

UNIVERSIDAD ACADEMIA DE HUMANISMO CRISTIANO

Carrera de Psicología

Estudio Exploratorio sobre las Percepciones y Significaciones que los usuarios del Programa Vínculos (Segunda Versión), de la Región Metropolitana, otorgan a las Herramientas Psicosociales potenciadas por el Programa.

Profesor Guía : Gabriela González

Metodólogo : Francisco Kamann

Profesor Informante: Pablo Gutiérrez

Alumnas : Karen Alejandra González Arévalo

Carolina Beatriz Muñoz Fariña

Tesis para optar al grado de Licenciado en Psicología

Tesis para optar al título de Psicólogo

Santiago, 30 de septiembre de 2009.

RESUMEN

En los últimos 30 años, la población nacional ha experimentado un proceso de envejecimiento demográfico progresivo producto del aumento de la esperanza de vida al nacer, la disminución en las tasas de natalidad y fecundidad, y por tanto una baja en las tasas de reemplazo. Hoy se ha posicionado el tema de la vejez en los ámbitos sociales, económicos, políticos y culturales, lo que ha significado instalar la problemática en la agenda de Estado. Para ello se han creado una serie de estrategias y programas que permitan abordar la vejez y el envejecimiento en nuestro país; una de ellas es el Programa Vínculos, quien al alero del Sistema de Protección Social Chile Solidario, focaliza sus acciones en la población de personas mayores más vulnerables, a través del apoyo psicosocial.

En este contexto, el estudio a continuación tiene el objetivo de conocer las percepciones y significaciones de los Adultos Mayores, que participaron del Programa Vínculos (en su segunda versión), en relación a las herramientas psicosociales a las que este programa apunta en su trabajo.

Esta investigación se enmarca en el paradigma de la psicología comunitaria, siendo este un estudio exploratorio, desde la perspectiva metodológica de la investigación social cualitativa; por tanto se utilizó como instrumento la entrevista en profundidad, cuyos resultados dan cuenta de mejor manera de las percepciones y significaciones de los

adultos mayores, respecto a su experiencia como usuarios, en relación a las herramientas psicosociales potenciadas por el programa, tales como la autoimagen, la vinculación comunitaria y la autonomía. Estas son significadas por los adultos mayores, como se puede observar en el análisis, principalmente a partir de conceptos tales como el trabajo, la muerte, los límites del cuerpo, la reminiscencia, la vinculación con otros significativos, la toma de decisiones, entre otros tópicos centrales para la construcción de las significaciones sobre sí mismos y sobre los otros.

Finalmente, se exponen algunas sugerencias a considerar para futuras intervenciones psicosociales y comunitarias, en relación a la temática de la vejez, dirigidas a apoyar al grupo social constituido por los adultos mayores.

DEDICATORIAS

*Dedicado a mis padres y a mi abuela,
quienes de manera distinta, pero igualmente significativa,
han inspirado mis pasos.*

Karen G.

*Dedicado a mis abuelos, de brillantes canas;
Ruperto y Berta,
complemento perfecto entre
“premura y calma”,
“alegría y nostalgia”,
“experiencia y sabiduría”,
“inquietud y paz”...*

Carolina M.

AGRADECIMIENTOS

Queremos dar las gracias a los adultos mayores que generosamente compartieron sus experiencias de vida con nosotras, ya que sin ellos no habría sido posible este trabajo.

Agradecemos a nuestros profesores, por sus valiosos aportes durante nuestra formación como psicólogas; en especial en esta etapa final, a Gabriela González, quien a través de sus conocimientos y el apoyo, nos guió y acompañó en este importante proceso.

Karen González – Carolina Muñoz

Agradezco profundamente a mis padres por darme la maravillosa posibilidad de estar escribiendo hoy estas palabras... la imagen de su sacrificio, su sabiduría, su esfuerzo y su fortaleza ha guiado cada uno de mis pasos en este proceso, agradezco la fortuna de tenerlos como padres ya que sin ustedes no sería quien soy.

Agradezco a mi hermana, Nicol, por su preocupación y la alegría que me otorgó en los momentos complejos de este proceso.

Gracias a ti, por enseñarme a través del amor, la sabiduría, el apoyo, la alegría y la comprensión, lo que es un compañero incondicional... te amo.

Agradezco a mi compañera de tesis y amiga, Carolina Muñoz, a Giselle Gutiérrez y Catalina Mella por acompañarme estos 6 años y colmar de buenos recuerdos mis días de universidad.

Agradezco a una persona mayor muy especial para mí que ya no está en la tierra, sin embargo vive en mi corazón, mi abuela, Choquita, gracias por

motivar mi interés y dedicación al trabajo comunitario con los adultos mayores y de esta manera darme la posibilidad de descubrir una realidad maravillosa.

Karen G.

Muchas gracias a mis amigas Carolina Carmona y a Cecilia, por la lealtad, la sinceridad y la incondicionalidad. Gracias a mi hermano Mauricio por la confianza y por la fe; gracias a Julia por su preocupación, por sus consejos y todos sus cuidados. Agradezco a mis amigas, Daniela y Carolina Aspeé, por todo el apoyo y los momentos agradables.

A mis amigas y compañeras de la U, Gisselle, Cata y Karen, y por la oportunidad de conocerlas y compartir nuestras experiencias, penas y alegrías, sobre todo las últimas. Gracias además a Juanito por toda la ayuda y el sentido del humor, mientras trabajábamos en este proyecto.

Gracias papá por la confianza y la seguridad que me enseñaste, gracias por tu apoyo, tu cariño, tu esfuerzo, gracias por tu carácter enérgico y sociable, por tu humor agudo y chispeante, y por tu sensibilidad que crece día a día.

Agradezco mamá el amor inmenso que me das y que te tengo, la escucha, la palabra justa en el momento adecuado, la disciplina, la fuerza y tu vocación; gracias por enseñarme el amor por el otro, y sobre todo gracias por la relación inquebrantable que tenemos.

Carolina M.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	9
1.1. Antecedentes	9
1.2. Planteamiento del Problema	18
1.3. Pregunta de Investigación	21
2. JUSTIFICACIÓN Y RELEVANCIA DE LA INVESTIGACIÓN	22
3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	27
3.1. Objetivo General	27
3.2. Objetivos Específicos	27
4. MARCO TEÓRICO	28
4.1. Psicología Comunitaria	28
4.2. Adultos Mayores, Vejez y Envejecimiento	39
4.2.1. Contexto Histórico	39
4.2.2. Envejecimiento en Chile	47
4.2.3. Gerontología y su Perspectiva del Envejecimiento	53
4.2.4. Imagen Desvalorizada del Envejecimiento	59
4.2.5. Enfrentamiento de la Vejez	71
4.3. Principios, Orientaciones y Políticas Públicas para las Personas Mayores	78
4.3.1. Políticas Públicas para las Personas Mayores, Principios y Declaraciones de la ONU, CEPAL en América Latina	78

4.3.2. La Protección Social frente a la	
Vulnerabilidad de las Personas Mayores	84
4.3.3. Políticas Públicas para las Personas Mayores	
en Chile	89
4.4. Programa Vínculos	102
4.5. Herramientas Psicosociales potenciadas por el	
Programa Vínculos	115
5. MARCO METODOLÓGICO	130
5.1. Enfoque Metodológico y Nivel de Investigación	130
5.2. Tipo y Diseño de Investigación	131
5.3. Universo y Tipo de Muestreo	133
5.4. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	135
5.5. Tipo de Análisis de la Información	137
6. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	140
6.1. Matriz de Análisis	141
7. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	162
8. CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS	180
9. BIBLIOGRAFÍA	201

1. INTRODUCCIÓN

1.1. Antecedentes

Chile se encuentra en un proceso de cambio profundo en cuanto a su distribución demográfica. El envejecimiento poblacional se ve reflejado en el incremento del porcentaje de personas mayores, por sobre el total de la población; esto se debe a la baja en las tasas de natalidad y también al aumento de la esperanza de vida. Si en la década de los 50' la esperanza de vida al nacer era de 55 años, hoy es de 77 en la población promedio, 74 en los hombres y 80 años para las mujeres; de esta forma habrán cada vez más personas mayores en edades avanzadas.

América Latina y el Caribe: Esperanzas de vida al nacer y tasas globales de fecundidad según categorías de envejecimiento

Categoría de países	Esperanza de vida al nacer				
	1950-1955	1979-1975	1995-2000	2020-2025	2045-2050
	Esperanza de vida				
Envejecimiento incipiente	42,9	52,8	64,3	72,2	77,4
Envejecimiento moderado	49,9	61,7	71,4	76,0	79,2
Envejecimiento moderado avanzado	51,7	69,3	68,6	74,6	78,6
Envejecimiento avanzado	62,8	68,7	73,9	77,9	80,6
Total América Latina y el Caribe	52,1	61,4	70,0	75,3	78,9
	Tasa global de fecundidad				
Envejecimiento incipiente	6,8	6,4	4,5	2,6	2,1
Envejecimiento moderado	6,8	5,9	2,9	2,1	2,1
Envejecimiento moderado avanzado	6,0	4,6	2,3	2,1	
Envejecimiento avanzado	3,5	3,2	2,3	2,0	2,1
Total América Latina y el Caribe	6,0	5,1	2,8	2,2	2,1

Fuente: CEPAL (2003). Elaboración basada en las estimaciones y proyecciones de población de CELADE, 2003 y de Naciones Unidas, World Population Prospects, The 2000 Revisión, Vol.1, 2000.

Las cifras señalan un cambio caracterizado por una reducción en la mortalidad, iniciada en la primera mitad del siglo XX, la que se traduce en que un latinoamericano tiene, en promedio, en el año 2000, 19 años más de esperanza de vida que la que tenía en 1950; y un chileno tiene 21 años más. Con posterioridad, comenzó a descender la fecundidad, la que se redujo de 6 hijos por mujer en, 1950-1955, a 2,8 hijos en 1995-2000 (Chackiel, 2004). En Chile, a partir del año 2000, desciende por debajo del nivel de reemplazo de la población. Según la encuesta de caracterización socioeconómica CASEN 2006, en Chile las personas mayores representan el 11,5% de la población total, registrando un aumento de 0,5% en los últimos tres años, esta cifra corrobora un notable crecimiento en el porcentaje de la tasa de personas mayores en Chile, ya que en el año 1992 las personas mayores de 60 años constituían sólo el 9,8% de la población. Hoy este grupo etéreo llega a 1.717.478; de ellos, 959.429 son mujeres y 758.049 son hombres.

Indicadores del Proceso de Envejecimiento Demográfico en Chile

Indicadores	1950	2000	2025	2050
Población de 60 años y más (en miles)	416,7	1.568,5	3.846,6	5.698,1
Porcentaje de personas de 60 años y más	6,9	10,2	20,1	28,2
Tasa de crecimiento anual (1950-2000, 2000-2025 y 2025-2050)	-	2,3	3,4	1,6
Porcentaje de personas de 75 años y más	1,2	2,6	4,9	9,0
Edad mediana de la población	22,2	28,7	36,9	42,9
Índice de envejecimiento	18,7	36,6	103,1	170,0
Relación de dependencia	69,4	53,8	50,5	61,8

Fuente: División de Población de la CEPAL/CELADE. Proyecciones demográficas 2003.

En Chile el proceso de envejecimiento se produce más temprano, en el año 2000 ya hay un 10% de mayores de 60 años y la población de personas mayores de 60 años entre el 2000 y el 2050, llegará a más que el triple.

En los distintos grupos de edad se advierten cambios notables: los más jóvenes aumentaron 2,5 veces entre 1950 y 2025, pero disminuirán aproximadamente un 17% entre 2025 y el final del período; el incremento de los adultos fue de 3,8 veces en el primer período y su número seguirá creciendo, pero sólo un 32% a fines del período. El mayor protagonismo corresponderá a los adultos mayores, que aumentaron 5,4 veces entre 1950 y 2005 y prácticamente se cuadruplicarán entre 2025 y 2050, hasta superar a la población joven por un margen del 30% (CEPAL, 2008). Lo anterior nos manifiesta el creciente cambio demográfico que se ha generado en nuestro

país hacia el envejecimiento de la población, lo que significa un aumento progresivo de la cantidad de adultos mayores en el territorio, en el transcurso de los años.

Actualmente una de cada diez personas pertenece al grupo “Adulto Mayor”, de acuerdo con los criterios establecidos por la ONU; en Chile se califica como adulto mayor a cualquier persona que sobrepase los 60 años; definición que el gobierno ha asumido en la Ley 19.828, a partir de la cual se crea el Servicio Nacional del Adulto Mayor, SENAMA, en una clara señal de que se debe generar conciencia y abrir espacios de diálogo y debate sobre el tema del envejecimiento y del adulto mayor.

A raíz de este tema, es pertinente saber a qué se hace referencia cuando se habla de vejez y cómo se vive el proceso de envejecimiento. La vejez alude a una realidad multifacética atravesada por aspectos fisiológicos, psicológicos, sociales y culturales que comienza a hacerse visible a mediados de la vida de cualquier individuo. Es decir, la vejez es multifacética dado el sin número de interacciones que desarrolla el individuo con su entorno y consigo mismo, lo que implica una heterogeneidad en la condición de vejez otorgada por la complejidad de sus interacciones. Para comprender lo anterior, si se sitúa a dos personas que poseen la misma edad cronológica, 65 años, pero que sin embargo, y en virtud de sus antecedentes biológicos, sociales, y culturales, una de ellas posee una enfermedad cardíaca y la otra presenta una dificultad en la visión; esto indica que las personas mayores aún compartiendo una edad común presentan diferencias

importantes en cómo viven y asumen su vejez. Si a esto se le suma, la experiencia vital, el nivel socioeconómico, el lugar donde reside, las creencias que posee, podríamos dimensionar, en alguna medida lo complejo y multifacético que se vuelve el tema de la vejez.

Por lo anterior, es importante hacer referencia también a la calidad de vida, si bien este concepto es uno de los más utilizados en las ciencias sociales y planificación social en general, está siendo vigente en relación al envejecimiento y plantea nuevos retos en términos de desarrollo conceptual y aplicación práctica. A nivel teórico, el concepto “calidad de vida” debe incluir las especificidades propias de la vejez y considerar las diferencias respecto a las anteriores etapas del ciclo vital. A ello se suma la necesidad de identificar los elementos de naturaleza objetiva (redes de apoyo, servicios sociales, condiciones económicas, entorno, entre otros) y subjetiva (satisfacción, autopercepción), que intervienen en las posibilidades de tener una mejor o peor calidad de vida.

No obstante, cuando se habla de la población adulto mayor, también se hará referencia al empobrecimiento progresivo que esto acarrea y por ende una menor capacidad de adquirir productos de calidad en el mercado, que le permitan satisfacer en forma pertinente y oportuna las necesidades de salud, vivienda, alimentación, educación y recreación de éste grupo. Esta situación obliga al Estado a hacerse cargo de éstas demandas generando oportunidades y condiciones favorables para vivir los últimos años de la vida, los cuales no siempre aseguran calidad; por esta razón, uno de los objetivos

de las intervenciones enfocadas en las personas mayores, debe tener relación directa con el mejoramiento de dicho aspecto, dándole un especial énfasis al ejercicio de sus derechos sociales. Esto debiera traducirse en un cambio de mirada en virtud de una nueva significación que se otorgaría al envejecimiento y a la vejez.

Las nuevas políticas orientadas a las personas mayores, deben incluir ineludiblemente el mejoramiento de los medios que garantizan el acceso expedito de recursos y servicios, para una vejez digna; como ingresos, créditos, vivienda adecuada y salud, y así también el mejoramiento de los aspectos estructurales que determinan la ubicación de las personas mayores en el conjunto de la sociedad, tales como; imagen social y solidaridad intergeneracional entre otros.

En este contexto el Sistema de Protección Social Chile Solidario, es una herramienta de la política pública destinada a generar las condiciones que justamente, permitan acercar la oferta de servicios y programas sociales a las personas que más lo necesitan, en virtud de su vulnerabilidad; esto con el objetivo de garantizar los derechos sociales de las personas y familias. Chile Solidario considera como una de sus poblaciones objetivo, a los adultos mayores que se encuentran en situación de extrema pobreza y vulnerabilidad.

La ley 19.949 del 05 de junio del 2004, que crea Chile Solidario, contempla la atención de las personas mayores, a través del acceso a prestaciones y subsidios garantizados por el Gobierno de Chile; esto es

relevante a la hora de abordar el problema del envejecimiento, ya que la mayor esperanza de vida, que prolonga el tiempo de sobrevivencia después de la jubilación, ha acarreado una serie de consecuencias en la población mayor. De acuerdo a la encuesta CASEN que nos señala con datos estadísticos el fenómeno del empobrecimiento progresivo de éste sector de la población, en Santiago viven alrededor de 500.000 adultos mayores, de los cuales casi el 18% son pobres. Además señala, que las personas mayores muestran índices más altos de analfabetismo que el resto de la sociedad (15,8% contra 4,9%), lo que se suma a los factores que los posicionan en una situación de vulnerabilidad.

En 1992 casi el 9% de los mayores de 60 años vivían solos, diez años después, este grupo representa el 11,7% del total. Para sopesar la magnitud de este porcentaje, se debería comparar con aquellos menores de 60 años que viven solos, y que constituyen el 1,3% de la población. Esto quiere decir que las personas mayores viven solas en una proporción casi 10 veces mayor que el resto de la población; esta situación legitima lo anteriormente mencionado con respecto al empobrecimiento de los mayores, sumándole una variable aún más compleja, la de vivir solos. Sin duda, lo anterior aumenta las probabilidades de riesgos, haciendo a éste grupo más vulnerable aún; esta situación debiese implicar una serie de repuestas, a través de planes y programas gubernamentales, que atiendan las demandas de éstos.

En este marco surge el **Programa Vínculos**, que se enfoca en las personas mayores de hogares unipersonales y bipersonales; asumiendo la multidimensionalidad de la pobreza de esta población y centrándose en la consecución de resultados concretos, expresados en el logro de condiciones mínimas de calidad de vida. Aquí son los municipios los responsables de la implementación del Programa Vínculos, siendo apoyados técnicamente por el Servicio Nacional del Adulto Mayor, SENAMA; este organismo público proporciona una perspectiva gerontológica, lo que implica aplicar en su actuar, los conocimientos otorgados por la Gerontología, entendiendo ésta como la ciencia que trata de la vejez y el envejecimiento, en todas sus dimensiones: biológica, psíquica, sociológica, antropológica, económica, política y social. A través de esto, SENAMA pone a disposición de los municipios un conjunto de herramientas técnicas, a través de los diferentes instrumentos para el acompañamiento psicosocial y las diversas capacitaciones. El apoyo psicosocial que brinda el Programa Vínculos, se traduce en el trato directo con las personas mayores, con la finalidad de ofrecer consejería, orientación y acompañamiento, por un período de 12 meses; orientado al logro de condiciones mínimas de calidad de vida, ya sea a través de la utilización de la red de servicios existentes en el territorio, como el despliegue de intenciones y acciones con la propia persona mayor, y su entorno vecinal y comunitario. El objetivo general de dicho programa, apunta a que las personas de 65 años y más, en condiciones de extrema pobreza y/o vulnerabilidad, cuenten con subsidios garantizados, accedan de

forma preferente a un conjunto de prestaciones sociales pertinentes a sus necesidades y estén integrados a la red comunitaria de protección social. En pro de este propósito, el Programa Vínculos tiene como objetivos específicos: Implementar un programa de acompañamiento continuo que considere el apoyo psicosocial por 12 meses, para personas de 65 años o más y que ingresen al Sistema de Protección Social Chile Solidario; garantizar conforme a lo establecido en la Ley Chile Solidario, los subsidios que correspondan a las personas mayores, así como el acceso preferente a las prestaciones sociales disponibles en la red pública; potenciar la vinculación de las personas mayores participantes del programa con su entorno inmediato (barrio-comuna), mediante el fortalecimiento de las redes existentes en el territorio local y favorecer la articulación de los apoyos formales e informales (municipalidad, grupos organizados, vecinos, amigos, familiares), para que se constituya la red de protección social de las personas mayores (SENAMA, 2008, pp. 5-6).

El Programa Vínculos se ha implementado en tres versiones desde el año 2007 y la cuarta versión se llevará a cabo este año, en el mes de octubre. En su primera versión, se ejecutó en 8 regiones y 35 comunas del país, alcanzando una cobertura total de 4.004 usuarios, de los cuales 836 correspondían a personas mayores de la Región Metropolitana, puntualmente de 8 comunas de dicha región. En la segunda versión se implementó en la totalidad de las regiones del país, en 107 comunas, alcanzando una cobertura total de 8.008 usuarios, donde 1.848 de ellos

corresponden a personas de la Región Metropolitana, mostrando un aumento de 8 a 16 comunas en dicha región. De los usuarios egresados de la segunda versión, correspondientes las comunas de la Región Metropolitana, se extraerá la muestra para esta investigación. En la tercera versión, se implementó el programa en 86 comunas, de 14 regiones del país, siendo excluida la Región de Arica-Parinacota; esta versión alcanzó una cobertura de 8.508 usuarios, en 21 comunas de la Región Metropolitana, con un total de 2508 usuarios en esta región.

La cuarta versión se llevará a cabo en todas las regiones de Chile, en un total de 109 comunas, con una cobertura total considerada de 8.080 futuros usuarios, de los cuales 3.450 pertenecen a 25 comunas de la Región Metropolitana.

1.2. Planteamiento del Problema

El actual énfasis que se le otorga a los apoyos psicosociales para las personas mayores, se debe a que en la vejez se puede experimentar un progresivo deterioro tanto en temas de salud como en lo económico, pero además, porque es una etapa de la vida en la que con mayor probabilidad, se experimenta el debilitamiento de las redes sociales. Por lo tanto, en el caso de las personas mayores, es necesario generar acciones desde lo macro, que ubiquen la temática del envejecimiento en una lógica diferente a la actual.

Al parecer, existiría en la modernidad una significación paradójica respecto a la vejez porque si bien, el progreso tecnológico, la producción, los avances en la medicina y al aumento de la esperanza de vida, promueven el

acrecentamiento de la población, aumentando a su vez las personas mayores; por otro lado, el imaginario social de la vejez se caracteriza por estar asociado a la improductividad económica y social, a la desvalorización y a sentimientos de inutilidad y exclusión; formando así una contradicción entre el aumento de la población versus los espacios sociales y oportunidades para ellos.

Existen muchos prejuicios en la sociedad que favorecen una imagen negativa de las personas mayores, posicionándolas como un estorbo, esto principalmente debido al poco conocimiento que se tiene del tema. Además la vejez se configura para muchos como algo lejano, de ahí las premisas equivocadas tales como “los viejos son como niños”, “no tienen nada que aportar”, “no saben nada”, “son solo un cacho, pasan enfermos” y se podría enumerar una cantidad impresionante de dichos en contra de los mayores. Lo anterior presenta a esta etapa evolutiva asociada al desarraigo de los procesos de socialización y por ende a la exclusión social. Por lo tanto, existiría un discurso paradójico que pone en tensión dos polos, es decir, el tema del avance tecnológico y la producción, y el imaginario social de la vejez en la actualidad, donde no hay espacios claros donde converjan estos dos puntos. Se habla de avances en la medicina que han aumentado la esperanza de vida, pero no todas las personas mayores tienen acceso a estas tecnologías, ni a la medicina ya que su costo en dinero es demasiado alto.

Es a esto a lo que se hace referencia en cuanto a la necesidad de generar acciones desde lo macro, que tomen en cuenta la temática de la vejez desde una perspectiva diferente.

Es en este contexto paradójico y de exclusiones, donde el Sistema de Protección Social Chile Solidario crea el Programa Vínculos, dirigido a brindar apoyo psicosocial a dicha población. Sin embargo, lo importante para este estudio sería conocer las significaciones y percepciones en los usuarios, de las herramientas psicosociales que dice potenciar el programa dado que, y de acuerdo a los planteamientos de la psicología comunitaria, son ellos finalmente los principales actores de dicha iniciativa.

Esto resulta de vital importancia, para la psicología comunitaria, ya que es sabido que existe un aumento progresivo del porcentaje de personas mayores solas, aisladas social o geográficamente, dependientes o en situación de discapacidad, lo que indica que es cada vez más necesario contar con estrategias que acerquen los servicios sociales a estas personas; pero al mismo tiempo es relevante conocer la significación de los propios usuarios con respecto a las herramientas psicosociales potenciadas por dichos servicios.

El discurso político señala que los objetivos del programa están enfocados a un mejoramiento en la calidad de vida de los usuarios, pero esto no puede darse por hecho, sin un estudio que muestre estos resultados desde la perspectiva de las propias personas mayores, tomando en cuenta además que el concepto calidad de vida es subjetivo, multidimensional y dinámico; así no se tendrá certeza de la internalización de las herramientas psicosociales que el programa espera potenciar en ellos, sin una respuesta desde los propios usuarios.

1.3. Pregunta de Investigación

Al no existir información sobre la percepción de los propios usuarios, acerca del Programa Vínculos, ni menos respecto a las herramientas psicosociales entregadas por éste, lo que se busca es indagar las significaciones respecto al apoyo psicosocial; por tanto lo que interesa es conocer cuáles son las significaciones y percepciones de los propios usuarios del Programa Vínculos, respecto a las herramientas psicosociales potenciadas por este; entendiendo dichas herramientas como la **Autoimagen**, la **Vinculación Comunitaria** y la **Autonomía** de las personas mayores usuarias, posteriormente a su participación en la segunda versión de este programa.

Entonces, la pregunta de investigación es:

¿Cuáles son las Percepciones y Significaciones que otorgan los Adultos Mayores usuarios del Programa Vínculos (segunda versión), de la Región Metropolitana, a las Herramientas Psicosociales potenciadas por el programa?

Cabe explicitar que se entiende como herramientas psicosociales a la autoimagen, la vinculación comunitaria y la autonomía, que como se menciona anteriormente, son las herramientas que el programa dice potenciar en los usuarios, ya que dichas herramientas son fundamentales para que los sujetos puedan empoderarse de su espacio y rol social en la comunidad.

2. JUSTIFICACIÓN Y RELEVANCIA DE LA INVESTIGACIÓN

Si bien ya se ha presentado a grandes rasgos el propósito y los objetivos que persigue el Programa Vínculos, no hay información acerca de las percepciones y las significaciones que las personas mayores le otorgan a la intervención psicosocial de éste, posteriormente a su participación; es decir, se carece de un estudio empírico que recopile la experiencia de los usuarios, o de un instrumento de evaluación que pueda servir de retroalimentación sobre cómo se significan en ellos, las herramientas psicosociales que intenta potenciar el programa.

En este sentido, el estudio exploratorio sobre la percepción y las significaciones que las personas mayores, usuarias del Programa Vínculos en la Región Metropolitana, otorgan a las herramientas psicosociales contempladas en la metodología de intervención, sería un instrumento de suma relevancia para las personas que diseñan, implementan y ejecutan el programa, así como también lo sería para los propios usuarios y la comunidad en general. De esta manera, podrían derribarse ciertos mitos en torno a la vejez, como también conocer las falencias y virtudes del programa mismo, para así mejorarlo en las versiones futuras.

Esta investigación sustentada principalmente, en base las percepciones de los usuarios, se configuraría como un primer acercamiento empírico a los efectos y alcances de las herramientas psicosociales de este programa, en el bienestar y la calidad de vida de las personas mayores egresadas, de esta iniciativa gubernamental.

Sin duda, esta investigación permitiría generar una retroalimentación respecto de la ejecución del programa, en su segunda versión, y a partir de esta experiencia, generar un instrumento estandarizado para medir el futuro impacto en los usuarios.

La relevancia desde la perspectiva psicosocial, es que a partir de esta investigación se observará la forma en cómo encaran los adultos mayores la condición de vulnerabilidad en la que se encuentran y responder a la pregunta de si son capaces de generar herramientas que aminoren los factores de riesgo psicosocial a los que se ven expuestos, y que en cierta manera, los ha condicionado en sus niveles de calidad de vida.

A raíz de lo anterior se puede afirmar, que el Programa Vínculos no sólo pretende apoyar a las personas mayores usuarias a nivel de equipamiento, sino también intenta ser un aporte en la inserción de estas personas a la redes sociales, de manera definitiva, dado que el enfoque comunitaria de dicha iniciativa ha potenciado la participación social de los destinatarios.

Para la Psicología Comunitaria, siempre han sido de interés los temas que dicen relación con los grupos vulnerables, como los adultos mayores, la pobreza y también el desarrollo, entre otros; por tanto es de suma relevancia a la hora de pasar a la acción, la participación de la población, de forma que el mismo proceso implique un mayor impacto,

tomando en cuenta las percepciones de los propios actores sociales, en el diseño de programas o proyectos cada vez más próximos ellos, involucrándolos; porque para la Psicología Comunitaria la estrategia es la intervención, es decir el modo de acción que permita dinamizar a la población siguiendo sus estructuras culturales y sociales más íntimas, trabajando desde las subjetividades de la comunidad.

Por tanto, la inserción social influiría a nivel de subjetividades, ya que la articulación de estas redes de apoyo y la vinculación que se propone generar en estas personas, podría influir en el modo en que los usuarios del programa se enfrentarán a la vida, luego de esta intervención; así también en cómo se posicionarán desde su contexto social y cómo la vinculación puede o no modificar las percepciones sobre la autoimagen y la autonomía de las personas.

Esto podría generar no sólo un cambio interno en el sujeto, sino también, un cambio en la mirada de los otros; es decir, un cambio a nivel de representaciones sociales en relación al envejecimiento y a los mismos adultos mayores.

Los resultados y conclusiones de esta investigación serán relevantes para el quehacer como psicólogos, ya que brinda una oportunidad de estudiar y analizar un programa gubernamental actual, enfocado a entregar apoyo psicosocial a los adultos mayores, lo que claramente apela a esta profesión.

