar a una cierta etapa, se tiene que producir la desvinculación, la continuidad al igual que las otras dos, si habla sobre cambios durante el envejecimiento que son sustanciales en su construcción de identidad, así como la Teoría de la Actividad habla sobre los roles y la pérdida de los mismos. La Teoría de la Continuidad se define también en las acciones sociales de los sujetos, pero va más allá incorporando a los antiguos roles como una experiencia significativa en la construcción del yo.

La diferencia significativa entre la actividad y la continuidad, tiene que ver con la preparación para la vejez, la actividad no hace una verdadera adaptación al traspaso entre la adultez y el ser mayor, debido a que en su planteamiento

central, aquello, solo promueve los vicios de la no actividad, siendo perjudicial para la persona mayor, pero es en el reconocimiento y adaptación frente al cambio, lo que la Teoría de la Continuidad defiende, en su postulado central, en preparar al adulto para al traspaso a esta etapa, para que no sea traumático y negativo, sino que sea visto como una experiencia más, y a su vez mantener la concepción de que ser persona mayor no es un traspaso a dejar de ser útil dejando esas miradas funcionalistas atrás. La Teoría de la Continuidad es promotora del sentido subjetivo y construcción de identidad el individuo. Sin embargo, su mirada se queda muy aislada en el plano del yo, no mostrando el sentido colectivo que se debe dar para entender los fenómenos sociales asociados a las personas mayores, pero es un primer acercamiento certero a lo que de alguna forma las corrientes del envejecimiento activo intentan buscar.

Robledo define el postulado de la continuidad:

En el transcurso del tiempo, el individuo va construyendo, a partir de su experiencia individual y colectiva, así como desde su interacción con el entorno natural y social, una imagen de sí mismo que podrá ir moldeándose en la misma medida en que vayan apareciendo necesidades de adaptación a las propias modificaciones del entorno, pero que, en cualquier caso, busca un sentido de continuidad o coherencia interna. (Robledo, 2016, p. 1)

Como se ha señalado la Teoría de la Continuidad es un gran avance para dar fórmula a lo que hoy es el envejecimiento activo como una teoría o un paradigma de trabajo que busca la reconstrucción de la persona mayor desde enfoques de derecho y estadios de trabajo resiliente con los mismos, para superar consecuencias negativas que pueda traer esta etapa de la vida, como puede ser el fin de roles o una dependencia causada por una variable fisiológica, pero para esto debemos acudir a una teoría más, que es la primera en incluir al grupo etario como un colectivo social y entenderlo en conjunto con su medio natural, la Teoría de Subcultura.

Este modelo sitúa a los mayores como un grupo social específico basándose en la tesis que estructura la sociedad a partir de la división por estratos o grupos etarios y considerando que el hecho de pertenecer a uno u otro grupo condiciona las características y comportamientos de sus miembros. El término subcultura es utilizado para definir patrones de comportamiento, sistema de valores, códigos o sistemas de símbolos, imagen del mundo, etcétera, compartidos por un grupo y que lo diferencian de los modelos sociales hegemónicos. (Robledo, 2016, p. 3)

3.7 LA TEORÍA DE LA SUBCULTURA

La Teoría de la Subcultura concentra sus esfuerzos en entender como la interacción es la base para la construcción del colectivo, así como teorías como el interaccionismo simbólico postulan en la interacción, la construcción del mundo del lenguaje, de las acciones. La Subcultura busca entender este mundo donde las personas mayores se desenvuelven con sus redes, con los sistemas de valores y códigos, que dan forma a la interpretación que se hace sobre el colectivo, cosas tan triviales, como decirles “tatas” a los abuelos, es resultado de una interacción, un sistema de símbolos que agregamos a nuestro lenguaje cotidiano, para poder definir a la persona mayor que conforma nuestro grupo familiar mediante acciones de afecto que son resultado de los símbolos nacidos de la interacción.

Ahora bien, haciendo hincapié nuevamente en el interaccionismo simbólico que es una base importante, dotada de la psicología y la sociología para que entendamos el modelo de la subcultura de la persona mayor, es definido por Díez, como

Los seres humanos viven en un ambiente simbólico, así como lo hacen en un ambiente físico, y adquieren mediante procesos sensoriales conjuntos complejos de símbolos. La diferencia de los seres humanos con respecto a otras formas de vida radica en que los humanos tienen la habilidad de aprender, recordar y comunicar simbólicamente. (Díez, 2010, p. 27)

Definir a la persona mayor en la interacción, en la construcción social, permite bosquejar las relaciones simbólicas, y a su vez todo el constructo que se hace en torno al grupo etario, lo que nos permite entender sus patrones de comportamiento, sus acciones, sus vínculos, como lo social, lo político, lo colectivo afecta a un individuo. Es importante tener en cuenta esta dimensión de las personas mayores, para que podamos aplicar el envejecimiento activo desde la disciplina, entendiendo al Trabajo Social, como parte de las ciencias de lo colectivo, no quedando encerrados en el espacio individual, sino concibiendo que el mismo elemento, lo individual, se formula en colectivo, y es a su vez este pensamiento uno de los primeros bosquejos de una reflexión que se relacionará profundamente con el trabajo del envejecimiento activo y es la relación entre la soledad y la vejez.

Porque como concluye Rodríguez la soledad y la inactividad son enemigos acérrimos de la vejez.

“Cuando la persona mayor se queda sola, sobre todo sin sus seres queridos, la tristeza la embarga y las ganas de vivir disminuyen” (Rodríguez, 2009, p. 32).

3.8 ENVEJECIMIENTO ACTIVO

El término envejecimiento activo fue acuñado por la OMS a finales de los 90, su objetivo fue ampliar la visión de lo que hasta entonces se conocía como envejecimiento saludable, cuyo énfasis quedaba en los factores socio sanitarios y de salud. (Ramos, Yordi y Miranda, 2016, p. 332)

Envejecer saludable, es la base de lo que se fue construyendo como envejecimiento activo. Se buscaba que el envejecer fuese acompañado de una vida digna desde lo sanitario, de mantener la prevención de enfermedades que surgen o son propensas a ocurrir en las personas mayores, sin embargo, en el

noventa se habló de envejecimiento activo para incorporar no solo la salud como campo, sino lo social y lo colectivo, los factores multidimensionales tales como la pobreza, la familia, entre otros como factores importantes para promover el buen envejecer.

El enfoque de derecho es la clave para entender el envejecimiento activo, ya que se sitúa en la perspectiva de la reincorporación, de restablecer y defender los derechos de los vulnerados por el aparato estatal y las sociedades modernas, es en ello que la perspectiva de envejecimiento activo va con la defensa de la vida digna de las personas mayores, de su derechos humanos más íntegros y personales, para promover en lo ideal una vida digna para subsistir.

Lamentablemente desde la misma disciplina médica, la vejez ha sido percibida bajo una connotación negativa, que no es más que el resultado del progreso moderno de las sociedades y su entendimiento biológico, que se vuelva una razón para promover la segregación, Torres y Castillo señalan:

La vejez no es una enfermedad; es un proceso multifactorial que se define como la pérdida progresiva de las funciones, acompañada de un incremento de la morbilidad y la disminución de la fertilidad con el avance de la edad. Sin embargo, a veces la vejez se percibe desde el punto de vista clínico como una colección de enfermedades. (Torres y Castillo, 2011, p. 355)

En América Latina y el Caribe cada vez es más fundamental hablar de enfoques de derecho y se ha transformado en una premisa en los últimos años de desarrollo en todas las áreas de la sociedad, como una reincorporación de aquellos grupos invisibilizados por el aparato estatal, darles o hacerlos merecedores de la vida digna, y el enfoque de derecho con las personas mayores es una perspectiva contemporánea y rupturista que busca de una vez eliminar las perspectivas nacidas del edadismo, de la discriminación en torno al grupo social en cuestión. El envejecimiento activo debemos definirlo como un paradigma, un modelo de trabajo que nos sitúa desde la comprensión de una

realidad desde una nueva perspectiva, un modelo que nos indica como las disciplinas sociales, como la Gerontología, el Trabajo Social deben movilizar en torno a la persona mayor, incorporando en el saber y quehacer profesional enfoques de restitución, de defensa de la vida íntegra y comprometernos como facilitadores para poder lograr un empoderamiento del grupo social y combatir las percepciones erradas del edadismo.

La resiliencia es una fórmula clave para entender una de las estrategias de trabajo que conlleva el enfoque de derecho, aquella es definida por Truffino como:

La capacidad de recuperarse de situaciones traumáticas extremas es denominada resiliencia. La resiliencia refleja la confluencia dinámica de factores que promueven la adaptación positiva a pesar de la exposición a experiencias adversas. Se considera que la resiliencia es un componente de la adecuada adaptación psicosocial y se asocia con la salud mental. (Truffino, 2010, p. 141)

El envejecimiento activo busca ser promotor de aprovechar al máximo las oportunidades para promover el bienestar en los tres ejes fundamentales de la vida del individuo, la salud, la mente y la sociedad. Su objetivo último es acompañar la esperanza de vida con la calidad y dignidad que aquella se merece, y con prevalencia a una menor discapacidad y de haber un riesgo, preparar y abordar la dependencia con la mantención de enfrentar aquella de forma resiliente y contextualizada en la situación personal, por eso es fundamental la mentalidad positiva, la adaptación al cambio abrupto y la misma interacción que antes señalábamos, como partes fundamentales del trabajo con la persona mayor bajo el enfoque de envejecer activo y saludable.

Mantener actividades es fundamental desde la perspectiva de envejecer activo, es la forma de mantener viva la interacción con otros, de no promover el aislamiento, uno de los grandes males que promueve el edadismo y muchos autores han mencionado algo que nos cuesta reconocer, pero es verdad que las

personas mayores sienten y experimentan muchas veces la soledad más grave que puede experimentar una persona, el síndrome del nido vacío, entre otras perspectivas hacen alusión a como una persona comienza a sentirse solo y desconectado de lo social, lo que tarde o temprano produce un abandono del sí mismo, lo que solo provoca efectos negativos en la calidad de una vida digna, por eso es importante la mantención de la interacción social, la actividad con otros, el ocio y la recreación como métodos para poder combatir la soledad en las personas mayores, en ello los Centros de Adultos Mayores, las municipalidades y los Estados tienen la responsabilidad de generar estos espacios recreativos, si queremos seguir trabajando desde el enfoque de derecho que amerita el envejecer activo, porque es un realidad que:

El anciano necesita comunicarse y relacionarse con el entorno de forma verbal y no verbal, expresar deseos y opiniones y tener sentimiento de pertenencia a un grupo, mantener una movilidad suficiente que le permita las relaciones sociales, tener una imagen de sí mismo que corresponda a la realidad y expresar sin temores su sexualidad. (Rodríguez, 2009, p. 164)

En lo teórico es cierto que el envejecer activo, ha llegado a Latinoamérica como una perspectiva a incorporar dentro de las Ciencias Sociales, pero en la revisión bibliográfica que se realizó en este trabajo, aún se sigue viendo un vacío epistemológico en la construcción de conocimiento del sur, seguimos aceptando las perspectivas dominantes, sin criticarlas o interiorizarlas de forma contextualizada a nuestras realidades del sur, donde las sociedades son diferentes a las del primer mundo, donde la desigualdad, la pobreza, la precariedad del sistema público de salud, se evidencian en los mundos donde las personas mayores se movilizan de forma constante, es en ello que debemos reencontrarnos con nuestra identidad Latinoamericana y del Caribe, construir desde el paradigma de envejecer activo, o envejecer bien si seguimos lo que interiorizan nuestros pueblos originarios con las filosofías del buen vivir y buen morir, construir un conocimiento descolonizado y hacer un estudio en cierta

medida monográfica, es la clave o el fin último que tiene esta tesis, contribuir una nueva literatura desde nuestro contexto social único como país.

El SENAMA, destaca que existen 4 pilares para garantizar el envejecimiento activo siendo la actividad física, el bienestar mental, la participación social y la alimentación saludable, los ejes para poder hablar de un envejecimiento activo exitoso o pleno en las personas mayores, aunque en materia estatal, el envejecimiento activo en nuestro país sigue siendo una propuesta emergente que aún no ha logrado su incorporación en todos los espacios, y aun se habla de envejecer saludable a términos universales y no de envejecimiento activo como tal.

Mencionado por la OMS (2021), la población global de personas mayores entre los años 2015 y 2050 se duplicará pasando de un 12% al 22% de la población total del globo.

Es importante entender que el contexto de envejecimiento poblacional amerita un desafío para poder incorporar estas miradas emergentes sobre las personas mayores, todo pensado en mejorar la calidad de vida del grupo etario, para ello es importante conocer cómo trabajar un envejecimiento activo con las personas, que se debe realizar y como es en la práctica que se puede aplicar esta nueva noción de lo que es envejecer.

El FEDEMUR, una organización española centrada en personas mayores, principalmente enfocado en las mujeres campesinas y de localidades rurales, es una organización que ha definido a través de una serie de pasos como garantizar un envejecimiento activo y para el sentido de este estudio, parece relevante poder darle visibilidad a las nociones o estrategias entregadas por la organización, porque van en el lineamiento con las propuestas teóricas de lo que significa envejecer activo y lo materializan de forma acertada en lo que es la práctica. (FEDEMUR, 2020)



Ilustración 1 FEDEMUR (Asociación de mujeres rurales, Madrid. España.)

Figura 4: Infografía de la FEDEMUR (asociación de mujeres rurales, Madrid, España) en ella se describen consejos para un envejecimiento positivo. (FEDEMUR, 2020) . Obtenido de <https://fademur.es/fademur/>
<https://fademur.es/fademur/>

En nuestro país se sigue hablando de envejecimiento positivo o saludable, que a pesar de tener elementos en común con lo que es envejecer activo, son nociones anteriores a la actividad, son nociones aún ancladas en la dependencia y en la persona mayor que no posee autonomía por el paso del tiempo, envejecer activo incorpora los elementos del enfoque positivo y saludable, y reintegra a la persona mayor pensando como un sujeto participativo, íntegro y capaz de ser promotor propio de su bienestar personal tanto de forma física, como mental, por eso a través de este estudio y en la misma intervención a través de instancia de entrevistas se buscará conocer las propias nociones de las personas mayores, sus propias significados del procesos de envejecer y como son ellos mismos relevantes para garantizar lo que es un buen envejecer activo.

3.9 LO COTIDIANO

Finalmente, el elemento que da sentido y significación a esta tesis y es relevante poder ir definiendo para comprender las nociones, testimonios y realidades de las personas, lo cotidiano, es el espacio socio temporal, básico del ser humano. Cuando hablamos de la cotidiano, según la RAE (2023), es definido como “de todos los días” y, por consiguiente, la cotidianidad tiende a ser un elemento habitual en la vida de las personas y forma parte esencial de la realidad de las personas mayores.

Desde una lectura desde la fenomenología el mundo cotidiano es un espacio de representaciones sociales, donde interactúan individuos que constituyen su propio mundo. Lo cotidiano es el espacio básico donde se van construyendo los símbolos, que dan sentido a la vida social de la persona en su papel como sujeto social, en el cotidiano ocurre su día a día, con todos los elementos que se integran a su rutina, a la creación de su mundo y su significado, como menciona Pérez (2010):

La experiencia del mundo cotidiano abre el presente al instante revelador en que la existencia, por su impulso de anticipación, se preserva de volver a caer detrás de sí misma. En el proceso de concientización del tipo de mundo es que aparece una intencionalidad abierta en su perspectiva hacia una apropiación de aprendizajes superadores de perspectivas limitantes. (Pérez, 2010, p. 5)

Haciendo lectura de lo expresado por Pérez, lo cotidiano es un espectro básico de la existencia misma de las personas, es lo que da significado al mundo, y es en este proceso de concientización donde comenzamos a asimilar los elementos que se construyen en el día a día, la concientización podemos entenderla desde la lectura de Freire (1974), citado en Villalobos (2000) Freire como una forma de reconocerse a sí mismo, donde se establece el diálogo consigo mismo y la significación del sujeto, aunque hay que entender que Freire caracterizó a la concientización de otros elementos, basados en su teoría de la liberación y la praxis transformadora de la realidad.

La perspectiva cotidiana dentro de las Ciencias Sociales es relativamente nueva, y por mucho tiempo se encontró invisibilizada. Según Alvarado (2007) no fue hasta que la ya nombrada fenomenología que retomó la discusión sobre lo cotidiano centrado en como los sujetos se van conociendo y se desenvuelven en esto que llamamos mundo cotidiano.

Podemos comprender lo cotidiano como un constructo social, una forma de interpretar un elemento de la vida de los sujetos, que tiene gran relevancia en la conformación de su identidad, pero debemos hacernos la pregunta más básica para poder ir incluyendo un significado más profundo y trabajado de que es lo cotidiano, y aquella es ¿Qué es la vida cotidiana?

La vida cotidiana ha adquirido distintas nociones y definiciones en las Ciencias Sociales, como menciona Itzkuauhtli:

“la cotidianidad ha adquirido un carácter polisémico en las Ciencias Sociales, su significado cambia con respecto a la disciplina y la tradición de investigación en esta” (Itzkuauhtli, 2005, p. 125).

Esto expresado lo veremos reflejado en el siguiente recuadro que entrega ciertas nociones y definiciones de lo que es lo cotidiano, según distintas perspectivas de las ciencias sociales.

TABLA 1: PROPUESTAS DE DEFINICIONES DE LO COTIDIANO EN CONTRAPOSICIÓN DE LO NO COTIDIANO

Trad. de investigación (discipl.)	Cotidiano	No cotidiano
Sociología interpretativa / interaccionismo simbólico, etnometodología, fenomenología. (sociología)	Rutina	Actividades sociales extraordinarias, no rutinarias
Marxismo (sociología)	Día de trabajo (en especial para los obreros)	Vida de burgués (personas que viven del beneficio, en el lujo, sin tener que trabajar)
Marxismo (sociología)	Vida de la masa popular	Vida de altos puestos y de poderosos (reyes, príncipes, presidentes, miembros de gobierno, dirigentes de partido, miembros del parlamento, dirigentes de la economía)
Escuela de los anales / Fernand Braudel (historia)	Dominio de experiencia de la vida de cada día	Todo lo que la historia política tradicional ha marcado como grandes eventos (la historiografía)
Escuela de los anales / Georges Duby (historia)	Vida privada	Vida pública o tradicional
Fenomenología / Henri Lefebvre (filosofía)	Esfera de las experiencias y los pensamientos naturalmente espontáneos, auténticos e irreflexivos	Esfera de las experiencias y los pensamientos reflexivos, artificiales, no espontáneos, en particular de las experiencias filosóficas y los pensamientos científicos
Martin Heidegger (filosofía)	Conjunto de experiencias y pensamientos ideológicos, falsos, ingenuos e irreflexivos	Conciencia correcta, auténtica y verdadera

Tabla 2: Definición y contraposición de los conceptos de cotidiano y no cotidiano; Itzkuauhtli, 2005

Aquellas propuestas fueron las primeras que buscaron definir lo cotidiano, basado en perspectivas asociadas con la tradición epistémica de cada escuela t, como puede ser por ejemplo del marxismo, que relacionaba en gran medida lo

cotidiano con la vida laboral, con el concepto de la masa laboral y como aquello es lo que representa a lo que es la cotidianidad, es decir, que el marxismo define aquel elemento solo bajo una mirada sesgada donde solo busca la representación que los obreros le otorgan a lo cotidiano, basado en sus experiencias laborales.

Las interpretaciones modernas de lo cotidiano comenzaron con Giannini (1998), quien en su campo de la filosofía buscó una nueva interpretación del concepto cotidiano, mencionando que:

La cotidianidad está en todos los resquicios de nuestra vida en sociedad: en la calle, en el trabajo, en la escuela, cuando discutimos o hacemos el amor, de tal manera que se cubre de un manto invisible para la conciencia. (Giannini, 1998, como se citó en Itzkuauhtli 2005, p. 127)

A pesar de que la cotidianidad es definida trivialmente como lo que pasa todos los días, hay dos elementos que debemos destacar según Itzkuauhtli (2005) y uno tiene que ver con lo ordinario, o la rutina, que consiste en todos los elementos comunes que se repiten en la rutina de una persona, como pueden ser actividades como almorzar, despertarse, entre otros elementos que se vuelven comunes debido a sus características, pero existen también en la cotidianidad, los elementos extraordinarios o transgresores, que consisten en esas actividades, en esos sucesos que rompen con la normalidad y son comunes a su vez de la realidad, como se expresa no todo puede ser predecible y común en la cotidianidad, tiene que haber un factor rupturista, un quiebre de esa tranquilidad que caracteriza el día a día.

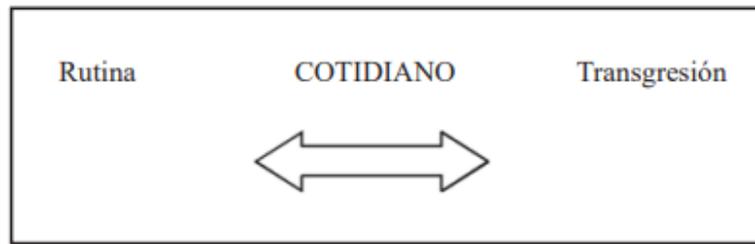


Figura 5: Representación de lo cotidiano, y sus dos elementos, rutina y trasgresión. Giannini (1999) citado en Itzkuauhtli, 2005

Ahora bien existe un elemento que tenemos que considerar para poder establecer una concepción de lo cotidiano, y aquello es su dimensión espacio temporal, lo cotidiano ocurre en un espacio determinado, en un periodo establecido, cuando una persona se encuentra realizando una actividad doméstica que es común en su hogar, se encuentra en un determinado espacio y a su vez esa actividad por su elemento rutinario se establece en un tiempo determinado, puede ser una actividad que se establezca por la mañana, o a mediodía, etc. Pero es esa caracteriza espacio temporal la que da sentido a un establecimiento concreto de lo que significa la cotidianidad.

Actualmente, lo cotidiano tiende asociarse al hogar, por su defecto, debido a que es el espacio temporal básico donde se desarrolla la interacción social de las personas, donde se crea su identidad como persona, no es correcto mencionar que es el único espacio donde se da lo cotidiano, como ya se ha hecho mención, la calle, el trabajo y todos los espacios que forman parte de la rutina o por su defecto esos elementos transgresores que rompen el esquema del día a día, son de igual forma representaciones surgidas que dan forma a la cotidianidad. La calle por Giannini (1998) es considerada como un puente que une el espacio doméstico con el laboral:

“La esencia de la calle en la cotidianidad es su carácter comunicativo, abierto y de enlace con el resto de los lugares de la cotidianidad” (Giannini, 1998, como se citó en Itzkuauhtli 2005, p. 132).

Es relevante mencionar la importancia que toma lo cotidiano para el Trabajo Social, ahora con una definición establecida, debemos centrarnos en el saber profesional y su quehacer y como en nuestra interacción con los sujetos con los cuales realizamos la acción social o intervención, nos terminamos involucrando en su espacio cotidiano, ya sea de forma indirecta o de forma participativa, como puede ser en un trabajo más detallado, que puede involucrar visitas domiciliarias, donde nos sumergimos en el espacio rutinario, básico de lo que significa la cotidianidad para el sujeto de intervención, por ello es claro que el Trabajo Social siempre se ha involucrado en su historia profesional con el trabajo en lo cotidiano de las personas, a veces involucrándose en transformaciones sociales dentro del espacio doméstico, modificando muchas veces los elementos que representan la cotidianidad, esto puede ser reflejado en acciones profesionales complejas que modifican los roles en una familia, o que intervienen directamente en la red familiar.

Navarro (2019) situado desde el Trabajo Social contemporáneo y complejo, realiza un pequeño análisis en el que hace la invitación a repensar la intervención social en los escenarios familiares, se destaca este estudio, para ejemplificar de manera resumida las transformaciones sociales que han sufrido las familias a lo largo del tiempo y, por consecuencia, los espacios cotidianos han visto modificada su interpretación, es ya un hecho sabido que ya no es factible hablar de Trabajo Social de familia, sino hablamos de familias, debido a la complejidad, a su diversidad y sus interacciones únicas como un sujeto social complejo en su construcción de identidad, por eso los mismos espacios cotidianos se han transformado y se han simbolizado de forma compleja, dando características únicas para las personas, no existe lo homogéneo en lo cotidiano,

existe un gran espectro de símbolos, de interacciones, de nociones y construcciones sociales que dan significados a la cotidianidad de las personas, por eso es importante repensar el Trabajo Social desde lo contemporáneo, no debemos quedarnos anclados en el pasado y debemos nutrirnos con la complejidad, entender los escenarios de la contemporaneidad, tal como concluye el autor

“Luchas que permitan visibilizar lo diverso y promuevan actuaciones que sean realmente inclusivas en el marco de la normativa jurídica y las políticas sociales” (Navarro, Y., López, M., Climent J., y Gómez, J., 2019, p. 290).

IV PROBLEMATIZACIÓN

4.1 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación considera dos preguntas para plantear el desarrollo del problema que con anterioridad se ha presentado, como se ha señalado, este estudio se sitúa desde el enfoque del envejecimiento activo, es decir, que tiene una perspectiva teórica determinada para poder analizar y situarse desde la problemática del envejecimiento con una intención situada desde una nueva perspectiva sobre el envejecer, desde una mirada divergente a las antiguas corrientes que eran resultado de la construcción del edadismo, que se tenía sobre las personas mayores. Ambas preguntas de la investigación buscaban validar y englobar los elementos del envejecimiento activo que podemos visualizar y promover desde la disciplina, encontrados aquellos en los espacios cotidianos de las personas mayores y que son a su vez promotores de un desarrollo social íntegro, en sus dimensiones psico emocional y social como individuos.