Además de lo anterior, este estudio permitirá indagar en los aspectos psicosociales de un grupo etéreo, que comienza a hacerse visible a raíz de los cambios económicos, sociales y culturales, volviéndose un motivo de preocupación para el Estado y para las ciencias sociales.

Las personas de la tercera edad necesitan de este tipo de iniciativas gubernamentales para reinsertarse y retomar el rol social que les fue extirpado, lo que entre otras cosas los ha llevado a la soledad y consecuentemente a enfermedades de tipo psicológico; sin embargo, nada se puede hacer sin tener las significaciones de los mismos implicados, sobre las iniciativas sociales como el Programa Vínculos.

Por tanto, es fundamental que las personas mayores usuarias, evalúen desde su experiencia personal esta intervención; tomando en cuenta las significaciones y percepciones, para conocer el alcance, de las herramientas psicosociales que potencia el programa; ya que se espera que a través de éste, los adultos mayores vulnerables, sean capaces de generar factores protectores ante los riesgos sociales, recuperando a través del empoderamiento, el rol de actores sociales que se les ha suprimido.

En este sentido, la efectividad y el impacto positivo de este programa de apoyo psicosocial, se relaciona por una parte con las prestaciones sociales entregadas, pero por otra, con la propia percepción y significaciones de las personas mayores, con respecto a su autoimagen,

su autonomía y a la vinculación comunitaria, como herramientas que trabaja y potencia el programa en las sesiones de implementación.

Efectivamente, un estudio que apunte a identificar estas percepciones es de suma relevancia para el propio programa, ya que promueve un espacio de intercambio para mejorar cada vez más, las intervenciones y el apoyo psicosocial.

Por lo tanto, este estudio se justifica principalmente, ante la carencia de instrumentos que evidencien las percepciones de los principales involucrados sobre lo que potencia y promueve el programa, a saber, las herramientas psicosociales; es decir, la vinculación con las redes sociales, la potenciación de una autoimagen positiva y el fomento de la autonomía en las decisiones personales, en las personas usuarias egresadas.

Todo esto con el fin de disminuir su condición de vulnerabilidad, por sus propios medios; sólo de esta manera, el programa podría evaluarse como efectivo o no, ya que de otra forma pasará a ser una mera política asistencialista, con resultados a corto plazo, que intenta silenciar a esta población otorgándoles comodidades materiales, acompañamiento en la gestión con redes comunales e información, pero que luego de finalizados los 12 meses de ejecución deja nuevamente expuesta a esta persona mayor a su condición de vulnerabilidad.

3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Objetivo General

- Conocer las percepciones y significaciones que otorgan los adultos mayores usuarios del Programa Vínculos (segunda versión), de la Región Metropolitana, a las herramientas psicosociales potenciadas por el programa.

3.2. Objetivos Específicos

1. Identificar y describir las percepciones y significaciones que otorgan a la *Autoimagen*, los adultos mayores usuarios del Programa Vínculos.
2. Identificar y describir las percepciones y significaciones que otorgan a la *Vinculación Comunitaria*, los adultos mayores usuarios del Programa Vínculos.
3. Identificar y describir las percepciones y significaciones que otorgan a la *Autonomía*, los adultos mayores usuarios del Programa Vínculos.

4. MARCO TEÓRICO

4.1. Psicología Comunitaria

La psicología comunitaria, surge en Estados Unidos en virtud de la insatisfacción de los psicólogos que se encontraban preocupados por la orientación de la psicología clínica hacia la salud mental, la injusticia social, la pobreza y las limitaciones del paradigma psicológico vigente para enfrentar esta problemática. La intervención comunitaria nace como una alternativa frente a las prácticas individualistas imperantes de la época, de esta manera pone su énfasis en las prácticas sociales y políticas, comprometiéndose con el cambio social. Desde finales de la década de los cincuenta, del siglo XX, en Latinoamérica se venían realizando trabajos comunitarios, algunos de éstos se orientaron al desarrollo y participación comunitaria, buscando promover el cambio social y la concientización (Krause y Jaramillo 1998, y Montero 1984).

El enfoque comunitario de la psicología, llegó a América Latina como un paradigma ideal para solucionar los conflictos individuales y sociales; ya que pretendía, como se mencionaba anteriormente, superar el carácter individualista de toda la psicología anterior, ampliando su campo de acción a los sectores y grupos sociales más desposeídos, para impulsar a los psicólogos a actuar como verdaderos sujetos de cambio social y liderazgo.

En la década de los setenta, en América Latina, son los psicólogos sociales quienes haciendo eco de los cuestionamientos a la psicología social, promueven un giro conceptual, dogmático y práctico de la disciplina

orientándola hacia la aplicación del conocimiento en la solución de los problemas sociales.

Krause y Jaramillo (1998), destacan tres importantes influencias sobre el desarrollo de la psicología comunitaria en Latinoamérica; la primera, la preocupación por los graves problemas económicos y sociales que vivían los países latinoamericanos, como la dependencia económica; esto provocó por una parte la toma de conciencia de las comunidades y por otra, la búsqueda de autonomía en la toma de decisiones respecto las transformaciones sociales que fuesen pertinentes. En segundo lugar, se genera una actitud crítica frente a la psicología social latinoamericana, la cual desconocía las características y los problemas de la realidad social de los países de la región; ésta se comienza a considerar como una reproducción de la psicología social experimental estadounidense. Este descontento lleva a poner aun más énfasis respecto de la coherencia entre la intervención y la voz de los sujetos de ella. Y en tercer lugar está la influencia de la educación popular, orientada a la concientización y la investigación-acción, que promovía la idea de autogobierno en las comunidades, con enfoques teóricos y prácticos innovadores.

La psicología comunitaria en Chile, se inicia aproximadamente en los años sesenta y en sus inicios enfatizó los valores de la comunidad, tomando así el psicólogo un rol de agente de cambio social (Asun, 1995).

Siguiendo en este contexto, la salud mental poblacional (Weinstein, 1975) y la psiquiatría intracomunitaria, enfatizaron la investigación de la

conciencia y la cultura de los potenciales destinatarios de la intervención, valorando la participación e incorporación de la comunidad en la intervención. Rappaport en 1977, señala no delimitar a la psicología comunitaria, sino que ésta debe ser considerada como una perspectiva científica orientada a la búsqueda de nuevos paradigmas, permitiendo nuevos conocimientos y prácticas. Por su parte, Montero (1984) define psicología comunitaria como:

La rama de la psicología cuyo objeto es el estudio de los factores psicosociales que permitan desarrollar, fomentar y mantener el control y poder que los individuos pueden ejercer sobre su ambiente individual y social para solucionar problemas que los aquejan y lograr cambios en esos ambientes y en la estructura social (p. 3).

El elemento central de esta definición es el énfasis en el poder y el control de la comunidad sobre su ambiente, desplazando a los agentes interventores u organismos externos de cualquier signo u origen. De esta manera, se plantea el papel de psicólogos como facilitadores del cambio social, posicionando a la comunidad como sujetos activos en la solución de sus problemas, a través de la toma de conciencia y el cuestionamiento de su posición dentro de la sociedad; es decir, los cambios sociales no serán posibles sin la participación de los individuos a los que van dirigidas estas prácticas. Señala Montero (1984) que “el trabajo debe ser autogestión y no

pura manifestación externa” (p. 391), dado que la idea fundamental de la psicología comunitaria, es la de posibilitar el aumento de poder de los actores sociales objetos de intervención.

Montero (1994), cuestionando el paradigma imperante en la psicología social latinoamericana, propone un paradigma emergente cuyos principales postulados son: el carácter histórico de la psicología; es decir, los fenómenos psicosociales se dan en realidades específicas. Y por otra parte, la realidad social como orientadora fundamental de los estudios psicológicos. Esto implica considerar que la realidad es una construcción cotidiana, que debe ser entendida en una perspectiva dialéctica en la que persona y sociedad, se construyen mutuamente; asumiendo de esta manera, los problemas de la realidad social, tomando en cuenta la estructura económica, cultural y sus efectos en la formación del ser social.

Se puede observar que uno de los grandes elementos que Montero considera es el reconocimiento del papel activo de los seres humanos, los cuales son considerados como actores y constructores de su realidad. Esta orientación, ubica al sujeto de intervención en el centro de dicho proceso, promulgando de esta manera, la autogestión; es decir, la idea es trabajar para que los sujetos de estudio, empleando sus capacidades y potencialidades, adquieran conciencia y control sobre sus vidas y circunstancias vitales.

En este sentido, la autora sigue las orientaciones de la “Psicología de la Liberación”, de Ignacio Martín-Baró, en donde se propone la idea de la unión de la psicología y las demandas de los sectores populares. Para este autor, el

objetivo de la psicología social es posibilitar la desideologización, y posteriormente la concientización de los sujetos marginados, a través del estudio de la acción en tanto ideología.

La “Psicología de la Liberación” propone el estudio de la conciencia desde una óptica dialéctica, donde se entiende que el único cambio y liberación posible de la realidad, es la transformación de esta y del individuo; es decir, en la transformación constante de ésta por aquel (Martín-Baró, 1998).

La importancia de este saber es el conocimiento inserto en la praxis cotidiana, la más de las veces inconsciente e ideológicamente naturalizado, en tanto permite o impide a los pueblos el control sobre su propia existencia (Martín-Baró, 1998). Según el autor, el horizonte de la psicología se enfocaría en desalinearse a las personas y a los grupos, logrando de esta manera un saber crítico sobre sí mismas y sobre su realidad. La concientización de los sujetos mediante la desideologización, permitiría el cambio social desde una conciencia crítica sobre las raíces, objetivas y subjetivas, de la enajenación social, y además salir de la díada dominador-dominado, ya que sólo puede realizarse a través de la horizontalidad y la participación activa de los sujetos de intervención (Martín-Baró, 1998).

Así se puede observar que en la psicología comunitaria el énfasis está puesto en la interacción entre los individuos y de éstos con su contexto social, además a través de su teoría y praxis promueve la mejora de calidad de vida de las comunidades y de los individuos que las conforman,

desarrollando de esta manera desde la autogestión recursos que irán enfocados a la satisfacción de las propias necesidades de los actores sociales.

Al respecto, Sánchez Vidal (1991) señala que las metas de la psicología comunitaria son estudiar seria y sistemáticamente el cambio social y sus efectos psicológicos, haciendo énfasis en áreas y grupos humanos prioritarios de la comunidad, como los adultos mayores, temas como la drogadicción, la problemática familiar, la delincuencia, las pandillas, los entornos carcelarios, la marginación urbana, la asistencia primaria, la violencia, el maltrato infantil, entre otros.

Se puede decir, a raíz de lo anteriormente expuesto, que uno de los fundamentos de la psicología comunitaria es fortalecer la participación social, dado que ésta se configura como una condición para disminuir la incertidumbre social y mejorar la efectividad de acción en dicho ámbito.

Por tanto, no sería sólo el derecho de las personas a participar de la realidad social, sino que también sería el único camino para llegar y adecuar las soluciones de calidad a cada una de las situaciones de nuestra propia vida. La práctica de la participación social promueve el desarrollo personal y comunitario, dado que satisface necesidades básicas como la interacción con otras personas, satisfacción de necesidades afectivas a través de la vinculación, desarrollo de pensamiento reflexivo, autovaloración, autonomía, además de la posibilidad de expresar y autogestionar, entre otras.

El concepto participación se tiende a usar en dos sentidos, uno “el ser partícipe de”; es decir, disponer de servicios o recibir prestaciones sociales, y la otra “tomar parte de en”, esto se refiere a la capacidad de tomar decisiones y ser parte activa de un proceso.

Así se puede advertir que la primera acepción entiende la participación como un elemento legitimador de poder y la segunda como un elemento más bien de transformación, en el que todo el mundo tiene un papel protagonista. Citando a Arango (1996), Zambrano (2005) entiende el comportamiento participativo, como “la acción o conjunto de acciones colectivas, acordadas reflexivamente y orientadas a la autogestión en la solución de los problemas y satisfacción de necesidades en donde se instauran principios de cooperación, solidaridad y ayuda mutua” (Zambrano, 2005, p. 2).

No obstante, no se puede ignorar el que los protagonistas de la vida comunitaria son desiguales en recursos y poder; como lo señala el PNUD (2004) “El poder ¿para qué y para quién?”. Zambrano (2005) citando al PNUD (2004) alude a que el concepto de poder, refiere al “control relativo que un individuo o grupo tienen sobre los que los demás y el mismo puede obtener” (p. 4). En las sociedades en democracia como Chile, se deberían crear las condiciones para que los ciudadanos, independientemente de sus diferencias, pudieran influir en asuntos tanto privados como públicos. Sin embargo, existe en una importante proporción de agentes de desarrollo la tendencia a considerarse expertos y poderosos para tomar decisiones que en ningún caso, tienen en consideración la visión de aquellas personas que

conforman el grupo o comunidad. Existiría la posibilidad como lo plantea el PNUD (2004), “más poder para todos” si las condiciones sociales permitieran no sólo ampliar el poder para decidir acerca de su vida, sino además ser capaces de generar mecanismos que favorezcan la simetría en su distribución.

En este marco, diversos autores han comenzado a hablar de empoderamiento, específicamente en psicología comunitaria, este concepto surge en la década de los 70', como una crítica al trabajo comunitario guiado por el modelo de la prevención, que ponía el acento en las necesidades y riesgos de las personas. Etimológicamente el concepto de empoderamiento alude a permitir, capacitar o dar poder sobre algo o alguien para hacer algo; conceptualmente se refiere al mecanismo a través del cual las personas adquieren control sobre sus propios temas (A, Sánchez, 1996). Por tanto, los ejes centrales del concepto serían la potenciación y fortalecimiento, esto con el objetivo de ser y sentirse competentes en aquellos ámbitos de interés para el propio sujeto o comunidad.

Julian Rappaport (1981,1987) propuso el modelo de empowerment, como un modelo que podía generar la posibilidad de redistribución de recursos y de mayor participación de los sectores menos favorecidos.

Según el mismo autor, el empoderamiento tendría dos dimensiones, una que se centra en la autodeterminación personal y la otra, en la determinación social refiriéndose a la participación social, por tanto ambas son complementarias; de esta manera, se logra visualizar al sujeto de

manera integral y no como meros entes con necesidades, o simples ciudadanos con derechos que deben ser defendidos por un agente externo; por el contrario, a través de este modelo los seres humanos son entendidos como sujetos capaces de tomar el control sobre sus propias vidas, resolviendo problemas paradójales y multifacéticos.

En este escenario, los “expertos” actúan como facilitadores, quienes, aprenden de las experiencias de las comunidades, aportan en la creación de espacios de encuentro entre las personas, potenciando la vinculación, apoyando en la construcción de las propias soluciones y difundiendo estas experiencias (Rappaport, 1981).

Por su parte Maritza Montero (2003, p. 72), propone el concepto de fortalecimiento comunitario, “mediante el cual los miembros de una comunidad desarrollan de manera conjunta capacidades y recursos para controlar su situación de vida, actuando de manera comprometida, consciente y crítica para lograr la transformación de su entorno según sus necesidades y aspiraciones, transformándose al mismo tiempo a sí mismos”. Por tanto, el empoderamiento, consistiría en la capacidad que desarrollan los sujetos o comunidades de elegir, decidir y actuar, para esto se necesita que las personas tengan la convicción de que pueden hacer algo para cambiar las cosas y crean en las propias capacidades.

El trabajo comunitario en general, debe por sobre todo enfocarse a potenciar estos procesos de empoderamiento, cuya finalidad sea el que las personas o comunidades con las cuales se trabaje en conjunto, tengan

mayor capacidad de elección a través de sus propias competencias; lo que se transformará sin lugar a dudas, en una mejor calidad de vida para cada uno de esos grupos de personas que viven en condición de vulnerabilidad. En relación a esto, uno de estos grupos es la tercera edad, quienes se presentan como un sector prioritario de intervención dado su protagonismo en el cambio demográfico hacia el envejecimiento de la población mundial versus las condiciones de calidad de vida, participación social y derechos que posee efectivamente este grupo.

Entendiendo que los derechos y la participación social se vinculan en dos dimensiones; por una parte, la participación social se establece como un derecho al que pueden acceder todos los miembros de la sociedad, incluidos los adultos mayores, y por otra, se define la participación social como un instrumento de articulación de intereses entre individuos y grupos, que posibilita exigir derechos que no son asegurados por las instituciones. Así, la participación se configura como instrumento de generación de empoderamiento, de conocimiento de derechos y de construcción de ciudadanía. Por otra parte, la participación en el ámbito de la vinculación a redes sociales, permite acceder a formas de capital social que posibilitan asociar y movilizar una serie de recursos, a los que sin una participación activa es muy difícil acceder.

La participación social de las personas mayores, desde su dimensión individual, podría definirse como el “proceso de interacción personal que

consiste en tomar parte activa y comprometida en una actividad conjunta y que es percibida por la persona como beneficiosa”.

Sin embargo, la participación social no sólo se refiere a los estilos de vida de cada persona, también está estrechamente ligada al lugar que la sociedad asigna a quien envejece, es decir, a la imagen social de la vejez. De este modo, los entornos de participación y de vinculación social, cuando se establecen como espacios de integración y como facilitadores de un envejecimiento activo, significan recursos funcionales al logro o incremento de la calidad de vida de las personas. Por el contrario, cuando no existen instancias de participación, estos potenciales recursos se transforman en barreras y limitaciones para la actividad y el bienestar; aquí es donde se hace necesario intervenir a través de acciones comunitarias que apunten a incentivar a los adultos mayores a elegir, actuar y decidir en conjunto, tomando un rol activo en la sociedad; es decir “construir instituyentemente y de forma innovadora más allá de las individualidades, pues el empoderamiento supone un proceso de potenciación que afecta a todos los miembros que conforman las redes” (CELADE, 2005).

Se puede apreciar que particularmente, en la sociedad chilena, si bien aumentan las posibilidades para que cada vez más individuos lleguen a una edad avanzada, al mismo tiempo la calidad de vida empeora a medida que se envejece; lo que configura a la tercera edad como uno de los sectores vulnerables de la población.

4.2. Adultos Mayores, Vejez y Envejecimiento

4.2.1. Contexto Histórico

Nunca ha existido una única denominación de las personas que integran este grupo etáreo, se les ha llamado “ancianos”, “senescentes”, “tercera edad”, “personas de edad”, y desde la gerontología se ha acuñado el término “viejo”. Ahora bien, en términos legales en Chile, la persona mayor de 60 años es “adulto mayor”. Desde el Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA), se ha incorporado el término “persona mayor”, integrando a cada una de las personas mayores de 60 años de edad, sin distinción de género; y así como la denominación ha variado, lo ha hecho también el significado de la vejez, dado que ésta ha sido interpretada de diversas formas, dependiendo de cada cultura y contexto social.

En épocas primitivas y arcaicas, las escrituras indican que al viejo se le atribuía una gran autoridad política, social y cultural. No obstante muy pocos aborígenes llegaban a cumplir los 35 años de edad. El promedio de vida en las bandas de cazadores era solo de 19 años, y en las comunidades semi-sedentarias no superaba los 20 años. La vida de las tribus era continuamente amenazada por las inclemencias del clima, el hambre y las epidemias.

En las culturas ágrafas, los viejos constituyen la memoria de la comunidad y por tanto los depositarios de la tradición, configurando entonces la identidad de la comunidad. No obstante, cuando la memoria

les falla son excluidos o se autoexcluyen de la comunidad, con el fin de acabar con sus días (suicidio altruista).

Ahora bien, en la cultura clásica el anciano configura una imagen de enfermo tanto así que en el conocido libro de Platón “La República”, los gobernantes no son necesariamente los más viejos, sino los más perfectos, los hombres maduros, pero no ancianos. Por su parte, Aristóteles afirmaba que a los viejos hay que tratarlos con respeto, sin que por ello se genere una veneración religiosa.

En Chile, la cultura mapuche respeta y valora a los viejos, debido a que se consideran como los sabios en las comunidades y por tanto, son personas decisivas en la formación de nuevas generaciones; la longevidad se asocia a un poder sobrenatural y la buena memoria inspira admiración entre los jóvenes. Los ancianos son magníficos oradores y suelen estar a cargo de la educación de los más jóvenes, forman verdaderas escuelas donde narran la historia de sus antepasados y enseñan los usos y costumbres de su cultura. Todo lo visto, escuchado o vivido, es la base y riqueza de la sabiduría de los ancianos; ellos eran conocedores del clima, de la geografía, de los pasos cordilleranos, también sabían de enfermedades, métodos curativos, uso de yerbas y tenían mucha información fundamental para la sobrevivencia.

El mito de Kai-Kai relata que al principio de los tiempos hubo una gran inundación, provocada por una guerra entre el bien y el mal, donde este último se dio por vencido, pero el resultado fue que únicamente en el

mundo quedaron 4 sobrevivientes: una pareja de jóvenes y otra de ancianos, por tanto los jóvenes fueron el principio de la gente y los ancianos fueron elegidos para apoyar a los jóvenes en la sabiduría; en estas culturas el tiempo es cíclico de tal manera que lo antiguo se renueva constantemente, por tanto la sabiduría vieja no se desecha sino mas bien se renueva y se reinterpreta.

Se puede señalar que el conocimiento transmitido por los ancianos, fue decisivo para el desarrollo de civilizaciones y de grandes culturas americanas como los Mayas, los Aztecas y los Incas; en estas sociedades los ancianos tenían el status de sabios y eran a la vez temidos, y obedecidos ciegamente por los más jóvenes. La vejez iba de la mano de la riqueza, dado que por tener más edad, habían acumulado más lana, más ganado, más alcohol, entre otras cosas. Los caciques-ancianos eran los dueños del hacha insigne, símbolo del poder, y en caso de guerra, adquirirían el título de toqui o jefe.

Ahora bien, en los orígenes de la cultura occidental la vejez pierde frente a la madurez y la enfermedad es considerada como una vejez prematura; por lo tanto, la vejez aparece como una enfermedad permanente.

En la edad media, la fuerza física es imprescindible para la lucha, por tanto el “anciano” que ya no es capaz de luchar no vale nada. El cristianismo no tiene un interés especial por los viejos, para los escritores, lo importante es la fealdad de esta población, ya que esto les proporciona la imagen del

pecado; la vejez por tanto, sería interpretada como un castigo divino, al contrario del paraíso, entendido como el lugar de la eterna juventud. Por lo anterior, un viejo que gozase de plena salud era vinculado a ritos diabólicos. En este contexto social los viejos dependían de sus familiares, ateniéndose a las reglas impuestas por éstos o de lo contrario pasaban a ser parte de la gran cantidad de indigentes de la época. No obstante, para los más acaudalados la opción era retirarse en un monasterio, lo que en alguna medida les garantizaba tranquilidad y “salvación eterna”. Con el tiempo esta práctica se fue masificando, pues ya los monasterios comienzan a contar con alojamientos para ancianos, marcando un hito en la historia de la vejez, dado que es en este punto de la historia, donde a la vejez se le relaciona con el cese de actividades, lo que va generando una condición de aislamiento en los viejos.

Como consecuencia de mejoras económicas y el crecimiento paulatino de la burguesía en el siglo XI la situación de los ancianos comienza a variar. La vejez en virtud del desarrollo urbano y el auge del comercio comienza a ser sinónimo de riqueza y éxito y pasa a formar parte de los nobles o respetados ciudadanos, teniendo gran influencia en los asuntos públicos.

En el siglo XIV, las epidemias que asolaron a la población produjeron un desequilibrio demográfico en favor de los viejos, ya que las defunciones en su gran mayoría fueron de niños y jóvenes. Esta situación, cambio bruscamente la proporción de viejos y por consecuencia la mentalidad, lo que ocasionó que la estructura social se volcara en torno a ellos; prueba de esto,

es el cambio de rol que se generó, convirtiéndose los viejos en mediadores entre generaciones, testigos de procesos de canonización, escritores de crónicas, poseedores de la historia y transmisores del saber. En este contexto, donde se mejora el lugar en lo social, económico y cultural de los viejos, y a partir de la organización de éstos, se van creando las primeras casas de retiro para viejos caballeros.

A pesar de lo anterior, a finales de la edad media, se mantiene en la sociedad una imagen negativa de la vejez, prestándose para su desprestigio en la literatura de la época; siendo especialmente la mujer, anciana, pobre y sola, el punto más bajo de la escala social, y también atribuyéndole la característica de poseedora de las fuerzas del mal. Por lo tanto, la importancia social que tuvieron los viejos en los siglos XIV Y XV fue pasajera, dado que la recuperación demográfica en favor de los jóvenes a finales del siglo XV, hizo resurgir los episodios de burla hacia este grupo.

Posteriormente, en la edad moderna los esfuerzos se volcaron a investigar el origen de la vejez, con el fin de dar término a ésta a través de distintos medios como la medicina, la magia, la alquimia y la filosofía, favoreciendo la valoración social negativa aún mayor de la vejez; tanto así que Erasmo, en su conocida obra “el elogio de la locura” realiza una cita realmente desvalorizante de la vejez. Por otra parte, la mujer considerada como un símbolo de belleza en la juventud, al momento de envejecer se convertía en el ícono máximo de la fealdad; este prejuicio asumido en la sociedad, generó que con frecuencia se les catalogara como brujas, y así

también las expresiones artísticas de la época se prestaron para favorecer este mito. Ahora bien, las críticas en la literatura del siglo XVII, ayudaron a que la visión negativa del viejo bajara de tono, concediéndole un mayor valor que en siglos anteriores.

Desde fines del siglo XVIII hasta mediados del siglo XIX ,se iniciaron una serie de cambios sociales: la burguesía adquiere de forma creciente poder económico y social, produciéndose una sociedad de carácter industrial y financiero, esta primera revolución industrial constituye el principio del proceso capitalista; paralelo a esto se produce una revolución de carácter intelectual (siglo de las luces), lo que en la asistencia pública reformó y estimuló la beneficencia, atenuando de esta manera en alguna medida la miseria de algunos ancianos. Por otra parte, en este período las empresas eran familiares y por ende el jefe era el miembro de mayor edad; esto valorizó a la vejez simbolizándola como la unidad y la permanencia de la familia, además permitía a través de ella la transmisión de riquezas y su acumulación, que se configuran como la base del capitalismo y el individualismo burgués.

Ahora bien, en la edad contemporánea y en virtud de la revolución industrial y las transformaciones que trajo consigo en la sociedad, la condición de los viejos fue empeorando progresivamente; por ejemplo, dada una avanzada edad para los obreros significaba no soportar el ritmo de trabajo, por lo que fallecían frecuente y prematuramente, o bien quedaban excluidos

del sistema reduciéndose a la miseria, ya que carecían de cobertura económica por parte de la empresa y del estado.

A mediados del siglo XIX, terminó de completarse la revolución industrial, y si bien este proceso provocó un creciente desprestigio de la vejez, los avances en la medicina, la higiene y salud pública generaron una mayor presencia de ancianos y por supuesto un aumento en su esperanza de vida; esto constituyó un cambio demográfico importante, dejando de ser un problema individual y familiar, para convertirse en un problema social, de carácter público y trascendente a nivel político.

En la actualidad, los progresos en la industrialización han permitido la disolución de la familia extendida por sobre la familia nuclear, lo que a su vez y partir de la presencia considerable de viejos en la sociedad, ha obligado a crear leyes, normas y programas que aborden y solucionen las problemáticas que plantea la vejez, considerándose una de las preocupaciones más urgentes de los estados en el presente. Las nuevas formas de vida, van configurando la marginación social de los viejos, tanto así que este mismo se siente como un sobreviviente en un mundo ajeno, hasta el punto que el tiempo que el anciano considera el suyo, está en el pasado “en mis tiempos”. Ahora bien la jubilación impuesta por la sociedad supone el apartamiento social definitivo de este grupo etéreo y por lo tanto la pérdida del rol y estatus en la sociedad.

Hoy la experiencia acumulada en los años no tiene gran valor en la sociedad Chilena tecnocrática, en donde lo que prima es la competitividad,

haciéndose necesaria una rápida adaptación a las tecnologías que se renuevan constantemente. En la sociedad actual se tiende a satisfacer las necesidades básicas de los adultos mayores, acotándolas a lo material, mientras que por otra parte son marginados y excluidos socialmente. En este contexto, el modelo médico tradicional aporta a este desprestigio de la vejez, ya que desde este lugar surge el estereotipo que percibe a la vejez como incapacidad. Así, el futuro del adulto mayor se convierte en un progresivo e inevitable deterioro, transmitiendo una actitud de desánimo, decepción y temor frente a esta inevitable decadencia, lo que en el plano subjetivo repercute en un sentimiento de resignación y apatía, que suele llamarse “resignación aprendida”, entendiendo esta como "una respuesta común de los individuos ante situaciones que están fuera de su control" (Barros, 2000, p. 37), lo que indudablemente frena la iniciativa de mantenerse activo para contrarrestar las limitaciones comunes que se experimentan en esta etapa. Se vive, entonces, en una sociedad que engrandece la juventud y se esmera en negar el proceso natural de envejecimiento, instalando en la conciencia social el disimulo de sus efectos instruyendo a realizar actividades de ocio que generen una imagen juvenil, por esto los viejos se ven disminuidos respecto de lo que se espera en su comportamiento, en sus obligaciones, en el modo de vestir e incluso existe una importante represión en el ámbito sexual.

4.2.2. Envejecimiento en Chile

En Chile, la expectativa de vida al nacer supera los 78 años, sobrepasando los 80 años en el caso de las mujeres. Si a esto se agrega que en Chile se ha mostrado una drástica disminución de las tasas de natalidad, se puede observar que existe una acelerada transición demográfica hacia el envejecimiento, lo cual se irá profundizando cada vez más en un futuro. Estos dos factores demográficos sitúan a nuestro país en una etapa avanzada de envejecimiento, ubicándolo a la cabeza del continente.

En Chile, como resultado fundamental de los avances en el ámbito de la salud se ha incrementado la esperanza de vida al nacer y de la expectativa de vida al alcanzar los 60 y los 65 años, esto a causa de la disminución de las tasas de mortalidad. Además, el número potencial de años que pueden esperar vivir las personas aumenta a medida que se envejece.