La primera interrogante que se desarrollará en esta investigación, se encargará de detectar los elementos que configuran la cotidianidad de las personas mayores y que son esenciales para su desarrollo emocional y psicosocial, por tanto, se parte del supuesto de la existencia de elementos esenciales como factores de promoción de bienestar y de calidad de vida, dentro de los espacios cotidianos, como unidad básica del desarrollo psicoemocional y social, elementos tan cotidianos como puede ser el compartir espacios con la familia, a la hora de convivir, pueden ser sustanciales promotores de elementos positivos en el desarrollo en esta etapa de la vida, y elementos preventivos de manifestaciones perjudiciales en el íntegro desarrollo de la persona mayor, como puede ser la soledad, como una de las situaciones más complicadas de llevar para una persona en esta instancia de su trayectoria etaria y que son muchas veces uno de los grandes detonantes de esta dependencia negativa, que el

envejecimiento activo busca combatir, por eso, esta investigación, tratará de indagar en los elementos afines, de poder visualizar que fenómenos son esenciales para que podamos entender cómo se desarrolla la persona mayor en estos espacios y cómo podemos promover desde el Trabajo Social, estrategias para que estas instancias, sean promotoras de elementos que vayan en dirección de promover un buen vivir para las personas mayores. Cheyre define el desarrollo íntegro como:

El Desarrollo Integral es un proceso que se logra a través del conjunto coordinado de acciones políticas, sociales y económicas que se fundan en la promoción de la dignidad personal, la solidaridad y la subsidiariedad para mejorar las condiciones de desarrollo pleno de las familias y las personas, contribuyendo a un clima social y humano de confianza mutua con especial atención a la situación de los problemas de aquellos que tienen menor posibilidad de acceso a los beneficios de la modernidad, en un ambiente que proteja el hábitat y en una dimensión que también los asegure para las generaciones futuras. (Cheyre, 2015, p. 163)

Cheyre (2015), desde la interacción social y su escuela construccionista de la realidad, busca formular y recopilar todos los elementos que se plantean para una persona y son promotores de esta dignidad personal, por eso hace un análisis de la ética social y la moral como principales características que contribuyen a lo que él llama el derecho a un clima social que sea un respeto por la dignidad individual y colectiva.

Es importante destacar que Cheyre (2015), en lo anterior se plantea desde un plano filosófico y conciliador, sin embargo, cuando reflexiona en un sentido social, en su estudio encuentra falencias que existen en el desarrollo integral y elementos que deben ser claves para lograr que estos se lleven a cabo, la educación y el territorio, acompañado de la responsabilidad social.

Incluso planteado como uno de los desafíos en las llamadas emergentes epistemologías del sur, las perspectivas sociales que trae el desarrollo integral, vuelven mucho más complejo la definición del concepto en sí, debido a que surgen elementos que no son considerados en su expresión más básica, e

individual, porque al hablar de un desarrollo integral en lo colectivo, encontramos, por ejemplo, elementos tales como el sentido de pertenencia, la identidad colectiva y las construcciones sociales que realiza un colectivo en un territorio.

Lo anterior planteado será el eje temático que abordará la segunda pregunta de esta investigación, la cual tiene su foco en diagnosticar y evaluar las condiciones socio políticas, culturales, y desde la misma disciplina en el trabajo con las personas mayores, será una búsqueda de conocer los recursos y condiciones con las cuales estamos trabajando con las personas mayores y si son los necesarios para poder establecer el envejecimiento activo como un paradigma o enfoque para el Trabajo Social, tomando en cuenta lo definido por anterioridad como desarrollo íntegro como el fin último promovido por el envejecimiento activo en lo que respecta al campo metodológico y la estrategia a lograr para el bienestar y aumento de la calidad de vida en las personas mayores.

1) ¿Cuáles son los elementos o fenómenos que se encuentran en la cotidianidad de las personas mayores y que influyen en su desarrollo psico emocional y social?

2) ¿Existen las condiciones en el contexto socio político actual en nuestro país para establecer al envejecimiento activo como una perspectiva teórica y práctica válida en el Trabajo Social con las personas mayores?

4.2 OBJETIVOS

General

Analizar los elementos de la cotidianidad presentes en la vida de personas mayores de 65 años de la comuna de La Cisterna, que favorecen su desarrollo psicoemocional y social, permitiendo el envejecimiento activo.

Específicos:

Determinar a partir de testimonios los elementos de la cotidianidad de las personas mayores que permiten lograr un desarrollo integral asociado a su bienestar psicoemocional y social.

Inferir como estos elementos permiten la autonomía, la resiliencia y el bienestar propio de las personas mayores en el contexto del envejecimiento activo.

General

Analizar como a partir de la incorporación de programas sociales y culturales en la cotidianidad de las personas mayores, el Trabajo Social puede aportar al envejecimiento activo mejorando la calidad de vida.

Específicos

Identificar como el mejoramiento de las relaciones sociales, el trabajo comunitario y las redes de apoyo favorecen el envejecimiento activo en las personas mayores.

Reflexionar sobre los desafíos del Trabajo Social como disciplina y profesión en su trabajo con las personas mayores, desde la perspectiva del envejecimiento activo.

4.3 SUPUESTOS DE LA INVESTIGACIÓN

Con esta investigación se busca establecer el enfoque del envejecimiento activo a través de la complejidad social y desde la disciplina, involucrar este paradigma del conocimiento con el Trabajo Social, para poder crear nuevas miradas divergentes al edadismo, que ha marcado gran parte de la historicidad del sujeto en el que se enfoca este estudio, como principal camino y sin quedarnos en pretensiones. Este estudio busca un abordaje claro y sencillo basado en una perspectiva de interés, que es comprender a las personas mayores en su mundo cotidiano, y como el envejecimiento activo puede ser beneficioso para la mejora de la vida en estos espacios tan íntimos y donde se vislumbra todo el desarrollo psicoemocional y social de las personas mayores en su construcción como sujetos y su avance en este estadio de la vida.

La importancia de lo cotidiano radica:

En las acciones de la vida cotidiana se muestra la conexión entre lo individual y lo social. Ilumina aspectos significativos de los sistemas e instituciones sociales más amplias, es decir, nos permite comprender modelos de pensamiento de la sociedad que reproducen los sujetos en su entorno cotidiano. (Amezcuca y Hernández, 2012, p. 83)

Esto anterior expresado por los autores, será una construcción previa que levanta este estudio presente antes de su formulación, es el hecho de lo que lo cotidiano es un reflejo importante en la construcción del individuo, tanto en lo propio como en lo colectivo, por ello, como construcción se propone este mundo como la unidad básica para entender a los sujetos y su interrelación con todos los elementos que conforman la sociedad o lo colectivo, es en esta focalización donde se intenta dar importancia a la construcción de testimonios, como una forma de entender desde el protagonismo como las vivencias dentro de los hogares o en otros espacios que son reflejos de la vida cotidiana, pueden cobrar suma relevancia para entender la propuesta del trabajo con el envejecimiento activo desde la disciplina y de las Ciencias Sociales en general.

A través de distintas metodologías como las ya mencionadas, recopilación de testimonios y reconstrucción de historias, este estudio abarca la profundidad del sujeto en los espacios cotidianos, y cómo esta mirada emergente sobre las personas mayores puede ser de claro beneficio en las interacciones sociales dentro de los espacios domésticos, que a final de cuenta son un primer estadio de toda la red social en la que nos involucramos con el presente y el futuro emergente. Esta investigación, tendrá muy definido el testimonio de las personas mayores como un factor primordial de análisis y de construcción de experiencias para poder plantear resultados que sean capaces de vislumbrar que pericias o herramientas nacidas del envejecimiento activo son factibles para una mejora en la calidad de la vida, todo esto materializado de cómo el Trabajo Social puede intervenir en los contextos complejos a nivel nacional en los que se desenvuelve la persona mayor y cómo podemos usar el enfoque del envejecimiento activo como una mirada acorde a una visión moderna, alejada de las antiguas praxis y que sea capaz de entregarle el protagonismo que las personas mayores se merecen.

V MARCO METODOLÓGICO

5.1 ASPECTOS ÉTICOS

Es importante reconocer la importancia de la protección de las personas involucradas en la investigación y el resguardo de su integridad, por tanto, cada persona que sea partícipe de la investigación presente tendrá que firmar un consentimiento informado, donde se respalda su anonimato, y que cualquier noción o información personal surgida, no será jamás usada, o romperá la anonimidad, toda información será protegida con rigurosidad y resguardo. Por eso la investigación asegura el carácter anónimo, y voluntario, siendo cada participante, ocho para ser exactos, no obligados a conceder la instancia de investigación de forma obligada, respetando sus espacios y tiempos para poder

realizar la entrevista. El documento de consentimiento, a su vez explica en breves palabras el sentido de esta investigación para que las personas tengan una noción de lo que se expondrá en la instancia de entrevista, esto también para asegurar que la información siempre esté al alcance de los participantes y que nunca se engañe o se oculte conocimiento sobre el proceso en el que se involucrarán.

Debido al carácter de la investigación y que las entrevistas serán desde un enfoque semiestructurado, por lo cual hay preguntas que pueden variar según los participantes y muchas veces ellos puedan poner información personal acerca de vivencias, y experiencias propias, por eso se asegura que esta información será tratada con la rigurosidad y confidencialidad requerida, manteniendo nociones como el secreto profesional como bases para comprender y nunca exponer información que pueda ser de compromiso y perjudicial para los participantes. El documento de consentimiento informado se dispondrá en la sección de anexos de la investigación como un respaldo y un criterio de fiabilidad y veracidad de que se llevó a cabo el proceso de investigación, y que las personas que accedieron fueron de forma voluntaria y así como la investigación presente asegura el anonimato de estas.

5.2 TIPO DE ESTUDIO

Con anterioridad se ha planteado a través de este estudio, nociones nuevas de concebir a la persona mayor, desde enfoques rupturistas de lo tradicional, del edadismo, y es en ello que el envejecimiento activo, como una nueva perspectiva, un nuevo comienzo para comprender a la tercera edad, se plantea bajo concepciones nuevas y basadas en el derecho de ser reconocidos, de ser protagonistas de su propia historia, es por eso que es relevante decir y seguir reflexionando sobre estrategias de cómo podemos incorporar estas concepciones a la disciplina y praxis del Trabajo Social, y este estudio en una

visión mucho más reducida o acotada, busca abarcar el fenómeno de las personas mayores desde lo cotidiano, desde el espacio vital del desarrollo de cada ser humano, que muchas veces lo dejamos estar y no le damos la importancia suficiente a como este micro espacio, es un resultado y convergencia de la interacción más básica de la persona con su medio y en su construcción como sujeto social.

Es importante realizar una segunda lectura al problema de investigación, antes de exponer la metodología de trabajo con la cual esta tesis buscará abordar la investigación en la praxis. El problema de esta tesis, centrado en el sujeto objetivo, que son las personas mayores, busca entender que fenómenos se manifiestan en lo cotidiano de las personas mayores, y buscar en estas interacciones, en estos diálogos, en esas actividades dentro del hogar, elementos fundamentales para promover un envejecimiento activo, dentro de las vivencias de las personas mayores, como elementos promotores de un bienestar y una calidad de vida íntegra, pero en esa base, este estudio parte del supuesto de que esos elementos se encuentran por motivos que se han ido reflexionando, véase una acción estatal que no incorpora enfoques y abordajes del envejecimiento activo, un diálogo interno en las interacciones dentro de lo cotidiano, que por divergentes motivos no son visibles dichos elementos que son cruciales para sustentar el envejecimiento activo, como un eje en la vida de las personas mayores.

La metodología a utilizar en este tesis, es de carácter cualitativa y descriptiva, es decir, como primer punto un enfoque más subjetivo en relación a como se realizará el acercamiento con las personas mayores, debido a que toda la construcción y levantamiento de información surgida con las personas partícipes a las que se hará un acercamiento, se levantará información acerca de su propia construcción social, de su entorno personal, como ellos mismos le dan identidad al ambiente donde se desenvuelven y como estas nociones de carácter

subjetivo, son esenciales para que podamos ir haciendo proyección de la incorporación del envejecimiento activo a la disciplina.

Sánchez (2019) hace una exploración de los fundamentos epistémicos del enfoque cualitativo en la investigación social, haciendo hincapié que la definición principal de aquel es aquella de comprender la vida social del sujeto a través de los propios significados retratados por el mismo.

La investigación cualitativa, incorpora las percepciones, como una parte fundamental para entender la naturaleza de cómo se desarrollan las interacciones en el entorno social, para el sentido de esta tesis y pensando desde una perspectiva crítica, es necesario que el enfoque cualitativo sea el principal, en contraste con su contraparte, el enfoque cuantitativo, que mayormente se basa en sistemas cuantificables y matemáticos, pero no es de gran aporte para el sustento principal de esta investigación y que se ha hecho mención, la importancia de lo percibido, los testimonios y la propia experiencia de los sujetos, es fundamental para poder comprender el fenómeno de envejecer activo, dentro de los espacios cotidianos.

5.3 NIVEL DE ESTUDIO

Es importante resaltar el carácter descriptivo dentro de la investigación cualitativa, y para ello se recoge lo definido y expresado por Aguirre y Jaramillo (2015), que mencionan que la descripción tiene una naturaleza representativa, se basa en las interpretaciones y representaciones sobre un fenómeno social, describir es el primer paso para formular una investigación cualitativa que se encuentre sentado en entender una problemática social, describir es el primer paso a conocer el mundo donde se irá desarrollando la investigación social, es

contar, relatar y reinterpretar los hitos históricos que marca a una comunidad o actor social en su singular. (Aguirre y Jaramillo, 2015)

Es necesario no confundir la interpretación con la descripción, porque son dos procesos correlacionados, pero son distintos, mientras la descripción emplea el lenguaje como una forma de mostrar un objeto de estudio a otro, la interpretación es un proceso más complejo, basado en nociones subjetivas propias, en tomar lo descrito y darle una reinterpretación basado en un nuevo lenguaje, que busca reconstruir lo descrito, dándole un nuevo significado para la investigación social. Es en ello que en este estudio a través de los testimonios en el nivel descriptivo, se busca informar, conocer y comprender, las realidades de los sujetos, de las personas mayores con las cuales se interactuara, para una vez descritas sus realidades se pueda reinterpretar la información entregada y hacer un análisis coherente con los significados entregados por los entrevistados con el fin de reflexionar sobre las grandes dos temáticas que envuelven al presente estudio, el envejecimiento activo y el espacio cotidiano, no es menor resaltar que el primer paso de este estudio es de carácter descriptivo, sin embargo, la variable relacional debido a la constante reflexión sobre las dos variables que dan propósito a esta investigación, donde se defiende en base al Trabajo Social, como ir definiendo lo cotidiano y sus significados para la persona mayor, y como en ese espacio se van presentando elementos de envejecer activo que son potenciales muestras de un buen envejecer en una calidad de vida que dignifique a los sujetos.

Se buscará abarcar mayoritariamente las dos variables en la parcela de realidad que será analizada, entendiendo que la muestra acotada se ha percibido de forma anticipada las dos variables de las que se busca entablar reflexión y poder percibir como aquellas dan un significado a la búsqueda de este estudio que no es más que ir construyendo reflexiones acerca de cómo mejorar la calidad de vida de las personas mayores, y todo partiendo dentro de su hogar, de su

rutina, de su cotidianidad, como el espacio temporal, íntegro y necesario para un desarrollo correcto en esta etapa de la vida.

5.4 NIVEL DE COBERTURA DE LA INVESTIGACIÓN

5.4.1 UNIDAD DE ANÁLISIS

En la contextualización realizada sobre las personas mayores en esta tesis en el marco referencial, como se visualizó se hizo análisis de la situación de las personas mayores a contexto tanto nacional como global, creando un pequeño esquema necesario para fundamentar las reflexiones y aplicaciones que esta tesis busca levantar, en la misma, se levantó información de carácter cuantitativo, véase gráficos que son representativos de las personas mayores, o cómo influyen variables sociales dentro de la vida de las personas, como por ejemplo un gráfico basado en las variaciones de las pensiones de personas mayores de 65 años, destacar y darle relevancia que estos datos cuantitativos, no son determinantes, para que la metodología cambie a un carácter mixto, son solo elementos de contexto necesarios para darle forma a la fenomenología del problema.

Es importante afirmar que la unidad de análisis de la presente tesis tiene a las personas de 65 años como el gran universo a considerar, para comprender la situación de la problemática presente en el estudio, sin embargo, esto no es reflejo de que en la muestra se incorpore a toda la población que cumple ese criterio, obviamente la muestra será más acotada para propósitos de este estudio, sin embargo, es importante entender la universalidad con la que se está trabajando, y comprender que todas las personas mayores de 65 años forman parte de la reflexión que será entregada en este estudio y que los elementos que se irán definiendo ¿pueden ser significativos para todas las personas mayores

que formen parte de este universo y se encuentren reflejados en la problematización planteada.

5.4.2 Universo

Como se ha señalado en los objetivos y la problemática, y para ir definiendo la muestra del problema estudiado en esta tesis, es necesario contextualizar nuevamente que este estudio se centrará en la comuna de La Cisterna, específicamente en un barrio llamado San Luis, el cual como fue definido en el marco referencial tiene un carácter residencial y se destaca porque su población mayoritariamente son personas mayores, personas de la tercera edad que a pesar de toda las dificultades en general, tienen una buena salud, y tienen percepciones únicas sobre el envejecimiento que pueden ser un gran aporte para entender como a veces sin saberlo pueden convivir en los espacios cotidianos elementos de envejecimiento activo, que se encuentran invisibilizados, por desconocimiento o por motivos varios como pueden ser las prácticas edadistas que se han mencionado a lo largo de estudio, como una simple forma de concebir erróneamente el envejecer bajo un criterio negativo, puede hacer que estos elementos de envejecimiento activo que pueden surgir dentro de los hogares, se vuelven totalmente inexistentes.

5.4.3 MUESTRA

La población de la muestra será acotada a un total de ocho personas, siendo de carácter voluntario y, además, tal cual se define en la concepción de una muestra cualitativa, aquello no es de carácter probabilístico, por lo cual se encuentra cohesionada a las nociones nacidas de los criterios del investigador y

al juicio propio que se emita a través de la narración y análisis del resultado de la muestra. A través de testimonios se irá conociendo a las personas mayores en su espacio cotidiano y el objetivo principal es visualizar a través de percepciones propias, nociones, y elementos de sus espacios cotidianos, sobre cómo van dando forma a su propio envejecimiento y que elementos de aquí son esenciales y cruciales en el envejecimiento activo, que su fin último es la integridad y el derecho a un buen envejecer. El tamaño de la muestra fue seleccionado en base al tiempo y al sentido de esta tesis, siendo una muestra reducida, no ambiciosa, y a su vez que dé lugar a luego de tener los testimonios, darle un resignificado a las experiencias resaltadas en los encuentros que se hará con las personas a través de entrevistas que más adelante se definirá y dará forma a como se llevarán a cabo aquellas instancias. La muestra reducida también es sinónimo de la intencionalidad de esta tesis, de ser un primer acercamiento a elementos cruciales dentro del hogar para el envejecimiento activo y así como podemos usar el Trabajo Social como praxis y disciplina para resignificar aquellos elementos.

5.5 TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

La tesis como su principal abordaje metodológico y de intervención será a través de técnicas de generación de información que usará como herramienta o instrumento de aplicación, las entrevistas, como el principal método para acercarse a personas mayores de 65 años, que tengan los elementos adecuados para poder ser entrevistados y se pueda abordar y tener en cuenta las temáticas de envejecimiento activo, estamos hablando de personas que perciben la vejez de forma diferente, que son activas, que llevan una rutina normal y no se encuentran en un estado de dependencia, o de vejez avanzado que impida reflexionar sobre nociones de envejecimiento activo basado en la propia experiencia de los sujetos activos. Las entrevistas son de carácter semi

estructurado, permitiendo la libertad de ir construyendo en el diálogo y discurso con los sujetos partícipes, las preguntas hechas acordes a la temática principal de este estudio que es el envejecimiento activo y centrándose en el segundo eje temático relacionado con la calidad de vida en lo cotidiano y las percepciones de vejez sobre ellos mismos. A pesar de ser entrevistas semiestructuradas y permitir ciertas libertades a la hora de entrevistar, la investigación tiene claridad en los enfoques e información que desea levantar con las nociones extraídas de la implementación del estudio, por ello se levantan las siguientes categorías temáticas para poder abordar de mejor forma la construcción de información que se irá desarrollando con la presente tesis.

- Lo cotidiano, percepciones del día a día y las interacciones dentro del hogar
- Representaciones sobre el envejecimiento, percepciones sobre las construcciones macrosociales y micro sociales en torno al propio grupo etario
- Proyecciones, estilos de vida y propia significación de lo que es envejecer activo

Las nociones y testimonios nacidos de la entrevista serán necesarios para ir levantando información acorde a ir construyendo una reflexión teórica personal y sustentada en las nociones de envejecimiento activo y como seguir analizando sobre el rol presente que el Trabajo Social tiene sobre las personas mayores y como el envejecimiento activo puede ser una reconfiguración de los abordajes tanto teóricos como prácticos, para darle un nuevo significado al envejecer, que sea un aporte al bienestar y la calidad de vida de las personas mayores a nivel nacional.

5.6 CRITERIOS DE FIABILIDAD Y VALIDEZ

En la revisión de una metodología cualitativa existen elementos importantes a tener cuenta y uno de ellos es claramente que los datos surgidos son distintos a una investigación matemática, de datos que pueden ser estructurados de forma cuantificable y que entregan con certeza un análisis respectivo, un estudio de una población en base a números o un índice que sea indicativo para una problemática determinada, un ejemplo sencillo, puede ser un estudio que quiera averiguar el número de personas cesantes en una comuna, siempre será interpretado en base a una cantidad que siempre será objetiva y única, sin embargo, cuando nos pasamos al plano cualitativo, ya no hablamos de un número simplemente, el estudio varía a un sistema más complejo de análisis, relacionado con estudiar impresiones, percepciones y construcciones culturales, sociales y psicológicas, sobre un determinado conglomerado, estamos hablando que en el mismo ejemplo, ahora podríamos hablar de cómo afecta la cesantía a las familias de una determinada población en los aspectos socio emocionales del grupo.

Según Hernández (2014) se define “máxima validez” a la forma en la que un autor de una tesis de carácter cualitativo, le da en su análisis a los significados tratados por la persona, y si llega a conectar con las definiciones propias de los sujetos partícipes de la muestra determinada y no cae en sesgos basados en sus propias concepciones, y que alteren de alguna u otra forma las nociones entregadas por los participantes, de algún modo esto puede ser interpretado como un concepto purista, pero al contrario, intenta hacer que el análisis no subordine los significados, porque es importante que las mismas definiciones propias de la muestra sean de aporte nutritivo para que el autor contrarreste con sus propias nociones y teorías surgidas, sin mancillar en el sesgo y lograr establecer un diálogo con los significados a través de su construcción de análisis teórico.

Por ello en este estudio es importante que los análisis se harán con sustentos académicos surgidos en el envejecimiento activo y el Trabajo Social con las personas mayores para contrarrestar la información nacida de las instancias de entrevista que serán la forma, o el método para llegar a situarse con los sujetos objetivos del estudio. Documentos tales como los consentimientos informados, entregarán confiabilidad y validez al proceso, como a su vez permiten resguardar éticamente como se ha señalado con anterioridad a las personas que son seleccionadas de forma voluntaria en la muestra. Las notas de campo surgidas en el trabajo en terreno serán determinantes a su vez para ir construyendo esquemas previos que irán ayudando en la construcción del análisis de los elementos que se conversarán en las entrevistas.

Incluso, como plantea Hernández (2014), para este estudio también se reflexionará a modo de autocrítica sobre posibles prejuicios, creencias o concepciones dentro del plan de análisis, para de alguna forma contribuir a eliminar el sesgo del estudio y nutrirse del significado profundo y objetivo al que busca llegar la presente tesis.

Desde la perspectiva de la presente tesis, la validez recae en dos elementos fundamentales para el sustento del presente estudio, esos dos elementos tienen relación con los testimonios, con la validez narrativa y los relatos de las personas que dan un esquema normativo de fiabilidad de lo que se está investigando, son estos testimonios y construcciones narrativas las que aportan a la reflexión teórico y práctica de como el envejecimiento activo se manifiesta en esos micro espacios de desarrollo social, lo llamado, lo cotidiano, es a su vez que las preguntas hechas en el marco de las entrevistas aplicadas para la presente investigación, son un instrumento de medición en cierta forma que ayuda a comprobar y dar una prueba tacita de que el estudio se ha llevado a cabo siguiendo la línea de que los testimonios de las personas participes, son

el criterio de validez que ha sido eje para la construcción de la investigación pertinente.

5.7 PLAN DE ANÁLISIS

Esta investigación abordará un plan de análisis enfocado en los resultados y testimonios entregados por las personas que voluntariamente serán entrevistadas con el fin de conocer sus percepciones acerca de lo que significa para ellos el envejecer y como sienten que los procesos cotidianos han influido en esta etapa de la vida. Por tanto, las categorías temáticas que serán el abordaje con el cual se elaborarán las preguntas que se realizarán a los sujetos entrevistados, serán esenciales para el análisis, debido a que existen tres elementos importantes para conceder las conclusiones, desafíos, interrogantes y concepciones que esta tesis desea plantear, por ello es importante tener en cuenta tres puntos esenciales y como eje de análisis narrativo de las instancias en las que se realizará el trabajo de campo de la tesis (Entrevistas)

- Lo cotidiano,
- Significado de envejecer
- Envejecimiento activo

Hay que considerar que las personas mayores interactúan constantemente con un mundo dentro de sus hogares, la idea del sujeto individual se va perdiendo cuando surgen las relaciones sociales, cuando van construyendo su identidad como personas a través del dialogo y la interacción, esto entendiendo que cada persona mayor se encuentra dentro de un mundo más grande y de uno pequeño donde está en constante interacción y de aquellas que se le va dando construcción a aquel como un sujeto social, por tanto esta dependencia que

existe de no poder analizar al individual sin darle la noción de que se encuentra inserto en un colectivo, como se desarrolla según Parra, Valencia y Villamil (2012), el socio constructivismo en la terapia, surge de la interacción del diálogo entre el paciente y el terapeuta, y en ellos se va construyendo en el proceso de intervención.

Gergen (2006), por otro lado, entrega una visión concluyente que lapida la concepción de individualidad separada de colectividad, menciona:

“El discurso es propiedad individual, debido a que el significado se manifiesta desde la conciencia individual, pero esto debilita la premisa constructorista de que el lenguaje es relacional y pragmático”. (Gergen, p. 120, 2006)

La interpretación será una herramienta usada en este estudio, hacer una segunda lectura y darle un significado a las concepciones entregadas por los entrevistados, en base a la percepción buscada en este estudio de como incorporar el envejecimiento activo para conceder en la disciplina, una nueva metodología que sea incluyente con las personas mayores, desde el enfoque de derecho y de restitución, por eso es importante comprender que será una nueva lectura de las nociones entregadas, en base a las concepciones técnicas de la profesión y pensando a su vez en todo lo que se ha concedido sobre envejecimiento activo y reconstruir a partir de lo postulado por la cátedra, ir construyendo reflexiones sobre cómo hacer ese acercamiento a lo postulado por el envejecimiento activo a nuestra disciplina, ir reflexionando sobre los desafíos, los impedimentos, y las oportunidades que pueden surgir de la convergencia de la teoría y práctica de lo que es envejecer activo, en nuestro cuerpo disciplinar y profesional como trabajadores sociales.