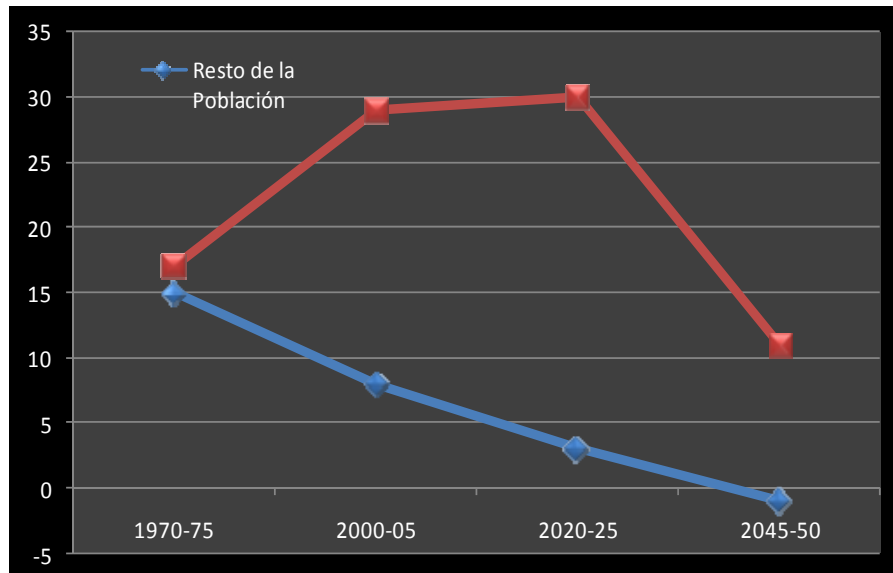
El crecimiento de la población chilena en el período 1975-2000 fue de un 47,9% mientras la tasa de crecimiento de la población de 60 años y más, se situó en el 92,6% en el mismo período. Las estimaciones prevén que entre los años 2000 y 2025 el crecimiento de la población chilena será de 24,3%, mientras que la población de mayores se incrementará hasta llegar a 145,2%. Para el período 2025-2050, esta tendencia se mantendrá, pero con un incremento más discreto de la población de edad avanzada, ya que las previsiones apuntan a que la tasa de crecimiento llegará a un 48,1%, mientras que la de la población total descenderá significativamente, hasta 5,6%.

Es posible explicar la reducción de la tasa de crecimiento de la población de personas mayores por el hecho que la transición demográfica hacia el envejecimiento, ha estado acompañada de una transición epidemiológica. Las enfermedades asociadas a altas tasas de mortalidad (enfermedades cardiovasculares, respiratorias), que anteriormente afectaban a poblaciones más jóvenes, han comenzado a desplazarse hacia los adultos mayores, lo que incrementará las tasas de mortalidad en un futuro.

En el gráfico N° 1, que se muestra a continuación, se puede apreciar el incremento porcentual de la población de mayores desde 1970 hasta alrededor del 2025 es muy superior a la del resto de la población, la que presenta incluso índices de crecimiento negativo, estableciéndose con ello, como veremos más adelante, una brecha en cuanto a proporción y cantidad absoluta de personas de uno y otro estrato etáreo que irá incrementándose sostenidamente, al menos, hasta el año 2025. Se observa que en el año 1975, se contaba un total de 814.000 personas mayores, versus 1.568.000 el año 2000; de este modo, entre ambos años se observa un incremento del 92,6%.

Gráfico N°1

Crecimiento Población Adulta Mayor v/s Población Total (Porcentaje)



Fuen

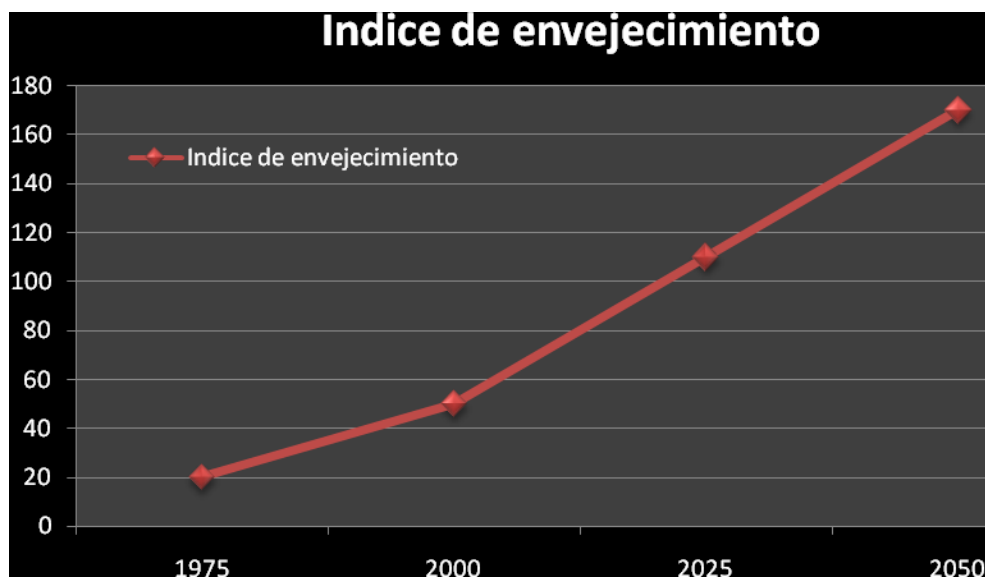
te: SENAMA (2009).

El gráfico N° 2 muestra el índice de envejecimiento, es decir, el número de personas de 60 años y más por cada 100 menores de 15. En 1975 el índice de envejecimiento era de 21,1; para el 2000 la cifra había aumentado hasta llegar a 36, y se espera que a partir del 2025 la población de mayores supere a la de los niños, llegando a 103,1 personas mayores por cada 100 menores de 15.

Este índice en el 2050 llegaría a 170 de acuerdo a las proyecciones. La construcción del índice de envejecimiento a partir de datos de la encuesta CASEN 2006, cifraba este indicador en 55,7.

Gráfico N°2

Índice de Envejecimiento



Fuente: SENAMA (2009).

En el año 2000 se estimó un total de 1.568.467 personas mayores equivalentes al 10,2% de la población total. Según el Censo 2002, la cantidad de personas mayores había llegado a 1.717.478, correspondientes al 11,4% de la población.

Esta cifra para el año 2007 habría llegado, según las proyecciones calculadas, a 2.007.691, lo que representa el 12,1%; se estima que en el año 2010 habrá 2.213.436 personas mayores que significarán un 13% del total de la población. Asimismo, se contarán 3.846.562 en el año 2025 con un peso de 20,1%, y 5.698.093 mayores en el 2050, correspondientes a un 28,2% del total de la población.

Cuadro Nº 1

Población de Personas Mayores por Tramo Etario 2000-2050

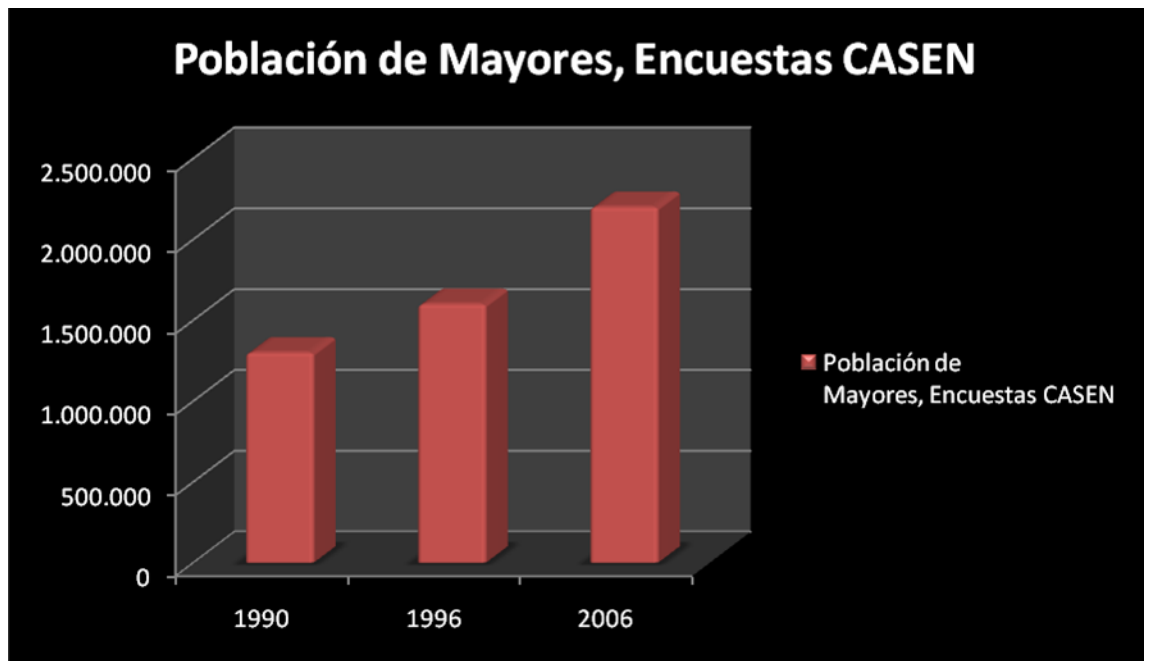
Población de Personas Mayores por Tramo Etario 2000-2050											
	2000	2004	2005	2006	2007	2008	2010	2015	2020	2025	2050
60-64	464.960	554.594	577.002	595.937	614.872	633.807	671.677	801.793	1.005.170	1.155.060	1.336.957
65-69	398.561	424.219	432.884	454.163	475.442	496.721	539.279	629.844	754.047	947.807	1.150.215
70-74	305.395	339.705	348.283	356.491	364.698	372.904	389.319	487.591	572.158	687.841	942.596
75-79	205.815	246.244	256.350	264.110	271.869	279.629	295.148	332.591	419.566	495.471	880.189
80 +	202.736	242.679	252.664	265.734	278.803	291.873	318.013	386.512	456.788	560.383	1.388.136
Total	1.568.467	1.809.445	1.869.188	1.936.435	2.007.691	2.076.942	2.213.436	2.638.331	3.207.729	3.846.562	5.698.093
% AM sobre Pob. Total	10,2	11,2	11,5	11,8	12,1	12,4	12,9	14,8	17,3	20,1	28,2

Fuente: SENAMA (2009), a partir de datos INE-CEPAL, Observatorio Demográfico N°3, (2007).

Las estimaciones realizadas por la CEPAL respecto al año 2006, resultaron inferiores al valor porcentual que presentó la encuesta CASEN 2006, que cifró en un 13% la proporción de adultos mayores para ese año. Según ésta, el número de personas mayores, llegaba a 2.100.378.

Gráfico N°3

Población de Mayores Encuesta CASEN



Fuente: CASEN (2006)

Aún así, el creciente cambio demográfico en favor de los adultos mayores está generando hoy en día, una permanente preocupación por las condiciones éstos, lo que ha significado la presencia de disciplinas interesadas en estudiar esta etapa del ciclo vital, desde una perspectiva multidimensional.

4.2.3. Gerontología y su Perspectiva del Envejecimiento

Si se quiere internalizar en el tema de la vejez y los adultos mayores, se debe trabajar también desde la ciencia que trata a dicha población: “la Gerontología, entendida como la ciencia que trata de la vejez y del envejecimiento en todas sus dimensiones: biológica, psíquica, sociológica, antropológica, económica, política y social. El término se empezó a usar a principios del siglo XX y constituye el enfoque más general del envejecimiento y puede incluir a cualquier materia, profesión o técnica” (Forttes, 2008, p. 4). Cabe mencionar además que la multidimensionalidad del término significa también contribuir al conocimiento gerontológico, adoptando un enfoque interdisciplinario.

Según la gerontología social, el envejecimiento es el proceso que se extiende por toda la vida y se enmarca en una serie de cambios, que se dan desde el momento de la concepción. Según Forttes (2008) el envejecimiento individual tiene las siguientes características:

Universal: proceso propio de todos los seres vivos;

Continuo: proceso que desde que comienza no se detiene hasta la muerte; *Irreversible:* proceso sin vuelta atrás;

Heterogéneo e Individual: aunque hay ciertos patrones de envejecimiento, el proceso ocurre en forma no homogénea entre los individuos de la misma especie, incluso a medida que las personas envejecen se van haciendo cada vez más diferentes unas de otras; *Deletéreo:* proceso que lleva a

una progresiva pérdida de función; *Intrínseco*: proceso determinado al menos parcialmente por los factores genéticos. Se sabe también que los factores externos juegan un papel importante; dentro de los factores no genéticos se encuentran el estilo de vida y los hábitos.

Ahora bien, cuando se habla de vejez, se refiere al resultado de una compleja interacción de procesos biopsicosociales, que se han dado en un largo período, lo que configura la llegada a un estado meta.

Fortes (2008) distingue los siguientes tipos de envejecimiento:

- *Envejecimiento Normal*: Es el que experimentan la mayoría de las personas sin enfermedad o sin limitaciones. Supone una pérdida progresiva de la funcionalidad del organismo, pero estas limitaciones no impiden llevar una vida autónoma, ni interfieren con la mayor parte de los roles sociales. Cada sociedad tiene un envejecimiento normal según su grado de desarrollo sanitario, económico y social. La alimentación equilibrada, el saneamiento del medio y la asistencia sanitaria universal a toda la población constituyen los factores más importantes para reducir las diferencias en la calidad del envejecimiento. Actualmente, las diferencias entre países y clases sociales son aún importantes, pues no existe la igualdad de oportunidades en los ámbitos mencionados.
- *Envejecimiento Patológico*: Consiste en la aparición de la enfermedad o limitación que reduce la funcionalidad del individuo y disminuye su

calidad de vida. Se identifica con la pérdida de salud física, psíquica o social, según la definición de la OMS. Para identificar el envejecimiento patológico, la medicina puede medir con bastante exactitud la salud física; la psicología con menor exactitud la salud psíquica y la sociología aún menos la salud social. En la salud física se utilizan datos de constantes vitales medibles objetivamente por análisis de órganos y sistemas, pero en salud psíquica y social hay que recurrir a percepciones de bienestar subjetivo expresadas por el propio sujeto.

- *Envejecimiento Óptimo*: Es el objetivo de los ciudadanos que desean vivir con la máxima calidad de vida esta etapa vital y también de los esfuerzos de los profesionales para proporcionar vida a estos años. El envejecimiento óptimo supera al normal, ya que combate las limitaciones antes de que aparezcan, potencia la funcionalidad de la persona, tanto en lo físico, como en lo psíquico y en lo social. Se trata de otorgar a ésta el mismo estatus que al adulto, olvidando la edad como factor limitador de sus roles sociales. El envejecimiento óptimo evita al máximo la aparición de enfermedades y limitaciones y trata de mantener la mejor calidad de vida global hasta la muerte. Forttes (2008) citando a Moraga (2001) comenta: "Actualmente sólo una minoría de personas mantiene un envejecimiento óptimo, pero constituye un objetivo de los profesionales el hacerlo accesible a la mayoría de la población" (p. 12). En la literatura gerontológica se plantean diversos conceptos que reflejan la intencionalidad de un

envejecimiento óptimo, entre ellos cabe destacar: el de envejecimiento exitoso y el de envejecimiento activo. La preocupación fundamental de todos ellos es entender qué es lo que permite que un sujeto envejezca mejor que otro; lo que interesa es detectar los factores protectores, los cuales aumentan la probabilidad de envejecer manteniendo una buena calidad de vida; y los factores de riesgo, o aquellos que disminuyen dichas probabilidades.

- *Envejecimiento Exitoso:* Este es un concepto multidimensional que incluye un nivel relativamente bajo de enfermedad y discapacidad, un alto funcionamiento físico y mental y un compromiso activo con la vida. Los factores predictores de un envejecimiento exitoso son: el nivel educacional; el ejercicio mental y físico; los hábitos alimenticios; la realización de actividades significativas en las cuales ocupar el tiempo; las relaciones que se mantienen con otros, en particular aquellas donde hay un intercambio afectivo; la posesión de dos atributos psicosociales: la percepción de autoeficacia y la capacidad de enfrentar las situaciones estresantes, de modo que ellas tengan el menor impacto posible en el nivel de bienestar y en la capacidad de desempeñar por sí mismo las actividades de la vida diaria. Por el contrario, los factores de riesgo son los siguientes: la presencia de enfermedades crónicas; la edad avanzada; y los escasos ingresos.
- *Envejecimiento Activo:* Es el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad, es decir, la capacidad de las personas para utilizar las oportunidades que le

ofrece la sociedad. El término “activo” se refiere a una participación continua en las cuestiones sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, y no sólo a la capacidad para estar físicamente activo o participar en la mano de obra. Las personas mayores que se retiran del trabajo y las que están enfermas o viven en situación de discapacidad pueden seguir contribuyendo activamente con sus familias, con sus semejantes, comunidades y naciones. El envejecimiento activo trata de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida para todas las personas, a medida que envejecen, incluyendo aquellas personas frágiles, discapacitadas o que necesitan asistencia. Los factores predictores de un envejecimiento activo son: las oportunidades de acceso a los sistemas sanitarios y servicios sociales destinados a promover la salud, prevenir y tratar las enfermedades y asistir a quienes no puedan valerse por sí mismos; la adopción de conductas y estilos de vida saludables tales como actividad física, alimentación sana, evitar el consumo de sustancias nocivas, el uso adecuado de medicamentos; los factores personales de índole genético y psicológicos es decir, el modo cómo se enfrenta y responde a los acontecimientos (por ejemplo: la capacidad de resolver problemas y adaptarse a los cambios y a las pérdidas), la autoeficacia (la fe que tienen las personas en su capacidad para ejercer el control de sus vidas), entre otros; el entorno físico amigable con las personas mayores, ubicación y calidad de la vivienda, la disponibilidad de infraestructura y de transporte.; un entorno social favorable que aporte

los siguientes elementos como apoyo social, oportunidades para educarse y el aprendizaje continuo durante toda la vida, protección frente a la violencia y el abuso, vivir en un país donde haya paz, entre otros. Por el contrario, son factores de riesgo para el envejecimiento activo la soledad, el aislamiento social, el analfabetismo, la falta de educación y el abuso contra las personas de edad avanzada. También algunos determinantes económicos, especialmente lo relativo a los ingresos, el trabajo y la protección social.

Es importante considerar que el envejecimiento exitoso en conjunto con el envejecimiento activo, conducen a que la persona que envejece tenga una buena calidad de vida.

En virtud de lo anterior, Barros (2007, p. 53) señala que el envejecimiento es un proceso social, por tanto es susceptible de ser analizado desde distintos puntos de vista:

- *Psicológico*: Analiza a los individuos que envejecen y la forma como ellos encaran su proceso de envejecimiento.
- *Sociológico*: Analiza la sociedad, es decir, la atención se centra en el estudio de las características de ella y en la forma como se configuran las oportunidades y condiciones de vida para las personas mayores.
- *Psicosocial*: Es una combinación de los dos anteriores. Estudia la forma como los individuos que envejecen encaran ese proceso, dentro de un contexto social que los condiciona.

Este último se configuraría como el enfoque orientador del estudio, ya que centra la atención en el proceso en el cual los individuos logran

adaptarse a las condiciones que les ofrece la sociedad, cómo buscan respuestas a los problemas que se les presentan y cómo aceptan y asumen pérdidas y frustraciones. “El enfoque psicosocial sostiene que cada individuo es artífice de su destino personal, ya que elabora significantes propios para enfrentar la realidad de su envejecimiento, para adaptarse y actuar dentro del marco dado por su sociedad” (Barros 2007, p. 3).

4.2.4. Imagen Desvalorizada del Envejecimiento

El escenario en el que viven las personas mayores no sería un espacio privilegiado para experimentar su proceso de envejecimiento como un proceso óptimo, ya que la imagen que socioculturalmente se tiene de dicha población, según estudios sobre estereotipos e imágenes sociales de la vejez, concluyen que la percepción social que prima en la cultura contemporánea respecto de las personas mayores, era hasta hace pocos años básicamente negativa. La sociedad moderna que sustenta valores orientados a la fuerza, la agilidad para el éxito y la conquista de bienes materiales presentó a la vejez como una suerte de desecho.

El concepto de “productivo-joven” conlleva una idea de cuerpo bello y saludable. Este modelo de juventud ha sido además intensamente fomentado por los medios de comunicación. Las personas mayores que no pueden cumplir con este mandato social, viven a menudo bajo la amenaza de ser excluidas del sistema y ser objeto de rechazo o bien de un paternalismo discriminatorio. Ahora bien, las condiciones sociales que

acompañan al proceso de envejecimiento han sido interpretadas en la década del 80' con la teoría de estratificación social. Ésta señala que son las características existentes en la sociedad las que definen las oportunidades de acceso a condiciones sociales de vida para los individuos que envejecen. Esta teoría afirma que en la sociedad contemporánea, aparejado al proceso de envejecimiento, ocurren otros cambios sociales, cuyas consecuencias inciden negativamente en las condiciones de vida de las personas que envejecen. Estos cambios configuran el contexto social que enmarcan la vida del adulto mayor, repercutiendo en su calidad de vida, al imponerle restricciones y limitaciones a las oportunidades que satisfacen sus necesidades y actualizan sus potencialidades.

Por otro lado, se ve mermada la capacidad del adulto mayor de elaborar respuestas y de encarar sus circunstancias, afectándose su nivel de bienestar. Ejemplo de ello, es que la idea tan difundida de la vejez como sinónimo de deterioro, lleva a que las personas adopten una actitud de dejarse estar y de desinterés.

A partir de lo anterior, se puede dar cuenta de cuatro cambios sociales que influyen marcadamente en el empeoramiento de la calidad de vida, a medida que se envejece:

1. *La respuesta social frente al deterioro biológico propio del envejecer:*

Al envejecer hay un desgaste físico orgánico. No obstante, ello no significa necesariamente déficit, ya que se puede intervenir para atenuar y

contrarrestar sus efectos sobre la capacidad del individuo de seguir desempeñando por sí solo sus actividades cotidianas. Por consiguiente, la disponibilidad y acceso a servicios de salud atenúa e incluso podría evitar riesgos de deterioro. Su carencia significa la presencia de fallas que habrían sido evitables.

En torno a los cambios biológicos se configuró el llamado modelo médico tradicional que conceptualizó a la vejez en términos de déficit y de involución, acentuando su percepción como un proceso degenerativo. A partir de dicho modelo, surge también la idea de que la vejez es sinónimo de incapacidad, ello se traduce en una actitud fatalista, en sentimientos de resignación, apatía y temor, que frenan la iniciativa para buscar formas de mantenerse activo y relacionado con otros, y para esforzarse por disminuir riesgos y mantener un buen funcionamiento físico y mental.

Dicha actitud es contraria a la percepción de autoeficacia, es decir, a la confianza en que son capaces y a la necesidad de responsabilizarse por enfrentar bien lo que les ocurre, que es uno de los requisitos para envejecer con éxito.

2. La pérdida de la ocupación, la disminución del ingreso económico y el deterioro de la identidad social:

La presión social para jubilar, la dificultad para seguir trabajando y el bajo monto de las jubilaciones tienen dos consecuencias. Por un lado, empobrece a los adultos mayores, lo que les dificulta satisfacer necesidades como comprar remedios, pagar medios adecuados de locomoción, tener una nutrición adecuada, etc. Y por otro, quedan en una

situación de riesgo de exclusión social, en la medida que dejan de hacer actividades valoradas por la sociedad, así los jubilados son definidos como cargas de la sociedad, lo que va en desmedro de su identidad social y de las oportunidades que ésta les ofrece. El retiro del trabajo trae una serie de consecuencias negativas, dado que las jubilaciones y pensiones son menores a las remuneraciones recibidas por fuerza laboral, por tanto en este sentido envejecer va de la mano con estrechez económica o empobrecimiento en muchos casos. De esta forma se pierde el sentido de independencia y dignidad.

3. *La ausencia de un rol social del anciano:*

La falta de un rol o de tareas especificadas culturalmente, conlleva la dificultad de no saber en qué concentrar los esfuerzos y en qué volcarse de modo de actualizar las propias potencialidades. De ahí, que cada adulto mayor deba buscar qué hacer, deba crearse por sí mismo una rutina de actividades en qué ocupar su tiempo, que pueden ser más o menos valiosas para él, pero sin tener ninguna garantía de que ellas serán reconocidas socialmente. La dificultad para llevar esto a cabo hace que sólo unos pocos lo logren.

4. *La ideología del "viejismo" y la desvalorización social de la vejez:*

Existe una ideología que se podría llamar del "viejismo", la cual define la vejez como "una etapa de mera decadencia, en lo físico y lo mental y proyecta sobre los adultos mayores, una imagen de incapacidad, de inutilidad social, de obsolescencia y de rigidez" (Barros, 1993, p. 40).

Estas ideas, están incorporadas en nuestra cultura denigrando, marginando, descalificando y desvalorizando la vejez. Esto repercute en los propios adultos mayores, quienes al hacer suyas estas ideas, acaban por percibirse a sí mismos en tales términos, lo que denominamos anteriormente, como “resignación aprendida”. De ahí que acepten su deterioro como algo fatal y que tiendan a asumir una actitud de resignación y apatía frente a lo que les acontece. Muchas veces se produce una reacción de frustración y resentimiento frente a la sociedad que les restringe oportunidades y los margina, más aun en una sociedad donde la meta fundamental es la producción de bienes y servicios; en ella el trabajo se configura como el medio para ganar respeto y cimentar la autoestima. Existiría un modelo cultural que valora al hombre por sus logros en el ámbito económico, por tanto el retiro del trabajo es culturalmente sinónimo de no hacer nada, y por lo tanto, significaría no ser nadie socialmente, lo que provocaría en la subjetividad de los viejos sentimientos de inutilidad, internalizando dichos sentimientos y emociones, lo que restringe la iniciativa y les dificulta asumir un papel activo para crearse las oportunidades que la sociedad no les ofrece.

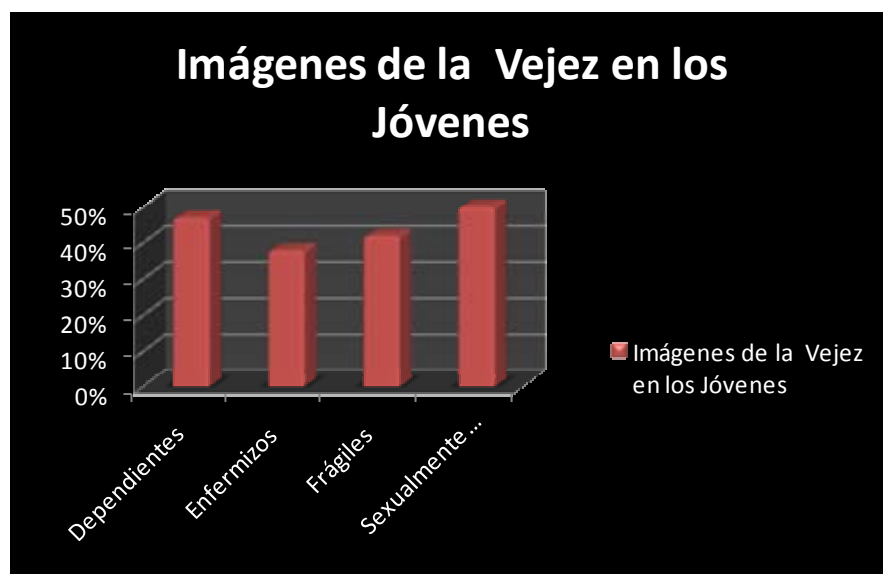
No es infrecuente dice F. Lolas, en personas que envejecen encontrar una dualidad entre la consideración externa y la interna, ya que mientras el yo carecería de edad, el entorno percibe una serie de cambios. El sentido que dan los demás, contrasta con el significado que de si mismo se dan las personas, por tanto esto se configuraría como una discrepancia entre el cuerpo percibido por las propias personas y el

mismo cuerpo percibido por otros. Esta visión antagónica sería fundamental para comprender una serie de problemas psicológicos asociados a la vejez.

En cuanto a las imágenes sobre la vejez socialmente construidas, de acuerdo a un estudio realizado el año 2007 por el Observatorio Social de la Vejez y el Envejecimiento, de la Universidad de Chile, sobre una muestra de 520 estudiantes universitarios de distintas carreras, arrojó resultados bastante negativos.

Gráfico N°4

Imágenes de la Vejez en los jóvenes



	Dependientes	Enfermizos	Frágiles	Sexualmente Inactivos
Imagen de la vejez en los jóvenes	47%	38%	42%	50%

Fuente: Observatorio Social de la Vejez, Universidad de Chile (2007).

Como se observa en el gráfico anterior, el 47% de los jóvenes entrevistados considera a las personas mayores como dependientes; el

38% como enfermizos; un 42% como frágiles y un 50% como sexualmente inactivos. Respecto de esto último, es posible afirmar la existencia de profundos estereotipos que explican esta percepción de la vejez, lo que se traduce, por ejemplo, en el caso de la sexualidad de las personas mayores en una invisibilización de la misma, un tema del que no se habla y que constituye prácticamente un tabú. Esta percepción de la vejez refleja estereotipos que poco tienen que ver con la realidad. Los datos disponibles señalan que menos del 4% de los mayores son dependientes (MINSAL-DEIS 2006). Asimismo se estima que 60% de las mujeres y 80% de los hombres sobre 70 años mantienen algún tipo de actividad sexual. Por otra parte, un estudio realizado por el SENAMA el año 2007, ha indagado en los textos escolares de educación, realizando un análisis sobre cómo se posiciona la imagen y cuál es el valor social que se otorga a las personas mayores en los textos de enseñanza básica (NB1 y NB2), particularmente en los subsectores de “Lenguaje y comunicación” y “Comprensión del medio natural, social y cultural”.

A partir del análisis del currículum, de los textos escolares y de entrevistas realizadas, se pudo demostrar que, más allá de no existir un tratamiento adecuado de la temática de los mayores en los textos escolares, simplemente se observa una invisibilización de los mayores, con lo que se pierde una importante oportunidad de influir positivamente en cómo las generaciones más jóvenes se preparan para vivir en una sociedad que envejece aceleradamente. Entre las principales conclusiones del estudio, destaca que los mayores en la sociedad son

invisibilizados o estereotipados negativamente. La invisibilidad se refiere a la valoración neutra que existe de las personas mayores; esta percepción la acusan muchos entrevistados al reflexionar sobre el tema.

Los prejuicios se revelan en los entrevistados, siendo los mayores observados como frágiles, dependientes, enfermos, inactivos, entre otras caracterizaciones. Algo similar se aprecia en los textos escolares, ya que se los muestra en edades muy avanzadas y en estados de completa dependencia. Los textos escolares reafirman una visión de un ser humano que ya ha cumplido cualquier objetivo de vida y sólo le resta recordar su pasado. Se va configurando, de tal modo, una actitud de negación, donde la sociedad tiende a ignorar cualquier proceso biológico, psicológico y social que se relacione con la vejez y el proceso de envejecimiento. Surge la idea de que es una etapa de decadencia, por lo que muchos tienden a negar el hecho de que llegarán a viejos; algunos entrevistados de dicho estudio expresan este hecho.

Como se puede observar, los textos escolares se ubican, en general, en el eje de la invisibilidad, y las escasas veces en que son visibles, es desde los prejuicios y la negación. De este modo, se dificulta enormemente la posibilidad de cambiar la cultura y los estereotipos negativos en torno al envejecimiento y la vejez, ya que, como se observa, a partir de una fuente primordial a través de la cual los menores socializan imágenes y significaciones sobre la vejez, se establecen estereotipos negativos de lo que significa envejecer y llegar a la adultez mayor.

La aceptación, por el contrario, se da mayoritariamente en niños y personas mayores. Se observa a la vejez como una etapa positiva de la vida, que acarrea experiencia y el temple necesario para comprender su sentido, reconociendo el desgaste físico, pero valorando también la posibilidad de establecer nuevas dimensiones de relaciones interpersonales y de desarrollo personal.

En general, la senectud tiene una imagen en la sociedad actual correspondientes a patrones culturales de negación, ya sea por parte de quien está experimentando este proceso, de sus cercanos y la población en general, es así como Simone de Beauvoir en su libro "La Vejez", advirtió que esta edad parecía una especie de secreto vergonzoso de la sociedad, pues se cernía una conspiración del silencio sobre sus miembros mayores. Así vemos, por tanto que lo que se busca es justamente no reconocer que el envejecimiento es una condición infranqueable para el ser humano, aún el del siglo XXI, aquel que es parte de una sociedad que ha logrado importantes avances científicos cuyos beneficios deberían ser representados en la capacidad de corregir situaciones tan indeseables, como lo que sucede con el envejecimiento.

La vejez en este contexto, sería una condición angustiosa copada de estereotipos que relacionan al viejo con enfermos e inválidos, por tanto representando una carga emotiva y económica para sus familiares. Si bien la visión negativa de la vejez, en lo antiguo, era representado a través de sus distintas expresiones artísticas, como la pintura, el teatro y la literatura, hoy es indudable que este papel lo han tomado los medios de

comunicación quienes ven el proceso de envejecimiento como un problema, que además es absolutamente ajeno a los individuos involucrados en el proceso comunicacional; de esta manera se observa que el detener el “problema del envejecimiento” se ha convertido en una obsesión y una prioridad para la sociedad actual, en donde los medios dan cuenta de una gama importante de alternativas en pro de encontrar una “eterna juventud”, sinónimo de éxito, ya sea a través de cirugías, cosméticos, alimentos especiales, etc. Esto se acrecienta aún más cuando los medios de comunicación han mostrado al público, programas y noticias de manera sesgada, es decir, presentando a un viejo desvalido, asexuado, dependiente, lo que constituye una mera manipulación para favorecer el consumo de productos que refieren detener el envejecimiento. Además de esto, no presentan una oferta de consumos o servicios para viejos, dado que el 90% de éstos tiene medianamente opacada su capacidad de consumo, debido a sus bajos ingresos, por tanto no representan un mercado atractivo.

Las características anteriores del entorno social son las que dificultan que el adulto mayor pueda enfrentar su proceso de envejecer en condiciones más exitosas, y así pueda vivir en forma más saludable, e integrado socialmente. En este sentido, se puede señalar que nuestra sociedad en general, le asigna al significativo vejez, un espacio simbólico destinado al desinterés, al aislamiento, a la descalificación, a la enfermedad y a la muerte, lo que se configuraría como un prejuicio negativo sobre la vejez. Allport (1977, p. 21), acepta la definición según la

cual el Prejuicio “es un sentimiento, favorable o desfavorable, con respecto a una persona o cosa, anterior a una experiencia real o no basado en ella”. A partir de esta primera definición, la Psicología Social desarrolla el concepto de “prejuicio social” o “prejuicio étnico”, referido a aquellos prejuicios, habitualmente negativos, que se dirigen contra un grupo social o étnico determinado; Allport lo define como “una actitud hostil o prevenida hacia una persona que pertenece a un grupo, simplemente porque pertenece a ese grupo, suponiéndose por lo tanto que posee las cualidades objetables atribuidas al grupo” (Allport, 1977, p. 21).

Según los psicólogos sociales, el hombre tiene una propensión al prejuicio en la medida que tiende a formar generalizaciones o categorías, que son cualquier unidad de organización subyacente en las operaciones cognitivas, que nos permiten identificar rápidamente un objeto por sus rasgos comunes que le permitan simplificar su mundo de experiencias.

En virtud de lo anterior, se tiende a prejuiciar la vejez, otorgándole una representación absolutamente negativa y homologable al grupo etéreo, asociamos a las personas mayores con inutilidad, pasividad, enfermedades, entre otros conceptos ya mencionados, lo que va generando una construcción social negativa de la vejez transformándose en maltrato cultural. Ahora bien, cuando se manifiestan, los prejuicios podrían ser considerados, ejemplos de discriminación.

La Discriminación debe entenderse, fundamentalmente, como el dar a unas personas un trato menos favorable que a otras, a causa

exclusiva o principalmente, de sus características raciales. Las discriminaciones pueden ser entendidas como instituciones que surgen de “procesos de construcción social”, de manera que para comprenderlas adecuadamente hay que comprender el proceso histórico que las produjo; mientras, pueden llegar a formar parte de pautas de acción rutinaria, aparecen como naturales, y en tanto son institucionalizadas, funcionando como mecanismos de control social. Este proceso de construcción social, está relacionado con las categorías o generalizaciones, las cuales sirven a los individuos para homogenizar a la población; en este caso personas mayores, generalizando en ellos las características antes mencionadas. Esto a su vez generaría una suerte de “profecía autocumplida”, dado que la heteropercepción sobre el adulto mayor conduce a estos mismos a una autopercepción negativa que afecta su propia autoestima. De esta manera, las personas mayores terminan representando las imágenes desfavorecidas sobre su etapa de vida y se comportan consistentemente con ellas, hay acá una especie de Influencia Social Inconsciente; en este sentido y si se toma de base teórica a Moscovici se podría decir que “la persona mayor asumiría un rol de sumisión, esto entendido como una estrategia de influencia conducente a la homogeneidad del pensamiento, en esta relación de sumisión se expresa explícitamente la desigualdad, ya que el sujeto o la comunidad como minoría está en una situación de precariedad o de desinformación” (Arensburg, 2006).

En el caso de la persona mayor, está es sometida a la sumisión por parte del sistema y de la sociedad excluyente, de esta manera se le

somete públicamente. No obstante, sabe que la situación que experimenta no es la adecuada, pero igualmente se somete a la sumisión porque se siente una minoría frente al resto. Este proceso se desarrolla a partir de un vacío de roles positivos, comúnmente denominado “muerte social” y en sentimientos de soledad, ya que estas ideas, expectativas y representaciones pueden llegar a afectar la salud de las personas mayores en la medida en que éstos asimilen las imágenes que se les asocian como “condiciones normales para su edad”, descuidan sus tratamientos y pierden la motivación por realizar los esfuerzos que se requieren para mantener una vida saludable, y con buenos niveles de bienestar físico y psicológico.

4.2.5. Enfrentamiento de la Vejez

La calidad al envejecer depende no sólo de las condiciones sociales, sino que también, en gran parte, de la forma como los individuos enfrentan lo que les va ocurriendo. Varios enfoques teóricos han ido aportando elementos a la construcción de esta manera de interpretar la realidad.

Barros (2008) citando a Neugarten (1960), señala que frente a la pérdida de roles relacionada a la vejez, los sujetos tienden a retraerse, sin embargo existen opciones de adaptación al crearse nuevas actividades y al interactuar con otros, de alguna manera resignificando esta etapa que están viviendo, enfatizando así la habilidad que posee el ser humano de compensar pérdidas buscando alternativas. Similar postura es la de los

autores que definen la vejez como una etapa del curso de la vida y otros que se insertan dentro de la teoría cognitiva del estrés psicosocial, quienes más que en el individuo o los eventos ponen especial importancia en la capacidad de enfrentar situaciones estresantes y adaptarse a estas, asignando de esta forma un papel activo a los individuos, dado que serian estos los responsables de construir su propia calidad de vida al envejecer.

Barros (2008) señala que según Folkman (1984), este enfrentamiento se refiere a los esfuerzos cognitivos y conductuales que ejecuta el individuo para manejar la interacción individuo/entorno en una situación de estrés. El enfrentamiento de una situación estresante es un proceso donde es importante por una parte la interpretación que los individuos hacen de la situación que los afecta; y por otra la respuesta dada, a fin de manejar la interpretación subjetiva de lo que les está ocurriendo. La interpretación es la actitud básica que asume un individuo frente a lo que le ocurre. En ella, a su vez, se pueden distinguir analíticamente tres aspectos:

1. *Cognitivos*: los significados y la apreciación de lo que está sucediendo.

Los aspectos cognitivos comprenden diversos elementos, entre los cuales son de crucial importancia los siguientes:

- a. Los significados atribuidos al evento.
- b. Las creencias acerca de la realidad y de uno mismo, siendo particularmente pertinente la convicción de si uno puede hacer o no lo necesario para enfrentar efectivamente lo que le está ocurriendo. A esto mismo se alude con los conceptos de confianza en la capacidad de

enfrentar y de responsabilizarse por buscar respuestas a lo que les ocurre y de percepción de autoeficacia. Creer en la propia eficacia es un elemento clave en la medida que los sujetos no intentarán hacer que sucedan cosas, si no sienten que tienen la capacidad de producir los resultados deseados.

c. La apreciación de las contingencias propias de la situación particular que se enfrenta, en términos de los recursos disponibles y las opciones de acciones posibles. Hay que hacer notar que a y c están fuertemente influidos por la concepción que se tenga acerca del proceso de envejecimiento.

2. *Afectivos*: las emociones que se sienten a raíz de la interpretación de dichos sucesos.

3. *Volitivos*: la predisposición a actuar frente a ello y los estados de ánimo. Estas modalidades son formas culturalmente condicionadas que constituyen respuestas resilientes, en la medida que alivian tensión y permiten mantener o recuperar el bienestar, especialmente frente a cambios en oportunidades sociales y condiciones orgánicas que los sujetos no pueden alterar.

Esto lleva a plantear una consideración importante. El adulto mayor es un ser humano con una capacidad biológica progresivamente atenuada para responder al estrés orgánico, pero al mismo tiempo, posee capacidades cognitivas, afectivas, volitivas y espirituales, las que no necesariamente disminuyen en los individuos mentalmente sanos, sino que incluso pueden aumentar. Son, precisamente, éstas las que se

activan para enfrentar situaciones estresantes y que lo hacen ser resiliente, es decir sentirse capaces de enfrentar situaciones estresantes y así recuperar o mantener la percepción subjetiva de estar satisfecho o de sentir bienestar. Esta capacidad se relaciona a su vez con:

1. La percepción de autoeficacia o la confianza en la propia capacidad de enfrentamiento.
2. El preocuparse y responsabilizarse por buscar el modo de envejecer lo mejor posible.
3. El esforzarse por salir adelante o tener el valor para luchar y el tesón para proseguir, pese a los obstáculos.

Ahora bien, la resiliencia según Barros (2008) también se utiliza para referir “la capacidad de vivir bien y desarrollarse positivamente de un modo socialmente aceptable, a pesar de las difíciles condiciones de vida” (p. 89). Esto se relaciona con la imagen cultural de la vejez y con su reflejo a nivel psicosocial en las expectativas de lo que se espera en esta etapa. Por lo tanto, en las formas predominantes de enfrentarla y en las bases en que fundar el sentido de la vida.

La influencia de los factores culturales se nota, especialmente, en el segundo componente del proceso de enfrentamiento, es decir, en la construcción de una respuesta o de una forma de ajustarse a las nuevas circunstancias. En otras palabras, en ir buscando una forma de comportarse que obtenga, de acuerdo a las situaciones y a las apreciaciones, los mejores resultados posibles. No obstante, esta condición de resiliencia va a depender en alguna medida del grado de

vulnerabilidad presente en la persona mayor, entendiendo personas mayores en situación de vulnerabilidad como un grupo de adultos mayores que no logra una satisfactoria calidad de vida, entendiendo a esta como acceder a buenas condiciones objetivas de vida y un elevado grado de bienestar subjetivo, pues la interacción con su medio social no les ofrece los soportes y apoyos necesarios, amenazando su bienestar. “Su situación de vulnerabilidad se relaciona, entre otras variables, con la pobreza, la desvinculación de las redes y la pérdida de autonomía, es decir, la dimensión económica se conjuga con una dimensión simbólica y con la presencia de riesgos biopsicosociales” (Barria, 2008. p. 136).

En este caso, la intervención psicosocial, se orienta a movilizar sus potencialidades y las de sus familias, así como los recursos de la comunidad, con el propósito de favorecer su calidad de vida, su autonomía y su vinculación con el medio, esto a través de ciertos enfoques de intervención que favorecen una visión del adulto mayor como un sujeto con potencialidades y recursos: la perspectiva de las fuerzas, el empoderamiento, la consejería, la mediación y la intervención en redes. Se han privilegiado estos enfoques, porque ellos se apartan de una visión reduccionista de la vejez y del trabajo con los adultos mayores, facilitando así, el diseño e implementación de intervenciones psicosociales innovadoras, que contribuyen a un envejecimiento más pleno.

La intervención psicosocial está orientada a lograr que las personas mayores establezcan una relación más competente y autónoma con su medio.

En un contexto de poder e imágenes sociales negativas acerca de la vejez, la búsqueda de la identidad y autonomía de este grupo etéreo atribuida o construida se convierte en la fuente fundamental de significado social. Las redes globales conectan o desconectan de manera selectiva a individuos, grupos, regiones o incluso países, según su relevancia para lograr las metas procesadas en la red.

En este contexto social, cabe hacer notar que la sociedad contemporánea asigna una fuerte valoración a lo científico y tecnológico por sobre la experiencia personal. Es así como la persona mayor comienza a ser considerada como un ser que pareciera no tener nada valioso que aportar. Aún en algunos sectores, resulta tradicional la expresión que las personas mayores tienen un “rol sin rol”, vale decir, una posición social carente de obligaciones, dado que la sociedad hasta el momento ha sido incapaz de definir un conjunto de actividades para quienes se retiran del trabajo, no ha creado un rol que sustituya al del trabajador, ni ha definido una función social alternativa para los jubilados. No obstante se sabe que, la edad de una persona, ni tampoco su estado físico o mental, pueden ser un factor de discriminación para la atención y oportunidad en los diversos aspectos de la vida: salud, vivienda, cultura, ocio, transporte, etc.

Las oportunidades que la sociedad chilena ofrece a quienes envejecen, aunque en las últimas décadas se han ido modificando, aún son discriminatorias. Esto hace vulnerables a los adultos mayores y les dificulta lograr un envejecer exitoso.

De lo recién expuesto, se infiere la necesidad de intervenir para corregir las discriminaciones generadas por la estructura actual de la sociedad, ya que mientras mayores recursos internos y externos tengan las personas para responder a sus necesidades, mejor será su calidad de vida en la vejez. Un desafío pendiente es entregar herramientas y garantizar servicios de calidad a las personas desde temprana edad para un envejecer activo y saludable.

4.3. Principios, Orientaciones y Políticas Públicas para las Personas Mayores

4.3.1. Políticas Públicas para las Personas Mayores, Principios y Declaraciones de la ONU, CEPAL en América Latina

Existen algunas declaraciones y principios orientados específicamente a los adultos mayores, que han ido surgiendo a través de la historia, a medida que el fenómeno del envejecimiento poblacional se ha hecho más profundo y evidente para las distintas naciones del mundo.

Actualmente, la principal línea normativa en torno a la vejez y los adultos mayores está dada por los *Principios de las Naciones Unidas a favor de las Personas de Edad*, aprobada el año 1991. Estos Principios, también conocidos como la “*Carta de principios a favor de las Personas Mayores*”, establecen normas universales en los ámbitos de independencia, participación, cuidados, autorrealización y dignidad; señalando lo siguiente en cuanto a:

- *La Independencia*: las personas de edad deberán tener acceso a alimentación, agua, vivienda, vestimenta y atención de salud adecuados, mediante ingresos, apoyo de sus familias y de la comunidad y su propia autosuficiencia; deberán tener la oportunidad de trabajar o de tener acceso a otras posibilidades de obtener ingresos; deberán poder participar en la determinación de cuándo y en

qué medida dejarán de desempeñar actividades laborales; deberán tener acceso a programas educativos y de formación adecuados; deberán tener la posibilidad de vivir en entornos seguros y adaptables a sus preferencias personales y a sus capacidades en continuo cambio; y también, las personas de edad deberán poder residir en su propio domicilio por tanto tiempo como sea posible.

- *La Participación:* las personas de edad deberán permanecer integradas en la sociedad, participar activamente en la formulación y la aplicación de las políticas que afecten directamente a su bienestar y poder compartir sus conocimientos y habilidades con las generaciones más jóvenes; deberán poder buscar y aprovechar oportunidades de prestar servicios a la comunidad y de trabajar como voluntarios en puestos apropiados a sus intereses y capacidades; y deberán poder formar movimientos o asociaciones de personas de edad avanzada.
- *Los Cuidados:* las personas de edad deberán poder disfrutar de los cuidados y la protección de la familia y la comunidad, de conformidad con el sistema de valores culturales de cada sociedad; deberán tener acceso a servicios de atención de salud que les ayuden a mantener o recuperar un nivel óptimo de bienestar físico, mental y emocional, así como a prevenir o retrasar la aparición de la enfermedad; deberán tener acceso a servicios sociales y jurídicos que les aseguren mayores niveles de autonomía, protección y cuidado; deberán tener acceso a medios apropiados de atención institucional que les proporcionen protección, rehabilitación y estímulo social y mental en un entorno

humano y seguro; deberán poder disfrutar de sus derechos humanos y libertades fundamentales cuando residan en hogares o instituciones donde se les brinden cuidados o tratamiento, con pleno respeto de su dignidad, creencias, necesidades e intimidad, así como de su derecho a adoptar decisiones sobre su cuidado y sobre la calidad de su vida.

- *La Autorrealización:* las personas de edad deberán poder aprovechar las oportunidades para desarrollar plenamente su potencial; deberán tener acceso a los recursos educativos, culturales, espirituales y recreativos de la sociedad.
- *La Dignidad:* las personas de edad deberán poder vivir con dignidad y seguridad y verse libres de explotaciones y de malos tratos físicos o mentales; deberán recibir un trato digno, independientemente de la edad, sexo, raza o procedencia étnica, discapacidad u otras condiciones, y han de ser valoradas independientemente de su contribución económica.

Estos principios buscan guiar a los países en el desarrollo de sus propias leyes y programas orientados a este segmento de la población.

El año 1991 la ONU impulsó a los gobiernos a que incorporaran estos principios en sus programas nacionales, dado que el envejecimiento poblacional afecta a gran parte de los países.

Ahora bien, específicamente en la América Latina y el Caribe, esta situación ha permitido que se generen políticas de Estado, estableciendo así un marco de referencia y de sustento a los programas de acción que se realizan en este grupo específico, los que buscan potenciar e instalar

lo que denominamos envejecimiento activo. Estudios realizados en relación a los contenidos de las políticas de vejez, por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) en Bolivia, Brasil, Costa Rica, El Salvador, Perú y Chile, entendiendo estas políticas como “Acciones organizadas por parte del Estado frente a las consecuencias sociales, económicas y culturales del envejecimiento poblacional. Cuentan con una institucionalidad, medidas programáticas y normatividad” (Huenchuán, 2007, p. 139); dan cuenta de que son bastante similares, y por lo general, se distribuyen en tres grandes áreas y abarcan varias de las siguientes temáticas:

- *Seguridad económica*: accesibilidad al empleo y al crédito en la vejez, fomento a la participación económica y al microemprendimiento, protección a los derechos laborales en la vejez, fomento a la solidaridad entre generaciones al interior de la familia, atención preferente a los mayores en situación de indigencia y pobreza, mejoramiento del sistema de seguridad social y aumento de su cobertura, mayor solidaridad e igualdad de género en los sistemas de protección social, fomento al conocimiento, educación y capacitación en la vejez, promoción de la educación continua a lo largo de la vida, entre otros.
- *Salud y bienestar en la vejez*: promoción de estilos de vida saludables durante toda la vida, creación de programas de salud integral con enfoque de género, difusión de las prácticas de autocuidado de la salud, accesibilidad equitativa a servicios de salud integrales y

medicamentos, monitoreo de la situación de salud de los mayores frágiles, adecuada nutrición y actividad física en la vejez, desarrollo de planes específicos para personas mayores con discapacidad, cuidados paliativos a las personas de edad con enfermedades en fase terminal, capacitación de recursos humanos en geriatría y gerontología social, normalización y fortalecimiento de instituciones de larga estadía, entre otros.

- *Entornos propicios y favorables:* promoción de ambientes sanos que reduzcan los riesgos de enfermar, accesibilidad a los espacios públicos y a vivienda, adaptación del transporte, del espacio urbano y de las viviendas a las necesidades de las personas de edad, fomento de los espacios de participación ciudadana en la vejez, creación de formas de convivencia para personas mayores solas, promoción y valoración de una imagen positiva del envejecimiento, creación de un marco jurídico de protección a los derechos en la vejez, prevención del abandono, negligencia, abuso, violencia y maltrato a las personas de edad, humanización para acoger y comprender integralmente a las personas de edad, fortalecimiento de las redes de apoyo social, familiar y comunitarias, fomento a la permanencia en el propio hogar el mayor tiempo posible, creación de sistemas de apoyo a cuidadores familiares, entre otros.

En los últimos años, los países de la región han avanzado en la creación e implementación de legislaciones, políticas, programas, planes y servicios para mejorar las condiciones de vida de las personas de edad.

Brasil crea, en el año 2003, el Estatuto de Derechos de las Personas Mayores, marco legal que estandariza los derechos y garantiza protección social para todas las personas mayores del país.

La mayoría de los países ha incorporado, en sus políticas y planes, el derecho a la seguridad social y al trabajo en la vejez, pero aún falta que dichas propuestas se traduzcan en garantías y beneficios concretos y exigibles para ambos sexos.

La *Estrategia Regional* formulada por los países de América Latina y el Caribe, insta al reconocimiento y protección de: los derechos humanos, la participación social, la educación y la seguridad económica en la vejez, como bases para el envejecimiento digno, activo y pleno. Alienta a los gobiernos a preocuparse de la aplicación, seguimiento, evaluación y revisión de los acuerdos suscritos y los invita a reformular políticas públicas, las que para el logro de una sociedad para todos, en condiciones de igualdad, que apunten a la reducción de la pobreza y de la vulnerabilidad social y económica, el fomento de oportunidades y garantías de acceso a la educación, la inclusión social y laboral de las personas mayores y por supuesto la redefinición de sustentabilidad y cobertura de sistemas de pensiones contributivos y no contributivos.

En diciembre de 2007 se realiza en Brasilia, Brasil, la 2ª Conferencia Regional Intergubernamental sobre Envejecimiento en América Latina y el Caribe. En esta conferencia se abordaron los desafíos que enfrentaban los países respecto a la aplicación de la Estrategia Regional para el próximo quinquenio, en especial los relacionados a las

políticas públicas, la investigación y la cooperación internacional. En esta oportunidad se refuerza la idea de la construcción de una sociedad para todas las edades y de protección social basada en derechos; se identifican los posibles nichos de investigación y estudios que sirvieran para tomar decisiones de política pública; se resalta la importancia de construir sistemas de indicadores nacionales para medir los avances en el tema; se enfatiza la necesidad de cooperación entre organismos internacionales e intergubernamentales, para responder a las necesidades de asistencia técnica y financiera de los países de la región; se aprueba la Declaración de Brasilia, que orienta el trabajo gerontológico para los próximos cinco años.

4.3.2. La Protección Social frente a la Vulnerabilidad de las Personas Mayores

La protección social se vincula directamente con la pertenencia efectiva a la sociedad, a través de la participación e inclusión, y con el disfrute efectivo de las condiciones de vida acorde con el progreso y desarrollo de la sociedad. Tal Sistema de Protección Social constituye un dispositivo de políticas y acciones que acompañen el ciclo vital de las personas. El destinatario debe ser la familia en toda su diversidad, entendida como sujeto de riesgo al que se orienta la protección social.

La necesidad de un Sistema de Protección Social emana de la existencia de inseguridades y vulnerabilidades causadas por las transformaciones que ha experimentado la sociedad, entre ellas, las

derivadas de la implantación de un modelo de desarrollo que genera grandes desigualdades y escenarios de inestabilidad y riesgo a las personas, las que se encuentran desprotegidas en diversos ámbitos, trascendiendo a la población en situación de pobreza, afectando también a otros grupos como las mujeres, los niños y, especialmente, a las personas mayores.

La vulnerabilidad, en este sentido, se puede referir a una serie de elementos cuya movilización permite el aprovechamiento de las estructuras de oportunidades existentes en un momento determinado, con el fin de elevar el nivel de bienestar, o para mantenerlo durante situaciones de riesgo. (Rodríguez, 2000).

Así es posible entender la vulnerabilidad como uno de los factores que generan desventaja social entre individuos y grupos, concepto que cobra creciente valor en el modelo de desarrollo caracterizado por la importancia del mercado, el repliegue del Estado y la competencia extrema.

Como se ha señalado, el concepto de vulnerabilidad abre un nuevo afluyente de necesidades de protección y garantía de derechos; significa una noción mucho más dinámica que la pobreza, en la medida que abarca diferentes aspectos de realidades complejas. De este modo, se posiciona como un constructo pertinente a la hora de describir y analizar los diversos ámbitos en que las personas mayores enfrentan desventajas y déficit debido a las condiciones culturales, sociales y amenazas del entorno.

Durante la vejez se comienzan a manifestar o potenciar ciertas condiciones que dificultan o disuelven la posibilidad de movilizar recursos funcionales a la calidad de vida y el bienestar. La capacidad de generar ingresos, las condiciones de salud y de funcionalidad, la integración socio-comunitaria y el capital social, entre otros, son condiciones de vida que en cierto momento del ciclo vital comienzan a decaer debido al repliegue desde el mercado del trabajo, el deterioro de las condiciones de salud, el aislamiento y el abandono. Muchas de estas condiciones se encuentran mediadas por factores estructurales y socioculturales, como la constitución de estereotipos, la estigmatización y la exclusión sostenida sobre preconceptos en torno a la vejez. Los medios institucionales para enfrentar estas limitaciones deben ir en la línea de la inserción comunitaria, de mecanismos de generación de acceso a activos como la vivienda y entornos que favorezcan la calidad de vida, y de medios que promuevan la seguridad económica y la salud.

Cuando se habla del logro de nuestra sociedad en materia de aumento de la esperanza de vida, surge la necesidad de otorgarle a esos años mayor calidad de vida. Las políticas públicas están y estarán sistemáticamente tensionadas por más y mejores servicios para la población envejecida. El concepto de calidad de vida ha sido abordado desde distintos enfoques, algunos más cercanos a las Ciencias Sociales y otros más próximos a las Ciencias de la Salud, contemplando cada uno de ellos distintas formas de aproximación, operacionalización y medición. Con todo, se entiende que la calidad de vida toma en cuenta

componentes tanto objetivos, como subjetivos. Del componente objetivo se desprenderán unas condiciones objetivas de vida, referidas a las circunstancias materiales y a las percepciones sobre estas circunstancias. Se incluyen en estas condiciones objetivas las dimensiones de salud, funcionamiento físico y situación económica.

Por su parte, del componente subjetivo se desprenderá la noción de bienestar subjetivo, vinculado con la apreciación de sentirse o encontrarse bien o satisfecho.

El concepto de calidad de vida debe incluir las especificidades propias de la vejez, tanto fisiológicas como sociales, y considerar las diferencias respecto a las anteriores etapas del ciclo de vida. A ello se suma la necesidad de identificar los elementos de naturaleza objetiva (redes de apoyo, servicios sociales, condiciones económicas, entorno, entre otros) y subjetiva (satisfacción, autopercepción) intervinientes (CELADE, 2006).