Las preguntas realizadas en la entrevista buscan que las personas sean capaces, ellas mismas de interpretar sus historias y testimonios, nociones y significados que han dado al proceso de envejecer y como el ambiente cotidiano es un factor influyente y determinante para ser un promotor de una calidad de

vida digna y esperanzadora para las personas mayores. Es en lo cotidiano, la posibilidad de entender el ambiente base de todo ser humano, como un factor concluyente para una vida digna, y como envejecer está interrelacionado con todos los elementos que conviven en la cotidianidad, la familia, el barrio, la comunidad, etc. Es en las acciones diarias, en la rutina, donde yacen significados de un envejecer, como actividades tan triviales, como puede ser una conversación familiar, una actividad en conjunto véase una salida recreacional, pueden ser potenciadores de este envejecer activo, promotor de un buen envejecer, un desarrollo psicoemocional y resiliente de esta última etapa del ciclo vital.

Por eso es relevante aclarar que esta tesis centrará su análisis de contenido riguroso sobre las distintas nociones entregadas por los sujetos voluntarios y partícipes del presente estudio, incorporando sus respuestas y visiones a un análisis interpretativo y personal sustentado por la disciplina del Trabajo Social y a su vez con bibliografía sobre envejecimiento activo que se ha hecho lectura para poder dar significado al planteamiento central y poder reflexionar sobre los desafíos profesionales, y como envejecer activo puede significar realmente una mejora en la calidad de vida, para las personas mayores que tanto tiempo han sido invisibilizadas, por ello es relevante un análisis minucioso y certero sobre las principales percepciones y los elementos relevantes destacados por los participantes, sobre lo que significa el envejecer y que ellos aseguran que mejora su calidad de vida, en los espacios cotidianos.

VI. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

La siguiente tabla, corresponde a los análisis dados en las instancias de entrevista, donde se seleccionó a 8 personas mayores de 65 años donde se fue al hogar particular del sujeto, quienes firmaron el conocimiento informado, a responder una serie de preguntas asociadas al espacio cotidiano, sus interacciones dentro del hogar, sus actividades, su rol familiar, participación comunitaria, entre otros elementos, todo asociado a la búsqueda de encontrar elementos esenciales del envejecimiento activo en la cotidianidad y reflexionar sobre las acciones que el Trabajo Social puede realizar sobre la persona mayor, todo pensado desde la perspectivas contemporáneas y permitir reflexiones sobre replantear el quehacer y saber profesional, pensando en las perspectivas rupturistas que rompen con el edadismo profesional que ha marcado en general a las Ciencias Sociales en su rol con la persona mayor.

Códigos de investigación

- COTPERGAR: Lo cotidiano, percepciones del día a día y las interacciones dentro del hogar
- RENCIALEN: Representaciones sobre el envejecimiento, percepciones sobre las construcciones macrosociales y microsociales en torno al propio grupo etario
- ENVEJECACT: Proyecciones, estilos de vida, actividades comunitarias y propia significación de lo que es envejecer activo.

Códigos	COTPERGAR	RENCIALEN	ENJECCT
Entrevistado 1: Señora C			
Mujer de 80 años, jubilada, autovalente, buena salud.			
Observación: Durante la entrevista da respuestas breves, pero con gran claridad. Su tono es monótono, calmado y su postura corporal es estática. Se proyecta a futuro y tiene una estructura definida para realizar sus actividades, no le gusta cambiar su rutina.	Realiza mayoritariamente actividades domésticas dentro de su hogar, regar plantas entre otras actividades comunes que la hacen sentirse realizada. Su relación familiar es mayoritariamente con su hija con quien no convive en el mismo hogar, la hija se dedica al cuidado de la mamá de la entrevistada. Es importante para ella sentirse activa dentro del hogar por lo que siempre busca	Piensa relevante que es garantizar derechos como una salud digna, mejorar la atención en general para las personas mayores, percibe que llegado a una edad se les deja de dar la relevancia necesaria a las necesidades y problemas que pueda tener una persona mayor, por eso ella rescata el derecho a la salud como algo necesario para promover un buen envejecer	Participa en actividades comunitarias en el Centro Cultural de la municipalidad, actividades recreativas como talleres de baile. Es una persona rutinaria, no le gusta que cambien su ritmo de vida o que surjan planes que rompan su esquema diario. La interacción social y participar en actividades comunitarias le ha mantenido

	<p>una actividad que hacer en su espacio cotidiano. No se siente abrumada por sentirse sola, incluso de algún modo ha aprovechado la soledad para dedicarse más a sí misma.</p>	<p>(Envejecimiento activo) Rescata a su vez como noción las pensiones dignas como algo que en materia de gobiernos debería llevarse a cabo debido a que destaca claramente que con los sueldos actuales es imposible acceder a una vida digna, y las pensiones no son suficientes ni siquiera para dar coste a necesidades básicas y necesarias, en el sentido de la calidad de vida de las personas mayores.</p>	<p>en una situación de bienestar consigo misma que ha sido un aporte para su proceso de envejecimiento, a llevarlo de forma positiva e incluso dejar de percibirlo como un acontecimiento negativo.</p>
--	---	---	---

Entrevistado 2: Señora L

Mujer de 73 años, jubilada, trabaja, autovalente, buena salud.

<p>Observación: Durante la entrevista se muestra calmada, tono de voz uniforme, relajada, tiene una vida basada en el día a día, se observa tranquila y responde con seguridad y precisión las preguntas.</p>	<p>En sus actividades cotidianas, medita, realiza ejercicio, y se da tiempo para leer y complementar con actividades de dueña de hogar, además trabaja en la realización de manualidades. Actualmente no tiene un contacto familiar constante debido a que se mudó de su antiguo hogar y ahora vive sola, convive con la gente que le arrienda la pieza donde se ha quedado y eso se ha transformado en sus relaciones</p>	<p>Ha visto un cambio de mirada en lo social respecto a lo que es envejecer de parte de otros grupos etarios, percibe mayor respeto, pero también mayor aislamiento y no relacionarse con las personas mayores. Siente que los programas de gobierno, en general, tienen un enfoque que a ella no le hace sentido porque no promueven personas mayores activas bajo su percepción, no los incorporan o</p>	<p>No lleva una rutina rígida en su espacio cotidiano y social. Realiza terapia de Reiki, donde convive con varias personas de diferente rango de edad que acuden a sus terapias. Percibe el envejecer como algo positivo y bonito, como una experiencia más de la vida. Centra su vida en el día a día, no busca obsesionarse y</p>
---	--	--	--

	en el ambiente cotidiano, y la gente que viene a sus terapias de Reiki.	los hacen partícipes de las acciones de transformación social.	proyectarse a futuro.
Entrevistado 3 Hombre de 75 años, jubilado, trabaja de guardia, autovalente, buena salud.			
Observación: Durante la entrevista, se muestra cansado, y al expresarse sobre ciertos temas que considera injustos, se violenta en su expresión, y se torna un poco agresivo. Gesticula mucho al hablar y veces se manifiesta nervioso, es muy reflexivo a la hora de	No tiene muchas actividades en su espacio cotidiano, dedica su tiempo a su jornada laboral, trabaja como portero en la municipalidad de La Cisterna, comparte con su mascota que es su única compañía, no posee vínculos o relaciones familiares. Usa su tiempo libre en su espacio cotidiano a leer, principalmente	Siente que ha cambiado la mirada de los jóvenes al viejo, ve a la persona mayor como un sujeto competente y eso hace que el joven lo perciba como una competencia, comenta que ya el viejo no es un sujeto pasivo que se queda en el hogar y se deja pasar a llevar. A pesar de que siente que hay mayor respeto a la tercera edad,	Lleva una rutina rígida basada en su jornada laboral, llegar a casa, alimentar a su gato y dedicarse a su lectura. Dedicarse a la lectura, le ayuda a mantener su mente activa, según el sentir del entrevistado es importante tener siempre la mente capacitada y no

<p>responder y manifiesta mucho conocimiento en diversos temas.</p>	<p>Filosofía y Derecho.</p>	<p>siente que se ha formulado una nueva brecha basado en esta noción de competencia que menciona y esto hace que los grupos etarios no convivan. Menciona a su vez como importante que el estado debería preocuparse por la brecha tecnológica que ha existido con el grupo etario, no existe una real preocupación bajo su percepción de que las personas mayores se adapten a los avances tecnológicos.</p>	<p>dejar que envejezca junto con el cuerpo. Tiene una noción de que envejecer no significa el fin del camino, al contrario, destaca mucho la experiencia del proceso. No tiene ninguna actividad recreativa a nivel social, se concentra en dedicarse a su trabajo y jornada laboral. La pandemia le afectó a nivel personal al ver gente de su círculo enferma, afectó sus hábitos y ha optado por</p>
---	-----------------------------	---	---

		Encuentra importante el derecho político en las personas mayores, como ciudadanos de participación y que deben ser incluidos en las acciones sociales determinadas.	estilos de vida más saludables para cuidarse y tener un bienestar consigo mismo.
--	--	---	--

Entrevistado 4

Mujer de 70 años, jubilada, autovalente, mala salud mental.

Observación: Durante la entrevista presenta respuestas ambiguas, tono de voz tenue, se le observa cansada, no tiene planes a futuro en su vida cotidiana. Hubo que reiterarle las preguntas, se	Realiza mayoritariamente actividades de dueña de casa, barrer, regar su jardín, y parte de su rutina del día a día se ha transformado en acudir al médico en forma frecuente debido a problemas que la afectan. Ella a pesar de convivir en el	Ella no percibe preocupación por los vecinos mayores desde la Junta de Vecinos, siente que no existe un contacto real con la comunidad. Para ella es importante que a la persona mayor se le comenzara a ver con respeto, menciona el hecho de la	Ella tiene motivación a realizar actividades comunitarias, a asistir a actividades impartidas en la municipalidad, pero por su condición de salud y mental, y su poca capacidad de concentración, la ha llevado a
--	--	---	---

<p>manifiesta solitaria.</p>	<p>mismo espacio que la familia, por la rutina de cada uno y que su hija ya es mayor, encuentra que a veces a pesar de tener compañía ha percibido una soledad que se ha manifestado mayor con el paso del tiempo. Siente bienestar al hacer las actividades cotidianas, su día a día para ella es provechoso.</p>	<p>experiencia como algo significativo, que debería tenerse en cuenta en el trabajo con las personas mayores. Da importancia a que desde el gobierno exista preocupación en solucionar las brechas económicas de los últimos años, para que el costo de la vida no sea tan agresivo con las personas mayores que tienen que comprar medicamentos y con pensiones e ingresos insuficientes no alcanza para costear todo los</p>	<p>limitarse en estos espacios. Ella percibe el envejecimiento triste cuando uno está solo, pero ella no se amarga por nociones negativas y trata de que este proceso sea entretenido y aprovechar al máximo el tiempo posible.</p>
------------------------------	--	--	---

		gastos de la vida cotidiana.	
Entrevistado 5			
Mujer de 66 años, jubilada, autovalente, con diabetes.			
Observación: Durante la entrevista se mantiene retraída, cabizbaja. Sus respuestas son ambiguas durante la entrevista, su posición física es rígida y solo cambia su expresión y se altera cuando habla de su familia, el resto el tiempo su tono de voz es monótono. Se notan rasgos de desaliento, no tiene ningún plan a	Realiza actividades de dueña de casa, combinado con trabajar en manualidades para entretenerse. Ella se ha sentido más unida a la familia en su proceso de envejecimiento, acercándose más a su hijo, también convive con sus amigas, eso le hace sentirse bien consigo misma a través de la interacción social.	Siente que la Junta de Vecinos no se preocupa por la situación de las personas mayores y no existe un contacto real con la comunidad. Al asistir de forma frecuente al consultorio ha percibido una atención adecuada y un buen trato a la tercera edad. Desconoce mayoritariamente los programas del gobierno enfocado a las personas mayores, siente que deberían	No participa en ninguna actividad comunitaria, y siente que se ha perdido esa conexión con dichas actividades por el contexto actual (Post Estallido social y actual pandemia) Vive el día a día, realiza las actividades diarias y no se proyecta a futuro, prefiere concentrarse en el hoy antes que aferrarse a

<p>futuro, manifiesta vivir el día a día, debido a su enfermedad. Se observa una persona no satisfecha con su vida actual.</p>		<p>promoverse un enfoque más basado en dejar de ver a la persona mayor como un sujeto pasivo, quiere que se realicen actividades que promuevan actividades en las personas mayores. Menciona que es importante garantizar una vida digna para las personas mayores y bajo su percepción lo primero es eliminar ese abandono que ha existido en materia estatal y social con las personas mayores, menciona que</p>	<p>lo que se viene a futuro. Envejecer significa estar tranquilo, y cuidarse a uno mismo, estar bien consigo mismo es lo más significativo que destaca de este periodo. Para ella su bienestar se encuentra asociado con realizar actividades recreativas como las manualidades y eso le ha ayudado afrontar de forma calmada su envejecer y además seguir sintiéndose</p>
--	--	--	--

		aún percibe que se ve a las personas mayores como un estorbo.	activa, que ella destaca aquel elemento muy importante, no le gusta estar sin hacer algo.
Entrevistado 6			
Hombre de 68 años, jubilado, autovalente, salud regular.			
Observación: Durante la entrevista responde con claridad, su tono de voz se altera cuando recuerda situaciones familiares, principalmente la separación con sus hijos. Se proyecta en el día a día y le gusta realizar diversas actividades en el hogar.	En el hogar, realiza distintas actividades como pintar, lavar, barnizar y hacer aseo en general. No se siente cómodo al contratar maestros para realizar reparaciones, porque le gusta hacerlo por su cuenta, porque eso le ayuda a sentirse activo, se siente "útil". Siente que en su caso su situación familiar, es que él	Opina que existe un rol claro de la Junta de Vecinos en materia de seguridad, pero aun así él percibe una mayor inseguridad y miedo al salir a la calle producto de la delincuencia, lo que muchas veces le lleva a estar más encerrado en su hogar que de costumbre. Desconoce los programas de gobierno enfocados hacia	No lleva una rutina rígida, vive el día a día y las tareas que surjan con el avance de la jornada, no le gusta hacer planes. Ve en el envejecer, un significado positivo debido a la experiencia, uno va creciendo como persona a medida va pasando el tiempo, se va

	<p>va envejeciendo con su familia y a medida ha pasado el tiempo ha quedado solo con su pareja, porque sus hijos ya son mayores, por lo que ha tenido que acostumbrarse a sentirse más solo con el tiempo y que no posee una relación tan estrecha con sus hijos, pero prefiere no agobiarse por pensamientos negativos de esta situación.</p>	<p>personas mayores, siente que existe un cierto abandono del gobierno, siente que debería haber más gente en terreno comprobando la situación de las personas mayores y conociendo la realidad que ellos viven. Siente que es un derecho fundamental que es necesario seguir promoviendo en las personas mayores es el acompañamiento, para esas personas mayores que se encuentran</p>	<p>volviendo más sabio. Aun así, menciona que la parte negativa es que lo miren como viejo, percibe que aún existe una mirada negativa muy arraigada en la sociedad sobre lo que es envejecer. No realiza o participa en actividades comunitarias, pasa el mayor tiempo en su hogar.</p>
--	--	--	--

		<p>discapacitadas, no permitir que sean abandonados, alguien debe cuidarlos y hacerse cargo de ellos, una preocupación a no sentirse abandonado.</p> <p>Un hecho relevante que él menciona es que debería existir mayor preocupación en las personas mayores pensando que cada vez la población mayor es más que en años anteriores, por eso los gobiernos y las comunidades deberían preocuparse de</p>	
--	--	--	--

		todas las problemáticas que surjan de este fenómeno que cada vez existe mayor envejecimiento poblacional.	
Entrevistado 7			
Mujer de 68 años, jubilada, autovalente, buena salud.			
Observación: Durante la entrevista se expresa claramente, posee gran noción de lo que la hace sentir feliz, mantiene un tono de voz uniforme. Se proyecta a futuro realizando actividades sociales.	Al ser encargada del comité cultural del comité de derechos humanos Alberto Bachelet, realiza varias actividades centradas en el folklore, ayudas comunitarias, y eso es complementado con las actividades domésticas de dueña de casa.	Sigue percibiendo que existen jóvenes que no respetan a las personas mayores, pero ha visto una mejora en el trato hacia las personas mayores respetando su espacio y su forma de ser. Ella siente que la línea de trabajo del gobierno aún no ha logrado solucionar problemas base	Ella no ha notado el envejecer porque se mantiene activa, al hacer muchas cosas no ha sentido el paso del tiempo, el mantenerse haciendo tareas le ayudado a tener un bienestar consigo misma tanto en salud

	<p>Ella ha dado mayor significado al estar unido en familia debido a una situación compleja de enfermedad que afecto a su nieta pequeña, eso le hizo valorar más el tiempo con sus familiares, con sus hijas y con sus nietos.</p>	<p>que existen en las personas mayores, siente que debe haber una mejora en las condiciones básicas que garanticen una vida digna para las personas mayores, es decir, salud, pensiones como las bases para garantizar un buen envejecer.</p> <p>Ella percibe un abandono social por parte de la sociedad en general a las personas mayores.</p>	<p>física como mental.</p> <p>Para ella es importante el ser autovalente, mantener la independencia hasta que se pueda, mientras uno sea activo y no dependa, aprovechar al máximo esa autovalencia de poder realizar tareas por cuenta propia.</p>
<p>Entrevistado 8</p> <p>Hombre de 70 años, jubilado, pero trabajando en su especialidad, autovalente, buena salud.</p>			
	<p>Es una persona trabajólica en su</p>	<p>Desconoce en gran parte los</p>	<p>Él en su rutina les da mucho</p>

	<p>trabajo y al llegar a casa sigue haciendo actividades varias, le gusta estar estudiando sobre distintos temas, capacitación, política, filosofía, entre otras temáticas, que le permiten mantener su memoria activa. Sus hijos son lo más importante es capaz de dejar o suspender cualquier acontecimiento para ayudar a sus hijos siempre que lo necesiten, siempre está dispuesto a escucharlos, aunque sea una tontera que les</p>	<p>programas de gobierno y de las Juntas de Vecinos, a lo más dice conocer los programas de seguridad, “de vecino cuida tu casa”, al cual menciona que no lo ve muy efectivo, porque cada uno ahora vive en su mundo. Cree que debería existir un mejor manejo de la información, debería llegar a todas las personas, sobre los programas o actividades que vayan a la municipalidad, además que, debido a las distancias, muchas veces las</p>	<p>significado a actividades como escribir o leer porque le mantienen activo, le gusta redactar todo lo que realiza en el día a día y reflexionar sobre cada pequeña actividad que sucede en el mismo, eso le ha ayudado a mantenerse activo. Para el mantenerse activo, le ayuda a retrasar enfermedades de dependencia, no percibe el envejecimiento como algo negativo, al</p>
--	---	--	---

	<p>moleste, trata siempre de ser un soporte para ellos, por eso valora mucho el significado de su familia.</p>	<p>personas no asisten a la municipalidad, entonces acercar las instancias a sus casas, a sus barrios sería relevante. Destaca que para mejorar la percepción de la vejez es importante destacar el rol educacional, cree importante educar a la población, hacer que esos prejuicios sobre las personas mayores desaparezcan y eso solo se hace educando. Es importante o significativo que se incorpore a la participación</p>	<p>contrario, lo ve como una etapa más de la vida, una parte más del ciclo que hay que vivenciarlo. No participa en actividades comunitarias debido al tiempo que le queda entre su trabajo y las actividades del hogar. Aparte de trabajar, intenta no mantener una rutina rígida, por lo que siempre busca algo diferente que hacer dentro del hogar.</p>
--	--	--	---

		<p>comunitaria a las personas mayores, destaca la experiencia y el conocimiento de sus propios problemas como las instancias relevantes para considerar a las personas mayores como actores sociales relevantes de las transformaciones sociales.</p> <p>Por eso destaca más que las pensiones y la salud, el derecho relevante a la participación social, el derecho a seguir incorporándose a espacios de participación comunitaria a pesar de tener 70,</p>	
--	--	--	--

		80, 90 años, la edad que sea, dejar de mirar al viejo como oxidado y que no tiene nada que aportar.	
--	--	---	--

Tabla 3: Experiencia cotidiana de envejecimiento activo en entrevistados mayores de 65 años en el año 2022, comuna la Cisterna, Región Metropolitana. (Creación propia)

La tabla, fue realizada a través de una triangulación de tres elementos esenciales para su creación, la teoría como parte fundamental para ir definiendo concepciones de envejecimiento activo, los testimonios como las palabras que fueron entregadas por las personas en respuesta a las preguntas realizadas, sus nociones y pensamiento, y, finalmente, la observación como un proceso importante a la hora de poder levantar información, la observación participativa como un instrumento para poder ir analizando como las personas se manifiestan, como sus conductas, gestos, entre otros elementos muchas veces tienen un significado y simbolismo profundo, que es capaz de dar respuesta a las interrogantes que la presente tesis intenta resolver.

6.1 ACTIVIDAD: RUTINA Y TRASGRESIÓN

La actividad, como se ha ido construyendo a lo largo de este estudio, es una parte crucial para ir comprendiendo la significación y el fin último del envejecimiento activo como una forma de concebir la vejez desde un paradigma diferente a los que fueron normados por concepciones de edadismo o viejismo, que solo promovieron los prejuicios con el grupo etario, y solo cosificaron una dependencia normada como una construcción social.

Por eso es relevante que analicemos a cada entrevistado en sus actividades y como se explicó en el marco teórico, la actividad se centra en dos elementos que es la rutina y la trasgresión, que nuevamente haciendo un rescate, de las definiciones la rutina tiene que ver con todo los elementos que formulan el día a día, mientras que la trasgresión son cosas que salen del esquema de lo cotidiano, no necesariamente deben ser acontecimientos únicos, sino como fue definido actividades que son de algún modo diferentes, se pueden considerar trasgresiones en las formas de concebir la cotidianidad.

La entrevistada 1, que será nombrada señora C para el fin de este estudio, es una persona que se define muy esquemática, que basa su día a día en la rutina, tal como ella menciona: “No fijate soy una persona muy rutinaria, siempre me gusta hacer lo mismo y no me gustan que me cambien, me gusta tener mis cosas bien planificadas”

Sin embargo, más allá de las actividades cotidianas dentro del hogar, realiza actividades sociales, en el caso de ella acude a la Municipalidad a talleres de danza recreativa, lo que significa una trasgresión de su cotidianidad, dentro del hogar, estas trasgresiones deben ser consideradas en el caso de la señora C, como potenciadoras del envejecimiento activo, como ella mencionó estos escapes de su mundo rutinario de vez en cuando la hacen sentir más alegre y bien con ella misma.

Es incluso en la actividad cotidiana que la señora C, encuentra bienestar en las pequeñas actividades realizadas en su rutina, para ella llevar un esquema del día a día, le ayuda a formular mejor sus actividades y distribuir su tiempo de una forma en la que ella se sienta satisfecha al término de la jornada, ella ha creado una significación, un símbolo de bienestar en cosas tan pequeñas como regar las plantas, una actividad tan común para ella significa un espacio en su rutina en la que logra sentirse bien, pero como se ha mencionado el ser activa,

el estar haciendo cosas es como lo que logra que se concreten elementos de envejecimiento activo en el hogar:

Si, llevo quince años yendo a la Casa de la Cultura, antes iba a un gimnasio, pero con temas de la pandemia, lo clausuraron, ahora que van a estar de vacaciones las actividades de la casa de la cultura, saldré a caminar, **uno algo tiene que hacer, no se puede quedar uno en la casa encerrada**, entonces creo que saldría en la mañana por el calor, a caminar tipo nueve a diez y luego llegaría hacer las cosas de la casa.

La señora C ha logrado en la cotidianidad lograr una forma de envejecer bien, que se encuentra muy ligada a lo que en la teoría se define como envejecer activo, atrasar mayormente la dependencia es uno de los elementos más relevantes que muchos de los entrevistados y la señora C le da mucho sentido que mientras más activa se sienta, más retrasa los efectos de envejecer dependiente, o en una condición asociada alguna patología normal del envejecer.

La señora L, equilibra su vida en su espacio doméstico, mediante su actividad laboral que consiste en realizar terapias de Reiki, y realiza distintas actividades de dueña de hogar y también realiza su pasatiempo favorito de hacer manualidades, principalmente mantras, y otras creaciones creativas son de algún modo estimulantes para mantenerse activa dentro de su espacio doméstico.

Mire después de tomar desayuno y todo, lo primero que realizo es meditar, pensar lo que voy a realizar en el día o agradecer lo que tengo, luego de ello veo si tengo que hacer compras, después si tengo un paciente, porque hago reiki, me ocupo en ello, reviso si tengo todos los implementos necesarios para mi terapia, luego lavo la ropa y en general actividades de dueña de casa, y si después de almuerzo no tengo algún paciente me dedico por completo a mis trabajos de artesanía, y mientras estoy trabajando por lo general estoy escuchando algún libro o alguna situación que sea de interés y después tomo once, y luego hago ejercicio, hago 40 minutos de bicicleta y bueno después se acaba el día, si queda tiempo veo una película, o algo entretenido antes de dormir

También para mantener su mente con alguna actividad, ella escucha audiolibros en su tiempo libre, eso mantiene según sus propias palabras su mente con una actividad, le permite mantenerla ejercitada y concentrada en algún tema que le sea de interés. Esto es muy relevante porque no solo hablamos de envejecer activo en el plano físico lo trasladamos al lado mental, a una salud mental que debe ir de la mano con un desarrollo físico íntegro para que se den estos elementos que potencien lo que es envejecer bien.

La señora L ha conseguido un equilibrio de su rutina cotidiana, encontrando un espacio para cada actividad, y encajando aquella en el momento adecuado para su realización, a pesar de que ella misma ha dicho que no lleva una vida basada en la rutina no es una persona esquemática que necesite un orden establecido, más allá de lo laboral, en sus terapias de Reiki, donde sus horarios son definidos por los pacientes y su disposición: “No tengo una rutina, depende de lo que tenga que hacer en el día, no llevo una rutina, ni siquiera de despertar, porque a veces despierto temprano, otras veces más tarde, no tengo rutina en realidad”.

Pero en lo cotidiano ella prefiere no normarse por algo esquemático, le gusta hacer las tareas a medida vaya avanzando el día a día, esto le ha significado no agobiarse por cumplir planes que a veces pueden ser limitados por esas transgresiones que suelen ocurrir en la cotidianidad. Para ella su cotidianidad ha sido construida a través del presente, el día a día, le otorga un significado a su espacio cotidiano, y las actividades que le dan sentido a no envejecer de forma dependiente, ella siente muy relevante que mantener una mente activa es la clave para mantener un envejecimiento saludable, y para eso hay que realizar actividades que sean influyentes, estimulantes, para mejorar la calidad de vida.