Cuadro N° 2

Indicadores de Medición por Dimensiones de Calidad de Vida

Indicadores de Medición por Dimensiones de Calidad de Vida							
Dimensiones de calidad de vida	Percepción de salud	Autonomía para el desarrollo de actividades cotidianas	Satisfacción vital	Disponibilidad de apoyo social	Participación Comunitaria	Práctica de acciones de autocuidado	Calidad de la vivienda
Indicadores de medición de calidad de vida	Percepción general de la salud	Grado en que el dolor interfiere en las actividades cotidianas	Grado de satisfacción con la vida en general	Disponibilidad de apoyo económico	Razón por la cual participa en organizaciones sociales	Frecuencia con la cual se practica deporte o actividad física	Grado de satisfacción con la privacidad de la vivienda
	Satisfacción con la condición física	Frecuencia con que la salud física o problemas emocionales han afectado el desarrollo de actividades sociales	Grado de satisfacción con la vida familiar	Disponibilidad de apoyo emocional			Lugar de ocurrencia de accidentes
	Satisfacción con el bienestar mental o emocional		Grado de satisfacción con la vida sexual				

Fuente: II Estudio de Calidad de Vida y Envejecimiento, 2006. CELADE-CEPAL, 2008.

En el cuadro N° 2 se observa que la calidad de vida surge como referencia a todos a todos los aspectos de la vida que influyen en la percepción de sí mismo en relación con el entorno, a la percepción de limitaciones físicas, psicológicas, sociales y de disminución de oportunidades. Por tanto se debe tener en cuenta las dimensiones e indicadores claves presentes en el cuadro al momento de desarrollar algunas consideraciones sobre las personas mayores y su condición de calidad de vida. Estas dimensiones se configuran como un integrador de ámbitos donde las personas mayores se ven desprotegidas.

4.3.3. Políticas Públicas para las Personas Mayores en Chile

En Chile, la visión asistencialista hacia la tercera edad, ha cambiado paulatinamente y se trabaja en promover el empoderamiento e integración de dicho grupo etéreo a los distintos ámbitos de la sociedad y del quehacer humano.

En enero de 1995, el Presidente de la República de dicha época, Eduardo Frei Ruiz-Tagle, creó una Comisión Amplia para elaborar un proyecto de política social en beneficio del adulto mayor. El 1º de octubre, Día Internacional del Adulto Mayor, dicha Comisión entregó al Presidente su informe, el cual contenía un diagnóstico, una propuesta de política y un conjunto de acciones y programas de beneficios. En noviembre del mismo año, el Presidente nombró un comité de diez personas, presidido por la entonces Primera Dama, señora Marta Larraechea de Frei, con el objetivo

de lograr la aplicación de la política propuesta y hacer un seguimiento y la evaluación correspondiente.

En marzo de 1996, el Consejo de Gabinete de Ministros del Área Social aprobó formalmente la Política Nacional del Adulto Mayor, entendiendo esta como el Instrumento normativo para el gobierno y para todo un país en su conjunto, que reconoce los desafíos que plantea el envejecimiento de la población y propone acciones para mejorar la calidad de vida de las personas mayores. Una vez aprobada dicha política, el comité se transformó en el Comité Nacional para el Adulto Mayor, organismo encargado de coordinar las acciones contempladas en ella.

En septiembre de 2002, después de tres años en el Congreso, se promulgó la ley que creó el Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA), el cual sustituyó al Comité. La gran meta de la Política Nacional para el Adulto Mayor es lograr un cambio cultural en toda la población, que signifique un mejor trato y valoración de los adultos mayores en nuestra sociedad, lo que implica una percepción distinta sobre el envejecimiento, y alcanzar mejores niveles en la calidad de vida de todos ellos.

Esta política cuenta con fundamentos valóricos tales como: equidad y solidaridad intergeneracional; y con principios tales como: autovalencia y envejecimiento activo; prevención y educación para un envejecimiento sano; flexibilidad en el diseño y aplicación de la política a

favor del adulto mayor; descentralización; y subsidiariedad y rol regulador del Estado.

En el año 2003 se realiza, en Santiago de Chile, la Conferencia Regional Intergubernamental sobre el Envejecimiento, convocada por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), en conjunto con el Gobierno de Chile.

Se acuerda una Estrategia Regional, que aborda tres áreas clave: 1) las personas mayores y el desarrollo; 2) la salud y el bienestar en la vejez; y 3) la creación de entornos propicios favorables.

También aporta un conjunto de orientaciones gerontológicas muy esclarecedoras, tales como: el envejecimiento activo como principio guía para optimizar las oportunidades de salud, participación y seguridad de vida de las personas mayores; el protagonismo de las personas mayores en el logro de su bienestar económico, el cual les permita disminuir brechas generacionales y de género; la heterogeneidad del grupo de personas mayores como una de sus características más importantes; el enfoque de ciclo de vida y de visión prospectiva de largo plazo, que considera la vejez como un proceso que se desarrolla a lo largo de toda la vida; y la solidaridad intergeneracional como valor fundamental para guiar las acciones dirigidas a las personas mayores.

Al respecto, la Política Nacional de Vejez, actualización 2004, aprobada por el Comité de Ministros para el Adulto Mayor, propone Lograr un cambio cultural de toda la población, que signifique un mejor trato y valoración de los Adultos Mayores en nuestra sociedad, lo cual implica

una percepción distinta sobre el envejecimiento y la vejez, y así alcanzar mejores niveles de calidad de vida para todos los Adultos Mayores (SENAMA, 2004).

Los fundamentos valóricos de esta política de vejez son: equidad, solidaridad intergeneracional y pleno respeto a la dignidad a las personas de edad y al ejercicio de sus derechos como ciudadanos.

Los objetivos prioritarios son:

- Fomentar la asociatividad, participación e integración social del adulto mayor.
- Incentivar la formación de recursos humanos en el área.
- Mejorar el potencial de salud de los adultos mayores.
- Crear acciones y programas de prevención.
- Focalizar los subsidios estatales en los sectores con más carencias entre los adultos mayores.
- Fortalecer la responsabilidad intergeneracional en la familia y comunidad.
- Fomentar el uso adecuado y creativo del tiempo libre y la recreación.
- Perfeccionar las normativas y programas referidos a la seguridad social.
- Promover y mantener la organización y participación social de los adultos mayores, facilitando su conexión a redes sociales mediante programas específicos.
- Consolidar la institucionalidad nacional y regional del Servicio Nacional del Adulto Mayor, fomentando y apoyando su presencia en regiones.

Una de sus principales líneas de trabajo dice relación con la coordinación y seguimiento del Plan Nacional Conjunto del Adulto Mayor; este se funda en la Política Nacional para el Adulto Mayor, y su misión es traducir la política en acciones concretas a través de la interacción, coordinación y cooperación intersectorial. Es el principal mecanismo del Gobierno chileno para asegurar una gestión coordinada del sector público, en favor del bienestar e integración de las personas de edad del país.

El Plan tiene como objetivos: proponer políticas, planes y programas, velar por el reconocimiento y protección de los derechos de las personas mayores, promover su organización, participación e integración a redes y consolidar el Servicio Nacional del Adulto Mayor en regiones. El propósito final es garantizar el pleno ejercicio de los derechos fundamentales de los adultos mayores y consolidar, al 2010, un sistema de protección social en la vejez, que responda a las oportunidades y desafíos del creciente envejecimiento de la población.

Las áreas estratégicas de este Plan son (Orellana, 2008).

1. *Seguridad económica, participación y educación*: “Proteger los derechos humanos de las personas adultas mayores y crear las condiciones de seguridad económica, de participación social y educación continua que promuevan la satisfacción de las necesidades básicas y su plena inclusión en la sociedad”.

2. *Salud Integral*: “Fomentar el acceso de las personas adultas mayores a servicios de salud integrales y adecuados a sus necesidades, que

garanticen una mejor calidad de vida en la vejez, la preservación de su funcionalidad y autonomía; y para las personas de edad en instituciones de larga estadía, una atención y cuidados eficaces”.

3. *Entorno Favorable, Cultura y Recreación*: “Generar entornos físicos, sociales y culturales que realcen sus capacidades y posibiliten el ejercicio de derechos y deberes en la vejez”.

Para esto es necesario la construcción de un Sistema de Protección Social, en este contexto, las políticas sociales no sólo buscarían superar la pobreza, sino también las desigualdades y discriminaciones que están en la base de los riesgos sociales que afectan a familias y personas, como son la pérdida del empleo, el trabajo precario, los bajos ingresos, la enfermedad, la falta de educación, que amenazan a niños, mujeres, adultos mayores o personas con discapacidad (MIDEPLAN, 2009). El Sistema de Protección Social, entonces, es el mecanismo que permite generar condiciones que brinden seguridad a las personas durante toda su vida, garantizándoles derechos sociales que les permitan finalmente reducir los riesgos en empleo, salud, educación y previsión, generando condiciones de mayor igualdad y oportunidades de progreso.

En virtud de lograr estos objetivos planteados, se crea el *Chile Solidario*, el cual está amparado por la ley 19.949, plan que está dirigido a las familias y sus integrantes en situación de extrema pobreza, cuyo objetivo está orientado a “promover la incorporación de éstas familias a

las redes sociales y su acceso a mejores condiciones de vida” (MIDEPLAN, 2004, Ley. 19.949. Art. 1º.).

Por lo anterior, Chile Solidario considera acciones y prestaciones para dichas familias que consisten en apoyo psicosocial, acceso al subsidio familiar de la ley N° 18.020, a las pensiones asistenciales del decreto ley N° 869 de 1975, hoy en día reemplazado por la Pensión Básica Solidaria de acuerdo a la nueva ley de previsión social, al subsidio al pago de agua potable y de servicio de alcantarillado de aguas servidas de la ley N° 18.778, al subsidio pro retención escolar, de acuerdo a lo establecido por la ley 19.873, sin perjuicio del acceso preferente a otras acciones o prestaciones que se implementen o coordinen a través de Chile Solidario. Todo lo anterior conforme a las normas de ésta ley y su reglamento (MIDEPLAN, 2004). En otras palabras Chile Solidario es el componente del Sistema de Protección Social que se dedica a la atención de familias, personas y territorios que se encuentran en situación de vulnerabilidad.

Fue creada el año 2004, como una estrategia gubernamental orientada a la superación de la extrema pobreza. Posteriormente, la consolidación de una red institucional de apoyo a la integración social, junto a la generación de mecanismos para la ampliación de las oportunidades puestas a disposición de las personas en los territorios y, por su puesto la institucionalización de la Ficha de Protección Social, instrumento que reemplaza a la ficha CAS y que se configura como la puerta de entrada al sistema, permitieron que Chile Solidario ampliara su

cobertura hacia otros grupos generando estrategias para trabajar diversas situaciones de vulnerabilidad que afectan a la población.

En términos administrativos, Chile Solidario es un modelo de gestión, representado en la Secretaría Ejecutiva radicada en el Ministerio de Planificación y de las Secretarías Regionales Ministeriales, ambas instancias dedicadas a coordinar a las instituciones responsables de entregar prestaciones sociales, para que funcionen en red.

Por su parte, el sistema genera los recursos necesarios para cubrir necesidades de sus usuarios cuya demanda no estaba considerada en la oferta pública tradicional, es decir, incorpora el trabajo con grupos en donde su situación problema no era cubierta por ninguna institución hasta entonces. Esto se realiza a través de la ampliación de los programas sociales ya vigentes, o mediante la generación de programas nuevos para la atención de demandas no cubiertas. En su operación, es un sistema descentralizado que funciona en estrecho vínculo con los gobiernos locales, es decir, las municipalidades, quienes son responsables de las principales funciones de la protección social y la ejecución de los programas encomendados. De esta forma, Chile Solidario busca complementar y fortalecer su tarea, aportando recursos técnicos, metodológicos y financieros que aseguren, en teoría, la atención oportuna y de calidad de las familias y personas más vulnerables de nuestro país.

Por lo anterior Chile Solidario (MIDEPLAN, 2004) comprende cuatro grandes componentes, a saber:

1. *Sistema de selección de beneficiarios:* los criterios de elegibilidad de personas y familias incorporadas a Chile Solidario, dependen de los perfiles específicos de cada grupo abordado, como estar en situación de calle, formar parte de una familia donde hay un adulto cumpliendo pena privativa de libertad o, ser un adulto mayor que además de vulnerable vive solo o con otro adulto mayor de igual condición. Eso, porque la lógica de trabajo de Chile Solidario, es generar dispositivos de vinculación que se especializan en abordar las vulnerabilidades que afectan a cada grupo. No obstante, y para efectos de analizar y ponderar esas vulnerabilidades, Chile Solidario utiliza la Ficha de Protección Social, que es la que permite la correcta identificación de la población más vulnerable y por tanto, la que debe tener prioridad en éste sistema de protección, es decir, aquella que requiere de atención especial y, por tanto, permite jerarquizar prioridades a la hora de asignar beneficios y otorgar prestaciones.
2. *Prestaciones Monetarias Garantizadas:* la capacidad generadora de ingresos de las personas y sus familias, es uno de los determinantes críticos de la autonomía o dependencia, con que los sujetos pueden plantearse estrategias de sustentación. Condiciones como la vejez, la aparición de enfermedades, la existencia de personas dependientes en el hogar, la presencia de discapacidades o el desarrollo de actividades económicas informales, son los factores que ponen en mayor riesgo la seguridad en los ingresos. Los sistemas de seguridad y de protección social, sustentan su sistema de provisión de beneficios

en el reconocimiento de estas situaciones y la asignación de transferencias monetarias que permitan contrarrestar esto, en las que la probabilidad de generar ingresos por concepto de trabajo son menores o inexistentes. Las prestaciones monetarias como subvenciones, subsidios o bonos, según el sistema, cumplen un rol fundamental en la generación de condiciones mínimas de seguridad para el presupuesto familiar, ya que pudiendo o no representar una porción significativa de los ingresos, está demostrado que en esos casos, sin ese aporte, se deteriora aún más el bienestar de las personas, o porque liquidan sus activos, o aumentan el nivel de endeudamiento o porque simplemente no permiten costear gastos básicos como alimentación y salud. Las prestaciones monetarias, subsidios y subvenciones que forman parte de este sistema son: Subsidio Único Familiar (SUF), Subsidio a la Cédula de Identidad, Subsidio al Pago del Consumo de Agua Potable y Servicio de Alcantarillado de Aguas Servidas (SAP), Bono de Protección y Egreso para familias Chile Solidario, Subvención Preferencial y Subvención Pro Retención Escolar, Pensión Básica Solidaria.

3. *Programas de Apoyo Psicosocial:* la presencia de un servicio especializado de apoyo psicosocial a los usuarios, significa en la práctica contar con un profesional a cargo de generar procesos motivacionales con las familias y o personas que forman parte de los programas contemplados en el Chile Solidario, además de apoyar y fortalecer su disposición y compromiso al cambio.

4. *Acceso Preferente a Programas Sociales*: es una estrategia en donde se combinan los servicios de cobertura universal (los beneficios están disponibles para todos los que los demanden, en áreas centrales del bienestar, como educación y salud) y otros de cobertura focalizada (se privilegia el acceso de poblaciones con condiciones críticas que justifican excepciones o privilegios desde el punto de vista de su elegibilidad). El sistema refiere de ésta forma, asegurar acceso a los usuarios que demandan con mayor intensidad los beneficios del sistema, lo que ha permitido, en alguna medida, avanzar también en la instalación de un sistema más equitativo. A través de este componente de acceso preferente a programas sociales, las familias y personas incorporadas a la red institucional, ven incrementada su probabilidad de obtener los beneficios y apoyos que requieren, los que si estuvieran igualmente disponibles pero a través del sistema de postulación regular, resultarían más inciertos en su obtención.

Las distintas instituciones y organismos de las áreas de Salud, Educación, Trabajo, Vivienda, Justicia, entre otras, se comprometen con MIDEPLAN para darles prioridad a los beneficiarios de Chile Solidario, situación que en la práctica sigue siendo un obstaculizador, toda vez que, independiente de los convenios o alianzas estratégicas establecidas, muchos de los elementos planteados para asegurar la preferencia pasan por un tema de voluntad de los operadores, desconociendo en muchos de los casos éste mandato. A esto se suma la importante demanda de servicios por parte de familias cada vez más vulnerables, lo que implica

que el proceso de obtención de subsidios siga siendo regular y al parecer no preferente.

Ésta situación se agudiza aún más en la realidad de las personas mayores, puesto que la condición de vulnerabilidad extrema, es decir, existe un empobrecimiento progresivo, con nula capacidad de generación de ingresos, además de la cada vez más precaria condición de salud; esto no permite, en los viejos considerar tiempos de espera, y los subsidios y prestaciones deben ser otorgados en este momento único y no en otro; sin embargo, en la práctica nos encontramos con casos en que la postulación a un subsidio de carácter urgente a tomado un tiempo que escapa a toda lógica de oportunidad y pertinencia.

Ahora bien, Chile Solidario trabaja a través de programas propios para la vinculación y habilitación de las personas y que funcionan como dispositivos de intermediación, consejería y acompañamiento. Se trata de servicios especializados de apoyo psicosocial, que mediante metodologías socioeducativas específicas, propone itinerarios de acompañamiento que facilitan la transición de familias y personas hacia otros procesos de integración social. Se trata de los siguientes (MIDEPLAN, 2009):

- *El Programa Puente*, dirigido a familias en situación de pobreza extrema. Es ejecutado por las municipalidades y es administrado y asistido técnicamente por el Fondo de Solidaridad e Inversión Social (FOSIS).

- *El Programa Calle*, orientado al trabajo con adultos que se encuentran en esta situación. Es un programa ejecutado indistintamente por municipalidades, gobernaciones provinciales y ONG's, y su administración y asistencia técnica está a cargo de MIDEPLAN.
- *El Programa Caminos*, dirigido a apoyar a niños y niñas de familias donde hay situaciones de separación forzosa en razón del cumplimiento de condena de alguno de sus integrantes. El programa es ejecutado por organizaciones no gubernamentales y su diseño y soporte metodológico está a cargo de MIDEPLAN.
- ***El Programa Vínculos***, orientado al apoyo de adultos y adultas mayores vulnerables y que viven solos. Se trata de un programa de ejecución municipal y que cuenta con la asistencia técnica del Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA).

4.4. Programa Vínculos

Se configura como el programa objeto de nuestro estudio, pues el sistema se fundamenta en la lógica de un enfoque de derechos, aplicado al diseño de políticas públicas, el cual refiere, deberá existir especial preocupación por generar condiciones que permitan revertir las brechas sociales que generan la exclusión de los adultos mayores, con menor capacidad para generar autónomamente sus ingresos; no sólo porque se trata de un grupo de población altamente vulnerable sino también, porque se alude es obligación del Estado garantizar condiciones mínimas de goce y ejercicio de los derechos a todas las personas mayores, independiente de si han o no cotizado y si se pueden jubilar o no.

Es lícito dar cuenta que en los países en desarrollo como el nuestro, las condiciones en que se desarrolla la vejez están caracterizadas por la extrema pobreza, el asilamiento y la exclusión social; a esto se suma las escasas oportunidades, el limitado acceso a los servicios de salud, la insuficiencia de los sistemas de pensiones y por supuesto, la falta de redes de servicios sociales en sus territorios, como lo hemos mencionado anteriormente.

En Chile en alguna medida se cree que estas condiciones se han mejorado significativamente, a partir de garantizar una serie de prestaciones, como la reforma a las pensiones, no obstante, aún queda mucho por hacer para mejorar las condiciones de calidad de vida a través de un envejecimiento activo y saludable y, desarrollando una vida cotidiana en condiciones de seguridad. Esto a su vez depende de varios

otros factores, como autoestima, sensación subjetiva de capacidad y valencia, convivencia con sus pares y con otras personas de la comunidad, contar con un entorno protegido, acceder a servicios sociales, entre otros.

En este marco, surge El Programa Vínculos que asume la multidimensionalidad de la pobreza de las personas mayores y se centra en la consecución de resultados concretos, expresados en el logro de condiciones mínimas de calidad de vida, cuyo actuar, además, se basa en 7 principios (MIDEPLAN, 2008. p.p. 13-15), a saber:

1. *Visión Multidimensional del Envejecimiento*: la eficacia de estrategias específicas para lograr que los adultos mayores se encuentren socialmente protegidos, depende de que se trabaje con una mirada amplia sobre la persona, identificando simultáneamente factores de riesgo tanto del funcionamiento biológico y psicológico, como del entorno doméstico, familiar y social del adulto mayor. Destaca en este aspecto, la capacidad de hacer análisis más integrales sobre la condición del adulto mayor, presentando atención a todos los aspectos conductuales y socio-ambientales implicados o relacionados de alguna forma con su situación.
2. *Integralidad en el Apoyo*: los y las adultas mayores presentan numerosas necesidades y carencias que deben ser atendidas de manera prioritaria en la intervención, a través de los recursos y accesos a servicios que se pueden movilizar desde la red de protección social. Pero, de igual forma, los agentes de intervención

deben realizar una labor socioeducativa con los adultos mayores para que prevengan riesgos al interior del hogar, desarrollen conductas preventivas y realicen prácticas de autocuidado. Asimismo, las acciones a desarrollar deben contemplar intervenciones relacionadas con las comunidades, dado que ellas representan importantes factores de protección. Los adultos mayores tienen derecho a recibir apoyos y participar de iniciativas en estos tres ámbitos.

3. *Prácticas No Discriminatorias*: el grupo de los adultos mayores que viven solos y que, por esta razón, califican con alta prioridad para el Sistema de Protección Social, con su incorporación a través de este Programa, es heterogéneo en su composición; existiendo diferencias significativas entre los mayores, tanto por sus condiciones de valencia, como por el territorio comunal donde residen, su mayor o menor ruralidad o por su pertenencia a un pueblo originario. Este programa pretende realizar acciones que buscarán la inclusión social efectiva de los adultos mayores, intentando abarcar toda la diversidad de situaciones existentes en este grupo. Para ello, deben tomarse las medidas necesarias para que las personas que se encuentran postradas o son completamente dependientes, estén incorporadas en el Programa.
4. *Reconocimiento de Diferencias de Género*: los adultos mayores que viven solos, comparten entre sí las vulnerabilidades propias de quienes enfrentan su proceso de envejecimiento con menores redes y recursos que les sirvan como factores de protección. Sin embargo, la

experiencia del envejecimiento es distinta en hombres y mujeres, especificidades que no sólo deben abordarse con fines diagnósticos sino como criterios para adecuar las intervenciones de sus agentes de apoyo.

5. *Flexibilidad Metodológica para Prestar Apoyo Psicosocial:* para lograr cambios significativos que se traduzcan en el mejoramiento efectivo de las condiciones de calidad de vida de los adultos mayores, los instrumentos y prácticas que se llevan a cabo en el proceso de acompañamiento, deben adecuarse a los ritmos, capacidades e intereses de las personas. Esto significa que no se generan exclusiones de participantes por requisitos de la metodología sino que ésta se va adecuando de forma tal que se pueda trabajar con todos los que lo requieran.
6. *Profesionalización Progresiva del Servicio:* el trabajo con adultos mayores requiere del manejo de ciertas competencias que aseguren la correcta aplicación de estándares de atención. Este principio aplica también a los programas de apoyo psicosocial, donde quienes efectúan el acompañamiento, deben contar con una base importante de habilidades y recursos pedagógicos para facilitar la participación de las personas mayores.
7. *Aplicación de Enfoque Territorial en la Intervención:* dado que la estructura de oportunidades a la que tienen potencial acceso los adultos mayores, está compuesta por los recursos institucionales y comunitarios existentes en el territorio donde viven y se desenvuelven

cotidianamente, la intervención a favor de la protección social del adulto mayor debe ser capaz de reconocer esos recursos y desarrollar iniciativas que los vuelvan accesibles. Dado que la protección social de los adultos mayores que viven solos, depende de las relaciones de ayuda que ellos pueden encontrar en su ámbito más cercano, la intervención debe tener en cuenta esos factores protectores y procurar su vinculación con los mayores apoyados.

Para el logro de los resultados, se aplica un modelo de gestión intersectorial. Bajo esta perspectiva se asume que todos los actores, al interior del Estado, son co-responsables del cumplimiento de los resultados propuestos, en materia de superación de la extrema pobreza; asimismo reconoce como eje fundamental el rol de los municipios y gobiernos provinciales y regionales.

En este escenario, son los municipios los responsables de la implementación del Programa Vínculos. Por su parte, el SENAMA, presta apoyo y asistencia técnica especializada a las municipalidades del país, desde una perspectiva gerontológica.

Esta perspectiva se proporciona bajo la modalidad de asistencia técnica, por tanto, supone poner a disposición un conjunto de herramientas técnicas, a través de los diferentes instrumentos para el acompañamiento psicosocial y las diversas capacitaciones.

La intervención psicosocial para personas mayores tiene características particulares que la distinguen del apoyo psicosocial que se proporciona a las familias y las personas en situación de calle u otros.

En este caso, se entenderá por apoyo psicosocial, al servicio que se especializa en el trato directo con las personas mayores, con la finalidad de ofrecer consejería, orientación y acompañamiento, por un período de 12 meses, orientado al logro de condiciones mínimas de calidad de vida, tanto a través de la utilización de la red de servicios existentes en el territorio, como a través de intenciones y acciones desplegadas con la propia persona mayor y su entorno vecinal y comunitario.

El objetivo general del programa dice relación con lograr que las personas de 65 años y más, en condiciones de extrema pobreza y/o vulnerabilidad, cuenten con subsidios garantizados, accedan de forma preferente a un conjunto de prestaciones sociales pertinentes a sus necesidades y estén integrados a la red comunitaria de protección social (SENAMA, 2008, p.10). Además los objetivos específicos (SENAMA, 2008, p.10) se expresan en:

- Implementar un programa de acompañamiento continuo que considere el apoyo psicosocial por 12 meses, para Personas de 65 años o más y que ingresen al Sistema de Protección Social Chile Solidario.
- Garantizar, conforme a lo establecido en la Ley Chile Solidario, los subsidios que correspondan a las personas mayores; así como el acceso preferente a las prestaciones sociales disponibles en la red pública.

- Potenciar la vinculación de las personas mayores participantes del programa con su entorno inmediato (barrio-comuna), mediante el fortalecimiento de las redes existentes en el territorio local;
- Favorecer la articulación de los apoyos formales e informales (municipalidad, grupos organizados, vecinos, amigos, familiares), para que se constituya la red de protección social de las personas mayores.

En concreto se espera que al finalizar el proceso las personas mayores puedan fortalecer herramientas psicosociales como identidad, autonomía y pertenencia, a través de sesiones individuales y grupales (ver Anexo 2); que sepan que tienen derechos y por tanto están en condiciones de ejercerlos; que además accedan a ciertos derechos, es decir, obtengan subsidios y prestaciones de manera preferente y pertinente a sus necesidades; y una vez terminado el programa, no queden “solos”, sino conectados a la red social y comunitaria.

El programa trabaja además en función del cumplimiento de condiciones mínimas distribuidas en distintas dimensiones, el siguiente cuadro da cuenta de ello:

Cuadro Nº 3

Condiciones Mínimas Programa Vínculos

DIMENSION	MÍNIMOS A LOGRAR CON LAS PERSONAS MAYORES
1 Identificación	<ul style="list-style-type: none"> • Dispone de Cédula de Identidad. • Ficha de Protección Social actualizada y vigente en la Municipalidad de su domicilio.
2 Ingresos	<ul style="list-style-type: none"> • Obtiene Pensión Básica Solidaria (PBS) o Aporte Previsional Solidario (APS), Subsidio de Agua Potable (SAP) y otros subsidios, si corresponde. • Dispone de un ingreso mensual.
3 Salud	<ul style="list-style-type: none"> • Está inscrita y se controla en Servicio de Atención Primaria de Salud (dispone de credencial de atención o control de salud). • En caso de presentar enfermedad crónica o aguda, se controla o atiende en centro de salud que corresponda y accede a medicamentos en forma oportuna y pertinente. • Recibe Alimentación Complementaria, PACAM. • Tiene las vacunas al día según las normas del Ministerio de Salud incluidas en el plan de salud de las personas mayores. • En caso de presentar alguna/s discapacidad/es, y si corresponde, recibe órtesis y prótesis (ayudas técnicas).
4 Equipamiento Básico	<ul style="list-style-type: none"> • Dispone de una cama equipada (colchón, sábanas, somier, frazadas, almohada). • Dispone de enseres básicos para su alimentación (tetera, olla, sartén, juego loza para 2 personas, cubiertos, utensilios de cocina). • Dispone de enseres básicos para el equipamiento del hogar (pertinente al territorio donde reside: estufa, 1 mesa, 2 sillas, balón de gas, instalación eléctrica básica dentro de la vivienda).
5 Vinculación Comunitaria	<ul style="list-style-type: none"> • Participa de actividades grupales y/o mantiene contacto con persona/s significativa/s (persona/s clave). • Conoce y accede, en la medida que lo requiera, a la red de apoyo local a las personas mayores. • En la medida de lo posible, se vincula a grupos de pares u organizaciones de acuerdo a sus intereses y necesidades.

NOTA:

PACAM: Programa de Alimentación Complementaria para las personas mayores. (Leche sin lactosa y sopas años dorados).

PBS: Es un aporte que el Estado entrega en dinero, mensualmente, a las personas mayores de 65 años que pertenecen al segmento más pobre de la población y que no tengan derecho a pensión en algún régimen previsional. Anualmente, se aumentará el monto del aporte y se ampliará la cobertura de población que accederá a este aporte.

APS: Es un incentivo que otorga el Estado a la persona por haber cotizado, de modo que lo que obtenga de pensión se le complementa con un aporte fiscal para que alcance montos superiores de jubilación que quienes reciben la PBS. Está dirigido a las personas mayores de 65 años y que pertenecen a los segmentos de menores recursos de la población. Anualmente, se aumentará el monto del aporte y se ampliará la cobertura de población que accederá a este aporte.

SAP: Subsidio de Agua Potable con un tope máximo de 15 mts. cúbicos.