Cuando se le pregunto a la señora L por los programas de gobiernos asociados a las personas mayores en general y como se han ido realizando

aquellos en nuestro país, ella en cierto modo realiza una crítica personal a como se han desarrollado los programas a la vejez, haciendo mención de elementos muy relevantes que son prácticamente definiciones de lo que ha sido ese alcance edadistas que ha seguido discriminando a la persona mayor, viéndola como el viejo.

Mira no sé si son programas de gobierno en rigor, pero he participado en programas de barrio, algunos bien entretenidos, pero cuando llegue, porque antes vivía en La Serena, antes participaba allá en casa de La Cultura, en eventos, pero aquí en Santiago, no he participado en ningún actividad del estilo, del gobierno para la tercera edad, una porque estábamos en pandemia y dos porque la municipalidad está muy lejos, y la verdad es que tampoco me llaman la atención, por decirlo de algún modo no los encuentro interesante, no es que los menosprecie, sino que **no me hacen sentido para mí misma** y lo que yo en lo personal busco, encuentro que podría ser otros programas más preparados, pensados en el adulto mayor, **no en este viejito que ya no tiene nada que hacer con la vida, es el enfoque el que no encuentro el acertado.**

Esa reflexión que comparte la señora L es interesante, porque identifica a una persona que no se siente parte de los enfoques con los que se ha trabajado la persona mayor y evidencia algo que esta tesis investigó que es que a pesar de que ha habido cambios en rigor y materia de la persona mayor, siguen habiendo déficit en la materia y no todas las personas mayores se sienten comprometidas con las actividades y planes que existen entorno a su grupo etario, por eso es relevante conocer como las personas mayores, desde su propia vida, de su propia cotidianidad, mejorarían esos espacios, transformarían su realidad para lograr un envejecer activo pleno y que les dignifique como persona.

El señor M, su vida cotidiana se centra en su actividad laboral, siendo portero de la municipalidad, no tiene gran interacción dentro de su hogar, es una persona que se encuentra alejada en la mayor parte del día de su espacio cotidiano básico que es lo doméstico, su actividad central es de tipo laboral, sin embargo, en los pequeños espacios libres, él se da tiempo para capacitarse

mediante la lectura, sobre todo su gusto por leer filosofía clásica, en general, esta actividad es una parte esencial de lo cotidiano en su persona, porque leer significa para él concluir de buena forma, un día laboral y además de esta forma siente que sigue aprendiendo cosas, para él es muy significativo el aprendizaje como una actividad esencial para poder seguir teniendo plenitud en su etapa etaria, el aprendizaje.

Leo filósofos, a Platón, a Sócrates, la República, entonces siempre voy respondiendo cosas diferentes, porque la filosofía me da un campo, por eso en la municipalidad, porque al final el portero siempre lo único que hace es vaya para acá, vaya para allá, y no tiene mayor preocupación, entonces llega una señora diciendo quiero poner una demanda aquí, entonces yo le dije a la señora, hay dos tipos de personas que van a un juicio, el bocón, y el que demanda, y Platón dice que tiene miedo al que demanda legalmente, porque se prepara y sabe dónde dice eso en el diálogo de Platón, cuando están condenando a Sócrates, claro, pero la gente no entiende esas analogías, porque se ha perdido mucho lo que es leer.

Un elemento muy destacable y que se ha percibido en los tres entrevistados es ese sentimiento de continuo aprendizaje y de mantener la mente activa, esos elementos parecen ser claves según los testimonios y las nociones interpretadas de los participantes en el estudio como nociones básicas para poder concebir un envejecimiento activo que promueva una calidad de vida durante este periodo de vida avanzada, les ayuda a no caer en la dependencia que muchos ven con temor, se percibe mucho ese temor a llegar a ser dependiente a perder la condición de salud y bienestar adecuado para ser autovalente, el temor a ser dependiente es un proceso de gran relevancia que tenemos que reflexionar desde el Trabajo Social, porque nosotros en nuestra modalidad preventiva podemos crear estrategias de trabajo que sean capaces y eficaces con las personas mayores, que sean de gran ayuda a prevenir esta dependencia, atrasar lo más posible los efectos de una vejez no saludable, para eso tenemos que conocer como la identidad y cotidianidad de las personas mayores se construyen socialmente en su espacio cotidiano, que actividades

realizan y como esas pequeñas tareas son estímulos para un buen vivir, un envejecimiento activo, saludable, e íntegro.

El rol participativo y político es de gran relevancia para el señor M, tal como el define:

Somos una parte fundamental de la comunidad y además cada vez somos más, si la sociedad envejece a un ritmo que no nos damos ni cuenta y creo que es importante, mira el ser humano como dice en toda la filosofía griega, es gregario, debe vivir en comunidad, no puede estar aislado, es relevante que las personas mayores, convivan en espacios de participación, que se sienten bien estando con otros, pero que no sean solo actividades recreativas y ya, sino que sean de educación, de cuidado, y que no vean al viejo como alguien que deban normar y listo, no... preguntarle ideas, si al final quien es mejor para saber que queremos que nosotros mismos y lo político, porque yo creo en la política, porque le hacen hacer actividades que levante la manito aquí que haga esto y al final el abuelito llega cansado a la casa, pero siento que eso no es lo que realmente quieren todas las personas, entonces darle la oportunidad de pensar, de reflexionar y de discutir y de debatir, que somos valiosos después de todo.

Como explica de forma certera el señor M, no podemos aislar a la persona mayor de sus relaciones sociales, el ser humano es un ser sociable por norma básica, vivimos en comunidades, interactuamos con otros, y además el potencia un elemento muy relevante y es el hecho de conocer las realidades, para él no hay mejor conocedor de una realidad que el propio actor que vive en ellas, por eso cree demasiado relevante que los discursos de las personas mayores sean escuchados en temas de participación comunitaria, en espacios políticos donde se quiera transformar una parcela de la realidad, en beneficio de una comunidad, en temas de vivienda, de urbanismo, de seguridad, entre otros, es importante incorporar las nociones de las personas mayores que habitan en un barrio, que conocen de mejor forma sus necesidades y es en ello que es importante que tengamos en cuenta que las transformaciones sociales tienen que ser participativas incluyentes con todos los actores sociales y no podemos excluir al

principal actor en este casos las personas mayores, como el principal contribuyente de mejorar dichos espacios.

Los dos casos siguientes serán analizados en una categoría aparte, debido a que se perciben elementos interesantes a discutir y tiene que ver con las condiciones de salud y como aquella limita la posibilidad de trabajar con un envejecimiento activo adecuado, y que dé sentido a la acción social correspondiente.

6.2 ENFERMEDAD Y DEPENDENCIA

Señora LI, ella realiza actividades domésticas, no tiene ninguna actividad social, a su vez tiene una condición de salud que le impide hacer actividades que requieran una gran capacidad de concentración, ella olvida con frecuencia acontecimientos que ocurren en su día a día, su mente se encuentra en una condición de salud mental deteriorada, que le impide como se hizo mención ser parte de actividades que requieran gran capacidad de concentración.

En un comienzo si, hace seis años que tengo esta condición, por ejemplo, actualmente no puedo leer, si leo no retengo nada, estaba incluso practicando meditación que me gusta mucho, pero ya no puedo realizarla, porque mi cabecita no se concentra, no puedo no retengo, he aprendido con el tiempo a hacer lo que puedo y con eso sentirme bien-

Ella menciona que le cuesta leer, no puede hacer más de dos tareas a la vez, aunque ella tiene una capacidad resiliente que le permite sobrellevar de una forma positiva su condición, pero esta limitación significa condicionar sus actividades, no da las posibilidades a poder incorporar nuevas acciones a su rutina, que siempre va estar normada por su enfermedad, ella a pesar de ser autónoma, no fueron percibidos elementos que sean de gran ayuda para lograr un envejecimiento activo, en su espacio cotidiano, como se ha hecho mención, no solo el estar bien, está asociado a lo físico, en su caso es su mente, la que se

convierte en un limitador de su espacio cotidiano, donde solo realiza las pocas actividades que su condición lo permite.

Mi vida es más rutinaria, porque estoy limitada por mi aspecto de salud porque uso marcapaso, entonces tengo que medirme en las cosas que hago, pero de todas formas tengo que hacer actividad, mantenerme activa, y sentirme bien haciéndolo, como dijo siempre, tengo altos y bajos, también me gusta tejer, conversar con mis amigas.

A su vez se suma que ella también su condición mental, se agrega un desgaste cardiaco y actividades que requieran un esfuerzo que ella no puede llevar a cabo, son realizadas por su hermana con quien comparte el espacio cotidiano, creando una situación de dependencia que limita su autovalencia como persona.

Es complicado poder dar cuenta de elementos de envejecimiento activo en el espacio cotidiano de la señora LI, porque como se ha hecho mención al estar limitada por su condición de salud mental y de salud en general, se encuentra muy coaccionada en su desarrollo activo como persona mayor, no se perciben los elementos necesarios para poder hacer un rescate de lo que es envejecer activo en la cotidianidad de la entrevistada, pero se puede reflexionar sobre como las enfermedades y condicionantes de salud son factores determinantes para acortar el accionar de lo que sería el trabajo desde la perspectiva de envejecer activo, podemos reflexionar y dar cuenta de cómo las enfermedades dan como consecuencia la pérdida de la actividad y la condición autovalente de las personas.

El caso de la señora B, es una situación similar, ella por su avanzada condición diabética, posee problemas de salud y movilidad, haciendo que sus actividades se encuentren limitadas por su enfermedad, aunque ella a diferencia de la señora LI, al tener su mente activa y tener cierta energía, realiza actividades dentro del hogar, incluso hace manualidades para poder sentirse que está haciendo algo, para ella es muy significativo el estar en movimiento, el estar haciendo una tarea, este continuo movimiento en lo cotidiano, es una forma de

envejecer activo, es una manera en la que las personas logran atrasar efectos de la dependencia o por consiguiente, al haber un pequeño tipo de dependencia, o una condición desfavorable de salud como es el caso de la señora B, existen los elementos y condiciones para poder hacer un trabajo de envejecer activo o saludable por consiguiente, ella menciona mucho que el autocuidado es un factor relevante para el cuidado de una situación de envejecer de forma digna, de hecho ella hace autocrítica, que ella debió cuidarse más en su juventud y eso pudo prevenir ciertas condiciones que actualmente la limitan.

Uno en realidad tiene que empezar a cuidarse desde joven, porque las repercusiones vienen más tarde, pero uno debe tener una actividad para su edad, no quedarse ahí, no tener una vida monótona me imagino yo, no quedarse ahí, aunque uno es viejo, hay que sentirse joven igual.

El factor preventivo parece ser un aspecto relevante a tomar en consideración, como trabajadores sociales debemos pensar estrategias para trabajar desde la perspectiva preventiva y el trabajo en la actividad con las personas mayores para poder ser promotores de este nuevo paradigma de como envejecer, de esta forma alejada de las prácticas edadistas, que promovían al anciano pasivo y dependiente, por eso es importante considerar el prevenir y de algún modo retrasar los efectos negativos de salud, el máximo tiempo posible, para extender a largo plazo un envejecer bien y activo.

Con la señora B conversamos sobre la soledad y como aquello afecta a las personas que tienen alguna enfermedad que les limite su día a día, expreso:

Estuve un tiempo así por mi enfermedad que soy diabética, pero me di cuenta de que no podía estar encerrada de que tenía que volver a hacer vida social y no quedarme ahí, volví a reencontrarme con mi hijo, sobre todo ahora que se viene a vivir más cerca mío, entonces aprovechare este tiempo para acercarme más a él y eso, quizás no tenga muchas amigas,

pero son buenas y me ayudan a no sentirme tan sola, hago vida social con las personas que estimo.

La importancia de tener relaciones sociales y el sentimiento de bienestar son dos factores cruciales y determinantes para envejecer activo, él estar acompañado y poder combatir los efectos del aislamiento y sobrellevar los problemas o circunstancias surgidas en el día a día compartiendo inquietudes, apoyándose en otras personas, o incluso haciendo actividades recreativas acompañada y no de forma individual, pueden ser cruciales para condensar un envejecer activo en su plenitud, porque la importancia de compartir radica en la construcción de una red de apoyo que permita que las personas se sientan protegidas, seguras y con confianza que tienen a alguien que las acompaña en esta etapa de la vida, porque parte de la imagen que ha instaurado desde las perspectivas edadistas sobre el grupo etario, tienen que ver con esa soledad, con esa vida solitaria que tiene la persona mayor y esas nociones son las que este estudio busca reflexionar y criticar para poder avanzar a una visión de envejecer activo de forma comunitaria.

6.3 EL ROL SOCIAL Y COMUNITARIO

Ahora bien, con los siguientes entrevistados reflexionaremos sobre la interacción y el rol social, para poder visualizar la relevancia que tienen estos factores como parte importante del proceso que significa envejecer activo.

El Señor A, es una persona muy activa, realiza muchas actividades en su espacio doméstico y el estar en movimiento le hace sentirse bien, realiza actividades de reparación, pintar, entre otras, no le gusta la quietud y dice que mientras menos cosas hace uno se va poniendo más viejo, por lo tanto, nuevamente volvemos a recapitular el significado que se formula de la actividad para poder ser un condicionante de envejecimiento activo, el tener tareas, roles,

parece un hecho relevante a la hora de concebir un envejecer bien. Pero lo relevante que destacaremos ahora es un elemento que no hemos rescatado hasta ahora y es sumamente relevante en la cotidianidad y es la interacción social en este caso en el hogar, la familia como un eje y pilar de soporte para lograr el envejecer activo, en el caso del Señor A, su compañera de vida, es su única compañía y con quien entre ambos se cuidan y con quien comparte los espacios de la cotidianidad, el estar en compañía para él ha significado en gran medida combatir la soledad.

Soy medio mezquino en eso, prácticamente amistades no tengo, soy más apegado a la familia, una etapa de mi vida fue floreciente, tuve muchos amigos, pero cuando mi etapa floreciente decayó, los amigos se marcharon y chao, en mi casa se hacían buenas fiestas, buenos recibimientos, pero después no se empezó a dar eso y los amigos se desaparecieron, pero yo creo que fue para mejor, porque me dio más tiempo con mi familia, mi hermana ahora la considero una hermana y amiga, mi cuñado es mi cuñado y mi amigo y lo pasamos bien, tengo un apoyo.

Porque como menciona cuando ocurrió el quiebre de su vida social – laboral activa perdió muchas de sus redes con las que antiguamente interactuaba y esta ruptura solo ha podido sobrellevarla gracias a que ha estado acompañado en su proceso de envejecer.

A su vez, él menciona que sus hijos al estar grandes, ya no viven con ellos, por tanto, se constituye lo que se conoce como el síndrome del nido vacío, que según Lugones (2001) es cuando los hijos abandonan el hogar y proyecta su vida autónoma, se crea un espacio desolado en el lugar, creando una sensación de frustración y pena, además que esto se encuentra muy asociado a lo que es envejecer, porque se tiende a asociar por parte de los afectados, que cuando los hijos hacen abandono del hogar, el envejecer es inevitable y tiende a salir las nociones negativas de lo que es el envejecimiento, el miedo a volverse viejo.

Bueno mi caso, es que yo voy envejeciendo junto a mi familia, nosotros éramos siete hermanos, pero es con mi hermana con quien me junto y lo pasamos bien, los otros hicieron su propia vida y no quieren nada con la familia, pero no me echo a morir, son cosas de la vida, y bueno con mi compañera de vida con ella voy envejeciendo y seguiremos viviendo así hasta que uno se marche.

Para poder sobrellevar estos acontecimientos de la vida, ha invertido su tiempo tanto en la actividad como una forma de no pensar sobre el futuro, pero también la compañía le ha significado sobrellevar de mejor forma todo su proceso de envejecer y ha logrado crear en ese espacio de la cotidianidad un lugar donde existen los elementos necesarios para hablar de un envejecer activo en condiciones, donde se potencia el ser autovalente, la integridad y la buena condición mental y de salud.

El señor M, posee nuevamente un elemento interesante de lo que significa envejecer activo no solo se limita a la salud física, también a la mente, a la capacitación, continuamente le gusta leer aprender sobre distintas materias, informarse, esto de mantener su mente activa parece ser un factor sumamente relevante en la mejora de su calidad de vida, pero nuevamente relacionado con el factor social, esta vez se da un caso muy diferente al anterior y es la relación con sus hijos, parece ser mucho más estrecha y esto hace sentido también con lo que él menciona que cuando uno va envejeciendo parece ser relevante el acercarse a las personas que le rodean, cohesionarse a ese entorno cercano, le ayuda a mantener su vitalidad, su buena salud tanto física como mental, además que su cercanía con sus hijos le ha ayudado a llevar una vida en un sentido del buen vivir.

Para mí mis hijos son lo importante, aunque pueda estar ocupado en cualquier cosa, si me piden algo, dejo de hacer lo que estaba haciendo y les ayudo en lo que sea, para mí es importante estar todo el tiempo posible con la familia, pero nada de viajar y cosas así, mi hija que vive en el sur cuando voy para allá, me llevo una caja de herramienta, porque debo estar haciendo algo, porque si no realizo una actividad, no me siento yo mismo,

no me siento como bien, pero como te dijo cualquier cosa que me pidan mis hijos estoy ahí por muy cabros grandes que sean, todavía a veces necesitan cosas o a veces solo quieren conversar, pues dejo de hacer lo que estaba haciendo y me preocupo de lo que quieren.

Él siempre tiene tiempo para sus hijos en el espacio cotidiano, luego de terminar su jornada laboral, incluso deja de hacer cosas que está haciendo por ellos, encuentra siempre esos espacios para poder compartir con su familia y estas interacciones positivas son las promotoras de ese buen vivir que se caracteriza de lo que significa envejecer activo.

Mira por ejemplo mi mamá tiene noventa y cuantos años, pero nunca ha estado sola y creo que por eso de alguna forma siempre ha tenido buena salud, se ha sentido acompañada, pero por ejemplo hay otros viejos que están solos se van deprimiendo y se quedan, yo si estuviera solo, pucha me las arreglo y me la ingenio, estaría haciendo alguno de mis proyectos, arreglando cosas, entonces al estar haciendo algo, no me acordaría de esa soledad, pero creo que igual acompañar a esas personas que se encuentran sola, sería muy importan y relevante.

La familia como red principal de apoyo para concluir un buen envejecimiento es un factor relevante a tener en cuenta como trabajadores sociales, que siempre trabajamos en las redes, porque entendemos que un sujeto, como dice la palabra, se encuentra unido a un enjambre social de continuas interacciones que va dando forma a su cotidianidad, a su día a día y a su identidad como sujeto parte de un colectivo.

Ahora bien con la señora G, iremos más allá de la familia, iremos a actividades de carácter social que trasgreden el espacio cotidiano básico que es el hogar, ella participa en el Comité de Derechos Humanos Alberto Bachelet, ubicado en la comuna de La Cisterna, donde hacen actividades sociales de distinta índole desde bingos beneficios para una persona, a actividades conmemorativas y culturales, ella está en continua actividad dentro del comité

siendo la organizadora de las actividades sociales y culturales que se realizan, ella se siente realizada con todas las actividades que se llevan a cabo en el lugar y eso da significado a su envejecer, el estar en continua participación con la gente, el estar en comunidad es lo relevante que se destaca en el caso de la señora G, como ella misma menciona:

Me encanta ayudar a la gente, cuando la gente tiene problema de salud, tienen un cáncer, le doy idea de que actividad se puede realizar para juntar dinero para su tratamiento, puede ser un bingo, una rifa, un almuerzo, a mí eso es lo que más me encanta, apoyar a la gente, mira hace poco tuve una experiencia muy bonita, esos detalles pequeños para mí son muy bonitos, tuvimos la gala de las cuecas, el sábado pasado, la gente es toda adulta mayor, y llegó el día de la gala y fui a ayudar a la preparación de los participantes, de ayudarles con los vestidos, con el maquillaje, estaban muy agradecidas de este gesto, de que me preocupara por los pequeños detalles.

Ser partícipe activa con un trabajo comunitario con fines de ayudar a otros, de llevar cultura a un espacio donde no muchas veces se encuentra visibilizado ha sido la forma en la que ella ha logrado hacer de la participación, una forma de envejecer en armonía, con las condiciones óptimas para poder hablar de un envejecer activo, promotor del buen vivir en esta etapa avanzada del ciclo vital.

Incluso la visión de la vejez que posee la señora G se encuentra cohesionada a su ritmo de vida, el mantener relaciones sociales, los lazos socio emocionales se convierte en un elemento resiliente para enfrentar la vejez, además que en este caso las relaciones se encuentran asociadas a actividades que además son nutritivas para un bienestar en esta etapa de la vida, como mismo menciona:

Es que yo no he notado el tema del envejecer porque me mantengo activa, bailo cueca, salgo de paseo, voy al campo donde mis hermanos, participo en el comité, hago muchas cosas, incluso me han preguntado cuando voy al médico, preguntas como ¿Usted hace las camas? A lo mejor para otras personas de mi edad, no hacen eso, pero yo no lo he notado, algunas actividades van cambiando con el tiempo de igual manera, pero para mí

han sido muy pocos cambios y el mantenerme activa me ha ayudado a ver mejor el envejecer.

El factor de ser activo vuelve a ser relevante como un eje trascendental, un pilar que logra que se dé el envejecer activo en esos espacios cotidianos de los que en esta tesis se ha hecho estudio, son esas actividades las que promueven que el bienestar se logre llevar en esta última parte del ciclo vital de las personas, es relevante y ha sido el principal objetivo de este estudio encontrar y hallar esos elementos que en lo cotidiano surgen como formas de potenciar el envejecer activo y el más repetido y sonado por los discursos y testimonios resulta ser el mantenerse activo, tener alguna actividad, pasatiempo, labor, etc. Son formas de enfrentar los efectos negativos que puede traer el envejecer ya sea en la salud física o por su parte en la salud mental, enfrentar cosas tan emocionales y abstractas como puede ser la soledad, son esas actividades de distinta índole que permiten a la persona mayor mantenerse activa, potenciando su salud mental y física aquellos elementos que debemos encontrar para poder hablar de un bienestar pleno e íntegro para el sujeto.

6.4 EL BIENESTAR

Envejecer activo significa envejecer en dignidad, esa es la realidad que se ha podido visualizar a través de los testimonios y entrevistas del presente estudio, donde los participantes, encontraban una forma de hacer en su rutina, en su cotidianidad, formas de poder envejecer alejados de la dependencia y con un cuerpo y una mente activa.

“Los derechos se conciben como una protección a esa dignidad, lo cual garantiza una potencial conexión con algunos principios como el respeto a las personas, su inviolabilidad, y los límites en la consecución del bien común” (Cubillos, 2019, p. 3).

El Bienestar trasciende la salud física de los individuos, se materializa en las dimensiones sociales y psicoemocionales del sujeto, estar bien ya no solo depende de lo asociado al espectro físico que consiste en enfermedades visibles o capaces de ser percibidas, sino se ha abierto a un universo, a la complejidad de las personas comprendiéndolas desde un significado mucho más completo que sea capaz de integrar elementos más allá de las tradiciones superficiales que marcaron los inicios de las Ciencias Sociales.

Cuando el señor A, como ha encontrado la realización en mantenerse en movimiento, en estar en constante actividad, eso significa el bienestar para su propia realidad, ha configurado en su cotidiano, un quehacer que constantemente le va otorgando esa sensación de envejecer bien, es en tareas de limpiar, pintar, lavar, entre otras, una razón para no caer en la dependencia, o en la quietud que muchas veces sinónimo de una forma de ser proclive a un envejecimiento no saludable.

Soy del día a Día, no tengo rutina, todos los días son diferentes, busco hacer cosas diferentes, de hecho, tu hace poco antes de la entrevista, estaba pintando unas lámparas, que estaban en desuso y las dejé impecable y mañana tengo pensando lavar los autos, y me entretengo en eso, en la mañana yo hago gimnasia también, pero poco, diez o quince minutos no más.

Como personas como la señora B y LI, que se encuentran en un estado o condición de salud desfavorable, no solo viendo la parte notable de su enfermedad, lo que puede ser percibido, el simbolismo, lo oculto en esas condiciones, son fundamentales para comprender y entender como se ha llegado a concluir que, en esos casos en específico, las condiciones para un envejecimiento activo se encuentran truncadas por una realidad cotidiana desfavorable.

En el caso de personas que tienen una condición que les limita, la señora LI, entrega como su visión que solo la ha adquirido a través del tiempo, de la experiencia, de aprender a convivir con su condición mental y física que la limita que condiciona sus actividades a reflejo de su salud.

Tratando de entender que es así, que es lo que está sucediendo, puedo pensar lo siento, no me gusta, pero es lo que me toco, y aprendo a vivir con ello, a detenerme calmadamente a pensar en soluciones y si no puedo por mi cuenta, pido ayuda, para mí siempre es importante saber pedir ayuda, y no quedarse sola enfrentándose a todo

Es aquel factor resiliente que se materializa en lo cotidiano lo que configura un envejecimiento activo, son aquellas nociones que todos los entrevistados compartían, la experiencia, como un camino de vida que les ha servido para poder sobrevenir a las problemáticas que surgen en el día a día, el mayor conocimiento para abordar las crisis que ocurren al interior del hogar o fuera del mismo, todo lo que surge en la cotidianidad, esos sucesos trasgresores, que cambian de forma repentina esa rutina, solo pueden abordarse de forma resiliente para obtener un efecto positivo.

Aprender a apreciar lo que significa envejecer es una reflexión importante entregada por una de las entrevistadas como ella expresa:

Es lo que debemos hacer, en lo personal, porque es un cambio, es un proceso, porque ya no tienes responsabilidades de otras etapas, no tienes que llevar a los hijos al colegio, no tienes que criarlos, porque ya volaron del nido, ahora tienes tiempo para ti, para mí la tercera edad es una etapa muy hermosa, porque uno es más sabio, ha aprendido muchas más cosas, porque ya pasaste muchas cosas, pero ya estás ahí y estás bien.

La aceptación de lo que conlleva el proceso de ir envejecimiento, aceptando este proceso de cambios, de quietud, de tranquilidad, de nuevos desafíos, problemas que antes no existían en otras etapas de la vida, entre otros

elementos asociados a lo que significa que ser una persona mayor, el ser capaz de tener una reflexión positiva de lo que conlleva el envejecer, es algo que en este estudio se ha tratado demostrar, porque parte importante de envejecer activo es reconocer que ha existido un cambio en el ciclo de la vida, que ahora el ritmo será diferente, que habrán nuevos desafíos, muchas puertas se cerraran sobre todo en el mercado laboral, se perderán relaciones sociales en el camino, pero el aceptar aquello de la mejor forma es un proceso resiliente que tenemos que enfrentar y abordar, en nuestra reflexión como profesión y disciplina que trabajara en un contexto de sociedades envejecidas, donde cada vez existirá más población mayor, y que eso conlleva desafíos a futuros y a reinventar la praxis de nuestro que hacer y saber profesional.

La resiliencia es un paradigma contemporáneo dentro del Trabajo Social, habla de sujetos no pasivos, habla de ser propios de la transformación social, ellos tienen las herramientas en sí mismos, para cambiar esa parcela de su realidad, como expresan García, De las Olas y Hombrados (2013) es incorporar al sujeto y emanciparlo, empoderarlo de su propia identidad y espacio, la persona mayor es un ejemplo claro de resiliencia, porque esa experiencia le ha otorgado nuevas perspectivas, nuevas formas de aprender a vivir y ser capaz de resistir las irrupciones y trasgresiones en el espacio cotidiano, y como se ha mencionado, el envejecimiento activo el cual no solo tiene un rol preventivo, sino más bien un rol resiliente, un rol de incorporar nociones de trabajo propio a la persona mayor para mejorar su calidad de vida, es la resiliencia un camino para lograr un nuevo medio para un fin.

VII CONCLUSIONES

El bienestar es un concepto amplio que habla sobre sentirse bien, pero que no incluye solo el espacio de la salud física, sino también el de la mental, la social y lo emocional, es un concepto multidisciplinar en las Ciencias Sociales que puede ser tanto una materia de estudio para la Psicología como para la Sociología, o incluso para la Antropología. Como expresa, Bordal (2013) Las sociedades humanas siempre han configurado su vida en la búsqueda del bienestar propio, en mejorar la calidad de vida, es por ello, que desde la perspectiva del Trabajo Social contemporáneo, se considera la dimensión subjetiva como la trascendental para hablar sobre el bienestar de un sujeto, ya sea de forma negativa, como positiva, cuando hablamos de bienestar en la profesión, podemos definirlo como los elementos necesarios para que una persona cubra todas sus necesidades físicas y emocionales, sociales y psicológicas, para poder llevar una vida digna.

La integridad representa la dimensión a alcanzar a través del envejecimiento activo, y este estudio ha identificado en el espacio cotidiano elementos que son capaces de trasladar a las personas a un buen vivir, a un modo de lograr concretar esta etapa de la vida en las mejores condiciones, el rol social como uno de las dimensiones más significativos en lo cotidiano, el tener redes de apoyo es indudablemente un factor resiliente importante para poder trabajar con personas mayores desde el paradigma del envejecimiento activo y, por supuesto, la actividad como un elemento esencial para promover la buena salud en las personas mayores. Estos dos elementos cruciales son indispensables si queremos trabajar con personas mayores que logren un bienestar en su cotidianidad que les permita una vida digna hasta el último día de sus vidas.

“Cuanto más voces se incorporen a un diálogo polifónico, la probabilidad de que emerja comprensión es mayor. La idea, sin embargo, no es solo que todas las voces sean habladas. Más bien el foco es que puedan ser escuchadas” (Gonzales y Rodríguez, 2019, p. 148).

Es este rescate y reflexión del diálogo, una de las importancias fundamentales para lograr el envejecimiento activo, la participación, solo se logra incorporando el diálogo como parte fundamental de la acción social, la actividad no solo puede ser en sí misma el fin para lograr un envejecimiento activo, la importancia de escuchar a las personas mayores, y que ellos establezcan diálogos con otras personas, redes de apoyo que sean sustanciales para poder lograr ese envejecer activo, por eso es relevante que se reflexione desde la profesión, en nuestro papel social, como seguir potenciando el diálogo en esos espacios cotidianos, donde se realizó este estudio y donde se pudo comprobar a partir de los testimonios como personas mayores en su día a día incorporan de forma inconsciente elementos de envejecer activo a su realidad. Por lo tanto, debemos reflexionar sobre cómo podemos potenciar dichos elementos para seguir mejorando su calidad de vida y es en ello que se da relevancia al diálogo como un factor importante, escuchar esas realidades diversas y los aportes mismos que las personas mayores quieren informar a su realidad en el objetivo de lograr un envejecimiento pleno y saludable.

Es esa experiencia que los entrevistados daban un significado crucial para su desarrollo, la importancia de la persona mayor participativa y su voz reside en la experiencia, en esas vivencias que han construido su identidad, que le han ayudado a ser resiliente en circunstancias adversas, es esa experiencia, ese conocimiento el que debemos rescatar, incorporar esas voces para poder seguir promoviendo ese buen vivir en lo cotidiano, y como se ha mencionado parte importante de incorporar el diálogo a la acción social reside en el escuchar, no hay mejor conocedor que quien vive su realidad, y esa es la forma en la que la persona mayor percibe su espacio social, ellos creen relevante que se incorpore

sus voces a las políticas sociales, se logre escuchar sus demandas, sus inquietudes, sus incertidumbres, no es posible hacer una acción social, con el desconocimiento de la realidad de los participantes, y solo ellos son los que más conocen su propia cotidianidad.

El Trabajo Social contemporáneo tiene un rol reunificador, es cierto que, en nuestra profesión, desde su formación, hasta el día de hoy, sigue habiendo choques teóricos entre la teoría y la práctica, nudos de contenido que tienen diversas soluciones y acciones asistencialistas que para muchos no son el verdadero significado de una acción social, en el logro de una transformación a una pequeña parcela de una realidad.

Restrepo (2003) menciona en su libro "Reconfigurando el Trabajo Social, perspectivas y tendencias contemporáneas", que:

"la instrumentalidad de la profesión está soportada en un conjunto de técnicas e instrumentos que operan como dispositivos metodológicos de la acción social" (Restrepo, 2003, p. 97).

Es cierto que la definición técnica de la instrumentalización necesaria para la acción social no es ejemplificadora de las realidades contemporáneas, tal como expresa Restrepo:

"Las propuestas contemporáneas de actuación profesional requieren estar soportadas en un instrumental técnico revitalizado y reconfigurado a la luz de las exigencias y necesidades de los escenarios turbulentos y complejos" (Restrepo, 2003, p. 99)

Son estos escenarios modernos lo que marcan la contemporaneidad, son estos tiempos turbulentos de continuo cambio lo que marcan las sociedades actuales, son esas necesidades sociales que ya no priman en solo hechos visibles, actualmente hablamos de espacios psicosociales de necesidad en las personas, necesidades que no son percibidas a simple vista y se encuentren invisibilizadas en el espectro de la identidad del individuo, y en estos tiempos

turbulentos, existe un cambio arraigado a este estudio y son las sociedades envejecidas, ese cambio demográfico que ha marcado el inicio del siglo y cada vez es una tendencia incluso que ya es fácil de verificar en nuestro país. Esos desafíos que tiene el Trabajo Social es concretar una instrumentalización como forma de interpretar la acción social, en los escenarios contemporáneos, adaptándose a las exigencias de las nuevas personas mayores, que actualmente tienen mayor esperanza de vida y no son los sujetos pasivos que con anterioridad se ha mirado desde perspectivas edadistas, que solo han servido para la desconstrucción en su calidad de persona, son esas tendencias globalizadas de nuestro mundo, los escenarios de contemporaneidad que debe enfrentar el Trabajo Social para poder incorporar en el quehacer y saber profesional, nuevo conocimiento en la línea de la dignificación de la calidad de vida de las personas mayores.

En esos escenarios contemporáneos el Trabajo Social tiene el rol crucial de interactuar con los actores sociales de forma participativa en la acción social, pero también debe de ser capaz de comprender lo simbólico de los espacios cotidianos, como se ha mencionado, comprender, que hay de particular en realizar actividades domésticas, que significado hay más allá de algo tan simple y que significado entrega a la propia persona, para poder trabajar con las personas mayores, debemos reencontrarnos con los significados de las propias vivencias del grupo etario y sería primordial hacer una reconfiguración de las prácticas profesionales, con el fin de conseguir adaptarnos a estos escenarios de complejidad y de continuo cambio, a comprender que el sujeto ya no es alguien pasivo que debe ser atendido bajo una perspectiva asistencialista, debe ser incorporado bajo el entendimiento de su subjetividad y construcción como persona, debe ser parte crucial de la acción social, porque aquel es quien vive en su propio espacio social y como se ha visto en este estudio, la realidad cotidiana tiene un elemento significativo y muy relevante en la construcción de la identidad de los sujetos, sobre todo de las personas mayores, lo cotidiano se ha

convertido en un refugio y un resguardo, pero también se ha convertido en un espacio de actividad en beneficio de una salud que promueva el bienestar íntegro de las personas mayores, que priorice el movimiento, la continua actividad como una forma de promover el buen vivir, por eso es relevante que desde la profesión sigamos rescatando esos significados, esas construcciones psicosociales y emocionales de las personas mayores, para que podemos seguir entendiendo como ellos se han transformado de sujetos invisibilizados por la sociedad, a que podamos incorporarlos como sujetos activos, participativos y con un gran rol tanto en lo comunitario como en lo espacio cotidiano.

En esta tesis los objetivos están centrados en la búsqueda de respuestas asociadas al envejecimiento activo, la cotidianidad, la integridad y el bienestar en el espacio doméstico de las personas mayores, sus roles comunitarios, la participación, entre otros elementos que van configurando lo que definimos como una vida digna para las personas mayores, todo trasladado desde la perspectiva del Trabajo Social.

El primer objetivo específico fue en búsqueda de distinguir los elementos que favorecen el desarrollo psicoemocional y social de las personas mayores que fueron entrevistadas en la comuna de La Cisterna, fue distinguir, y apreciar esos elementos que son esenciales en la mejora de la calidad de vida, de las personas mayores, como factores que promueven el buen vivir en el espacio cotidiano, esos elementos fueron identificados en las propias palabras de los entrevistados, y son la actividad como un método para mantenerse en una condición de salud favorable, activa y que prevenga enfermedades asociadas a la dependencia y a la vejez, el otro elemento importante tiene que ver con el rol social, que fue resaltado por varios entrevistados, en distintas perspectivas, ya sea en las relaciones familiares, como redes de apoyo que acompañan a la persona en su proceso de envejecimiento, a ser partícipe de actividades sociales y comunitarias como era el caso de la señora G, quien participa en un Comité Social, donde se

promueve la cultura y la memoria de nuestro país, y a su vez se realizan actividades benéficas para la comunidad. Estos dos elementos dan respuesta a su vez al siguiente objetivo específico, en el cual se buscaba inferir, sobre cómo estos elementos potencian la autonomía, la resiliencia y el bienestar de las personas mayores, todo asociado al envejecimiento activo, como se ha mencionado el mantenerse activo permite prevenir enfermedades de dependencia, y permite a las personas conservar ese sentir de utilidad que tanto fue destacado por la gran parte de los entrevistados.

Por otro lado, el rol social, es un elemento esencial para el trabajo del envejecer activo, son las redes de apoyo, mantener lo social activo lo que permite que las personas mantengan una participación en la sociedad, que para ellos tiene un gran significado, entendiendo que todos los entrevistados eran jubilados, que sufrieron la separación abrupta del mercado laboral y eso no implica solo la separación del trabajo como instancia renumerada, sino más bien implica la pérdida de una instancia social, por eso muchos expresaban que la sociedad los olvida cuando hacen abandono del mercado laboral, sin embargo, por esos ellos resaltan el participar en diversas instancias sociales, para sentirse activos dentro de la sociedad, sentir que se encuentran contribuyendo, o siendo parte de un algo que les dé un significado de pertenencia en sus vidas, como puede ser parte de un taller en la municipalidad, entre otros.

A partir de los testimonios se pudo testificar los elementos de la cotidianidad que hacen sentido y son promotores de este bienestar psicosocial y emocional, que corresponde al siguiente objetivo específico que buscaba dar con aquellos elementos que en los espacios cotidianos son representativos y claros factores de un envejecer resiliente, que sea capaz de promover una vida activa en esta etapa avanzada del ciclo de la vida, y esos elementos son los mismos que ya se han mencionado, la actividad y el rol social, sin embargo, en este objetivo se intenta hacer una búsqueda de los significados simbólicos que las

personas construyen en actividades cotidianas, que son rutinarias o tan triviales, o que elemento incorporan a su día a día para hacerlo más pleno, como puede ser el caso de la entrevistada, que realizaba manualidades como una actividad que la hace sentir bien consigo misma, que le da sentido pleno al desarrollo de su día a día.

Y en este estudio todo ha sido analizado desde la perspectiva del envejecer activo para comprender como este paradigma divergente de las líneas edadistas las formas en las que se ha trabajado con las personas mayores, ha sido importante comprender como todos elementos de la cotidianidad de forma inconsciente, son pequeños espacios donde se otorga un envejecimiento activo, como esas pequeñas activadas cotidianas de las personas mayores, se vuelven un método para lograr el envejecer activo dentro de los hogares, este ha sido un objetivo específico que ha estado presente en la reflexión que se ha hecho sobre cómo podemos mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

En ello, la importancia de las relaciones sociales rescatadas en el objetivo de comprender y como, el trabajo comunitario, favorecen y promueven a las personas mayores un envejecer pleno. Esos elementos de participación social son primordiales para poder condensar el significado macro de lo que representa el envejecer activo como una fórmula que no promueva la dependencia o de ser inevitable, que se lleve de forma positiva, y es en ello que las relaciones sociales, la interacción con otros se transforman en elementos resilientes para el trabajo con las personas mayores y, por eso, es importante que siga reflexionando como el trabajo con el otro, el incorporar al sujeto aislado a los escenarios comunitarios, puede favorecer desde la disciplina, al entendimiento del envejecer en escenarios contemporáneos que nos mueven en la actualidad.

Y es en el mismo sentido que el último objetivo profundiza la búsqueda de la reflexión desde el Trabajo Social, de comprender y replantearse los escenarios modernos que enfrenta el envejecer en las sociedades modernas, actualmente

se enfrentan escenarios de complejidad, tanto post pandemia, como a nivel global también se puede visualizar la tendencia de sociedades envejecidas que ya no son una realidad ajena en nuestro país, por ello este estudio invita al diálogo y a buscar perspectivas desde la disciplina del Trabajo Social, de cómo adaptarnos a las escenarios contemporáneos, como incluir esas subjetividades a la acción social y como dejamos atrás esos legados de edadismo que ha marcado a la sociedad, a las Ciencias Sociales, en el entendimiento de lo que significa el proceso de envejecer, por eso importante seguir rescatando perspectivas contemporáneas que sean capaces de englobar los nuevos escenarios a los que nos enfrentamos, y es en ello que se hace la invitación a reflexionar sobre el envejecimiento activo como un paradigma nuevo para dejar atrás esa perspectiva.

BIBLIOGRAFÍA

- Aguirre, J. y Jaramillo, L. (2015) El papel de la descripción en la investigación cualitativa. *Cinta Moebio* 53: 175-189.
- Alvarado, M. (2007). José Martí y Paulo Freire: aproximaciones para una lectura de la pedagogía crítica. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 9(1). Recuperado de <https://redie.uabc.mx/redie/article/view/157>
- Amezcuca, M., y Hernández, S. (2012). Investigación sobre el cotidiano del sujeto: oportunidades para una ciencia aplicada. *Revisão de Literatura*, 675-683.
- Anzieu, D. y Martin, J.(1971) *La dinámica de los grupos pequeños*. Kapelusz, Buenos Aires. 232 pp.
- Anzieu, D., Bejarano, A., Kaes, R. (1978) *El trabajo psicoanalítico en los grupos*. Siglo XXI, México, 439 pp
- Aracely, C., y Cifuentes, R. (2006). Aportes para la fundamentación de la intervención profesional en Trabajo Social. *Revista Tendencia & Retos* N°11, 169-187.
- Barranco, C. (2009). Trabajo Social, calidad de vida y estrategias resilientes. *Portularia* Vol. IX Num2, 133-145.
- Bastidas, F., y Torrealba, M. (2014). Definición y desarrollo del concepto "proceso de invisibilización" para el análisis social. Una aplicación preliminar a algunos casos de la sociedad venezolana. *Espacio abierto* N°23, 515-533.

- Blanco, A., y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17(4), 582-589.
- Bordal, A. D. (2013). Aproximación desde el Trabajo Social: depresión y bienestar subjetivo. *Documentos de Trabajo Social Nº52* , 110-132.
- Bozanic, A. (2020) Columna de opinión de presidenta Fundación Geroactivismo: "La participación cultural de las personas mayores como una herramienta de lucha contra el edadismo" Diario El Mostrador. Recuperado <https://teatroamil.cl/articulos/la-participacion-cultural-de-las-personas-mayores/>.
- Bustillos, A., Ballesteros, R., y Huici, C. (2012). Efecto de la activación de etiquetas referidas a la vejez. *Psicothema*, 352-357.
- Butler, J. (19 de Marzo de 2020). *Versobook*. Obtenido de Versobook.com: <http://www.relats.org/documentos/FTLecturas.Butler.abril.pdf>
- Byung-Chul Han. (2012). *La sociedad del cansancio*. Barcelona: Herder.
- Cáceres, P., (2003). Análisis cualitativo de contenido: una alternativa metodológica alcanzable. *Psico perspectivas*, II (1),53-81. [fecha de Consulta 14 de enero de 2023]. ISSN: 0717-7798. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=171018074008>
- Campillay, M., Calle, A., Rivas, E., Pávez, A., Dubó, P., y Araya, F. (2021). Ageism as an invisible sociocultural phenomenon that affects and excludes the care of the

elderly. *Acta Bioethica*, 27(1), 127-135. <https://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2021000100127>

Carballeda, A. (2016). El enfoque de derechos, los derechos y la intervención sociales. *Margen* 82, 1-4.

Casas, F. (2009). Envejecer Activo: Contribuciones de la Psicología. *Psicosocial Intervention*, 18(1), 89. Recuperado en 22 de junio de 2022, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592009000100010&lng=es&tlng=pt.

CENSO (diciembre de 2018). *Censo2017*. Obtenido de <http://www.censo2017.cl>

CEPAL (2020) Desafíos para la protección de las personas mayores y sus derechos frente a la pandemia de COVID-19. *Informes Covid 19*, 1-35.

Chesney, L. (2008) La concientización de Paulo Freire. *Rhec* N°11, pp. 51-72.

Cheyre, J. (2015). *La promoción de un desarrollo integral: Un Desafío del siglo XXI para América Latina*. Santiago: Centro UC: Estudios Internacionales CEIUC.

Cifuentes, R., Kauffmann, G. (2019). *La sistematización de experiencia para construir saberes y conocimiento desde las prácticas*. Córdoba: Brujas.

Cortés, J., Flores, P., Gómez, C., Reyes; Romero, L. (2012). Resiliencia y su relación con estilos de vida de los adultos mayores autovalentes. *Ciencia y Enfermería* XVIII, 73-81.

Cotlear D., Gómez-Dantés O., Knaul F, Atún, R., Barreto, L., Centrángolo, O., Cueto, M., Francke, P., Guerrero, R., Lozano, R., Marten, R., y Sáenz, R. (2015) La lucha contra la segregación social en la atención de salud en América Latina. *MEDICC Review*.17(Suppl: 1):40-52.

Cuadra, A. y Veloso, C. (2007). Liderazgo, Clima y Satisfacción Laboral en Las Organizaciones. *Universum*. 22(2), 40-56.

Cubillos-Vega, C. (2019). Bienestar social: un objetivo compartido. Sobre la alianza entre los Derechos Humanos y el Trabajo Social. *Arbor*, 195(791), a493. <https://doi.org/10.3989/arbor.2019.791n1006>

Decreto N° 203 (1995)

(<https://www.bcn.cl/leychile/navegar/imprimir?idNorma=10918&idVersion=2000-04-03>)

Díez, J. (2010). La aportación a la psicología social del interaccionismo simbólico: Una Revisión Histórica. *Revista de Psicología y Educación*, 23-42.

Donoso, E. (2007). Descenso de la natalidad en Chile: un problema país. *Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología*, 72(2), 73-75. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75262007000200001>

Faría, D. (2016). "*El anciano frente a "la retirada". La experiencia de desvinculación en el adulto mayor en la ciudad de Maracaibo (estado Zulia, Venezuela)*" (Tesis de

- Licenciatura). Escuela de Sociología, Universidad del Zulia, Maracaibo, Venezuela.
- FEDEMUR. (2020). FEDEMUR.ES. Obtenido de <https://fademur.es/fademur/>
<https://fademur.es/fademur/>
- Fernández, R. (2009). *Envejecimiento activo. Contribuciones de la psicología*. Madrid: Psicología Pirámide.
- Ferrada, L. y Ferrada M. (2018) Calidad del empleo de los adultos mayores en Chile, un factor de envejecimiento activo. *Papeles de Población*, vol. 24, núm. 95, pp. 43-67. Universidad Autónoma del Estado de México
- Gago, J. (2010). Teorías de envejecimiento. *Tribunal del investigador*, 1-26.
- Galeano, E. (2010). *Las venas abiertas de América Latina*. Buenos Aires: Siglo Veintiuno.
- Gergen, K. (2006). *Construir la realidad: el futuro de la psicoterapia*. Paidós Ibérica.
- Gómez, M., Martos A. y Castellón A. (2005). La capacidad funcional y el apoyo social informal en un grupo de personas mayores institucionalizadas. *Rev Mult Gerontol* 15(2), 85-91.
- González, A. y Rodríguez, A. (2020). El trabajo en red colaborativo: desafíos y posibilidades. *Cuadernos de Trabajo Social*, 33(1), 141-151.

- Hernández, M. (2008). La percepción de la persona adulta mayor en la sociedad ramonense actual. *Revista Pensamiento Actual*, 31-39.
- Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F: McGraw Hill.
- Holliday, O. (2012). Sistematización de experiencias, Investigación y evaluación: Aproximaciones de tres ángulos. *Educación global*, 56-70.
- Huenchan, S., y Piñero, L. (2010). *Envejecimiento y derechos humanos: situación y perspectiva de protección*. Santiago: Naciones Unidas.
- INE. (15 de abril de 2020). INE.cl. Obtenido de <https://www.ine.cl/prensa/https://www.ine.cl/prensa/2020/04/15/adultos-mayores-en-chile-cuántos-hay-dónde-viven-y-en-qué-trabajan~:text=Para%202019%2C%20de%20acuerdo%20con,de%20la%20población%20del%20país.>
- Itzkauhtli, Z. (2005). La importancia de la vida cotidiana en los estudios antropológicos. *Revista LIDER: Revista Labor Interdisciplinaria de Desarrollo Regional*, (14), 121+. <https://link.gale.com/apps/doc/A156553938/IFME?u=anon~34bdf8fb&sid=googleScholar&xid=d7928df0>
- Lawrence, L. (2008). La concientización de Paulo Freire. *Rhec N°11*, 51-72.
- Leal, A. (13 de octubre de 2020). Teatro a mil. Obtenido de <https://www.fundacionteatroamil.cl>:

<https://www.fundacionteatroamil.cl/articulos/la-participacion-cultural-de-las-personas-mayores/>

Lugones, M. (2001). El climaterio y el síndrome del nido vacío en el contexto sociocultural. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 17(2), 206-208. Recuperado en 10 de febrero de 2023, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252001000200017&lng=es&tlng=es.

Merchán E., y Cifuentes, R. (2014). Teorías psicosociales del envejecimiento. *Escuela Universitaria de Enfermería. Universidad Autónoma de Madrid*.

Medina, L. (2019). Factores de riesgo y protección del suicidio en adultos mayores. *Psicología y salud*. Vol 29, 187-194.

Mendez, I. (2007). *Metodologías y técnicas de investigación aplicadas a la comunicación*. Maracaibo: Trillas.

Ministerio de Desarrollo Social . (2017). *Observatorio de ministerio social*. Obtenido de observatorio.ministeriodesarrollosocial.gob.cl: http://observatorio.ministeriodesarrollosocial.gob.cl/storage/docs/casen/2017/Resultados_nna_casen_2017.pdf

Morales, M. (2001). Los adultos mayores chilenos en el siglo XXI: un enfoque politológico. *Acta Bioethica*, 7(1), 71-95. <https://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2001000100006>

Navarro, Y., López, M., Climent J., y Gómez, J. (2019) Sobrecarga, empatía y resiliencia en cuidadores de personas. *Gaceta Sanitaria* 33, 268-271, 2019.

Odone, M. (2013) Antecedentes Teóricos del Envejecimiento Activo. <https://apuntesdedemografia.com/2013/07/31/antecedentes-teoricos-del-envejecimiento-activo/>

Olavarría, M., Navarrete, B., y Figueroa, V. (2011). ¿Cómo se formula la política pública en Chile? Evidencia desde un estudio de caso. *Política y gobierno*, 109-154.

Olmedilla, A., Ortega, E., y Madrid G, J. (2008). Variables sociodemográficas, ejercicio físico, ansiedad y depresión en mujeres: un estudio correlacional. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte / International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 8(31),224-243. [fecha de Consulta 22 de febrero de 2023]. ISSN: 1577-0354. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=54222988003>

OMS. (4 de octubre de 2021). <https://www.who.int>. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Osvaldo, D. (2019). Una tipología de precaridad laboral para Chile: la precaridad como fenomeno transclasista w. *Revista de la CEPAL N 129*, 99-137.

Palma-García, M., y Hombrados-Mendieta, I. (2013). Trabajo Social y resiliencia: revisión de elementos convergentes. *Portularia*, XIII (2),89-98. [fecha de Consulta

23 de febrero de 2023]. ISSN: 1578-0236. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=161028683009>

Parra, N., Valencia, K., y Castro, Á. (2012). Proceso de envejecimiento, ejercicio y fisioterapia. *Revista cubana de salud pública* 2012; 38, 562- 580.

Pastor Morillo, L., Flores Pérez, Y., Aguilar Pichón, F., Cruzado Saucedo, L., & Juárez Avalos, M. (2022). La sombra del asistencialismo en la intervención profesional del trabajador social. *Universidad Y Sociedad*, 14(S6), 224-230. Recuperado a partir de <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/3452>

Pérez, I. (2010). Fenomenología de la experiencia de vida cotidiana organizacional. Construcción de proyectos de vida y claves de integración social. VI Jornadas de Sociología de la UNLP. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Sociología, La Plata.

Prado, A., y Sojo, A. (2010). *Sistema de pensiones y protección integral*. Santiago: CEPAL.