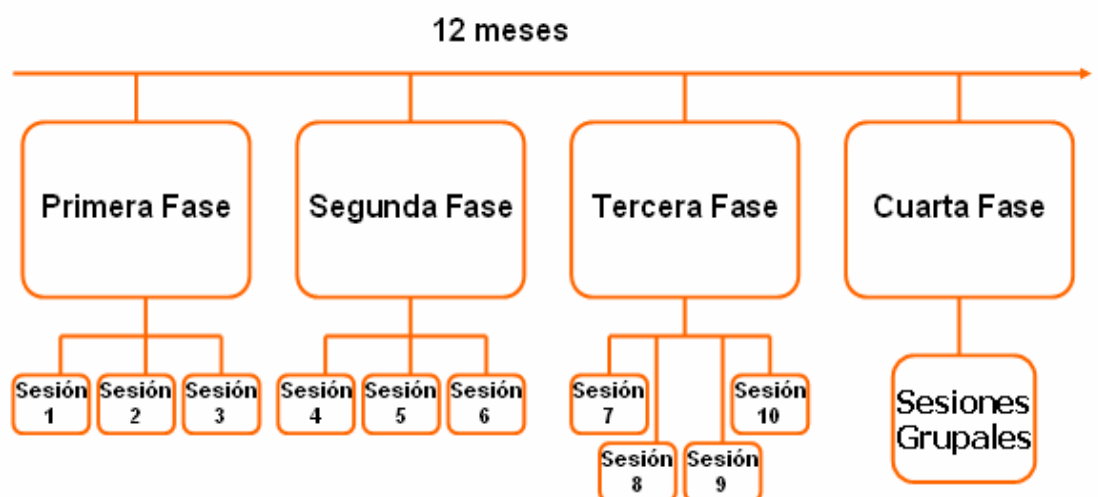
CÉDULA DE IDENTIDAD: a la personas mayor se le subsidia con \$2.560, por lo que sólo debe cancelar \$500.

Fuente: SENAMA.

Metodológicamente, el programa se distribuye en cuatro fases de intervención que se desarrollan durante doce meses, en donde las tres primeras fases, dicen relación con apoyo psicosocial individual; es decir, visitas en el domicilio; la cuarta fase da cuenta de apoyo psicosocial grupal, en donde las personas mayores se agrupan en un espacio determinado y se intencional temas de manera grupal, de esta manera se potencia la vinculación y la participación social.

Dibujo N°1

Esquema Apoyo Psicosocial Programa Vínculos



Fuente: SENAMA.

El dibujo muestra la estructura de las fases de intervención, además, cada una de estas fases se desarrolla a través de un número determinado de sesiones, las cuales están asociadas a contenidos estructurados y al logro de productos concretos con la persona mayor.

Cabe destacar además, que existe una intervención diferenciada de acuerdo al lugar donde habita la persona mayor, es decir, zona geográfica de acceso expedito y zona geográfica de difícil acceso, donde el primero se refiere al lugar donde habitan las personas mayores que cuenta con caminos pavimentados o de fácil tránsito, con transporte diario y regular (3 o más recorridos al día), y cercanía física con servicios públicos, especialmente del municipio y que para trasladarse al domicilio de las personas mayores, se requiere por lo general 1 hora y 30 minutos, o menos; y el segundo da cuenta del lugar donde habitan las personas mayores que cuentan con caminos pavimentados pero que se inundan fácilmente con la lluvia, nieve u otro, que impiden su tránsito regular; se trata también de caminos de tierra de difícil tránsito. El transporte con que la zona cuenta es esporádico, con sólo 2 o menos recorridos diarios, y que para acceder al lugar donde habitan las personas mayores se requiere más de 1 hora y 30 minutos.

Ahora bien, y a partir de lo anterior, la frecuencia de las sesiones está determinada por el lugar o zona geográfica donde habitan las personas mayores. En el caso de adultos mayores que habitan en zonas geográficas de fácil acceso, las sesiones se desarrollan cada 15 días.

Para aquellas personas de zonas geográficas de difícil acceso, las sesiones se desarrollan 1 vez al mes.

Es importante mencionar que en la ejecución del programa trabajan tres instituciones (SENAMA, 2008, p.p. 16-18), a saber:

- El Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA), es responsable de la asistencia técnica compuesto por la Prestación de Apoyo y Asistencia Técnica Especializada, a las municipalidades del país responsables de la implementación del programa y los encargados municipales del programa. Esta busca apoyar el proceso de instalación del programa a nivel comunal, incluyendo la capacitación de los equipos locales del programa, así como, la incorporación a las instancias de fortalecimiento institucional de Chile Solidario. También mantiene actualizado el Sistema Integrado de Información Social, proporcionado por MIDEPLAN, en este caso el Módulo Vínculos del SIIS. SENAMA intenta sistematizar experiencia de implementación del programa, para lo que se diseñarán en conjunto con MIDEPLAN los instrumentos que permitan recoger los procesos, resultados y tendencias de impacto del mismo.
- El Ministerio de Planificación (MIDEPLAN), es responsable de asignar las coberturas e informa a los municipios las nóminas de potenciales beneficiarios, de acuerdo a los antecedentes de la Ficha de Protección Social y a la ley 19.949, que regula el Sistema Chile Solidario. Proporciona los recursos necesarios para la implementación local del programa; proporciona un Sistema Integrado de Información Social

(SIIS); y también supervisa la implementación, de modo que los usuarios del sistema reciban servicios de calidad, con pertinencia y oportunidad.

- Y por último, la Municipalidad, que es responsable de la implementación local del Programa Vínculos, por tanto constituye el espacio institucional más importante, representado por un Encargada/o Municipal del Programa y Monitoras/es Comunitarios, contratados para implementar la metodología. Para ello cuentan con la asistencia técnica de SENAMA, orientada a la aplicación de la Metodología de Intervención, y de MIDEPLAN en materia de transferencia de recursos, supervisión y sistemas de información social.

Como se advierte, son tres los actores involucrados en esta iniciativa, no obstante los protagonistas son las personas mayores usuarias del programa. Por tanto, es importante considerar cuál es la percepción de ellos con respecto a ciertas herramientas psicosociales entregadas por esta iniciativa: *Autoimagen, Autonomía y Vinculación Comunitaria*, sobre todo en el caso de personas mayores en situación de vulnerabilidad social, se configuran como los ejes transversales de la intervención psicosocial.

Como se ha señalado la población objetivo de este programa, son personas mayores desvinculadas socialmente, por tanto es fundamental potenciar dichas herramientas psicosociales y que ellos logren significarlas e internalizarlas, de manera tal que una vez egresados del

programa, puedan por si solos disminuir los factores de riesgos y potenciar los factores protectores asociados a la condición de vulnerabilidad, en la que están inmersos antes de ingresar al programa; sólo de esta manera la intervención psicosocial que plantea el discurso sería efectiva, ya que se estarían generando herramientas para la autogestión de las personas mayores una vez egresados del programa, y no asistencialismos o resultados inmediatos producto de una relación de dependencia con el monitor comunitario, que es quien ejecuta el apoyo psicosocial.

De esta manera el programa sería una importante herramienta para las personas mayores, que por diversas razones hoy viven en condición de vulnerabilidad; por lo tanto, el que esta población internalice las significaciones positivas con respecto a la intervención psicosocial, los empoderará del lugar y el espacio social que les pertenece como sujetos de derechos, transformando el constructo social de la vejez desde su propio discurso y quehacer.

4.5. Herramientas Psicosociales potenciadas por el Programa Vínculos

Esta investigación está basada en tres grandes herramientas psicosociales potenciadas por el programa, a través de sesiones individuales y grupales, plasmadas en la metodología de apoyo psicosocial de dicho programa (ver Anexo 3). Las herramientas que se analizarán, de acuerdo a las percepciones y significaciones de los usuarios son:

- **La Autoimagen:** entendida como el concepto que tenemos de nosotros mismos, dicho elemento es uno de los más importantes de nuestra personalidad. Empieza a formarse durante el período del embarazo y se va modificando durante toda la vida. La autoimagen se define respecto a cómo nos vemos y evaluamos, por tanto no tan sólo tiene que ver con aspectos físicos, sino también con nuestro desempeño, nuestro rendimiento y nuestros logros, ya que la imagen que creamos de nosotros mismos tiene directa relación con nuestro entorno, estereotipos, prejuicios, etc.

Ahora bien, el tema de la autoimagen en las personas mayores suele ser una temática bastante compleja desde la psicología, ya que sabemos que la vejez en nuestra cultura tiene una imagen absolutamente negativa al estar en contraposición con el ideal de de belleza y juventud que se persigue, por tanto en el proceso de envejecimiento las personas se ven afectadas por esta imagen especular de los otros y por el ideal que tienen de sí mismas. Es una etapa especialmente vulnerable, porque se

exacerba el sentimiento de inferioridad, en virtud de la valoración social negativa de este proceso. De esta manera esta imagen externa va tomando sentido en la imagen que tenemos de nosotros mismos, interiorizando estos prejuicios y estereotipos afectando su calidad de vida y su propio bienestar subjetivo, por ende es un conflicto interno absolutamente complejo.

La transformación que produce el envejecimiento remite, desde el punto de vista del psiquismo al proceso identificatorio, porque es necesario elaborar una nueva representación de sí. El concebirse envejeciendo, conlleva el dar por finalizada la representación del joven que se fue, evidenciando con esto además temores asociados a la proximidad de la muerte, ansiedad de separación por la pérdida de sus seres queridos, sentimientos de nido vacío, malestares relacionados con su ajuste y adaptación a sus limitaciones y en gran medida por la repercusión de una imagen social peyorativa o desfavorable de la vejez repercutiendo en su propia imagen del fenómeno y en su calidad de vida de forma general.

Por lo anterior, resulta fundamental que el programa efectivamente trabaje la autoimagen como herramienta psicosocial, con las personas mayores; dado que el tener una imagen positiva de sí mismos, indudablemente sería un gran aporte para afrontar no sólo su presente, sino además su pasado con la gran carga emocional acumulada por años, así como también unir el pasado con el presente, para darle sentido a la historia que es una construcción personal, subjetiva; revalorizando el

proyecto de vida con sus metas. Lo importante es llegar a tener la capacidad de renunciar a lo que ya fue, y de esta manera darle paso a proyectar nuevos caminos, asimilar la vejez como una etapa más del ciclo vital, aminorando en ellos mismos este constructo social carente de toda empatía. Dejar de mirar su imagen en el espejo desde lo social, y por el contrario, buscar significantes alternativos aunque no formen parte del discurso hegemónico, de esta forma empoderarse de sus propias vidas resignificándolas. Son muchos los viejos que dan muestras que pueden renovar intereses y de mantenerse vitales, contradiciendo las representaciones sociales negativas sobre la vejez; sin embargo este empoderamiento no sería posible si las propias personas mayores, no son capaces de tomar sus decisiones, de afrontar sus vidas como propias, como sujetos de derechos y no meros objetos dentro de la sociedad.

Por esta razón, se considera que otra de las herramientas importantes dentro del apoyo psicosocial que brindaría el programa a través de la metodología es:

- **La Autonomía** (SENAMA, 2008) (del griego auto, "uno mismo", y nomos, "norma") es, en términos generales, la capacidad de tomar decisiones sin ayuda de otro. Se opone a lo que llamamos heteronomía. Por tanto, se configura como la capacidad de controlar, afrontar y tomar, por propia iniciativa, decisiones personales acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias, así como de desarrollar las actividades básicas de la vida diaria. La autonomía tiene dos dimensiones: la dimensión física y la dimensión psicológica.

Una persona mayor podría verse profundamente disminuida, dependiente de los demás en cuanto a satisfacer sus necesidades básicas; sin embargo, podría conservar la autonomía en cuanto a su estado psicológico. El deterioro del organismo y el estado de dependencia que esto origina, no significa una pérdida de la autonomía psicológica.

Considerada desde el punto de vista psicológico, la autonomía es un atributo de la personalidad. El término autonomía sugiere la idea de autodeterminación. Según diccionario, es “la libertad para gobernarse por sus propias leyes”; para un individuo, “el disponer libremente de sí”.

Empleada en su sentido más general, la autonomía designa una propiedad del individuo por la que se le considera capaz de tomar decisiones que le conciernen, asumiendo las responsabilidades de las mismas.

Con lo anterior se deduce que la posibilidad de valerse por sí mismo, y tomar las decisiones por nosotros mismos es algo inherente al ser humano, por tanto su realización implica la efectivización de los derechos humanos fundamentales. Cuando vemos que nuestra autonomía está siendo limitada y restringida mediante factores humanos externos y contrarios a la voluntad del sujeto estamos en presencia de una violación a los derechos humanos.

En edades avanzadas, las personas sufren por decirlo de alguna manera limitaciones en su autonomía, a partir del proceso natural del envejecimiento, pero también a consecuencia de restricciones culturales. Sabemos a través de la biología que a medida que pasan los años las

células del organismo se van desgastando, lo que se traduce en general como declinaciones; la estructura ósea se achica, las articulaciones se desgastan. La actividad sexual declina en frecuencia y la menopausia en la mujer determina el final de su ciclo reproductor. Disminuye la capacidad de los órganos sensoriales, además hay una pérdida de agilidad y velocidad en nuestros movimientos. A su vez, en términos neurológicos se hacen comunes los fallos de memoria y la actividad intelectual se hace más lenta. Este proceso de involución de los sistemas reduce la capacidad de defensas del organismo y lo vuelve más vulnerable, por lo cual en la vejez aumentan las posibilidades de perder parcial o totalmente las facultades mentales, motrices, sensoriales, y del habla.

De esta manera los adultos mayores pasan a depender de otra persona en uno o varios de los aspectos necesarios para desenvolverse en la vida cotidiana. Ahora bien, estas limitaciones se reducen meramente a lo biológico; sin embargo como lo hemos señalado a través de esta investigación, la vejez no es puramente una etapa biológica sino también una etapa socio-cultural.

En el orden económico, se señala como uno de los gatillantes de la reducción de autonomía al proceso de la jubilación. Resulta antagónico e incluso irónico pensar que el término "jubilación" viene de "júbilo", y fue denominado así porque se consideraba que después de una gran parte de la vida dedicada al esfuerzo y al trabajo, las personas merecían vivir el resto de sus vidas descansando y gozando de su tiempo libre. Sin embargo, el jubilarse, más bien se configura como una grave

preocupación para las personas mayores, dado que los ingresos disminuyen considerablemente, y que en varios casos ni siquiera cubre las necesidades básicas, lo que los obliga en esta situación de vulnerabilidad a demandar recursos de su red familiar, afectando de esta manera su independencia; por otro lado, pasan a formar parte del grupo de la población inactiva o pasiva en términos económicos, ya que no son fuerza de trabajo, lo que muchas veces es sinónimo de inutilidad e invisibilidad, para algunos.

Ahora bien, en el orden cultural los diversos prejuicios alteran gravemente la autonomía e independencia de los adultos mayores; cuántas veces hemos escuchado prejuicios tales como "Los viejos son como niños" , o "Qué le vas a preguntar a ellos", o " No pueden", o "No se dan cuenta", o "No lo van a entender", o "Son caprichosos, son tercos, no razonan"; todas estas expresiones llevan sólo a una consecuencia, el obviar su palabra y su derecho. Dado que no podemos esperar que las decisiones que ellos tomen sean las más acertadas, por lo tanto "por su bien", las decisiones sobre su vida, las tomamos los adultos y/o las instituciones. De esta manera, las personas mayores terminan internalizando estas expresiones y mitos, convenciéndose de que lo mejor es callar y poner en manos de sus hijos o familiares cercanos las decisiones sobre sus vidas tan lejanas ya, potenciándose una relación de dependencia. Hay personas mayores incluso que resistiéndose a los consejos familiares han debido enfrentar amenazas de estos mismos, señalándoles que si optan por esta elección propia deberán atenerse a las

consecuencias, ya que no contaran con el apoyo familiar; por tanto muchos de ellos por miedo al abandono han debido entregarse a los deseos de otros.

Cabe señalar además como elemento importante en la pérdida de autonomía, aquellos casos de personas mayores que han querido rehacer sus vidas sentimentales; y que sin embargo sufrieron el rechazo de sus familias en virtud de los prejuicios y mitos acerca de la sexualidad en los viejos, tachándola de ridícula y muchas veces de repugnante, y debiendo entonces obligarse a vivir esta etapa de su vida como sus familiares creían que debía ser, sin considerar en ningún caso la opinión de la propia persona, lo que se configura como una grave violación a los derechos humanos. Por su parte, otros deben olvidar viajes, vinculación con pares a través de clubes de adultos mayores o de simplemente el vivir solos porque sus familiares lo consideran peligroso; nos preguntamos no es más peligroso atentar contra la voluntad de una persona, y qué decir de los casos en que los hijos cobran las jubilaciones decidiendo cuáles son las prioridades y necesidades de sus padres.

No obstante la máxima expresión de privación de autonomía se hace patente cuando los hijos deciden sin siquiera considerar la opinión de sus padres que estos deben vivir su vejez en un hogar, porque independiente de estar sanos estarán mejor cuidados en un lugar especialmente diseñado para ellos.

Este es el punto donde la persona mayor pierde de manera casi absoluta la independencia y autonomía, ya que deben someterse a

normas institucionales, horarios de comida, de recreación, de descanso, no pueden tomar decisiones tan básicas como la hora de asearse, tampoco pueden cocinar, ni lavar ya que todo está normado, y otros lo hacen por ellos. En este ingreso a instituciones totales como los hogares de larga estadía, se vive un complejo proceso de duelo, ya que pierden su espacio, sus plantas, sus animales, sus familiares, sus vecinos y su independencia.

No obstante y felizmente no todos los adultos mayores en nuestro país viven en las mismas condiciones de dependencia, dado que hay muchas personas que siguen ejerciendo sus derechos basándose en sus convicciones e intereses, aún en los casos en que se haya sufrido una pérdida de autonomía sobre el control de su cuerpo, son respetadas y consultadas en sus deseos y decisiones, ya que es importante señalar que la autonomía es diferente a la autovalencia, si bien una persona mayor puede ver disminuida su autovalencia debido a alguna discapacidad física como el ocupar silla de ruedas para desplazarse, no quiere decir que no posea la capacidad de tomar decisiones y elegir a las personas que la apoyarán en aquellas tareas que por obvias razones no puede ejecutar.

En el sistema chileno actual el que se jubila pasa a engrosar la categoría de "pasivo". Si después de jubilado se enferma o incapacita perdiendo la condición de auto validez, además de pasivo, es una carga. Y si, además de todo esto es pobre, se convierte en un problema social del cual el Estado se desentiende.

La imposibilidad de ejercer el derecho de decidir sobre la propia vida, es no ejercer los derechos humanos fundamentales: el derecho a la vida, a la libertad, el derecho a la libertad de expresión y de pensamiento, el derecho a la privacidad, a la sexualidad, a la educación. Sin embargo, estas limitaciones impuestas a las personas mayores no son vistas como violaciones a los derechos humanos, ya que esta actitud para con los viejos está instalada y naturalizada en casi toda la sociedad, por tanto desnaturalizarla es uno de los objetivos de la educación para el envejecimiento.

En este sentido, es fundamental responsabilizarse por esta situación y el que las personas mayores adopten una posición más crítica y activa frente a esta actitud prejuiciada, asumiendo de esta manera sus derechos; no se puede vivir complaciendo al resto mientras nuestro interior está en desacuerdo, por tanto consideramos que el trabajar el tema de la autonomía en las personas mayores que viven en condición de vulnerabilidad, como lo son los usuarios del Programa Vínculos, es absolutamente indispensable; ya que según su perfil son personas que viven solas y en la gran mayoría de los casos empobrecidas, y que muchas veces han preferido vivir este abandono social en silencio.

Sin embargo, el potenciar esta herramienta psicosocial en ellos a través del programa, les brindará seguridad, potenciando el empoderamiento, lo que aminorará los factores de riesgos a los que están expuestos, ya que en cierta medida serán capaces de exigir aquellos derechos que les son propios, en pos de sus necesidades y no en

aquellas que el resto cree son. Para esto es necesario además que se trabaje de forma paralela otra herramienta psicosocial:

- **La Vinculación Comunitaria**, esta se configura como un elemento fundamental para la calidad de vida de las personas mayores, ya que el sentirnos parte de un espacio y empoderarnos de éste, sin duda alguna potencia una autoimagen positiva y la capacidad de tomar decisiones sobre la propia vida. El vincularnos con redes formales e informales no sólo nos aporta actividad al diario vivir de las personas mayores, sino también potencia el rol social que la cultura occidental ha extirpado.

En el proceso de vinculación hay implícito un sentimiento de pertenencia social, a fin de explicar el mecanismo que normalmente permite la satisfacción de la necesidad de pertenencia social, la mayoría de los autores apelan a la teoría de los roles sociales. La pertenencia social según la teoría de roles, es una fuente de valorización: en una sociedad determinada, cada individuo se siente reconocido y apreciado por su grupo de pertenencia según el status que ocupa, y según el modo con el que se conforma a las normas de tal status. Por lo general, como mencionamos el status asociado a Personas Mayores es el de “jubilada/o” que significa “estar retirado de” (SENAMA, 2008). El status de jubilado no es un rol social y no es un lugar en el sentido de participación social adaptada. Los estereotipos colectivos respecto de los mayores se concretan en unas prácticas sociales negativas que, de una u otra manera, generan una sociedad en la que no identifica lugar para las

personas mayores. Al respecto, es preciso reemplazar la exclusión social de las personas mayores por una adecuación de su participación en la vida de la sociedad, lo cual implica un cambio de actitud hacia la vejez y el envejecimiento por parte de la sociedad en su conjunto, no pasando a llevar los derechos como ciudadanos. Las declaraciones de Derechos Humanos (1948) y el Pacto de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (PDSEC, 1966) hacen referencia a los derechos de las personas en general; estos derechos, tales como la igualdad, la seguridad social y la no discriminación, entre otros, se aplican a todas las personas y se subentiende que las personas mayores estarían incluidas y protegidas por ellos. Así también la participación, cualquiera sea la forma y uso, es ante todo, un derecho, y una de sus expresiones más concretas es la organización social de las personas mayores. Según la encuesta CASEN 2003, el 35% de las personas mayores del país estaba integrado a organizaciones sociales. Este dato que pasa inadvertido muchas veces por los prejuicios asociados a la vejez, es una señal potente de que “la participación de las personas mayores constituye una forma de vinculación con el entorno social que posibilita articular intereses entre grupos de personas, logrando con ello una mayor capacidad de relevar demandas y de ser escuchadas por los entes decisores” (Forttes, 2008).

Distintas fuentes permiten constatar que las personas mayores de 60 años integran y participan en diversas organizaciones comunitarias y constituyen porcentajes significativamente altos respecto de otros grupos de edad. Sin embargo, la característica principal de los clubes de adultos

mayores, quizás, resida en que la pertenencia a ellos se genera desde el reconocimiento de quienes los integran, de su condición de personas adultas mayores, lo que adquiere una relevancia especial por cuanto se han convertido en actores legítimos en la conquista de espacios sociales, resignificando en ese proceso asociativo, el fenómeno participativo que experimentan.

El “Club” es la instancia base de organización y de participación social, propia de los adultos mayores hoy en Chile. Durante la década de los 90’ se da impulso a una política gubernamental orientada a promover la participación de las personas adultas mayores en la sociedad chilena, incentivando formas de asociación que ya estaban instaladas y extendidas a nivel nacional en décadas anteriores.

Cuadro N° 4

Personas Mayores Organizadas. Años 1998-2008

Personas Mayores Organizadas. Años 1998-2008					
	1998	2001	2003	2005	2008
N° de personas mayores organizadas	108.728	195.049	218.594	245.290	369.419
N° de clubes y otras organizaciones	3.435	6.094	7.668	9.089	11.616
Uniones Comunales	30	144	206	254	248

Fuente: Catastro SENAMA.

La participación de las personas mayores en organizaciones sociales, constituye una herramienta de integración social y es también

una respuesta a la necesidad de pertenencia. Ante la ausencia de un rol de la vejez en la sociedad, el grupo se constituye en un espacio de acogida, intercambio, apoyo mutuo, aprendizaje de habilidades, información y de necesidades afectivas y de comunicación, que se intensifican por eventos relacionados con la viudez, jubilación, mayor tiempo disponible en esta etapa de la vida, menores obligaciones en el ámbito doméstico y en el cuidado de hijos, o bien, la necesidad de abordar de manera colectiva problemas de tipo reivindicativo que afectan a las personas mayores.

De lo anterior se desprende que la participación es un factor protector que incide en la calidad de vida de las personas mayores. Es así que el Estado también ha debido situarse en el escenario de brindar espacios de participación a aquellas personas mayores que no se encuentran organizadas, ya sea por desconocimiento de las distintas instancias, por encontrarse en situaciones de vulnerabilidad y pobreza, o por decisión personal. De esta forma, su posibilidad de participación en las distintas redes sociales se ve disminuida, lo cual indiscutiblemente repercute en los niveles de calidad de vida.

La vinculación social, como se ha señalado a lo largo de toda esta investigación es un elemento fundamental para el logro del bienestar subjetivo, la vinculación nos permite sentirnos partes de la sociedad y capaces además de propiciar cambios sociales, lo que para los adultos mayores, específicamente los usuarios Vínculos dado su nivel de vulnerabilidad es una herramienta importante a potenciar, dado que los

adultos mayores Vínculos, son personas que viven solas, aisladas y muchas veces abandonadas por sus propias familias, por tanto las relaciones interpersonales y la vinculación se configuran como facilitadores de un importante sentimiento, el de pertenencia, el grado de pertenencia viene indicado por la aprobación, la aceptación, el sentido de pertenecer a un grupo, el consenso en los valores y un sentido de responsabilidad con respecto al grupo, lo que además potencia el ejercicio de habilidades comunicacionales que se han ido deteriorando por carencia de relaciones sociales.

La participación de las personas mayores, en el contexto del Sistema de Protección Social, implica el reconocimiento, por parte de la sociedad, de las capacidades actuales y los grandes aportes que puede realizar este grupo objetivo al desarrollo del país en sus distintos ámbitos. De ahí que la participación ciudadana, en este caso de las personas mayores, conforme un elemento constitutivo de las intervenciones de este sistema, reflejado puntualmente en la creación del Programa Vínculos; por lo tanto es una herramienta psicosocial de suma relevancia para nuestro estudio.

De esta manera, la percepción que los propios usuarios del programa Vínculos le otorguen a la autoimagen, autonomía y vinculación comunitaria es el objeto de nuestra investigación, dado que tal como lo plantea la psicología comunitaria es imprescindible la opinión de los propios destinatarios del apoyo psicosocial facilitando con esto no solo la participación comunitaria, sino también la toma de conciencia por parte de

la comunidad de su situación, sus necesidades, asumiendo el proyecto de su transformación como sujetos activos, es importante señalar que el Programa Vínculos ha ido creciendo en cuanto a cobertura, por tanto ha seguido ejecutándose en distintas comunas a nivel nacional, lo que lo configura como una importante iniciativa de gobierno en la cual se pretende vincular a las personas mayores vulnerables a la sociedad que los ha marginado y excluido, lo que claramente es una difícil tarea dado la historicidad de la exclusión social de este grupo etéreo, por tanto, es importante darles continuidad a este tipo de iniciativas sociales, reestructurando objetivos y resultados en pos de las necesidades y problemáticas emitidas por la misma población. Es por esta razón, que se considera fundamental tomar en cuenta la percepción y significados que otorgan los mismos egresados de dicha iniciativa a las herramientas psicosociales planteadas en la metodología de apoyo psicosocial, dado que es un importante aporte a las posibles futuras modificaciones de dicha metodología, tomando en cuenta la voz de los propios usuarios, considerados como sujetos sociales.

5. MARCO METODOLÓGICO

5.1. Enfoque Metodológico y Nivel de Investigación

El estudio a realizar, presenta un enfoque cualitativo, es decir, es un tipo de investigación formativa que cuenta con técnicas especializadas para obtener una respuesta a fondo acerca de lo que las personas piensan y sienten. Su finalidad es proporcionar una mayor comprensión acerca del significado de las acciones de los actores, sus actividades, motivaciones, valores y significados subjetivos, lo que se relaciona directamente con el objetivo de esta investigación, dado que se pretende conocer percepciones y significados de la muestra a través de sus propios relatos.

Al respecto es importante señalar: “La frase metodología cualitativa se refiere en su más amplio sentido a la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable” (Taylor y Bogdan. 1994, p. 20).

En esta investigación, no se optó por un enfoque cuantitativo, dado que lo que se intenta rescatar es la profundidad de la experiencia de los sujetos a través de sus discursos, es decir a través de los procesos de producción de sentido y de significación que los usuarios realizan de su experiencia.

El enfoque cualitativo es abierto, tanto en lo que concierne en la participación de participantes, en la producción del contexto situacional, así como en lo que concierne a la interpretación y análisis, ya que tanto el análisis, como la interpretación se conjugan en el investigador, en tanto

sujeto de la investigación, que es quien integra lo que se dice y quien lo dice.

Así pues, en la investigación cualitativa el investigador es el lugar donde la información se convierte en significación, y en sentido, dado que la unidad del proceso de investigación en última instancia no está ni en la teoría ni en la técnica ni en la articulación de ambas, sino que en el investigador mismo. (Delgado y Gutiérrez. 1995, p.77).

5.2. Tipo y Diseño de Investigación

Por su parte, el estudio que se efectuara será de tipo exploratorio, “este tipo de estudios se efectúan normalmente, cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado o que no ha sido abordado antes” (Hernández, Fernández y Baptista. 1994. P.58). De esta manera, esta investigación se configurará como un primer acercamiento a las significaciones y percepciones que las personas mayores dan a las herramientas psicosociales que el Programa Vínculos otorgaría, en este sentido, será el punto de partida para estudios posteriores de mayor profundidad.

Respecto al nivel o tipo de diseño de investigación, el plan o estrategia para responder a la pregunta de investigación es no experimental, dado que no se manipularan las variables. En la “investigación no experimental lo que se realiza es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos” (Hernández. et al. 1994. p. 184).

En esta investigación, no se construirá deliberadamente ninguna situación para exponer al grupo, sino por el contrario se escucharán los propios relatos de los adultos mayores que conforman la muestra de forma individual, en espacios que ellos mismos escogerán de esta manera se recogerán percepciones y significados otorgados a las herramientas psicosociales que trabaja el programa vínculos donde estos participaron.