Quezada, D. (2018). Trabajo social y envejecimiento en Chile: una revisión a los lineamientos, metodologías y políticas públicas. *Cuaderno de Trabajo Social* 11, 31-53.

RAE (Real Academia Española) (2023). <https://www.rae.es>

Ramos, A., Sánchez, L., Somonte, R., Cabrera, A., Henríquez, P., y Lorenzo, O. (2014). Population aging: a look from the public policies and programs from Latin

- America, Europe and Asia. *Revista Novedades en Población*, 10(19), 18-29. Recuperado en 23 de septiembre de 2021, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-40782014000100002&lng=es&tlng=en.
- Ramos, A., Yordi, M., y Miranda, M. (2016). El envejecimiento activo: importancia de su promoción para sociedades envejecidas. *Revista Archivo Médico de Camagüey*, 20(3), 330-337.
- Restrepo, O. (2003). *Reconfigurando el Trabajo Social*. Buenos Aires: Espacio.
- Reyes, I., y Castillo, J. (2011). A healthy and active human aging process, a challenge for elderly, family and society. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 30(3), 454-459. Recuperado en 14 de julio de 2022, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002011000300006&lng=es&tlng=en.
- Riveros, C., Contreras, C., y Palomo, R. (2018). Mediación y personas mayores en Chile. *Revista de la Facultad de Derecho*, (45), 292-317. <https://doi.org/10.22187/rfd2018n45a7>
- Robledo, L. (2016). Los paralogismos de la vejez. *Revista Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 4(1), 125-140. Recuperado en 12 de julio de 2022, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-01322016000100009&lng=es&tlng=es.

Rodríguez, M. (2009). La soledad en el anciano. *Gerokomos*, 20(4), 159-166.

Recuperado en 15 de julio de 2022, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2009000400003&lng=es&tlng=es.

Romero, D. (2007). Actividades de la vida diaria. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 23(2), 264–271. Recuperado a partir de

<https://revistas.um.es/analesps/article/view/22291>

Sánchez, F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y

cuantitativa: consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencias Universitaria*, 13(1), 102-

122. <https://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644>

SENAMA. (2010). <https://www.senama.gob>. Obtenido de <https://www.senama.gob.cl>:

<https://www.senama.gob.cl/servicio-nacional-del-adulto-mayor#:~:text=La%20Ley%20N%2019.828%20que,las%20personas%20mayores%20del%20país>.

SENAMA. (2020). *desarrollosocialyfamilia.gob*. Obtenido de

<https://www.desarrollosocialyfamilia.gob.cl>:

<https://www.desarrollosocialyfamilia.gob.cl/programas-sociales/adultos-mayores>

SENAMA. (2021 de enero de 2021). <http://www.senama.gob.cl>. Obtenido de

<http://www.senama.gob.cl/protocolos-covid-19>:

<http://www.senama.gob.cl/protocolos-covid-19>

- Torrealba, M., y Bastidas, F, (2014). definición y desarrollo del concepto "proceso de invisibilizarían" para el análisis social. Una aplicación preliminar a algunos casos de la sociedad venezolana. *Espacio Abierto*, 23(3),515-533. [fecha de Consulta 28 de junio de 2022]. ISSN: 1315-0006. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=12232258007>
- Trejo, C. (2001). El viejo en la historia. *Acta Bioethica*, 7(1), 107-119. <https://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2001000100008>
- Truffino, J. (2010). Resiliencia: una aproximación al concepto. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental - Journal of Psychiatry and Mental Health*, 145-151.
- Vera, P. (1997). Envejecimiento Demográfico en América Latina. El caso de México. *Papeles de geografía N-25*, 177-189.
- Villar Posada, F., Celdrán, M., Serrat, R., y Cannella, V. (2018). Abordando la diversidad en el envejecimiento activo: Una propuesta de clasificación / Addressing diversity in active ageing: A new classification's proposal. *Aula Abierta*, 47(1), 55–62. <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.55-62>
- Villalobos, J., (2000). Educación y concientización: legados del pensamiento y acción de Paulo Freire. *Educere*, 4(10), 17-24.
- Villalobos, P. (2017). Envejecimiento y cuidados a largo plazo en Chile: desafíos en el contexto de la OCDE. *Rev Panam Salud Publica* 41, 1-10.

ANEXOS

Preguntas para la entrevista

Preguntas

Lo Cotidiano y las actividades

1. ¿Qué actividades hace en su rutina diaria? ¿Cambia de actividad cada cierto tiempo? ¿Si es así por qué lo hace?
- 2.- De las actividades cotidianas, con cuáles cree usted que se siente bien y ¿Por qué?
- 3.- ¿Qué actividades sociales realiza o cuáles le gustaría realizar y por qué?
- 4.- ¿Qué actividades culturales le gustaría que ofrecieran los programas de gobierno para las personas mayores?
- 5.- ¿Qué actividades autónomas usted realiza o cuáles le gustaría realizar? ¿Por qué?

Actividades y bienestar

- 6.- ¿Cómo ha superado usted los problemas que la vida le ha presentado?
- 7.- ¿Qué actividades cree usted que benefician su sensación de bienestar?
8. ¿Qué actividades de la comunidad lo motivan y por qué?

Contexto social y político

- 9.- ¿Qué acciones de trabajo comunitario le gustaría que la Municipalidad ofreciera a las personas mayores?
- 10- ¿Qué programas de gobierno conoce orientados a las personas mayores?

Pensamiento sobre envejecer

11. ¿Qué piensa de envejecer? ¿Cómo definiría lo que se siente en este proceso?

12. ¿Cómo cree que se ha concebido la vejez en los últimos años? ¿Cree que ha cambiado en algo positivo sobre las percepciones sociales del envejecimiento? ¿Por qué lo cree?

La familia y su rol en su proceso de envejecer

13 ¿Qué rol ha jugado su familia en esta etapa de su vida?

14. ¿Cuál cree que es el elemento más significativo de su espacio cotidiano en familia?

15. ¿Ha experimentado alguna emoción similar a soledad en esta etapa de su vida? ¿Qué emoción? ¿Le ha afectado?

Derechos de las personas mayores y el rol social

16. ¿Qué derechos cree que son fundamentales en las personas mayores de edad?

17. ¿Qué cree que es importante para garantizar un buen envejecer pleno y satisfactorio?

18. ¿Cree que es importante el rol social, la convivencia en comunidad como parte fundamental para garantizar un buen envejecimiento? ¿Por qué?

Entrevistas Transcritas

Entrevista Señora C. 8/12/21

Entrevistador: ¿Qué actividades hace en su rutina diaria? ¿Cambia de actividad cada cierto tiempo? ¿Si es así por qué lo hace?

Señora C: Todo lo que hay que hacer en una casa, barrer... qué sé yo, cocinar.

Entrevistador: Actividades domésticas en general.

Señora C: Sí, regar mis plantitas es lo que más me entretiene.

Entrevistador: Esa es como la actividad que le gusta más realizar.

Señora C: Sí, ahora te cuento que el jueves, es cuando voy a la feria, y luego vuelvo a hacer el almuerzo, y después de reposar un rato, me voy a la Casa de la Cultura, donde hago danza árabe. Y el sábado tenemos una presentación.

Entrevistador: Y se siente a gusto con esta actividad o pasatiempo.

Señora C: Sí, llevo quince años yendo a la Casa de la Cultura, antes iba a un gimnasio, pero con temas de la pandemia, lo clausuraron, ahora que van a estar de vacaciones las actividades de la Casa de la Cultura, saldré a caminar, uno algo tiene que hacer, no se puede quedar uno en la casa encerrada, entonces creo que saldría en la mañana por el calor, a caminar tipo nueve a diez y luego llegaría hacer las cosas de la casa.

Entrevistador: ¿Cambia de actividad frecuentemente o es más de tener una rutina?

Señora C: No fíjate, yo soy rutinaria, siempre me gusta lo mismo y no me gusta que me cambien, me gusta tener mis cosas bien planificadas.

Entrevistador: ¿Y las actividades que realiza en la Casa de la Cultura se encuentran enfocada en personas mayores o son para un público abierto en lo etario?

Señora C: No, son para viejos, de hecho, yo soy la vieja del grupo, y yo estoy muy metida en estas actividades, porque uno tiene que hacer algo, mira a mí las actividades no me faltan.

Entrevistador: ¿Le gusta la sensación de estar haciendo alguna actividad o alguna tarea?

Señora C: Sí, sí, me gusta la sensación de estar haciendo algo y no quedarme sin hacer nada, aunque sea encerar el piso, por último.

Entrevistador: ¿Qué derechos cree que son fundamentales en las personas mayores de edad?

Señora C: El derecho a la salud.

Entrevistador: Una salud digna es como lo relevante para usted.

Señora C: Sí, lo más importante, no debería hacer si, pero a veces que yo me atiendo en el Policlínico cuando me toca control, siempre no hay hora, que la máquina está mala y la obligan a uno a buscar un médico particular y uno tiene que sacar platita extra del bolsillo y eso no es algo que, sobre mucho, los pesitos están escasos y eso dijo que a los viejos poca "bola " le dan, como yo soy diabética a veces me dan mejor prioridad, pero a veces hay que mover cielo y tierra para que te atiendan.

Entrevistador: ¿Qué rol ha jugado su familia en el proceso de envejecer?

Señora C: Bueno yo más que nada tengo relación con mi hija, además que ella cuida a mi mamá que tiene 97 años, que está dando la hora, que tiene su cabecita mala y hace rabiar harto a la Ivon, pero no queremos internarla, porque los viejitos se mueren luego cuando los cambias de ambiente, bueno eso más que nada,

con mis hermanos también tengo buena relación, uno es menor que yo y se encuentra en una casa de reposo, pero convivo al final más con mi hija y con ella me hago compañía.

Entrevistado: ¿Y usted se ha sentido sola, o ha experimentado la soledad? Entendiendo que muchas personas mayores experimentan aquella.

Señora C: Fíjate tú, que a mí me gusta estar sola, me gusta la soledad, me da tiempo para mí, cuando estoy sola puedo hacer cosas, tengo tiempo para mí misma.

Entrevistado: ¿Qué piensa de los programas del gobierno orientados a personas mayores? Y en el caso hipotético que incorporaría o qué elementos le daría importancia en torno a las personas mayores.

Señora C: Pensiones dignas, para que tengamos unos pesitos más, que con lo que hay, nos alcance para vivir, imagínate que una amiga recibe 120 de pensión y paga 100 de arriendo, y le sobran 20 para comer, si es que eso, sería importante tener unas pensiones que nos den una vida un poco más bonita, y que nos alcance para darnos gustitos de vez en cuando, pero tampoco hay que quejarse tanto, hay que estar agradecido de lo que uno tiene, lo que siempre dijo estando bien de salud, todo está bien.

Entrevistado: ¿Y cuál es su principal filosofía para afrontar los problemas?

Señora C: Siendo optimista, a veces uno se hecha a morir por cosas, pero yo cuando me voy a acostar y me pongo reflexiva y digo si no era para tanto, pero eso trato de vivir el día a día y tener siempre una sonrisa ante el mal tiempo.

Entrevistado: Bueno agradecerle su tiempo y contarle un poco que esta investigación tiene el sentido de trabajar con el envejecimiento activo, que es una nueva forma de percibir el envejecer de una forma mucho más optimista, basada en incorporar a la persona mayor como un actor social activo, que sea proactivo,

que tenga las facultades y herramientas para auto realizarse, por eso le hice preguntas sobre su rutina en general, para conocer qué actividades la hacen sentirse realizada, conocer sus percepciones sobre lo que es envejecer...y eso en general, le agradezco su tiempo.

Señora C: No hay porque, un gusto conversar contigo.

Entrevista Señora L 5/12/ 2021

Entrevistador: La primera pregunta que me gustaría hacerle, ¿Qué actividades hace en su rutina diaria?

Señora L: ¿La rutina diaria doméstica?

Entrevistador: Sí, qué hace en su día a día.

Señora L: Mire después de tomar desayuno y todo, lo primero que realizo es meditar, pensar lo que voy a realizar en el día o agradecer lo que tengo, luego de ello veo si tengo que hacer compras, después si tengo un paciente, porque hago reiki, me ocupo en ello, reviso si tengo todos los implementos necesarios para mi terapia, luego lavo la ropa y en general actividades de dueña de casa, y si después de almuerzo no tengo algún paciente me dedico por completo a mis trabajos de artesanía, y mientras estoy trabajando, por lo general, estoy escuchando algún libro o alguna situación que sea de interés y después tomo once, y luego hago ejercicio, hago 40 minutos de bicicleta y bueno después se acaba el día, si queda tiempo veo una película, o algo entretenido antes de dormir.

Entrevistador: ¿Y cambia de rutina cada cierto tiempo o tiene una rutina muy rígida?

Señora L: No tengo una rutina, depende de lo que tenga que hacer en el día, no llevo una rutina, ni siquiera de despertar, porque a veces despierto temprano, otras veces más tarde, no tengo rutina en realidad.

Entrevistador: ¿De las actividades de su día a día con cuál se siente mejor consigo misma?

Señora L: A mí me gustan mis manualidades, pero a mí me gusta mucho mi vida, como está, como funciona, como camina, como se desenvuelve, dentro de eso, me satisface lo que hago, aunque sea muy doméstico, como limpiar el baño, como hacer la comida, me gusta que esté limpio, que esté lista la comida, en realidad no tengo una máxima de lo que realizo, me gusta todo lo que hago.

Entrevistador: ¿Qué actividades sociales realiza?

Señora L: Con la pandemia nos pusimos menos sociables, en este tiempo he estado abocada más en mis cosas, no sociabilizo mucho, antiguamente participaba en hartas cosas, pero ahora, sobre todo este año, he estado en mis cosas, en mi mundo y aprovechando esta quietud, en mi espacio, me ha hecho bien, estar solo, contigo mismo, no es que sea antisocial, solo que se han dado las circunstancias para acostumbrarse a estar sola, me ha gustado estar bien conmigo misma, me gusta estar sola, no me complica.

Entrevistador: El gobierno tiene programas culturales o programas enfocados en adulto mayor, si se dieran las condiciones, ¿Le gustaría participar en alguno?

Señora L: Mira no sé si son programas de gobierno en rigor, pero he participado en programas de barrio, algunos bien entretenidos, pero cuando llegué, porque antes vivía en La Serena, antes participaba allá en Casa de la Cultura, en eventos, pero aquí en Santiago, no he participado en ninguna actividad del estilo, del gobierno para la tercera edad, una porque estábamos en pandemia y dos porque la Municipalidad está muy lejos, y la verdad es que tampoco me llaman la atención, por decirlo de algún modo no los encuentro interesante, no es que

los menosprecie, sino que no me hacen sentido para mí misma y lo que yo en lo personal busco, encuentro que podría ser otros programas más preparados, pensados en el adulto mayor, no en este viejito que ya no tiene nada que hacer con la vida, es el enfoque el que no encuentro el acertado.

Entrevistador: Entonces es el enfoque el que usted no encuentra como el adecuado.

Señora L: Sí, como te digo, no me gusta que se concentren tanto en este abuelito que ya está resignado con su día a día y solo está esperando a que lo vengán a buscar, porque ya está encargado, para mí ya eso es un menosprecio, es de alguna forma discriminar al viejito.

Entrevistador: Sí, es que al final están basados en su mayoría en el adulto mayor dependiente los programas impartidos por el gobierno, en el adulto mayor que no se vale por sí mismo, tampoco le dan la posibilidad de auto valerse.

Señora L: Es que no es así, porque mientras más te haces indefenso, más tú te hace frágil y la independencia para mí es algo que debes mantener hasta el día de tu muerte, por lo menos yo peleo por eso.

Entrevistador: Usted que hace terapia de reiki, ¿Cómo ha visto a las personas mayores que han asistido a usted? Lo has visto con esos prejuicios a la vejez en ellos, dependientes, frágiles, o los ve autovalentes y capaces.

Señora L: A ver, he tenido personas que son autosuficientes, pero también he tenido personas confundidas, estresados, sin saber que buscar a esta altura, algunos más cansados, muy apegados en su enfermedades, a sus condiciones, que se quedan en su casa, sin hacer nada, con exceso de tiempo libre, que eso en mi experiencia, va fomentando enfermedad, una tristeza, van pensando cosas como que la familia no los va a ver, no ocupan su tiempo en leer o realizar otras actividades, por eso hablándote de nuevo como conversamos de los programas de gobierno siento que eso les falta, esa psicología para acercarse a ese adulto,

que piensa que ahora solo debe cumplir su etapa y ya va partir, a ese tipo de tercera edad creo que deben llegar los gobiernos, porque hay que sacarlos de ahí, porque tienen mucho que dar, tienen mucha experiencia y eso hay que aprovecharlo.

Entrevistador: Estoy de acuerdo, es que eso ha sido el problema de que no se ha sido capaz de atraer a esa población adulto mayor y de algún modo decirle que aún son necesarios, que aún pueden hacer cosas, que no deben quedarse esperando sin hacer nada.

Señora L: Por eso te dije, me gustaría que hicieran este sentido, este rescate y no se siguiera promoviendo este adulto mayor perdido en el limbo, por ejemplo, hay programas enfocados en que las personas mayores bailen, pero no todos pueden bailar, no todos pueden estar de pie todo el rato, pero eso no significa que puedan hacer otra cosa, por eso, no siento que sean los mejores programas para llegar a los viejos.

Entrevistador: Y respecto a la vida en general, ¿Cómo aborda usted los problemas en general? ¿Qué filosofía tiene? No sé con qué mentalidad aborda problemas económicos, problemas sociales.

Señora L: Mira la verdad con el tiempo he ido creciendo en otro sentido, más emocional, los problemas no... no hay como un problema como tal para mí, para mí son situaciones, si hay un problema doméstico, para mí es una situación doméstica y vemos como lo resolvemos, en cortito, no alargarlo eternamente, o sea el problema se resuelve ya, si es un problema social, en el cual yo no puedo solucionar, no tengo el conocimiento, la sabiduría, para resolverlo, no me pertenece, doy un paso al costado, si estoy limitada y no tengo la capacidad de resolverlo.

Entrevistador: Dar un paso al costado, le permite de algún modo no martirizarse y quedarse en esa situación ¿Verdad?

Señora L: Sí, no hay que ser majadero con los problemas ¿Me entiende? Entonces uno si tiene la capacidad, si puedo resolverlo, o sino si no tengo la capacidad, lo suelto y ya está, pero para mí problemas reales no hay, son acontecimientos, porque el problema es algo negativo, en cambio un acontecimiento es algo que sucede, que es de la vida cotidiana, por ejemplo, que se corte la luz, que se te quiebre un vaso, son cosas que suceden y ya.

Entrevistador: ¿Qué actividades cotidianas, retomando este punto, siente usted que le ayudan a su bienestar propio? Por ejemplo, usted hablaba de que le gusta leer, hacer manualidades.

Señora L: Yo siento que sí, leer, además que lo encuentro entretenido, ahora que tengo internet, puedo aprovechar de escuchar el libro, mientras estoy haciendo mi manualidad, eso me produce bienestar, me produce estar muy bien, estar en mi espacio mientras trabajo escuchando un libro, me permite dedicarme mucho más.

Entrevistador: Mire ya hablamos de programas de gobierno, pero me gustaría ahora enfocarlo más a la Junta de Vecinos ¿Qué actividades le gustaría que se dieran en las Juntas de Vecinos para las personas mayores?

Señora L: Mira más actividades las Juntas de Vecinos deberían darse la pega de conocer a sus vecinos, por ejemplo, yo veo la Junta de Vecinos de aquí y veo que no los conoce y ahí está el problema, hay otras que son más cercanas, pero esta no, entonces las Juntas de Vecinos deberían conocer a su tercera edad, en qué condiciones están, si son autovalentes, si están enfermas, en qué condiciones psicológicas se encuentran, porque uno no puede meter a toda la tercera edad en un globo, es imposible, porque algunos son autovalentes, otros tienen condiciones deterioradas en su mente, otros no, entre otros, entonces después de conocer a los vecinos se pueden hacer actividades, pero eso no meterlos a todos en su saco.

Entrevistador: En un ámbito más general ¿Qué piensa usted de envejecer?

Señora L: Es lo que debemos hacer, en lo personal, porque es un cambio, es un proceso, porque ya no tienes responsabilidades de otras etapas, no tienes que llevar a los hijos al colegio, no tienes que criarlos, porque ya volaron del nido, ahora tienes tiempo para ti, para mí la tercera edad es una etapa muy hermosa, porque uno es más sabio, ha aprendido muchas más cosas, porque ya pasaste muchas cosas, pero ya estás ahí y estás bien.

Entrevistador: Y bajo su percepción como creen que han concebido los otros grupos sociales por ejemplo los jóvenes a la tercera edad... ¿Ha notado un cambio en la mirada?

Señora L: Mira he visto un cambio, he visto un mejor trato a la tercera edad, pero no es el cambio que quisiera, quizás hay mejor trato, pero aún nos falta y eso es un tema de educación, son los hogares que deben educar para que la tercera edad sea digna, porque la experiencia, el trabajo que ha hecho ese ser humano debe ser bienvenido y respetado, son valiosos, y creo que aún le falta a determinados jóvenes aún les falta, aunque esta generación, es más respetuosa aunque se le ve más aislada, muy en solitaria en su mundo, pero es bueno que sea más respetuosa, por lo menos si no te quiere, te ignora, no te maltrata, si no les importa, no te pesca, ya no se ve mucho eso, de maltrato al viejo de los jóvenes...yo creo que igual es que ahora la tercera edad igual se ve más firme que antes, no es tan débil como en las generaciones anteriores, es un poquito más fuerte, lo veo, toda mi gente que me rodea, es gente independiente, que defiende su dignidad como persona y eso ha hecho que los jóvenes lo observen de otra manera.

Entrevistador: Como me ha comentado, a usted le gusta este espacio de estar para sí misma, ¿Pero ha experimentado en alguna instancia de su vida sentimientos como soledad o abandono?

Señora L: Una cosa es estar solo y otra sentir desolación, cuando uno está deprimido y está solo, y muchas veces lo he pasado, eso de estar con millones de personas y sentirse solo, ahora que hago estudio personal, llegué a entender que uno nunca está solo en realidad.

Entrevistador: Para ir terminando encuentra que es importante incorporar el trabajo comunitario, el rol social al trabajo con las personas mayores, como mencionó el rol educativo, por ejemplo, hacer comité educativo, charlas donde expliquen la importancia de las personas mayores.

Señora L: Yo creo que sí, pero el problema es el contexto, tenemos que tomar como te dije eso de no meternos a todos en el mismo saco, buscar la diferencia en la tercera edad, no quedarnos en tomar el tucito, salir de paseo, eso encuentro en lo personal que es denigrante, mira tomando de nuevo lo de la Junta de Vecinos, porque no le preguntan a las personas mayores que han vivido todo el tiempo en ese espacio, que tiene experiencia, incorporarlos a tomar decisiones a pensar que es lo mejor para el barrio, porque nadie conoce mejor su casa, que el que vive en ella al final, incluso incorporarlos en los programas más macro del gobierno porque al final tenemos la experiencia, hemos vivido y hemos aprendido.

Entrevistador: Y desde mi profesión, ¿Ha visto algún alcance de cómo trabajan con las personas mayores?

Señora L: No, en ese sentido no, solo he visto cuando uno va a hacer a la Municipalidad hacer un trámite y nada más.

Entrevistador: Le cuento esto, porque es el sentido de este estudio, porque explicándole un poco lo que se busca con este estudio es conocer a la persona mayor en su espacio cotidiano, desde la disciplina para incorporar una perspectiva llamada envejecimiento activo, que en resumen busca emancipar a esa persona mayor, hacerla partícipe en los distintos espacios y alcances en los

que se trabaje con ellos, que sean partícipes, activos, que promuevan su propia dignidad... ¿Esto de algún modo le hace sentido a usted?

Señora L: Claro, creo que es importante, trabajar con las personas mayores siendo ellos los protagonistas del cuento, al final nadie los conoce mejor que ellos mismos.

Entrevistador: Así es, bueno agradecerle su tiempo y espacio para conversar, y darle gracias por abrirse a contar su vida y su día a día.

Señora L: No, gracias a ti por la oportunidad-

Entrevista Señor M 6/12/21

Entrevistador: ¿Qué actividades hace en su rutina diaria?

Señor M: Actualmente soy el portero de la Municipalidad, y siempre llega la gente de la tercera edad a preguntar cosas, a pedir información, en lo que yo más me manejo es asesorar gente en materia jurídica, que siempre llegan personas a pedir la posición efectiva o problemas de herencia, si tiene derecho o no, si el que vive en la casa tiene derecho a arriendo, y así todo en lo que yo pueda responder o colaborar.

Entrevistador: Y en su casa qué actividades realiza.

Señor M: Nada en realidad, se murió toda la gente y quedé solo, mi única compañía es el gato que tengo, aunque suene raro se ha convertido en mi familia, aunque no puedo creerlo, pero siempre que llego del trabajo el gato me está esperando, se ha convertido en mi compañía, mira recuerdo que una vez un profesor de familia me preguntó, me dijo si usted aprueba esto, aprueba el examen, las mascotas son parte de la familia o son cosas, yo le respondí son cosas, y me dijo fuera que ahora son considerados parte de la familia, es que como la gente va envejeciendo y hay personas que no quieren tener hijos, fueron

adoptando a animales como sus hijos, o lo mismo quedas solo porque los hijos tarde o temprano se van del hogar, siempre dicen que son prestados, y tarde o temprano se van, y entonces por eso los animales son una buena compañía.

Entrevistador: ¿Y de las actividades que realiza en su rutina diaria, hay alguna que le otorgue más bienestar o se sienta mejor realizándola?

Señor M: Lo que me gusta al final es el derecho, yo me preparo, busco información en internet, leo filósofos, a Platón, a Sócrates, La República, entonces siempre voy respondiendo cosas diferentes, porque la filosofía me da un campo, por eso en la Municipalidad, porque al final el portero siempre lo único que hace es vaya para acá, vaya para allá, y no tiene mayor preocupación, entonces llega una señora diciendo quiero poner una demanda aquí, entonces yo le dije a la señora, hay dos tipos de personas que van a un juicio, el bocón, y el que demanda, y Platón dice que tiene miedo al que demanda legalmente, porque se prepara y sabe dónde dice eso en el diálogo de Platón, cuando están condenando a Sócrates, claro, pero la gente no entiende esas analogías, porque se ha perdido mucho lo que es leer.

Entrevistador: ¿Y la lectura para usted lo hace mantenerse activo?