El tipo de diseño no experimental de esta investigación es transeccional, dado que “se recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. El propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (Hernández et al. 1994. p. 186). Además es descriptivo dado que “tiene como objeto indagar la incidencia y los valores en que se manifiestan las variables” (Hernández et al. 1994. p. 187), en este caso las herramientas psicosociales: autonomía, autoimagen y vinculación comunitaria.

Como se ha señalado en esta investigación se recogerán los datos proporcionados por la muestra, se realizará una selección y posteriormente se plasmarán en una matriz de análisis los comentarios más ilustrativos acerca del tema de estudio, “configurándolo como una investigación empírica, dado que se asegura un estrecho ajuste entre los datos y lo que la población objetivo realmente dice, escuchándolas a través de sus propios relatos, obteniendo de esta manera un conocimiento directo de la vida social” (Taylor y Bogdan. 1994, p. 22).

5.3. Universo y Tipo de Muestreo

El Universo para este estudio serán las personas mayores de 65 años en condición de vulnerabilidad y pobreza, desvinculadas socialmente que participan en el Programa Vínculos Chile Solidario de la Región Metropolitana, en su segunda versión.

Nº:1848 de personas.

La Muestra para nuestra investigación será una muestra estructural, no estadística dado el enfoque cualitativo de esta investigación, donde “no es relevante la cantidad sino la composición adecuada de los grupos, dado que un mayor número no supone más información, sino que implica mayor redundancia en las claves de los discursos ya obtenidos” (Delgado y Gutiérrez. 1995, p. 78). En este sentido “la elaboración de la muestra ha de servir para “conocer las diversas posiciones discursivas que se estructuran respecto de una problemática social determinada” (Martí, Pascual y Rebollo, 2005, p. 295). Por tanto,” una muestra estructural ha de hacerse en función de las relaciones que las personas seleccionadas pueden reproducir” (Martí et al. 2005).

La decisión muestral, por tanto, se ha tomado sin perseguir una representación estadística, más allá del número lo importante, o más bien el objetivo se concentra en el desarrollo de conceptos o discursos con que se pueda entender mejor el significado que las personas mayores le otorgan a las herramientas psicosociales potenciadas por el programa.

Entonces, la muestra de esta investigación está conformada por 8 personas mayores de 65 años, egresadas del Programa Vínculos Chile Solidario (segunda versión), de ellos 4 hombres y 4 mujeres, de esta manera rescatar las diferencias de género que puedan haber en sus discursos. Además, la muestra se extrajo de 4 comunas escogidas en virtud de distintas características, a saber:

- La Florida y Santiago, por ser la 4^o y 5^o comuna respectivamente con mayor población de adultos mayores del país, por tanto la 1^o y 2^o con mayor población de adultos mayores que participaron del programa vínculos en su versión 2.0, (SENAMA, 2005).
- San Bernardo, por ser la 1^o comuna con un mayor porcentaje de pobres en la Provincia del Maipo, según encuesta Casen 2006 (20,9%), por ende la 1^o comuna con mayor porcentaje de pobreza de las que ejecutaron el programa vínculos en su versión 2.0
- Renca, por ser la 2^o comuna de la provincia de Santiago que presentaba el mayor porcentaje de pobreza en la población según encuesta Casen 2006 (19,2%), y la 2^o comuna con mayor porcentaje de pobreza de las que ejecutaron el programa vínculos en su versión 2.0

Este tipo de muestreo será no probabilístico, ya que la selección será intencionada, por causas relacionadas con las características de la investigación, esto con el objetivo de elegir a diversas personas de 4 de las comunas de la Región Metropolitana que participaron del Programa Vínculos, en su segunda versión, de modo que ilustren distintas opiniones

sobre el programa a estudiar y las significaciones de los usuarios. En esta investigación, la muestra será Sujeto-Tipo, ya que el objetivo de este tipo de muestras es la riqueza, profundidad y calidad de la información, no la cantidad ni la estandarización. En este caso específico consideramos que la profundidad es un elemento importante a considerar, dado que lo que se quiere analizar son los significados y percepciones que las personas mayores otorgan a las herramientas psicosociales entregadas por el Programa Vínculos, a saber; autoimagen, vinculación y autonomía.

5.4. Técnicas de producción de Datos

Para efectos de éste estudio se utilizará como técnica de producción de datos, la Entrevista en Profundidad, “entendiendo estas como encuentros cara a cara entre el investigador y el informante, encuentros que van dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal cual las expresan sus propias palabras” (Taylor y Bogdan. 1994, p. 101).

La entrevista en profundidad tiene como ventaja la riqueza y calidad de los datos recogidos a través del relato, es importante rescatar lo que los propios sujetos de la muestra dicen, se ha optado por la entrevista y no la encuesta, dado que el objeto de esta investigación es conocer percepciones y significaciones desde la propia experiencia de los adultos mayores que conforman la muestra.

Las entrevistas de tipo cualitativo son flexibles y dinámicas “han sido descritas como no directivas, no estructuradas, no estandarizadas y abiertas” (Taylor y Bogdan. 1994, p.101).

Existe en este tipo de instrumentos una conversación entre iguales, donde investigador en informante desarrollan una relación horizontal donde ambos se conciben como sujetos activos. Esta relación se consigue a través del establecimiento de rapport con los informantes de ésta manera se construye un espacio de confianza para iniciar el diálogo. Esta situación de interacción conversacional está regulada por un marco que de acuerdo a lo mencionado por Delgado y Gutiérrez (1995) citando a Bateson (1985) es lo que hace que “la conversación sea más que una simple ensalada de palabras; una persona que participará en una conversación en la que no existieran marcos, se hallaría recogiendo una comunicación como un manojito de palabras sin sentido” (p. 233).

El marco pautado y no estructurado de la entrevista en profundidad es entonces el guión temático previo que tiene la misión de recoger los objetivos de la investigación y focalizar por tanto la interacción configurando una relación dinámica.

A partir de lo anterior se hace necesario citar a Ferraroti (1991) quien en su libro *La Historia y lo Cotidiano* plantea lo siguiente:

Entre narradores y escuchadores la relación es directa, imprevisible, problemática. Es, en otras palabras, una relación verdaderamente humana, es decir, dramática sin resultados asegurados. No hablan solo las palabras, si no los gestos, las expresiones del rostro,

los movimientos de las manos, la luz de los ojos. Este es el don de la oralidad: la presencia, el sudor, los rostros, el tilde de las voces, el significado-el sonido-del silencio (p.p. 19-10).

De esta manera se pretende se través de éste instrumento aprender de qué modo los informantes se ven a sí mismo y a su mundo, para acceder a sus significaciones sobre autoimagen, autonomía y vinculación comunitaria.

5.5 Tipo de Análisis de la Información

El tipo de análisis utilizado en esta investigación es el de contenido semántico, entendiendo a ésta como “la técnica destinada a formular a partir de ciertos datos, inferencias reproducibles y válidas que puedan aplicarse a un contexto” (Krippendorff, 1980, p. 28).

Cuando se habla del contenido de un texto a lo que se está aludiendo en realidad, paradójicamente, no es al texto mismo, dado que el contenido de un texto no es algo que esté localizado dentro de dicho texto, en cuanto tal, si no, fuera de él, en un plano distinto en relación con el cual ese texto define y revela su sentido.

Dicha técnica, de acuerdo a lo planteado por el autor, posee tres perspectivas: por un lado los datos tal y como se comunican al investigador; el contexto de éstos datos; y la forma en que el conocimiento del investigador obliga a dividir la realidad.

Por tanto, en ésta investigación, en virtud de las fases de análisis del contenido de los relatos obtenidos a través de las entrevistas, se

establecerán unidades básicas de significación como las llamadas “unidades de registro” (Delgado y Gutiérrez, 1995. P. 192), para posteriormente pasar a la fase de codificación de datos, en donde se atribuirán las unidades de registro detectadas en sus respectivas unidades de contexto.

Para el desarrollo del análisis se configuraron las siguientes fases:

Fase1. Recolección de los datos: aplicación, y transcripción de las entrevistas en profundidad (ver Anexo N°1).

Fase2. Se establecieron unidades de registro y tópicos, entendiendo éstos últimos como unidades de contexto.

Fase3. Se codificaron los datos de acuerdo a las unidades de registro y de contexto, sobre las cuales se va a estructurar el análisis.

Fase4. Estructuración del análisis de los resultados plasmados en la matriz.

En la matriz se incluyen las categorías de análisis, las citas de los Adultos Mayores que conforman la muestra, los tópicos de análisis y una breve interpretación. Las categorías de esta matriz son tres: Autoimagen, Vinculación Comunitaria y Autonomía; y a su vez, los tópicos referentes a la categoría de Autoimagen, extraídos de las propias citas son: Trabajo, Exclusión, Muerte, Vitalidad, Tiempo, Ocupación, Sabiduría, Lucidez v/s Deterioro, Imagen Corporal y Soledad; que una vez identificados son interpretados de manera integral. De la categoría Vinculación Comunitaria, se extraen los tópicos: Otros Significativos y Otros Facilitadores, que al igual que en la categoría anterior son interpretados

holísticamente. Finalmente en la categoría Autonomía, se identifican a través del discurso de los Adultos Mayores los siguientes tópicos: Manejo de Dinero, Decisiones, Soledad Valorada y Manejo del Tiempo, con la respectiva interpretación global de dicha categoría.

A partir de las interpretaciones de esta matriz, se realizó posteriormente un análisis de los resultados obtenidos de los diferentes discursos de los usuarios del programa.

6. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

6.1. Matriz de Análisis

MATRIZ DE ANÁLISIS

Categorías	Citas Adultos Mayores	Tópicos	Interpretación
Autoimagen	"...donde usted me ponga a trabajar yo trabajo...me gusta trabajar" (Pedro, p. 20).	Trabajo	Los adultos mayores definen su autoimagen de acuerdo a los siguientes tópicos: trabajo, tiempo, vitalidad, soledad, muerte, exclusión, ocupación, sabiduría, lucidez v/s deterioro, e imagen corporal; todos estos extraídos de los relatos de los entrevistados. Así se puede interpretar que la visión de sí mismos, está construida en torno estas temáticas, que se complementan entre sí.
	"soy ehh trabajador...me gusta estar moviéndome" (Pedro, p. 22).	Trabajo	
	"cuando estoy trabajando (...) soy bien mal genio" (Pedro, p. 23).	Trabajo	
	"¿temores? De morirse no mas...a eso le tengo miedo" (Pedro, p. 24).	Muerte	
	"ahhh mi sueño...me compraría una parcela pa' trabajarla" (Pedro, p. 25).	Trabajo	
	"Si poh, claro que he cambiao', ahí taba, los dos trabajábamos" (Pedro, p. 33).	Trabajo	
	"lo encontré bonito que viniera alguien a preocuparse por uno...es que a esta edad a uno como que no le toman mucho en cuenta ni la opinión poh...entonces yo encontré bueno esto del vínculos." (Pablo, p. 1).	Exclusión	
	"uno puede estar viejo pero mientras uno mantenga la salu' puede hacer cosas poh". (Pablo, p. 7).	Vitalidad	
"¿De la vejez?...Mire yo creo que hay de too', hay algunos viejos que no la pasan muy bien, porque están así como abandonaos (...) conversamos con la vieja y decimos gracias a Dios que tenemos una casita humilde pero es nuestro ranchito donde nos podemos morir tranquilos" (Pablo, p. 8).	Exclusión - Muerte		

	<p>“uno se siente medio cansao' ya eso es verdad, ya no funciona el cuerpo como antes pue', uno no tiene la misma vitalidad como le dijera” (Pablo, p. 9).</p>	<p>Vitalidad</p>	<p>Por ejemplo, la autoimagen respecto al trabajo, está directamente ligada a la ocupación y a la vitalidad, el estar trabajando o sentirse capacitados para realizar actividades conlleva una conexión con la vida. Por tanto, habría una estrecha relación entre vida y actividad.</p> <p>Por el contrario, la vida sin trabajo o sin ocupaciones se muestra inactiva, inmóvil, lo que los acerca a la muerte.</p> <p>La frase “me veo como un hombre trabajador” es verse vivo, y para ellos, mientras trabajen están vivos.</p> <p>En relación con lo anterior, la vitalidad se muestra en la capacidad de seguir trabajando, como en esta frase: “si yo pudiera seguir trabajando”.</p>
	<p>“me veo como hombre trabajaor, de esfuerzo...mire si yo pudiese seguir trabajando, porque hoy en día uno es viejo y no lo llaman pa' ni un lao', como que uno ya no sirve...y digo yo aonde queda too lo que uno sabe, los años de experiencia” (Pablo, p. 10).</p>	<p>Trabajo</p>	
	<p>“Mire ahora yo creo que lo tan tomando más en cuenta con la misma cuestión esta del vínculos (...) y uno se siente valorao, pero a mí me gustaría que uno pudiese trabajar más tiempo si uno no porque sea viejo no sirve poh” (Pablo, p. 11).</p>	<p>Trabajo</p>	
	<p>"uno mientras tenga vida y salud es capaz de hacer las cosas poh" (Pablo, p. 12).</p>	<p>Vitalidad</p>	
	<p>"yo voy a cumplir 80 años, pero yo me siento re bien pue'", no le voy a decir que los años han pasao en vano, porque uno con los años se cansa pue, pero todavía puedo hacer mis cosas" (Pablo, p. 13).</p>	<p>Vitalidad</p>	
	<p>“(Se ríe) de mi (piensa) yo creo que soy trabajador” (Pablo, p. 19).</p>	<p>Trabajo</p>	
	<p>“me pongo mal genio cuando tengo que esperar mucho (...) si uno será viejo pero no tiene too el tiempo del mundo” (Pablo, p. 20).</p>	<p>Tiempo</p>	
	<p>“¿algún temor? A morirme pue(...) si ya tamos en una edad que vamos pa' tras poh, yo me puedo sentir bien como me ve usted ahora, pero de repente a uno le puede pasar cualquier cosa(...)uno que ya ta' viejo piensa en esas cosas” (Pablo, p. 21).</p>	<p>Muerte</p>	

	<p>“me siento tranquilo...tengo una vida tranquila, tengo a mi vieja, tenemos nuestro ranchito, humilde, pero es nuestro...tamos aprovechando el tiempo que nos queda (...) harto ya nos ha dado Dios, si imagínese yo voy a cumplir 80 años” (Pablo, p. 23).</p>	<p>Tiempo</p>	<p>Sin embargo, en los adultos mayores el límite está instalado en el cuerpo, un cuerpo cansado, con dolores, que ya no les permite hacer las mismas actividades que antes. Tanto para hombres como mujeres el cuerpo es el soporte material de la identidad, de la autoimagen; de la subjetividad.</p> <p>Para las mujeres en cambio, se muestra una diferencia en el tema del cuerpo, ya que para ellas la autoimagen se sustenta en la imagen corporal, volviendo a la imagen idealizada de juventud, “sin arrugas, pelo largo, etc.”; por lo tanto, se puede interpretar que el cuerpo en ellas es un soporte para la autoimagen femenina, no sólo en la juventud, sino que es transversal a la etapa del desarrollo.</p>
	<p>“ahora que yo ya estoy, ya no voy pa lla sino que estoy pa ca, voy bajando (...) la edad que tengo imagínese poh hija 72 ¿cuántos años me deben de quedar unos diez? Yo no le pongo diez” (Carmen, p. 13).</p>	<p>Tiempo</p>	
	<p>“yo me veo bien, bien entre comillas, porque a mí me gustaría ser como era antes. Más enérgica, más...porque yo a esta edad ya me canso mucho” (Carmen, p. 14).</p>	<p>Vitalidad</p>	
	<p>me canso...o sea no tengo la misma....la edad poh...y volvemos a los mismo (Carmen, p. 18).</p>	<p>Vitalidad</p>	
	<p>“...mi temor es de que un día X me...lo he pensado...lo he hablado...como te cuento, ya tengo la edad, los doctores me han dicho ya “aprende poh Carmen” el hecho de que uno se vaya a morir así como de repente, me entiendes tu...hoy día estoy conversando contigo y mañana voy a estar en un cajón, porque eso hay que tomarlo en cuenta...porque así esta uno poh” (Carmen, p. 22).</p>	<p>Muerte</p>	
	<p>yo quiero estar un tiempito mas, ese es el temor mío de que yo me vaya de la noche a la mañana...” (Carmen, p. 23).</p>	<p>Tiempo – Muerte</p>	
	<p>“vamos a estudiar, vamos a capacitarnos que yo pa tar sentada aquí, no le digo...eehh ese es mi lema” (Carmen, p. 27).</p>	<p>Ocupación</p>	

	<p>“ahh usted es antigua”...si a mí me lo han dicho poh...pero la antigüedad pucha que vale” (Carmen, p. 27).</p>	Sabiduría	<p>En este sentido, el cuerpo con sus imágenes, y no sólo sus límites, hacen de soporte para la autoimagen.</p> <p>Por otro lado, los adultos mayores cuando se definen a sí mismos hacen referencia a la irritabilidad y a la impaciencia; frases como “soy un viejo mañoso”, “uno será viejo pero no tiene todo el tiempo del mundo”, vienen a ser otro límite ante la muerte, dado que el tiempo que les queda es valioso, porque es la vida que les queda.</p> <p>No tienen todo el tiempo del mundo, de hecho no saben cuánto les queda, por lo tanto su impaciencia es “justa”; el tiempo no es para perderlo, sino para aprovecharlo, ya sea a través del trabajo o en otra actividad u ocupación, por esta razón aparece como un tópico a considerar en la</p>
	<p>“Yo creo que con estas cosas uno va sabiendo más y aprendiendo más y en realidad uno cambia un poco” (Carmen, p. 28).</p>	Ocupación	
	<p>“...el hecho de saber más a mi me llena me satisface, yo no me quiero estancar, yo quiero más, mas, mas, mas, por eso te digo que me va a faltar el tiempo a hora (se ríe) eso es lo que pasa...hasta que Dios diga hasta aquí nomás...” (Carmen, p. 29).</p>	Tiempo - Ocupación	
	<p>“Yo era muy trabajadora muy activa viera usted... por eso la juventud me pide no hay que perder la juventud ociosa porque después llega la vejez y no puede mover ni los pies...las piernas les duelen” (Marta, p. 27).</p>	Trabajo - Ocupación	
	<p>“haber que me gusta...que entiendo rápido las cosas” (Marta, p. 63).</p>	Lucidez v/s Deterioro	
	<p>“me veo (se le humedecen los ojos) que ya luego me muero...yo digo de repente no más” (Marta, p. 58).</p>	Muerte	
	<p>“yo tenía como setenta y nueve...ochenta años yo...yo era (hizo gesto de ser fuerte a su edad) y no me dolía nada y ahora tengo ochenta y... siete...tuve sacando la cuenta nunca me preocupó de la edad y la estuve hace poquito... ochenta y seis saque yo... (nos pide que saquemos la cuenta)...ahora las piernas” (Marta, p. 60).</p>	Vitalidad	
	<p>“que soy muy flaca...muy delgada y mala pa comer...no puedo comer mucho...cuando joven era así con el pelo de rulos y largo no gorda ni delgada” (Marta, p. 67).</p>	Imagen corporal	

	"ya en realidad uno está sola" (Ana, p. 2).	Soledad	definición de la autoimagen. Sumado a esto, los recuerdos de juventud proyectan imágenes de sí mismos como vitales, en actividad, con energía y esforzándose por el trabajo, surgen relatos en torno a la idea de mantenerse ocupados y así alejados de lo que surge como principal temor, que es la muerte. Para los adultos mayores, la muerte no hay que sentarse a esperarla, sino que hay que trabajar para retrasarla, "estudiar, capacitarnos" dicen algunos relatos, esto los acerca a la vida y a sentirse útiles para su entorno, evitando así otro de sus miedos, es decir, la exclusión y relacionada directamente a
	"que uno ya a veces se le va la onda" (Ana, p. 2).	Lucidez v/s Deterioro	
	"tengo 73 años, así que yo me siento bien poh, casi soy la más alegre que hay en el grupo" (Ana, p. 3).	Vitalidad	
	"ahora último se me están olvidando las cosas" (Ana, p. 14).	Lucidez v/s Deterioro	
	"en realidad me mantengo, no soy de esas señoras que se quedan ahí..." (Ana, p. 17).	Ocupación	
	"Yo me encuentro bien... si lo único que siempre digo... si tuviera plata me haría la cirugía en la cara" (Ana, p. 18).	Imagen corporal	
	"ya no es época pa uno" (Ana, p. 23).	Exclusión	
	"me gusta sentirme joven todavía" (Ana, p. 24).	Vitalidad	
	"si yo tuviera plata que haría la cirugía en la cara pa sacarme las arrugas" (Ana, p. 25).	Imagen corporal	
	"yo el ánimo lo tengo joven" (Ana, p. 26).	Vitalidad	
	"si ya estoy vieja, se le olvida a uno..." (Ana, p. 27).	Lucidez v/s Deterioro	

	"hay señoras más solas que yo... viejitas viejitas... yo me siento bien... (Ana, p. 37).	Soledad	<p>ésta, la soledad.</p> <p>Frases como "que está viejo y que no sirve", "la gente se olvida de los viejos", entre otras, evidencian que los adultos mayores a menudo construyen su autoimagen respecto a la evaluación externa de los otros, quienes los excluyen por la condición de ser viejos.</p> <p>Por esta razón el deseo por aprender, por saber es una forma de ocupación, por lo tanto más cercana a la vida; además les entusiasma porque no los enfrenta al límite corporal del cansancio, les permite valorar su "antigüedad" por la experiencia acumulada y así</p>
	"Joven pue'... no me ve (se ríe)... noo... bien me veo... con ánimo de hacer cosas, de trabajar, si no estoy tan viejo, tengo 65 años y me siento de 40 (se ríe)..." (Alberto, p. 7).	Trabajo - Ocupación – Vitalidad	
	"Que soy tranquilo, sin vicios, soy religioso... soy trabajador, me gusta trabajar, toda mi vida he trabajado en muchas cosas... trabaje cuando joven en el campo, he hecho muchos trabajos diferentes y uno aprende de todos... el trabajo hace bien y además el hombre tiene que llevar la plata a la casa..." (Alberto, p. 8).	Trabajo	
	"a veces soy malas pulgas... uno se pone... se pone medio cascarrabias cuando se pone más viejo... eso... la paciencia no es mucha, eso creo... la paciencia... el genio malo... sobretodo en las mañanas mejor que ni me hablen (se ríe)... menos mal que vino en la tarde usted... o me pilla de malas... (se ríe)." (Alberto, p. 9).	Tiempo	
	"a la muerte como todo el mundo... a que no me vaya na al cielo y me vaya donde el cachúo (se ríe)..." (Alberto, p. 10).	Muerte	
	"eso me da miedo irme muy rápido o que la vieja se me muera y me deje solo, eso me da más miedo... la soledad... prefiero morirme yo antes... que quedarme solo." (Alberto, p. 10).	Soledad	
	"porque uno se la puede, es que a uno lo ven viejo y creen que uno no es capaz, pero el alma la tiene bien, joven de espíritu... aunque si hay viejos que no se pueden ni mover... o hay otros que se echan a morir también y les gusta que les hagan todo... hay de todo en la viña del señor... pero eso... creo yo... y bien, así que no... a los adultos se les tiene que respetar... respetar las canas... la experiencia..." (Alberto, p. 13).	Vitalidad – Sabiduría	

	"porque yo soy jubilado y estoy en la casa arreglando teles que algunos vecinos me mandan a arreglar..." (Diego, p. 1).	Ocupación	mantenerse lúcidos ante el deterioro que les imponen los años. En relación a este tema, la experiencia es un valor fundamental para ellos, ya que los provee de sabiduría, siendo este otro tópico que sustenta la autoimagen de los adultos mayores frente a los más jóvenes, quienes a su vez tienen el poder de excluirlos o marginarlos, haciéndolos sentirse en soledad, que es parte importante en la construcción de la autoimagen de las personas mayores, según los relatos escuchados.
	"porque cuando uno jubila se hace más pobre y estando solo menos ayuda, la gente se olvida de los viejos." (Diego, p. 5).	Soledad – Exclusión	
	"Que uno no sirve poh... que está viejo y que no sirve... pero no es así la cosa, porque uno puede hacer cosas, si uno en la mente no se siente viejo, pero el cuerpo dice otra cosa, uno se cansa más rápido pero piensa bien... uno sabe las cosas y hay gente que lo trata como tonto a uno..." (Diego, p. 6).	Exclusión – Vitalidad	
	"Yo me veo bien, me siento bien... tengo salud gracias a Dios... aun puedo trabajar..." (Diego, p. 7).	Vitalidad – Trabajo	
	"Que soy trabajador, peón pue'... no le hago el quite a la pega y si me sale un pololito... lo hago..." (Diego, p. 8).	Trabajo	
	"Mmm... no me gusta que estoy solo..." (Diego, p. 9).	Soledad	
	"a veces me da miedo morirme solo y que nadie sepa, pero a veces no más pienso eso..." (Diego, p. 9).	Muerte – Soledad	
	"a veces digo que tanto... si me muero, me muero no más... ya viví hartó y lo pasé bien también... no me quejo... cosas buenas y cosas malas... de todo en la vida." (Diego, p. 9).	Muerte	

	"68 años tengo... pero me veo más vieja..." (Rita, p. 1).	Imagen Corporal	
	"ahora que estoy vieja estoy tranquila, pasé por muchas cosas, muchas penas y ahora estoy bien, me río con la gente, disfruto más... porque me queda poco tiempo creo yo..." (Rita, p. 9).	Tiempo	
	"Que soy enojona... si antes era muy rebelde, peleadora y por eso me quedé sola también poh..." (Rita, p. 12).	Soledad	
	"Morirme... un poco... no sé... que sea rápido y sin dolor, no quiero estar sufriendo ni siendo carga de nadie... eso no me gustaría... si me voy, que sea sin sufrimiento, pero nada más..." (Rita, p. 14).	Muerte	
	"porque uno está viejo y no se puede mover mucho, pero otros no... yo no porque me porté mal y me enfermé... por el trago, pero otros están re bien... aunque la juventud a veces no respeta a los viejos como uno... eso es malo poh... porque los viejos se sienten mal, y no porque uno esté enfermo lo van a pasar a llevar... deberían preocuparse más por los mayores." (Rita, p. 24).	Exclusión	

MATRIZ DE ANÁLISIS

Categoría	Citas Adultos Mayores	Tópicos	Interpretación
Vinculación Comunitaria	"si estoy en el club amigos" (Pedro, p. 5).	Otros Significativos	Los adultos mayores a través de sus relatos significan su vinculación con respecto a relación con otros significativos y otros facilitadores.
	"tan bonito hacemos tecito...juntamos plata...quieren salir a veranear algunos... a mí me gusta poco salir si ya no está la señora" (Pedro, p. 6).	Otros Significativos	
	"si poh ahora si...nos juntamos todos los días martes...conversamos, tomamos tecito..." (Pedro, p. 14).	Otros Significativos	
	"si por que tenía más contacto con las señoras que son del club de allá...allá tomamos te"... (Pedro, p. 18).	Otros Significativos	
	"nos distraimos un rato por que antes pasaba solo acá"... (Pedro, p. 19).	Otros Significativos	
	"si he cambiado pa bien, porque ya tengo con quien conversar porque aquí me aburro" (Pedro, p. 29).	Otros Significativos	
	"aquí poh a la junta de vecinos...pero a mí no me gusta mucho salir...pa que le voy a dar problemas a otros si eso tiene que pasar por la familia" (Pedro, p. 30).	Otros Significativos	
	"mire acá tengo mi diploma del vínculos que le puso marco mi sobrino y tengo unas fotos del paseo que hicimos" (Pedro, p. 30).	Otros Significativos	De esta manera se puede interpretar que la significación o la percepción de la vinculación comunitaria está en estrecha relación, con la

"ahora voy al club los martes, y ahí salgo un arto y tomamos tecito" (Pedro, p. 32).	Otros Significativos	generación de un sentimiento de pertenencia, lo que implica una especie de resurrección; el sentirse parte de la comunidad o de un grupo, significa la inclusión a la sociedad, ya que a través de los otros facilitadores tienen la opción de vincularse a la red e informarse, lo que genera empoderamiento de su rol de actores sociales, que hasta el momento se había visto anulado por la imagen social desvalorizada de la vejez, y así también por la imagen disminuida de sí mismos. Para los adultos mayores el vincularse con otros significativos a través de las
"habían hartos viejos mas (se ríe), tomamos tecito, conversamos de hartas cosas...como no me iba a gustar salir un poco de lo encerrado que ta uno acá en sus cuatro paredes como se dice(...)ahora nos juntamos todos los jueves en la tarde ahí en la junta de ve	Otros Significativos	
"hace falta de vez en cuando salir un rato poh, distraerse, conversar con otra gente" (Pablo p. 3).	Otros Significativos	
"hay gente allá en el adulto mayor que es viuda y tan solos por eso es bueno pa ellos también juntarse pa tomarse un tecito acompañao poh" (Pablo p. 13).	Otros Significativos	
"uno a veces ve a la gente por años como le digo pero sin cruzar palabras pues...y ahora fíjese de viejos jugando lota y de paseo a la playa" (Pablo p. 15).	Otros Significativos	
"Si...si ahora ya sabemos y vamos a donde la jefa allá a la municipalidad si no sabemos algo" (Pablo p. 17).	Otros Facilitadores	
"a mí me gusta mucho participar(...)me fui al adulto mayor para no estar aquí en la casa sin hacer nada porque a mí me gustan mucho las manualidades y también participar para estar con otras personas y evaluar porque yo siempre fui dirigente" (Carmen, p. 2)	Otros Significativos	
"soy viuda quede sola hace muchos años entonces ya me acostumbre, para variar eso salgo, voy a los clubes" (Carmen, p. 5).	Otros Significativos	
" señora Carmen quiere participar de un curso" claro le dije yo...todo lo que sea" (Carmen, p. 6).	Otros Facilitadores	