Señor M: Me hace tener mi mente estable, me siento bien leyendo, aprendiendo, informándome, me da como capacidad de ver distintas situaciones con otros puntos de vista, me da capacidad de reflexionar, que creo que a mi edad es importante, detenerse y pensar, pensar e interiorizar, y luego usar toda esa experiencia que has aprendido, en apoyar a otros, en lo que a ti te haga sentido.

Entrevistador: ¿Y piensa que ha cambiado la mirada de los jóvenes a las personas mayores?

Señor M: La juventud de ahora no mira como antes al viejo, porque el viejo ahora está compitiendo y eso no le gusta al joven, el viejo ya no es el que se quedaba en su casa y ahí no más, ahora el viejo no se deja pasar a llevar, es un viejo que

sabe que tiene que defenderse y el cabro no quiere competir, pero al final esta sociedad nos hace competir entre nosotros y es inevitable, entonces en lo personal siento que ahora hay una nueva brecha, quizás hay más respeto y todo, pero se está formando como una separación entre el viejo y el cabro, no conviven juntos, al menos esa es mi impresión, el cabro además está preocupado de otras cosas, entonces eso hace que los intereses sean dispares y se siga viendo esta separación.

Entrevistador: Y respecto a avances tecnológicos, ¿Cree que es complicado para las personas mayores adaptarse a las nuevas tecnologías?

Señor M: El mayor tiene un problema, porque yo también lo tengo, el computador es un problema, pero es un problema porque el estado y la sociedad en general no se preocupan y nosotros menos somos abiertos a aprender, mira te hablaré del yo, el yo no pensaba que iba llegar a los 50 y no tenía problemas, cuando llegué a los 60 tampoco tenía problemas, pero cuando llegué a los 65, empecé a presentar ciertas dificultades, pero mira fíjate que en esta sociedad rara que hemos vivido hay contradicciones, por ejemplo, en la Municipalidad, llegan niños que se manejan al revés y el derecho con el celular, pero les he escuchado y no saben leer, entonces digo cómo llegamos a esto, entonces siento de verdad que hay una gran contradicción, que no sabría explicarte.

Entrevistador: Y en su opinión, aunque sea muy idílica, ¿Qué cree que se podría realizar para solucionar esta brecha?

Señor M: Bueno primero, para mí es que el viejo se abra, que no se quede como un cascarrabias que no quiere aprender lo nuevo y segundo el estado, debe poner más interés, en acercar al viejo a la tecnología, si al final, tenemos que adecuarnos, si no evolucionamos con el mundo, no vamos a poder hacer nada, si no nos toman en cuenta ahora, imagínate cuando el mundo avance 50 años, tenemos que abrírnos a cambiar, y a experimentar estas cosas nuevas, dejar la

excusas como soy de otra generación, ya somos de otra era, pero eso no nos impide aprender de una nueva etapa de la vida.

Entrevistador: Y hablando un poco de lo que es la soledad... usted ha observado mucho en las personas de su edad esta sensación de sentirse desolado, abandonado.

Señor M: Mira en lo personal no lo he vivido, pero lo he observado, lo típico que abuelitos yendo solo al Consultorio, o en la misma Municipalidad, van solo a hacer trámites y uno pregunta y su familia, no es que no se preocupan de mí, entonces el viejo que he visto está solo por distintos motivos, y eso no puede ser tan así, el viejo necesita compañía, eso le ayuda a estar bien con el mismo.

Entrevistador: ¿Usted ve relevante el trabajo comunitario con las personas mayores?

Señor M: Totalmente, si somos una parte fundamental de la comunidad y además cada vez somos más, si la sociedad envejece a un ritmo que no nos damos ni cuenta y creo que es importante, mira el ser humano como dice en toda la filosofía griega, es gregario, debe vivir en comunidad, no puede estar aislado, es relevante que las personas mayores, convivan en espacios de participación, que se sienten bien estando con otros, pero que no sean solo actividades recreativas y ya, sino que sean de educación, de cuidado, y que no vean al viejo como alguien que deban normar y listo, no... preguntarle ideas, si al final quien es mejor para saber que queremos que nosotros mismos y lo político, porque yo creo en la política, porque le hacen hacer actividades que levante la manito aquí que haga esto y al final el abuelito llega cansado a la casa, pero siento que eso no es lo que realmente quieren todas las personas, entonces darle la oportunidad de pensar, de reflexionar y de discutir y de debatir, que somos valiosos después de todo.

Entrevistador: ¿Qué derechos crees que son fundamentales en las personas mayores?

Señor M: Primero que todo es el derecho político, porque eso te hace hablar, el derecho político te da la capacidad de opinar, con eso se puede discutir, debatir y criticar, pero el problema es que nosotros las personas mayores, como están las cosas no tenemos derechos políticos, estamos muy limitados, nosotros transamos el aspecto participativo del derecho político y los que nos representan no son los mejores, entonces transamos muchos derechos participativos y siento que eso de algún modo sigue promoviendo que el adulto mayor no sea incluido como deber ser en lo social, por ejemplo, la Junta de Vecinos de aquí, está totalmente desconectada de las personas mayores que son sus vecinos, entonces eso nos genera inseguridad y lo mismo con los niños se ponen inseguros porque los padres, los abuelos no le pueden garantizar seguridad, y entonces normal que se pongan rebeldes, al final estado te da lo que cree que da, pero no se da cuenta que eso no es suficiente, así que a mí parecer transamos muchos derechos sociales en los últimos 30 años, ni mencionar en la dictadura, que perdimos todo y cada vez menos la gente se siente representada por las organizaciones sociales, por los partidos políticos, porque se han desconectado de la realidad de las personas, solo ven el mundo desde su espacio, de su parcela y eso nos pasó por haber renunciado a participar.

Entrevistador: Y en el hipotético caso de haberse aprobado la nueva Constitución, siente usted que habría un cambio real en materia de participación ciudadana e incluir a la persona mayor.

Señor M: Mira en realidad la Constitución fue una bolsa de gatos, porque yo por ejemplo participe cuando se formuló la Constitución brasileña, por eso yo notaba que aquí cada uno iba para su lado, pero eso paso porque nunca participamos en una Constitución, no teníamos el marco, la experiencia, empezamos a hablar y nos pusimos retóricos, a la defensiva con nuestra postura, por ejemplo participé en ciertas instancias, y recuerdo que comenté algo y me dijeron que estaban realizando la parte orgánica, que no podía opinar de otra cláusula aún, entonces

eso de separar por partes, de no ver a la Constitución como un todo, nos pasó factura y todo este proceso sigue en incertidumbre, no se sabe cómo va terminar.

Entrevistador: ¿Cómo ha vivenciado usted la pandemia?

Señor M: Eso fue complicado, porque me tocó ir a buscar gente, y cuando me di cuenta gente cercana de mi círculo, o estaba muerta, o estaba hospitalizada, fue muy complejo, pero siento que la pandemia nacimos de nuevo, quizás aún no se nota, pero siento que van a venir cambios en cómo nos vamos relacionando, como vamos cambiando, por ejemplo, en el siglo 20 cuando ocurrió la pandemia la gente trabajaba sin descanso, la pandemia, ayudó a que cambiara el estilo de vida, en cambio aquí siento que es contrario, con todo este paso de pandemia, siento que ha nacido una persona escéptica, negativa, que no cree a nadie ni a sí mismo, una persona agresiva, que hace desprecio, siento que la pandemia nos hizo perder el valor.

Entrevistador: Bueno eso es en general, agradecerle su tiempo y contarle un poco porque le realicé estas preguntas, que van en el sentido de conocer a la persona mayor en su espacio cotidiano, conocer sus actividades, conocer su espacio, sus preocupaciones, porque el fin último que tiene esta tesis es reflexionar como incluir la perspectiva del envejecer activo, que es una nueva mirada de como ver a la persona mayor, no al abuelito dependiente, sino a un abuelito partícipe, capaz de opinar, capaz de auto valerse, por eso agradezco que se haya sincerado conmigo y participado en esta instancia.

Señor M: No, gracias a ti siempre me gusta conversar esta cosa con gente joven para ver dónde va la micro y entender en que vereda está la juventud que están cambiando últimamente.

Entrevista Señora LI 7/12/2022

Entrevistador: ¿Qué actividades hace en su rutina diaria?

Señora LI: Actividades de dueña de casa y eso implica regar, barrer, después descansar un ratito, porque mi salud ya no es la de antes, ir al médico es frecuente a mi edad.

Entrevistador: ¿Cambia de rutina cada cierto tiempo o lleva una vida más rutinaria?

Señora LI: Mi vida es más rutinaria, porque estoy limitada por mi aspecto de salud porque uso marcapaso, entonces tengo que medirme en las cosas que hago, pero de todas formas tengo que hacer actividad, mantenerme activa, y sentirme bien haciéndolo, como dijo siempre, tengo altos y bajos, también me gusta tejer, conversar con mis amigas.

Entrevistador: Y de estas actividades que realiza en el día a día, ¿Con cuál se siente más realizada?

Señora LI: A mí me fascina hacer el aseo, me gusta tener ordenado, que esté limpiecito, hacerlo con mucho amor, y bueno cocinar también le he adquirido gusto con el tiempo, pero hacer el aseo y ver que todo se vea impecable me hace feliz.

Entrevistador: ¿Realiza alguna actividad social? Por ejemplo, participa en la Junta de Vecinos o en la Municipalidad.

Señora LI: No, por el momento no.

Entrevistador: ¿Y le gustaría participar en alguna actividad?

Señora LI: Sí, por ejemplo, me han contado que hay gimnasia para personas mayores, para más adelante, me lo he planteado, cuando me sienta mejor, si dios me lo permite el próximo año poder participar en actividades, por ejemplo, por mi

marcapaso estoy haciendo más seguido bicicleta, para mantener bien y saludable y caminar en general son como pasatiempos para cuidar mi salud, pero con el calor a veces uno se queda encerrado y además que salir tarde y sola tampoco es muy bueno en la actualidad con todas las cosas que pasan, mi única salida es cruzar la calle donde mis amigas.

Entrevistador: ¿Y qué piensa en general de envejecer?

Señora LI: Es triste cuando se está solo y cuando hay problemas de salud, pero hay que asumirlo y llevarlo de la mejor posible, es lo que tengo y lo que me tocó, y buscar la forma de que sea más entretenido, ya uno está en la última etapa de la vida y tiene que hacerlo uno más grato como sea.

Entrevistador: ¿Y cree que es importante compartir en familia cuando uno va envejeciendo?

Señora LI: Sí, claro que sí, compartir es importante, aunque a veces uno puede estar acompañado y está solo a la vez, pero poder compartir y no sentirse sola es muy importante, si no hay conversaciones, o si uno no participa porque es viejo, pero uno siempre puede aportar, quizás no está al tanto de los cambios de las nuevas generaciones, pero uno puede aprender y siempre ser relevante.

Entrevistador: Y tomando este tema. ¿A usted le ha costado adaptarse a la modernidad? Por ejemplo, al uso de celulares, de computador...

Señora LI: Sí, a la tecnología, por ejemplo, el celular lo único que se es contactar, ahora me he preocupado de saber cómo usar el WhatsApp, pero nada más, lo básico.

Entrevistador: ¿Le cuesta mucho adaptarse a estos avances?

Señora LI: Es imposible para mí, por mi condición, no tengo la concentración que hace años disponía, me encuentro muy limitada, lo encuentro necesario aprenderlo, pero mis neuronas ya no son las que eran tiempo atrás.

Entrevistador: Y debido a sus problemas médicos se ha sentido más angustiada de lo normal o ha aprendido a convivir con ello.

Señora LI: En un comienzo sí, hace seis años que tengo esta condición, por ejemplo, actualmente no puedo leer, si leo no retengo nada, estaba incluso practicando meditación que me gusta mucho, pero ya no puedo realizarla, porque mi cabecita no se concentra, no puedo no retengo, he aprendido con el tiempo a hacer lo que puedo y con eso sentirme bien.

Entrevistador: ¿Y le ha costado con su situación mantenerse autovalente?

Señora LI: Me siento agradecida con lo que puedo hacer, yo vivo el día a día, no me proyecto a futuro y vivo feliz.

Entrevistador: ¿Conoce algún programa del gobierno enfocado en persona mayores?

Señora LI: Muy poco.

Entrevistador: ¿Y siente que hay muy poca información?

Señora LI: Veo en las noticias que hay programas para mujeres, pero generalizado, pero no podría decirte que hay poca información, porque yo soy la que no está al tanto, porque vivo un poco desconectada.

Entrevistador: Y en el caso de la Junta de Vecinos, ha visto actividades o siente que hay poco contacto.

Señora LI: Sí, ahí percibo poco contacto, como te digo yo llevo una vida no tan normal y limitada, pero me he acostumbrado a las circunstancias de mi vida, pero si he percibido como poca preocupación de los viejitos, como que no se ve mucha actividad.

Entrevistador: ¿Y cómo enfrenta los problemas en general? Las situaciones que van surgiendo de forma espontánea en la vida, como resuelve conflictos.

Señora LI: Tratando de entender que es así, que es lo que está sucediendo, puedo pensar lo siento, no me gusta, pero es lo que me toco, y aprendo a vivir con ello, a detenerme calmadamente a pensar en soluciones y si no puedo por mi cuenta, pido ayuda, para mí siempre es importante saber pedir ayuda, y no quedarse sola enfrentándose a todo.

Entrevistador: ¿Ha experimentado sentimiento de soledad con el tiempo al envejecer?

Señora LI: Sí son distintos periodos, cuando me separé de mi marido experimenté esa sensación, luego cuando mi hija hizo su vida, cuando falleció mi papi, entonces lo he experimentado de distinta forma, pero cuando fue creciendo mi hija fue cuando más experimente esta soledad, me di cuenta que ella estaba creciendo, que iba teniendo nuevas amistades, que estábamos juntas, pero cada vez sentía más que iba llegar la hora de separarnos y ella debía hacer su vida, son cosas normales, pero uno empieza a sentirse sola, pero al final me di cuenta que este espacio me ayudó a pensar, a estar conmigo misma, y sentirme bien haciendo lo poco que puedo hacer.

Entrevistador: En materia de gobierno ¿Qué le gustaría que cambiara respecto a la forma en la que se ve a la persona mayor?

Señora LI: Que al adulto mayor que se le viera con respeto, que se le valora, porque el viejo tiene la experiencia, los jóvenes tienen la mentalidad y el mayor tiene la experiencia, de lo que se ha vivido, experimentado, que existiera la posibilidad en lo económico de dar una vida digna, de que sean capaces de costearse los medicamentos, de vivir bien y tranquilo, que se deje de pensar tanto en no puedo hacer esto porque tengo que comprar este remedio, que existan más posibilidades para nosotros y que se deje de mirarnos en menos, que aún valemos mucho.

Entrevistador: Comprendo, agradecerle su tiempo y contarle que esta investigación busca desde mi profesión conocer a las personas mayores en su espacio cotidiano, pensado desde la mirada de envejecer activo, que en resumidas palabras es ver al adulto mayor de forma digna, de que es autovalente, de que tiene la posibilidad de ser incorporado como un actor partícipe, y al final evitar la angustia que produce la dependencia a grandes rasgos.

Señora LI: No, gracias a ti, encantada de poder haber sido de ayuda.

Entrevista Señora B. 8/12/2022

Entrevistador: Lo primero que le voy a preguntar, ¿Qué actividades hace en su rutina diaria?

Señora B: Bueno ser dueña de casa y hacer manualidades, tejer, regar mi planta.

Entrevistador: ¿Cambia de rutina frecuentemente o tiene una rutina más rígida?

Señora B: No, un día voy haciendo otra cosa, no siempre lo mismo, no hago rutina.

Entrevistador: ¿Con qué actividad se siente mejor o le otorga más bienestar?

Señora B: Todo lo que sea hacer manualidades me gusta.

Entrevistador: ¿Ha participado en alguna actividad social enfocada a adulto mayor en la Municipalidad?

Señora B: No, en el Consultorio solamente que estuve en gimnasia para mejorar la salud, pero nada más nunca he participado en ninguna actividad de la Municipalidad.

Entrevistador: ¿Qué piensa de envejecer en general?

Señora B: Bueno yo siempre digo que todos tenemos que envejecer, todos tuvimos nuestra oportunidad de ser joven y ahora tenemos que preocuparnos de nosotros mismos en este momento, ya tuvimos nuestra etapa de bohemia siendo joven, ahora nos toca estar más tranquilo, Ahora hay que cuidarse.

Entrevistador: ¿Y siente que es importante el auto cuidado cuando uno va envejeciendo?

Señora B: Uno en realidad tiene que empezar a cuidarse desde joven, porque las repercusiones vienen más tarde, pero uno debe tener una actividad para su edad, no quedarse ahí, no tener una vida monótona me imagino yo, no quedarse ahí, aunque uno es viejo, hay que sentirse joven igual.

Entrevistador: ¿Usted le da importancia a la familia en su proceso de envejecer?

Señora B: Sí, estar con ellos, compartir, uno se acerca más a la familia cuando está envejeciendo, a las hermanas, a la gente que quiere.

Entrevistador: Y en base a lo mismo... ¿Les da importancia a las amistades en su periodo de envejecer?

Señora B: Sí, encuentro que es importante hacer vida social con las amistades, sí, mejora la calidad de vida, te ayuda a estar bien, uno tiene que ser activa y tener vida social.

Entrevistador: Usted es madre ¿Verdad?

Señora B: Sí.

Entrevistador: ¿Qué piensa de haber visto crecer a su hijo?

Señora B: Bueno me ha dado mucha alegría, mi hijo tiene 38 años, pero me alegra que está haciendo lo que le gusta, me ha costado sí, pero ha salido a adelante, y está haciendo lo que él quiere, no lo que yo le impuse, para mí es

importante que él se sienta realizado por lo que él busca, no por lo que la mamá le diga que tiene que hacer.

Entrevistador: ¿Usted sabe los programas que imparte la Municipalidad en torno a adulto mayor?

Señora B: Ahora no, años atrás lo andaba averiguando, pero ahora no, cuando vino el estallido social y todo eso, como que se acabó todo eso, yo iba hacer cosas de coser, pero no se pudo.

Entrevistador: ¿Siente que de la Junta de Vecinos falta apoyo o preocupación de las personas mayores?

Señora B: Es que aquí en la Junta de Vecinos no hay nada, solo ir a tomar once, aquí las viejitas, eso no es ninguna actividad, estar hablando, no... falta mucho de hacer actividades, de manualidades, de cuidado de salud, que ayuden al adulto mayor a estar bien.

Entrevistador: ¿Y del gobierno sabe cómo están enfocado los programas del adulto mayor?

Señora B: No, muy poco, porque yo pregunto a personas que veo en el Consultorio y me dicen lo que hacen, pero siento que para mí no es importante eso, yo pienso que uno debería hacer de actividades, de moverse, aprovechar este tiempo, en sentirse activo y hacer cosas por cuenta propia, sin depender de otros.

Entrevistador: Y por ejemplo usted, se habla mucho de que el adulto mayor experimenta mucho la soledad ¿Usted lo ha vivenciado?

Señora B: Estuve un tiempo así por mi enfermedad que soy diabética, pero me di cuenta de que no podía estar encerrada de que tenía que volver a hacer vida social y no quedarme ahí, volví a reencontrarme con mi hijo, sobre todo ahora que se viene a vivir más cerca mío, entonces aprovecharé este tiempo para

acercarme más a él y eso, quizás no tenga muchas amigas, pero son buenas y me ayudan a no sentirme tan sola, hago vida social con las personas que estimo.

Entrevistador: Usted que asiste con frecuencia al Consultorio como visualiza el trato con la tercera edad.

Señora B: Sí, yo soy muy querida en el Consultorio, me gusta mucho también como son las personas mayores que van, son muy cariñosas y necesitan cariño también y los enfermeros se preocupan mucho de los viejitos.

Entrevistador: Y hablando de derechos que necesitan las personas mayores ¿Qué derechos cree que son fundamentales para la tercera edad?

Señora B: Yo he visto mucho que se considera a la persona mayor como un estorbo, que lo mandan a una casa de reposo y ahí se queda, pero eso no puede ser, eso deberían preocuparse los gobiernos de darle una calidad de vida digna a la gente más mayor, yo he visto mucha gente mayor que van solo al Consultorio, que no tienen que comer, entonces eso no puede ser, no puede existir tal abandono, he visto muy poca preocupación por los abuelos e igual hay gente que es muy mala con los tatas, uno lo ve cuando le hacen comentarios, y eso es molesto para uno, aunque uno no se puede meter en eso, pero igual falta mucha educación, tienen que protegerlos, preocuparse de ellos, si no es necesario que sea un familiar tuyo, puede ser cualquier persona mayor y puedes preocuparte.

Entrevistador: En una situación hipotética ¿Qué programas o políticas públicas le gustaría que se aplicaran para las personas mayores desde el gobierno?

Señora B: Bueno primero las pensiones, que algunos viven con una mísera plata, a veces tiene que pagar arriendo, y no les queda para comer, se toman la leche que le dan en el consultorio y para algunos abuelitos comerse un sándwich de queso y jamón es un lujo, entonces creo que es importante mejorar las pensiones

para que puedan vivir bien, pero está mal repartido el queque aquí en este país, la gente pobre es la que sufre y el rico es él que viaja y se da gustos.

Entrevistador: ¿Y cree que es importante el rol social y el trabajo comunitario con las personas mayores?

Señora B: Claro que sí, en el Consultorio por ejemplo vinieron terapeutas ocupacionales y nos hicieron hacer juegos y adivinanzas cosas tan simples como esas, alegran el día, no es algo que vaya a mejorar la calidad de vida a largo plazo, pero igual ayudan, entonces me parece importante incorporar al adulto mayor a la comunidad, no dejarlo encerrado en su casa.

Entrevistador: Bueno, agradecerle su tiempo y su opinión sincera, quiero contarle que este estudio tiene como intención conocer al adulto mayor en su espacio cotidiano, en el sentido de entender su proceso de envejecer y ver cómo podemos trabajar desde mi profesión como trabajadores sociales en torno a la perspectiva de envejecer activo, que es dejar de ver al viejo como dependiente, sino verlo como proactivo, autovalentes y que tiene mucho que aportar y agradecerle nuevamente su participación.

Señora B: No hay de que.

Entrevista Señor A 13/12/21

Entrevistador: Lo primero que quiero preguntarle, ¿Es qué actividades realiza en su día a día?

Señor A: Muchas, pintor, lavo, hago aseo, barro, barnizo, todo lo que sea de la casa lo hago yo, no contrato maestros, porque si lo hago, no tendría actividad y yo debo tener una actividad, porque todavía estoy bien para tener una actividad y eso me mantiene, me siento bien, no es como un problema hacer cosas, al contrario, me siento útil.

Entrevistador: ¿Usted tiene una rutina rígida o es más de vivir el día a día?

Señor A: Soy del día a día, no tengo rutina, todos los días son diferentes, busco hacer cosas diferentes, de hecho, hace poco antes de la entrevista, estaba pintando unas lámparas, que estaban en desuso y las dejé impecable y mañana tengo pensando lavar los autos, y me entretengo en eso, en la mañana yo hago gimnasia también, pero poco, diez o quince minutos no más.

Entrevistador: Eso también le ayuda a sentirse bien, aunque sea poco tiempo.

Señor A: Sí, me hace sentir bien.

Entrevistador: Y en término general ¿Qué opina de envejecer? Lo ve como algo positivo o algo más negativo.

Señor A: Mira envejecer es algo positivo porque uno va ganando más experiencia y la parte negativa es que lo miren como viejo, que lo traten como viejo, que te digan uy que estás viejo, esa es la parte negativa, pero envejecer es rico, porque vas sembrando tu experiencia.

Entrevistador: ¿Usted siente que sigue habiendo muchos prejuicios entorno a las personas mayores?

Señor A: Sí, hay mucho prejuicio, todavía siento eso, es muy fuerte, es algo que está muy arraigado en nuestra sociedad, a pesar de que este es un país que está envejeciendo, y de aquí a unos cinco o diez años más, van a ver más viejos, lo otro es que los viejos estamos viviendo más, antes se proyectaba uno hasta los 80 años, ahora está entre 90 y 100, el prejuicio lo nota cuando no es bien recibido por el joven, que te hacen el quite, o ahí va ese viejo, se nota mucho el prejuicio en algunos jóvenes en las pequeñas acciones como no dar el asiento, o faltar el respeto.

Entrevistador: ¿Cómo vivenció la etapa de la pandemia?

Señor A: Mira la pandemia no la pasamos mal, estuvimos tranquilos, tenemos un buen espacio en la casa, entonces podíamos salir al menos al patio, no sentí tan fuerte el golpe del confinamiento, nunca fue como chuta me corto las venas o estoy muy aburrido, yo creo lo que me sirvió es vivirlo con calma y no acelerarse y si llegaba la hora de partir, es lo que hay.

Entrevistador: ¿Qué opina del rol de la familia en este periodo de envejecer?

Señor A: Bueno mi caso, es que yo voy envejeciendo junto a mi familia, nosotros éramos siete hermanos, pero es con mi hermana con quien me junto y lo pasamos bien, los otros hicieron su propia vida y no quieren nada con la familia, pero no me echo a morir, son cosas de la vida, y bueno con mi compañera de vida con ella voy envejeciendo y seguiremos viviendo así hasta que uno se marche.

Entrevistador: ¿Le da relevancia a tener amistades en esta etapa de su vida?

Señor A: Soy medio mezquino en eso, prácticamente amistades no tengo, soy más apegado a la familia, una etapa de mi vida fue floreciente, tuve muchos amigos, pero cuando mi etapa floreciente decayó, los amigos se marcharon y chao, en mi casa se hacían buenas fiestas, buenos recibimientos, pero después no se empezó a dar eso y los amigos se desaparecieron, pero yo creo que fue para mejor, porque me dio más tiempo con mi familia, mi hermana ahora la considero una hermana y amiga,...mi cuñado es mi cuñado y mi amigo y lo pasamos bien, tengo un apoyo.

Entrevistador: Y respecto al rol de la comunidad ¿Sabe las actividades o programas impartido por la Junta de Vecinos en torno a adulto mayor? ¿Cree que falta información?

Señor A: Hay buena información, lo bueno de la Junta de Vecinos y los comités de seguridad y todo eso, como hay un programa por WhatsApp, todos estamos conectados, siempre van saliendo actividad o lo que se va a hacer, que van a

poner cámaras de seguridad, que va a pasar mañana la comisión de guardia de La Cisterna.

Entrevistador: ¿Y Usted ha sentido mayor inseguridad en este tiempo en distintas temáticas por ejemplo delincuencia, salud...?

Señor A: De todas maneras, yo salgo muy poco con mi auto y es por la psicosis de que me pase algo, que nos hagan una encerrona, las cosas materiales no importan, pero la vida es lo importante, y el delincuente en Chile ya no es como antes, que antes te robaba y se iba, ahora te mata y te roba.

Entrevistador: ¿Conoce los programas del gobierno orientado a personas mayores?

Señor A: Los desconozco.

Entrevistador: Y en ese caso siente que hace falta mucha información.

Señor A: Sí, totalmente.

Entrevistador: ¿Y qué piensa del enfoque de los programas del gobierno? Pensando que se sigue promoviendo como al adulto mayor dependiente en la mayor parte de los casos.

Señor A: Los gobiernos no se preocupan, dejan al viejito en su mundo no más, siento que en Chile falta más gente que visite, que vea la realidad de las personas desde su espacio, que observen al adulto mayor, como lo ha pasado, con quien vive, que necesita, si tiene lo suficiente para vivir el día a día, pero nadie se preocupa de eso y ningún gobierno lo va a hacer.

Entrevistador: ¿Cómo ha vivenciado los últimos acontecimientos políticos en Chile en el último periodo, como la nueva Constitución, el estallido social? ¿Esos cambios abruptos le causan cierta inseguridad?

Señor A: No, soy más positivo en ese asunto, espero que salga una buena Constitución, a pesar de que nosotros con la edad que tenemos, que lleguemos a disfrutar esos cambios, pero para las futuras generaciones, para la juventud, para lo que están naciendo, tiene que haber un cambio en Chile, un cambio drástico y bueno, y hacer cosas para el adulto mayor y pensar en el adulto mayor, porque aquí se envejece y arréglatela solito no más.

Entrevistador: En la misma línea ¿Qué derechos cree que son fundamentales para las personas mayores?

Señor A: Preocuparse del acompañamiento, que el adulto mayor que queda postrado, que tenga un cuidador y que eso sea parte del gobierno, porque ese adulto mayor vivió su vida para el gobierno y bueno que recibe después, nada, esa son las prioridades que creo yo, y yo creo que la mayoría de los adultos mayores sienten lo que estoy pensando o diciendo, porque a mí no me gustaría llegar a eso, porque nadie se va preocupar de mí, solo mi mujer, pero tampoco quiero ser una carga para ella, y al revés, si a ella le pasa, ella también piensa lo mismo, no quiere ser una carga, por eso debería existir preocupación en acompañar al adulto mayor a no sentirse abandonado.

Entrevistador: Por ejemplo, se sabe que la sociedad europea y no solo eso como bien dijo usted nuestro país está envejeciendo a un ritmo acelerado ¿Usted cómo ve ese fenómeno?

Señor A: La diferencia está que en Europa son mucho mejor las condiciones, tienen buena salud, yo creo que envejecer en Europa es mucho mejor que en Chile, no llevan en todo, pero como esto va a ser algo global, yo creo que con el tiempo se va a ir haciendo más conciencia y se va a ir cuidando más al adulto mayor.

Entrevistador: ¿Usted cree que el factor educacional tiene un rol importante en el cambio de mirada respecto a las personas mayores?

Señor A: Sí, tiene un factor importante, la parte educativa primero parte de la casa y luego uno va aprendiendo en otros lados, pero siempre tiene que aprender los valores de la casa, y creo que ahí se puede enseñar a valorizar a los ancianos.

Entrevistador: ¿Y usted cree relevante el trabajo comunitario con la persona mayor?

Señor A: Yo creo que sí, trabajar en sociedad, trabajar en conjunto.

Entrevistador: Y en base al mismo punto ¿Cree que es relevante incorporar al adulto mayor como un partícipe activo de las decisiones?

Señor A: De todas maneras, por la experiencia, y la persona mayor que se mantenga bien, no todos podemos llegar bien a viejos, pero los que podemos tenemos aún mucho que aportar y decir.

Entrevistador: ¿Qué significado le da usted a estar bien?

Señor A: Con estar bien, me siento bien y como que uno se va apegando a la vida y quiere vivir más años, uno se va proyectando más.

Entrevistador: Hablando de los avances tecnológicos ¿Le ha costado adaptarse a las nuevas tecnologías?

Señor A: Mira mi señora te lo puede decir cuando la entrevistes, pero no se me va en collera nada, todo lo hago online, pago online, los trámites, nada y si se me va algo, empiezo a estudiar y aprender, porque dijo una cosa muerta, no le puede ganar a un vivo, y sigo y sigo hasta que lo hago.

Entrevistador: ¿Cree que falta un rol más educativo para incorporar al adulto mayor a los avances tecnológicos?

Señor A: Eso sí, falta mucho una parte educativa para las personas mayores, informarse más y a perderle el miedo a la tecnología, porque hay gente que dice

si apretó un botón puedo echarlo a perder, ese miedo hay que quitarlo y solo se puede hacer educando e informando.

Entrevistador: ¿Cómo ha visto a sus hijos en este periodo de envejecer?

Señor A: Eso para mí ya es un tema más complicado, porque cada uno hizo su vida, entonces ya no se preocupan del papá como antes, pero de alguna forma digo, que no debo preocuparme tanto por ello, además quizás no los vea mucho, pero para mí a pesar de que sea doloroso esta separación, trato de vivir tranquilo.

Entrevistador: Mire agradecerle su tiempo, contarle un poco que este estudio tiene como fin conocer a la persona mayor en su mundo cotidiano, y desde mi profesión incorporar un trabajo basado en la perspectiva de envejecimiento activo, que busca fortalecer al adulto mayor autovalente, que sea capaz de auto sustentarse y que tenga un buen envejecer, saludable y activo, en resumen.

Señor A: Encantado mijo de haber sido de ayuda.

Entrevista Señora G 9/12/21

Entrevistador: Lo primero que quiero preguntarle, ¿Qué actividad realiza en su rutina diaria?

Señora G: En mi rutina diaria hago muchas cosas, hago clases de cueca, participo en el Comité de los Derechos Humanos de Alberto Bachelet, que ahora es Comité ex Nido 20, ahí hacen varias actividades de beneficio, es cultura, folklore, todas esas cosas, y lo que nos toca como dueña de casa, y todo lo que eso implica, cuidar a los nietos, el tiempo que me queda libre lo ocupo en el Comité.

Entrevistador: ¿Tiene una rutina más rígida o vive el día a día?

Señora G: A veces me toca viajar y ahí cambia un poco mi rutina, a veces me toca ir a cuidar a mis hermanos, ahora estoy un poquito más desahogada en esos sentidos.

Entrevistador: De las actividades que hace en su rutina diaria ¿Cuál la hace sentir mejor o más realizada?

Señora G: Me encanta ayudar a la gente, cuando la gente tiene problema de salud, tienen un cáncer, le doy idea de que actividad se puede realizar para juntar dinero para su tratamiento, puede ser un bingo, una rifa, un almuerzo, a mí eso es lo que más me encanta, apoyar a la gente, mira hace poco tuve una experiencia muy bonita, esos detalles pequeños para mí son muy bonitos, tuvimos la gala de las cuecas, el sábado pasado, la gente es toda adulta mayor, y llegó el día de la gala y fui a ayudar a la preparación de los participantes, de ayudarles con los vestidos, con el maquillaje, estaban muy agradecidas de este gesto, de que me preocupara por los pequeños detalles.

Entrevistador: La hace sentir realizada el apoyar gente, por lo mínimo que sea el gesto.

Señora G: Sí, claro, es lo que me motiva todos los días.

Entrevistador: ¿Conoce los programas de la Municipalidad enfocados a adulto mayor?

Señora G: Sí, también, cuando estaba el otro alcalde, hacían muchas actividades con la persona mayor, pero en este cambio de alcalde, como que no han funcionado bien las cosas y como se ha sacado al adulto mayor de algunos talleres, incluso están llegando a nuestro Comité, que han llegado con el taller para ver si se puede seguir realizando, fuera de la Municipalidad, para seguir haciendo el trabajo con los viejitos.

Entrevistador: ¿Qué significado le da usted a las relaciones de familia, en este periodo de envejecer?

Señora G: Eso es adorable, porque es la familia, la familia tiene una labor muy importante, en el núcleo familiar como mamá como abuela, además que a nosotros nos ha tocado difícil, por el tema de la Antonella, mi nieta menor, que estuvo enferma, ha sido muy difícil, el apoyarse toma otro significado, otro valor, como que uno empieza a darle más importancia a la familia, cuando hay dificultades, porque uno trata hacer que todas las cosas funcionen bien y que todos estemos bien dentro de todo.

Entrevistador: En términos más generales ¿Qué piensa usted de envejecer?

Señora G: Es que yo no he notado el tema del envejecer porque me mantengo activa, bailo cueca, salgo de paseo, voy al campo donde mis hermanos, participo en el Comité, hago muchas cosas, incluso me han preguntado cuando voy al médico, preguntas como ¿Usted hace las camas? A lo mejor para otras personas de mi edad, no hacen eso, pero yo no lo he notado, algunas actividades van cambiando con el tiempo de igual manera, pero para mí han sido muy pocos cambios y el mantenerme activa me ha ayudado a ver mejor el envejecer y encuentro además que es un proceso bonito, a pesar de que muchas personas no lo encuentran bueno, que no las valoran cuando uno llega a viejo, que no los valoran lo suficiente, pero uno siempre tiene que pensar en uno y sentirse bien con uno mismo, el buscar los medios para ser activo y no quedarse sin hacer nada, eso me ha ayudado a sentirme bien y no notar que estoy envejeciendo, si mis nietos siempre dicen que aparento mucho menos edad de lo que tengo.

Entrevistador: ¿Cómo ha percibido la mirada de los jóvenes a las personas mayores? ¿Siente que aún existen muchos prejuicios hacia la persona mayor?

Señora G: Mira fíjate hay de todo, hay jóvenes que quieren mucho a las personas mayores, que las cuidan que las tratan bien, que las acompañan, que le dan el

asiento en el metro, pero hay de todo, que hay jóvenes que son bruscos con las personas mayores, o que le roban, ahora que está pasando, es que le están robando a las personas mayores que no se pueden defender, así como en todas las cosas, hay jovencitos que se preocupan mucho de sus abuelos, que las saludan, que las quieren, eso más que nada.

Entrevistador: ¿Usted conoce la línea de trabajo del gobierno con las personas mayores?

Señora G: Mira, yo voté por el actual presidente, porque venían muchos beneficios para el adulto mayor, se dijeron muchas cosas, pero cuando noté que las cosas no se estaban dando como había prometido, no se si aún no ha pasado suficiente tiempo, para que pueda aplicar su programa, pero lo que veo es lo mismo de siempre, que no hay mucha preocupación por el adulto mayor, principalmente por la salud y para que te digo de las pensiones, imagínate, yo conozco una persona, que tiene una pensión, ahora de 180 como nivelaron esas platas con la PGU, pero antes de eso ella cobraba 140 de pensión y tenía que pagar cien de arriendo y esto fue en tiempo de pandemia, entonces ella pagaba su arriendo, quedaba con 40 mil pesos para comprar comida para ella y sus gatitos y con suerte le alcanzaba, en ese tiempo como habían canastas y todo comencé a ayudarla en esa parte, entonces pienso yo que con 180 mil pesos, esos abuelitos que tienen que pagar una pieza, que tienen que comprar remedios, tienen que alimentarse, no alcanza, no es suficiente, yo pienso que ahí hay una crisis bastante grave.

Entrevistador: ¿Usted percibe un abandono social, no solo de este gobierno?, ¿Sino de años en las personas mayores?

Señora G: Sí, imagínate yo misma tengo la pensión de mi marido, estoy sacando 190 y aun así apenas alcanza para el día a día, entonces no queda otra que reinventarse, que trabajar cosiendo, que haciendo estoy esto otro, y así uno tiene

que buscar los medios para sobrevivir, pero por años no he visto una real preocupación de mejorar la situación de los viejitos.

Entrevistador: Se habla mucho de la soledad en las personas mayores y como aquello les afecta de forma negativa ¿Cuál es su percepción sobre este sentir? Y lo ha experimentado alguna vez.

Señora G: Cuando estaba casada, ahí experimentaba toda la soledad del mundo (Ríe), pero no para nada, siempre he estado con mis hijas, con mis nietos, entonces siempre he estado en compañía, pero si mucho viejito está solo y no tiene nadie que los acompañe, y eso muchas veces hacen que se hundan y al final terminan enfermos, no solo del cuerpo, sino de la mente más que nada.

Entrevistador: ¿Qué derechos piensa que son principales en las personas mayores?

Señora G: Hay muchos derechos que necesitan las personas mayores, pero primero es el derecho a tener una vida digna, eso involucra, tener una salud digna, tener una pensión que alcance para costear una vida grata, tener derecho a seguir participando en actividades, no por ser viejo, tienes que quedarte en tu casa sin hacer nada, pero eso en principal, todos los derechos que garanticen que vivamos mejor en esta última etapa que nos queda.

Entrevistador: ¿Cree que es importante mantener el rol comunitario y la participación en las personas mayores?

Señora G: Yo creo que eso sería un tema muy importante, por la experiencia que tiene, tiene mucha experiencia, experiencia buena, experiencia sana, que puede mejorar la vida comunitaria en los barrios, hay personas mayores como yo por ejemplo que saben trabajar, que tiene buenas ideas, pero no le dan trabajo porque son personas mayores, a los que están en condiciones, darles oportunidad, porque no todos estamos en las condiciones óptimas, porque algunos ya tienen su cabecita mala, no han tenido una buena vida, pero a los que

pueden darle la oportunidad, que no somos un estorbo aunque suene fea la expresión, pero da esa sensación cuando se realizan actividades y todo, incluso enfocado en los viejos y los excluyen de la toma de decisiones, por eso en un mundo ideal, espero que le den más importancia a nuestra experiencia y lo que tenemos que aportar.

Entrevistador: ¿Cuál es su filosofía para abordar problemas en general de vida?

Señora G: Mira con el tiempo he aprendido que aunque estés destruida por dentro, cansada, siempre es importante mantener una sonrisa, ser optimista, si ya va mejorar, así como todo lo bueno acaba, lo malo también tiene que terminarse en algún momento y eso de no pedir ayuda y de ser orgulloso, no va conmigo, si me veo sobresaturada, sé que tengo que pedir ayuda y ya está, además siempre hablar los problemas, desahogarse, no guardárselo para uno, porque guardarlo en la cabecita y martirizarse, no trae nada bueno, conversarlo con calma, y encontrar una solución, cuando mi nieta estuvo con problema que ella nació con una insuficiencia pulmonar, tratamos de tener siempre una buena disposición y siempre pensar que lo malo iba acabar, y ahora está mi chiquita, cada día más grande.

Entrevistador: Quisiera agradecerle por su tiempo y contarle que este estudio de tesis que estoy realizando tiene como finalidad conocer a la persona mayor en su espacio cotidiano y ver como desde el envejecimiento activo que es una nueva perspectiva, que busca potenciar al adulto mayor autovalente, por eso incluso ya no se habla de adulto mayor incluso, se usa persona mayor, para darle una mayor relevancia, que desde mi profesión no sea solo llegar intervenir al sujeto en su problema, pero no incorporarlo al trabajo, a la toma de decisiones, por ser alguien de mayor edad, por menoscabar sus facultades y capacidades.

Señora G: Es bueno eso que se trate a las personas mayores de mejor forma, porque lamentablemente como te decía se les percibe muchas veces sobre todo cuando va pasando el tiempo, que les va doliendo la mano, que los pies ya no

son los de antes, se les empieza a ver como un verdadero estorbo, como una molestia que hay que apartarla o alegarla, y cuando muchos de nosotros tenemos toda la disposición, yo misma en el comité, me muevo para todos lados y participo en todas las actividades culturales, entonces siento que es bueno mirar a los viejitos de otra forma.

Entrevistador: Sí, es muy relevante que cambios los sesgos y comencemos a trabajar para crear personas mayores más autovalentes, agradecerle su tiempo y su disposición.

Señora G: No, gracias a ti por considerarme para participar.

Entrevista Señor M 9/12/2022

Entrevistador: ¿Qué actividades hace en su día a día?

Señor M: Yo soy trabajólico en la pega que hago normalmente, y llego a la casa y me pongo a hacer otras tareas, me pongo a estudiar, me gusta leer, leo temas técnicos, capacitación política, matemática, practico para que no se me olvide el francés, me pongo también a soldar, hacer otros proyectos, conversar con mis hijos que ya son grandes, hablar de temas como cuidar el medioambiente, a veces pensando en la abuelita, en mi mamá y ocupo mayoritariamente mi tiempo en actualizarme técnicamente, no oxidarme, llegar lo más tardío posible al Alzheimer por ejemplo, otra cosa que hago, me gusta la lógica, me gusta hablar con la lógica, decir que la lógica en la vida cotidiana, es el día a día, por ejemplo es posible que se suspenda la lluvia por mal tiempo, uno dice no, yo dijo que sí, el mal tiempo en invierno es porque salió el sol, en el verano se nublo, hace frío, la lluvia es parte de un bonito día de invierno y si sale el sol, se suspendió la lluvia y eso es un mal tiempo en invierno, a veces me preguntan si no he visto a tal persona y les digo sí, y me dicen donde, si no las he visto y me dicen ya estás con tus cosas, todas esas cosas, cambiar el engranaje del cerebro, hacer juego

de palabras, ese es mi día a día, me dicen que soy medio extraterrestre, por tener una peculiaridad al pensar, y cuando tengo día libre no me gusta salir de mi casa y otra cosa que no me gustan son las vacaciones, cuando llega el periodo de las vacaciones, se echó a perder, cuando salimos con toda la familia y todo, lo más importante para mí es cuando venimos de regreso, no a donde vamos a ir, no es que no me guste salir, me gusta conocer las partes históricas, recorrer cosas que han sucedido y que han cambiado los destinos del país, encontrarme un pedazo de fierro que tuvo que ver en la historia, para mí es importante conocer esas cosas o vas a otro lado y encuentras un edificio que marco un periodo de Chile, visitar las salitreras del norte y lugares con ese significado.

Entrevistador: ¿Qué importancia le da a su familia en este periodo de envejecer?

Señor M: Para mí mis hijos son lo más importante, aunque pueda estar ocupado en cualquier cosa, si me piden algo, dejo de hacer lo que estaba haciendo y les ayudo en lo que sea, para mí es importante estar todo el tiempo posible con la familia, pero nada de viajar y cosas así, mi hija que vive en el sur cuando voy para allá, me llevo una caja de herramienta, porque debo estar haciendo algo, porque si no realizo una actividad, no me siento yo mismo, no me siento como bien, pero como te digo cualquier cosa que me pidan mis hijos estoy ahí por muy cabros grandes que sean, todavía a veces necesitan cosas o a veces solo quieren conversar, pues dejo de hacer lo que estaba haciendo y me preocupo de lo que quieren.

Entrevistador: ¿Y qué actividad de su día a día es más significativa para usted?

Señor M: Una de las cosas que más doy significado es escribir, me gusta dejar registro de todo lo que hice el día anterior, y hacer reflexión de todas las actividades que hice en el día a día, eso me ha ayudado en cierta forma a ejercitar mi memoria y tener una actividad extra que realizar.

Entrevistador: ¿Ha percibido en el envejecimiento mucha connotación negativa, por ejemplo, de parte de los jóvenes, forma de discriminación contra las personas mayores o siente que eso ha cambiado?

Señor M: Claro, me ha dado cuenta, yo tengo buena memoria como puedes notar, para mí es normal acordarme de ciertas cosas, y me dicen como me acuerdo de tantas cosas y veo en mis propios amigos de la época, que se encuentran achacosos , enfermizos, pero porque se dejan estar, entonces ven como en envejecer como lo peor del mundo, pero no hacen como nada para salir de ahí se dejan estar y se quedan sin hacer nada y como te digo percibo mucha percepción negativa más en los propios viejos que en las otras generaciones.

Entrevistador: ¿Qué opina de las políticas públicas orientadas al adulto mayor? ¿Conoce algún programa dirigido a personas mayores del gobierno, Municipalidad o alguna acción de la Junta de Vecinos?

Señor M: A lo más sé de los planes de seguridad de vecino cuida tu casa, que no creo que sea muy efectivo, porque ahora cada uno vive encerrado en su propio espacio, y mira de mi percepción siento que hay poca información o poco accesible para las personas mayores, mira yo soy activo y me manejo en varias cosas, entonces yo tengo la facultad de meterme a internet y averiguar a en tal parte hacen esto y esto, pero no todos los adulto mayores pueden acceder a internet, entonces si la Junta de Vecinos no avisa, o hacen algo poco se hace, además que no todos llegan a la Muni porque queda lejos de sus casas, entonces creo que primero mejorar la información y segundo acercar las actividades a los barrios, a donde viven las personas mayores, porque muchos abuelos no salen de su zona, se quedan encerrados ahí.

Entrevistador: ¿Usted piensa que es importante el rol educacional para comenzar a mirar de una forma distinta a la vejez?

Señor M: Es importante, educar para cambiar un poco esas miradas viejas, y dejar de llevarnos por la apariencia, mira no falta la gente que conversa entre ellos, pero por la forma de verse o porque ven que eres un viejo, te excluyen, pero cuando te abres a conversar, te das cuenta de que van por la misma vereda, la única forma pienso yo que es de eliminar esas barreras que hay con las personas mayores, es educando, cambiando miradas y pensamiento en torno a lo que es ser viejo.

Entrevistador: ¿Y qué importancia le otorga al rol comunitario para trabajar con las personas mayores?

Señor M: Siempre como te hablaba de esas barreras, pero si no nos dejan participar como vamos a saber lo que queremos, creo que es importante que el viejo participe en toda la instancia, lo que te he contado que hago, hacer actividades para no sentirme oxidado, ya queremos mejorar el barrio en tal y tal cosa, pero no le preguntamos a nadie, la cosa no va mejorar así, tiene que ser participe entre todos, entonces quien mejor para conocer lo que quiere el viejo que el mismo, así que le doy una gran relevancia a que se incluyera al adulto mayor a la comunidad.

Entrevistador: Y eso para usted recapitulando tiene que ver con lo educacional, para eliminar las brechas existentes que se han formado entorno a la figura de la persona mayor.

Señor M: Claramente.

Entrevistador: ¿Qué derecho cree que es importante fortalecer en materia de personas mayores?

Señor M: Mira de seguro todos te dijeron lo mismo que salud, que pensiones, y claro son cosas importantes, pero yo creo que es relevante eso de dejar de mirarte como viejo oxidado, el derecho a seguir participando, que quieres ser parte de una instancia cultural, que quieres seguir estudiando, son tantas cosas

que se me ocurren, por eso creo que es fundamental ese derecho a seguir siendo activo en la sociedad.

Entrevistador: Se habla mucho de la soledad en las personas mayores ¿Qué visión tiene de esta noción?

Señor M: Mira por ejemplo mi mamá tiene noventa y tantos años, pero nunca ha estado sola y creo que por eso de alguna forma siempre ha tenido buena salud, se ha sentido acompañada, pero por ejemplo hay otros viejos que están solos se van deprimiendo y se quedan, yo si estuviera solo, pucha me las arreglo y me la ingenio, estaría haciendo alguno de mis proyectos, arreglando cosas, entonces al estar haciendo algo, no me acordaría de esa soledad, pero creo que igual acompañar a esas personas que se encuentran sola, sería muy importante y relevante.

Entrevistador: Hablamos ya de sus actividades del día a día, pero que significado le otorga usted a su espacio cotidiano.

Señor M: Es como mi lugar de conexión con todo lo que hago, y también descanso, aunque poco descanso, porque como trabajo, en el aeropuerto, cuando llego, me pongo a hacer cosas, entonces como que estar en la casa a veces trabajo más que en el mismo trabajo, pero de todas formas mi espacio cotidiano es como una especie de refugio para poder dedicarme a mi familia y a todo lo que tenga que hacer.

Entrevistador: ¿Cuál es su visión general de envejecer?

Señor M: Como te he dicho yo manteniéndome activo de alguna forma también quiero retrasar lo más posible enfermedades como el Alzheimer y otras enfermedades, pero no veo en envejecer algo malo, al final es una etapa más de la vida, todo nos ponemos viejos, tarde o temprano es algo que no se puede parar, para mí en lo personal ha sido como un viaje y sigue siéndolo, entonces solo estoy recorriendo un sendero más de mi camino.

Entrevistador: Bien, quiero agradecerle haber brindado este espacio para la entrevista, contarle un poco que el objetivo de estas preguntas va de acuerdo con la búsqueda de conocer a la persona mayor en su día a día, para buscar desde la perspectiva del envejecimiento activo y el Trabajo Social, nuevas formas de reincorporar al adulto mayor, y tratarlo como una persona de derecho, que aún tiene un papel activo participe en la sociedad, y eso agradecerle su presencia y tiempo.

Señor M: Gracias a ti por dejarme participar, porque fue una experiencia nueva a la que no estoy acostumbrado y como te decía, luego voy a llegar a anotar y reflexionar sobre esta experiencia.

Entrevistador: Espero que haya sido provechosa la experiencia para usted.



Departamento de Trabajo Social
Escuela de Trabajo Social



UTEM
UNIVERSIDAD
TECNOLÓGICA
METROPOLITANA

Documento de Consentimiento Informado

La siguiente investigación elaborada por el estudiante de Trabajo social, de la institución, UTEM, Daniel Parada Díaz en su calidad como tesista, RUT: 19993149-0, solicita su consentimiento para ser participe en la elaboración e implementación del instrumento de investigación, siendo en el formato de una entrevista, solicitando la posibilidad de recurrir a medios audiovisuales, véase grabación, con el fin de hacer un registro digital de la instancia presente, a su vez se garantiza total confidencialidad de la información personal y todo lo mencionado por la persona, será rigurosamente cuidado, para asegurar su integridad y anonimato.

Informar que la presente investigación tiene como sentido y significado, buscar elementos en los espacios cotidianos para comprender el envejecimiento activo, que es una teoría divergente de como comprender a las personas mayores, desde un sentido mucho más humano y no promoviendo estereotipos asociados a prejuicios sociales y concepciones que se ha creado en las sociedades modernas sobre la vejez, por tanto, la finalidad de la entrevista busca conocer y comprender las propias visiones de los participantes sobre el proceso de envejecimiento y como su ambiente cotidiano es un claro determinante para que aquel cobre un significado u otro.

Se asegura respetar cualquier visión de la persona entrevistada, y se asegura completamente su respeto y jamás su denostación. Nuevamente haciendo mención de que toda información nacida de la entrevista jamás expondrá la integridad de la persona en la investigación y todo será tratado con la rigurosidad, el profesionalismo y lo éticamente correcto para siempre promover la integridad de los partícipes.

Firma Particpe

Firma investigador