<p>“es que con esta cuestión de los centros de madres uno aprende mucho” (Carmen, p. 10).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	<p>diversas organizaciones comunitarias como los clubes, es sinónimo de actividad, lo que a su vez se relaciona con el sentirse vivos, estar en movimiento alejándose del estereotipo de pasividad y enfermedad asignado por la sociedad.</p> <p>Además, se puede visualizar en sus propias frases que la vinculación significa alejarse</p>
<p>“hay veces que las instituciones...estos... estas... grupos no te dan o no te explican bien las cosas, uno te dice una cosa otro te dice otra cosa, entonces uno lo deja de lado porque no coinciden” (Carmen, p. 12).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	
<p>“eso es lo que quiero aprovechar ahora...el diario vivir, el compartir...más compartir” (Carmen, p. 23).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>“lo que tienen que hacer ustedes como jóvenes acercarse a uno, preguntar... eeh agruparlos... ehh preocuparse” (Carmen, p. 27).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	
<p>“mira si nosotros formamos este grupo...vamos a estudiar, vamos a capacitarnos” (Carmen, p. 27).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	
<p>“Yo creo que con estas cosas uno va sabiendo más y aprendiendo más” (Carmen, p. 28).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	
<p>“si el club es bueno igual jugamos al...como se llama...a la lota y nos dan once...las leonas nos ayudan para la once y ahí pasamos el día.” (Marta, p. 26).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>“uno se entretiene con otras personas aunque sea con una agüita de té...ya cambia por que está todo el día encerrada de que se yo...” (Marta, p. 55).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>“si conocí más gente y había una señora que bailaba...conocí hartas señoras” (Marta, p. 75).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>“nos dan una sala ahí en la muni para... para que nosotras conversemos lo que sentimos, lo que nos cae bien, lo que nos cae mal...” (Ana, p. 1).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	

<p>“los chiquillos de la muni con nosotros fueron muy buenos, no tengo nada que decir de eso, cualquier favor que nosotros necesitamos vamos donde ellos y ellos nos sacan, los papeles” (Ana, p. 2).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	<p>de la soledad, el encierro y el abandono, “nos distraimos un rato por que antes pasaba solo acá” “si he cambiado pa’ bien, porque ya tengo con quien conversar porque aquí me aburro”, "estoy menos solo ahora, así que ojala que hagan más reuniones...”, se puede interpretar que significan la vinculación como la posibilidad de hacerse visibles a los otros.</p> <p>Dentro de las actividades</p>
<p>“pa’ estas reuniones tenemos que conversar... qué le pasó a ésta, que es lo que tiene, esas cosas hayo yo poh” (Ana, p. 3).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>“a veces nos hacemos unas reuniones entre todos, pa tomar oncesita también... y para comentar todo el cawin” (Ana, p. 4).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>lo conseguí en la muni también, por la tercera edad... ellos me lo dieron y más me rebajaron el permiso... es casi más por entretenerse porque... qué hago aquí sentá, dígame usted... viendo tele y tomando mate (Ana, p. 7).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	
<p>pa mi era súper rico, porque yo salía dos, cuatro veces a la semana... en la tarde no más me encontraba aquí... (Ana, p. 10).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>“le hacen falta a uno esas reuniones que hacían, porque ya salíamos a caminar... de aquí hasta allá... todas las señoras caminaban”... (Ana, p. 27).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>“antes era una vieja amargá... ahora no, porque ahora yo salgo” (Ana, p. 31).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>“yo aquí no más... aquí no más... ahora no, porque siempre se hacen cosas en las casas... allá voy... me llaman y yo voy” (Ana, p. 32).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>“cambió todo todo... antes no poh... aquí encerrá poh... a veces no conocía ni a la vecina de arriba” (Ana, p. 34).</p>	<p>Otros Significativos</p>	

<p>"Yo diría que sigan adelante, nos conviene a las personas... yo digo que a mí me hizo bien... hay señoras de edad que están solas, que ni se lavan... yo veo que la gente que va esta alegre, les gusta el chigeteo como le digo yo..." (Ana, p. 35).</p>	<p>Otros Significativos</p>	<p>significativas que conlleva la vinculación se puede observar como recurrente en los relatos de los adultos mayores el reunirse con otros significativos a "tomar tecito", así se puede ver que las frases como "ahora voy al club los martes, y ahí salgo un rato y tomamos tecito" "habían hartos viejos mas (se ríe), tomamos tecito, conversamos de hartas cosas..." "tan bonito hacimos tecito....".</p>
<p>"nos hicieron unos juegos, tomamos oncecita, así que ahí nos venía a ver el monitor que se llama, con otra niña más y nos preguntaban cosas, si teníamos algún problema, eso..." (Alberto, p. 2).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	
<p>"me gustó la idea de ir a conocer gente... ir de paseo..." (Alberto, p. 3).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>"Si poh, con los del grupo que conocimos, porque yo antes de eso con la pura vieja y los amigos de la pega, que uno se va alejando..." (Alberto, p. 12).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>"pero acá con los viejos se pasa bien, y las viejas se ponen a conversar, toman tecito y comen y hablan... quizás de qué, pero baten la lengua y se entretienen harto, pa' pasar el día..." (Alberto, p. 12).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>"la vieja va a gimnasia pa' la tercera edad que tienen acá cerca..." (Alberto, p. 12).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	
<p>"así que ahí vamos a veces, pa' no encerrarse en la casa... hace bien conocer más gente que está en la misma situación de uno, aunque hay gente sola, que es más viejo que uno... y se nota... gente que no tiene a nadie que lo cuide... da pena eso." (Alberto, p. 12)</p>	<p>Otros Significativos</p>	

<p>"porque ayuda harto y los chiquillos son amables y lo ayudan, lo hacen reír... le dan los datos para los subsidios, la información... que esto... que la leche, que la reunión... todo poh..." (Alberto, p. 14).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	<p>Lo que se puede interpretar como un rito de vinculación significativo para los adultos mayores, dado que este rememoraría la escena familiar donde todos los miembros se reunían en torno a la mesa.</p> <p>Por otra parte, los encuentros con los pares significaría para los mayores reconocer en el</p>
<p>"lo mejor son las reuniones grupales que fuimos con la vieja, nos reímos harto con los otros viejos... nos tienen comida, lo atienden a uno, eso es lo mejor, cuando lo atienden... lo que quiera uno... nada que decir... que se repita luego no más." (Alberto, p. 14)</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>"yo los dejé pasar porque venían de la municipalidad, aparte que uno está solo y lo entretienen un poco" (Diego, p. 1).</p>	<p>Otros Facilitadores</p>	
<p>"... todo lo que sea pa' la tercera edad es bueno, porque uno está solo y en las reuniones uno conoce a más gente que está sola como uno y se pasa bien, se ríe... tomamos once, salimos a pasear... eso poh... bueno fue, pero muy poco tiempo duró..." (Diego, p. 2).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>"... y tengo unos hermanos que nos juntamos a veces, una sobrina me pasa a buscar como una vez al mes y me lleva a su casa y ahí veo a mis dos hermanos uno mayor y el otro menor." (Diego, p. 4).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>"Sii, voy de repente a algunas reuniones, o a tomar té con las viejas y hay unos viejos ahí también y a veces jugamos a las damas, a la lota, tomamos once, se conversa, se pasa bien, pero eso es una vez a la semana... antes era más seguido." (Diego, p. 14).</p>	<p>Otros Significativos</p>	
<p>"conocí gente buena también, hice amigos..." (Diego, p. 15).</p>	<p>Otros Significativos</p>	

"y la gente de la muni... gente que se preocupa, que lo vino a ver cuando habían reuniones..." (Diego, p. 15).	Otros Facilitadores	otro las propias limitaciones y las propias virtudes: "así que ahí vamos a veces, pa' no encerrarse en la casa... hace bien conocer más gente que está en la misma situación de uno, aunque hay gente sola, que es más viejo que uno... y se nota... gente que no tiene a nadie que lo cuide... da pena eso." De esta manera, dichos espacios de interacción y vinculación se configurarían como facilitadores del proceso de asimilación de las declinaciones o deterioros
"estoy menos solo ahora, así que ojala que hagan más reuniones y siga esto que le hace bien a los viejos... en el verano nos sacan a pasear a la playa, a todos lados poh... así que yo diría que si me sirvió." (Diego, p. 15).	Otros Facilitadores	
"así que contenta por todo eso poh... los niños de la muni son buenos con los viejos..." (Rita, p. 6).	Otros Facilitadores	
"bien pue'... si de no tener nada ahora tengo todo, humilde pero tengo, así que me siento bien y más acompañada por los chiquillos y la señora Anita..." (Rita, p. 7).	Otros Significativos	
"y acá hice amigas... y hablábamos de todo, también salimos y tomamos once en la semana en la sede, así que nos juntamos al pelambre... (se ríe)." (Rita, p. 7).	Otros Significativos	
"ahora que tengo las reuniones con las otras viejas conversamos y nos reímos, eso me gusta." (Rita, p. 11).	Otros Significativos	
"me gusta salir con las otras personas del grupo de la tercera edad" (Rita, p. 13).	Otros Significativos	
"bueno cuando hay reuniones en la sede voy en la tarde pa' allá y tomamos tecito, con galletas, algunas señoras hacen queque... lo que haya poh... y ahí nos reímos y conversamos..." (Rita, p. 19).	Otros Significativos	
"Mire nos juntamos... como le dije, unas dos ó tres veces a la semana... y antes yo nada..." (Rita, p. 21).	Otros Significativos	

"ahora con las señoras que van a la sede no más... otras hacen gimnasia pero yo no porque me duelen los huesos, pero ahí converso y me entretengo." (Rita, p. 21).	Otros Significativos	que conlleva el envejecer además de los diversos contextos y modos de afrontar las distintas situaciones o experiencias de vida.
"Mire es gente simpática y otras señoras no tanto, pero si me llevo bien con algunas viejitas iguales que yo... (se ríe)... hay pocos hombres pero hay unos que cuentan chistes y uno se ríe, se hacen amistades..." (Rita, p. 22).	Otros Significativos	
"Yo creo que está bien, uno se junta en un grupo, se hace amigos... que salen a pasear y ahora como que la gente se preocupa más por hacer actividades pa' los viejos, las reuniones, los paseos pa la tercera edad... eso no había antes, y eso es bueno, pa' que la gente como uno participe..." (Rita, p. 25).	Otros Significativos	

MATRIZ DE ANÁLISIS			
Categoría	Citas Adultos Mayores	Tópicos	Interpretación
Autonomía	"todo lo hago yo poh... me voy a pagar y paso al súper mercado ahí compro unas cositas pal almuerzo y pa las cosas del aseo..." (Pedro, p. 15).	Manejo del Dinero	Según los distintos relatos, los adultos mayores configuran sus significaciones sobre la autonomía en base a las decisiones, el manejo del dinero, el manejo del tiempo, lo propio y la soledad valorada.
	"cuando nos dan la platita de la jubilación salimos a comprar al súper" (Pablo, p. 5).	Manejo del Dinero	
	"si me sale algún pololito salgo a trabajar poh (Pablo, p. 5).	Decisiones	La capacidad de tomar decisiones

<p>“vamos viendo que hace falta y compramos pa la comia y pa las cuentas poh,” (Pablo, p. 6).</p>	<p>Manejo del Dinero</p>	<p>por sí mismos, que en esencia es lo que define a la autonomía, es lo que aparece en algunas frases como: "Suponte tu yo salgo voy...si me quiero acostar...me acuesto...soy libre", "después le cuento a mi hija o a mi sobrina y mis hermanos, pero decido todo solo no más.", "uno tiene que preocuparse de decir...como será esto...preguntar(...)tan difícil no es poh...cuando uno toma sus decisiones" ; estas oraciones ilustran que los adultos mayores entrevistados son capaces de tomar decisiones personales respecto a sus deseos y necesidades, de acuerdo a sus propias preferencias. Por el contrario, cuando las decisiones pasan por los hijos o por otras personas antes que los propios adultos mayores, es sinónimo de pérdida del rol social y familiar; de esta manera quedan situados fuera de la realidad social, por lo tanto excluidos y devaluados socialmente.</p>
<p>“uno ya ta viejo pa tar pidiendo permiso a los hijos poh (...) eso es como una humillación pa uno poh, si uno sabe como son las cosas“(Pablo, p. 13).</p>	<p>Decisiones</p>	
<p>“somos los dos trabajadores y con sacrificio hoy tenemos nuestras cositas que no serán tanto lujo pero son con esfuerzo” (Pablo, p. 13).</p>	<p>Lo Propio</p>	
<p>“me la he batallado yo sola, me ha costado porque en el transcurso de ese tiempo hacen 5 años ya poh, yo me aburro de sacar la hora, hacer la cola, ir al doctor, levantarse temprano...pero ya tamos saliendo y me programo bien “(Carmen, p. 7).</p>	<p>Soledad Valorada</p>	
<p>“yo me ocupo de toda mi plata...a veces falta...pero bueno hay que arreglárselas nomás, me las arreglo bien sola.” (Carmen, p. 9).</p>	<p>Manejo del Dinero</p>	
<p>“yo me quiero comprar una casita chiquitita pa mi (Se explaya en el trámite de subsidio habitacional)...Mis planes y proyectos son de acá a fin de año tener los papeleos hechos...” (Carmen, p. 13).</p>	<p>Lo Propio - Decisiones</p>	
<p>"ahora estoy disfrutando lo mío, lo mío personal, que voy pa onde quiero (...) ahora disfruto...me convidan a una parte, si puedo voy, si no le digo “no pueedo” que se yo, entonces así soy” (Carmen, p. 22).</p>	<p>Lo Propio - Decisiones</p>	
<p>"Suponte tu yo salgo voy...si me quiero acostar...me acuesto...soy libre dentro de los cánones que deben serse respetados" (Carmen, p. 25).</p>	<p>Decisiones</p>	

	"es mucho más fácil vivir sola que acompañada, como te digo, uno tiene la libertad que desea tener, no malgastándola... (Carmen, p. 26).	Soledad Valorada	mencionado: "uno ya ta viejo pa tar pidiendo permiso a los hijos poh (...) eso es como una humillación pa uno poh, si uno sabe como son las cosas".
	"claro de mi platita me ocupo yo" (Marta, p. 34).	Manejo del Dinero	
	"la abuelita ya se pagan y ni saben cuánto se pagan y yo no poh...yo me voy a pagar y la cuento...yo recibo...yo cuanto ehh viene de aumento de todas esas cosas las sé" (Marta, p. 78).	Manejo del Dinero	Es común en el discurso de las personas mayores la valoración positiva de las decisiones respecto al manejo del dinero y las compras, para los mismos, el hecho de no poder administrar su propio dinero tiene una valoración negativa, al igual que con las decisiones; esto se ilustra en la siguiente frase: "la abuelita ya se pagan y ni saben cuánto se pagan y yo no poh...yo me voy a pagar y la cuento...yo recibo...yo cuanto ehh viene de aumento de todas esas cosas las sé". Esto se relaciona con la idea antes mencionada de lucidez, de estar atento a la realidad, informado de lo que está pasando, que va directamente relacionada con una autoimagen positiva de sí mismos como pertenecientes a la sociedad,
	"uno tiene que preocuparse de decir...como será esto...preguntar(...)tan difícil no es poh...cuando uno toma sus decisiones" (Marta, p. 80).	Decisiones	
	"Solita a hacer los trámites... ahora... por ser ahora ando haciendo unos trámites, porque tengo que re... regu... regularizar este sitio" (Ana, p. 13).	Soledad Valorada - Decisiones	
	"Todas me dicen lo mismo... búsqese un pololo... a esta altura imagínese... noo... mi hijo me mata." (Ana, p. 22).	Decisiones	
	"hago mis cosas, trabajo, salgo a comprar, todo..." (Ana, p. 24).	Decisiones - Manejo del Dinero	
	"solita, consulto, pregunto hasta que llego a donde tengo que hacerlo... ellos me explican donde está y yo voy ahí... y si no es en esa oficina voy a la otra... si es cuestión de ir preguntando... preguntando se llega a Roma dicen algunos" (Ana, p. 29).	Soledad Valorada - Decisiones	

	"yo manejo mi plata, yo sé comprar, sé lo que me conviene y lo que no me conviene..." (Ana, p. 30).	Manejo del Dinero	al estar en conexión con lo que está pasando.
	"yo recibo pensión y la vieja igual, así que ahí nos arreglamos entre los dos, juntamos la plata y hacemos pa' las compras del mes, las cuentas, ella las va a pagar al sencillito... y a veces pa' los remedios que se gasta tanto también, si son tan careros..."	Manejo del Dinero	La mayoría de los entrevistados alude a esta capacidad, aquí se ilustran algunos ejemplos: "cuando nos dan la platita de la jubilación salimos a comprar al súper", "vamos viendo que hace falta y compramos pa la comia' y pa las cuentas poh", "yo me ocupo de toda mi plata...", "claro de mi platita me ocupo yo", "yo manejo mi plata, yo sé comprar, sé lo que me conviene y lo que no me conviene..."; esto da cuenta de que son sujetos autónomos y este tópico es de suma relevancia. Directamente relacionado con el tema del manejo del dinero está el uso que se le otorga, es decir en lo que se invierte este, que generalmente pueden ser necesidades básicas, pero también bienes u objetos significativos para los adultos mayores. Lo propio se configura como un rasgo fundamental en la construcción de una imagen de ser autónomo, ya que si bien los adultos mayores pueden
	"Con mi mujer hablamos que hay que hacer esto... que hay que hacer esto otro... así lo hablamos, entre los dos y se hacen las cosas... todo entre los dos... ella manda... (se ríe)." (Alberto, p. 5).	Decisiones	
	"yo jubilé hace poco, así que ahora yo le ayudo harto en la casa, si hay que arreglar algo yo lo hago..." (Alberto, p. 6).	Decisiones - Manejo del Tiempo	
	"salimos a caminar... un paseíto... en la casa... ella hace las cosas de la casa, el almuerzo, el aseo, las cosas de mujeres... y las cosas de fuerza las hago yo... me gusta trabajar." (Alberto, p. 6).	Manejo del Tiempo - Decisiones	
	"pagar las deudas que tenemos, y si se puede salir a conocer Chile... como ahora están los viajes... de la tercera edad, eso..." (Alberto, p. 11).	Manejo del Dinero - Manejo del Tiempo	
	"lo que quiero yo es dejar comprado el nicho pa' mi y la vieja, pa' no tener que dejarle cachos a los hijos... pa' que no se hagan problemas... eso queremos, pero hay que juntar la platita eso sipo..." (Alberto, p. 11.).	Decisiones - Manejo del Dinero	

	<p>"hay hartas cosas que quiere hacer uno, pero el tiempo y la plata no se pueden poh... uhh si me ganara el kino sería bueno... me voy fuera del país (se ríe)... a un crucero..." (Alberto, p. 11.).</p>	<p>Manejo del Tiempo - Manejo del Dinero</p>	<p>estar en condiciones de dependencia, por la pérdida de la salud, esto no significa que pierdan su autonomía, es decir, la capacidad de decidir y elegir sobre sus deseos, y también sobre las personas que lo acompañen en este proceso. Frases como: "somos los dos trabajadores y con sacrificio hoy tenemos nuestras cositas que no serán tanto lujo pero son con esfuerzo", "yo me quiero comprar una casita chiquitita pa mi" ilustran la importancia de tener lo propio para sentirse seres con autonomía.</p>
	<p>"Sii poh, porque uno ocupa el tiempo, si yo tengo todo el día y aquí me pongo a arreglar las teles o si no... veo tele... duermo la siesta y paso solo poh." (Diego, p. 3).</p>	<p>Manejo del Tiempo</p>	<p>Por último, las personas mayores otorgan una doble significación al concepto de soledad, ya que si se mira desde el punto de vista de la autoimagen, el estar "solo" los sitúa en el lugar de los excluidos y como vimos anteriormente, al no estar vinculados a la red social, se sienten más cercanos a la muerte. Sin embargo, la soledad también puede ser una soledad valorada respecto a la autonomía, lo cual se muestra en</p>
	<p>"Me gustaría arreglar un poco la pieza, amononarla, juntar plata pa' eso dejarla bonita, y si puedo pintarla yo la pinto... pero pa eso necesito plata, así que juntar con los pololitos, porque con la pensión a penas vive uno poh..." (Diego, p. 10).</p>	<p>Decisiones - Manejo del Dinero</p>	
	<p>"yo me levanto temprano, soy malo pa' dormir en la noche, eso sí duermo siesta después de almuerzo... yo me cocino, barro, ordeno un poco..." (Diego, p. 11).</p>	<p>Manejo del Tiempo</p>	
	<p>"busco algo que hacer, porque o si no me aburro mucho y cómo se terminaron las reuniones, antes salía casi todo el día pero ahora no poh..." (Diego, p. 11).</p>	<p>Manejo del Tiempo</p>	
	<p>"Solo no más, voy a la muni, pago las cuentas, voy a buscar la pensión y listo, yo ando solo no más... voy a comprar las cosas al súper, pero me muevo solo siempre." (Diego, p. 12).</p>	<p>Soledad Valorada - Manejo del Dinero</p>	
	<p>"Noo... después le cuento a mi hija o a mi sobrina y mis hermanos, pero decido todo solo no más." (Diego, p. 13).</p>	<p>Decisiones</p>	

<p>"con esa platita pago acá y todo por esto." (Rita, p. 3).</p>	<p>Manejo del Dinero</p>	<p>los siguientes relatos: "me la he batallado yo sola, me ha costado porque en el transcurso de ese tiempo hacen 5 años ya poh, yo me aburro de sacar la hora, hacer la cola, ir al doctor, levantarse temprano...pero ya tamos saliendo y me programo bien ", "es mucho más fácil vivir sola que acompañada, como te digo, uno tiene la libertad que desea tener, no malgastándola", "solita, consulto, pregunto hasta que llego a donde tengo que hacerlo... ellos me explican donde está y yo voy ahí... y si no es en esa oficina voy a la otra... si es cuestión de ir preguntando... preguntando se llega a Roma dicen algunos", "Solo no más, voy a la muni, pago las cuentas, voy a buscar la pensión y listo, yo ando solo no más... voy a comprar las cosas al súper, pero me muevo solo siempre".</p>
<p>"Si Dios quiere, no sé que me de vida pa' hacer las cosas que no hice en mucho tiempo..." (Rita, p. 13).</p>	<p>Manejo del Tiempo</p>	
<p>"me gusta estar aquí en mi piecita, con mis cosas, eso poh, estar tranquila ahora... cuando uno tiene un techo está mejor yo creo..." (Rita, p. 13).</p>	<p>Lo Propio</p>	
<p>"Con la señora Anita, dueña de la casa, que me cuida y se ayuda... que me arrienda la pieza y yo le pago de la pensión que me dieron..." (Rita, p. 16).</p>	<p>Manejo del Dinero</p>	
<p>"Noo, la plata me la tiene la señora Anita, no ve que estoy en tratamiento y no me dejen tener la plata poh, pa' que no me la tome... (se ríe)... la señora Anita me la tiene y me compra las cositas, la comida... eso... me da almuerzo también y me lleva a las reuniones, me lleva al consultorio, es como una hija que no tuve..." (Rita, p. 17).</p>	<p>Manejo del Dinero</p>	
<p>"Si poh, con la señora Anita, pero ya no es mucho lo que se decide... son cosas chicas y las hablo con ella... ella me lleva pa donde quiero ir, a hacer trámites a la muni, o los chiquillos también, pero sola no ando..." (Rita, p. 20).</p>	<p>Decisiones</p>	

7. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

De acuerdo la información obtenida a través de esta investigación y de las entrevistas realizadas a los adultos mayores, usuarios del Programa Vínculos, las significaciones y percepciones que otorgan a las herramientas psicosociales entregadas por el programa, son las siguientes:

- Significaciones y percepciones sobre **Autoimagen**:

Los adultos mayores significan su autoimagen de acuerdo a los siguientes tópicos: trabajo, vitalidad, muerte, imagen corporal, tiempo, soledad, exclusión, ocupación, sabiduría, lucidez v/s deterioro; construyendo una visión de sí mismos en torno a estas temáticas.

En los relatos, mayoritariamente aparecen referencias a la autoimagen respecto al trabajo, con mayor incidencia en los hombres; algunas frases representativas de esto son las siguientes:

“soy ehh trabajador...me gusta estar moviéndome” (Pedro, p. 22).

"Que soy tranquilo, sin vicios, soy religioso... soy trabajador, me gusta trabajar, toda mi vida he trabajado en muchas cosas... trabaje cuando joven en el campo, he hecho muchos trabajos diferentes y uno aprende de todos... el trabajo hace bien y además el hombre tiene que llevar la plata a la casa..." (Alberto, p. 8).

Esto nos muestra que los adultos mayores, significan la autoimagen de acuerdo al trabajo; este concepto en el relato aparece asociado al movimiento, a sentirse útiles y más cercanos a la juventud, en

donde se desarrollaban como trabajadores; estos aspectos pueden interpretarse como relacionados a la vida. Por otro lado, los opuestos como la vejez, el estancamiento, la inmovilidad, la inactividad, el ocio, entre otros, estarían más cercanos a la idea de muerte. Aquí se muestra el intento de los adultos mayores, de aferrarse a la vida, sentirse activos, vitales, útiles y capacitados para realizar actividades, lo que conlleva como ya se ha mencionado, una conexión con la vida misma, ya que para ellos, trabajar es estar vivos.

Para los hombres mayores principalmente, habría una estrecha relación entre vida y trabajo/actividad, por tanto, la vida sin trabajo o sin ocupaciones se muestra inactiva, inmóvil, y así más cercana a la muerte. El cesar de trabajar, genera en la autoimagen masculina la percepción de ser excluidos socialmente, lo cual a nivel subjetivo es fundamental, ya que la imagen que creamos de nosotros mismos tiene directa relación con nuestro entorno social; cuando se deja de formar parte del estrato productivo de la sociedad se genera, en la autoimagen de los adultos mayores, repercusiones que gatillan sentimientos de inferioridad, en virtud de la valoración social negativa de este proceso. Sumado a esto, cuando un hombre mayor, deja de trabajar, también deja en cierta medida, de ser el proveedor de su familia, impactando a su vez la imagen personal.

“me veo como hombre trabajaor, de esfuerzo...mire si yo pudiese seguir trabajando, porque hoy en día uno es viejo y no lo llaman pa' ni un lao', como que uno ya no sirve...y digo yo aonde queda too' lo que uno sabe, los años de experiencia” (Pablo, p. 10).

“Mire ahora yo creo que lo tan tomando más en cuenta con la misma cuestión esta del vínculos (...) y uno se siente valorao, pero a mí me gustaría que uno pudiese trabajar más tiempo si uno no porque sea viejo no sirve poh” (Pablo, p. 11).

En relación a las citas anteriores, la vitalidad como otro de los tópicos encontrados en los resultados, se muestra en la capacidad de seguir trabajando, como en la frase “si yo pudiera seguir trabajando”, que está directamente relacionada a los límites impuestos por el propio cuerpo, esto según los resultados es igualmente notorio en los relatos tanto de hombres como de mujeres:

“Yo era muy trabajadora muy activa viera usted... por eso la juventud me pide no hay que perder la juventud ociosa porque después llega la vejez y no puede mover ni los pies...las piernas les duelen” (Marta, p. 27).

“Que uno no sirve poh... que está viejo y que no sirve... pero no es así la cosa, porque uno puede hacer cosas, si uno en la mente no se siente viejo, pero el cuerpo dice otra cosa, uno se cansa más rápido pero piensa bien... uno sabe las cosas y hay gente que lo trata como tonto a uno...”
(Diego, p. 6).

Los relatos indican que los adultos mayores, en su mayoría hombres, instalan el límite en el cuerpo, el que se muestra como un cuerpo cansado, de un sujeto aquejado de dolores, que ya no goza de una salud que le permita realizar todas las actividades que desea, ni menos las que antes podía desempeñar; por lo tanto la vitalidad también es un componente importante en la significación de la autoimagen. En las

significaciones de autoimagen femenina existe un tópico distinto respecto a este tema; para las mujeres, la diferencia radica en que la autoimagen se sustenta en la imagen corporal, por lo tanto el cuerpo configura la imagen personal para las mujeres mayores, y también para las jóvenes:

“que soy muy flaca...muy delgada y mala pa’ comer...no puedo comer mucho...cuando joven era así con el pelo de rulos y largo no gorda ni delgada” (Marta, p. 67).

“Yo me encuentro bien... si lo único que siempre digo... si tuviera plata me haría la cirugía en la cara” (Ana, p. 18).

“si yo tuviera plata que haría la cirugía en la cara pa’ sacarme las arrugas” (Ana, p. 25).

La autoimagen en las mujeres tiende a construirse en torno a una imagen idealizada de juventud, “sin arrugas, pelo largo, etc.”; por lo tanto, se puede interpretar que el cuerpo en ellas es un soporte para la autoimagen femenina, no sólo en la juventud, sino que es transversal a la etapa del desarrollo. Sin embargo, como es sabido, la vejez en nuestra cultura tiene una imagen negativa al estar opuesta al ideal de belleza y juventud que se persigue, por tanto en el proceso de envejecimiento las personas se ven afectadas por esta imagen especular de los otros y por el ideal que tienen de sí mismas. El cuerpo y sus imágenes, y no sólo sus límites, conforman el soporte para la autoimagen.

Otro tópico registrado a raíz de las respuestas de las personas mayores es el tiempo, la autoimagen se define a partir de este concepto que es de suma importancia.

"ahora que estoy vieja estoy tranquila, pasé por muchas cosas, muchas penas y ahora estoy bien, me río con la gente, disfruto más... porque me queda poco tiempo creo yo..." (Rita, p. 9).

"yo quiero estar un tiempito mas, ese es el temor mío de que yo me vaya de la noche a la mañana..." (Carmen, p. 23).

"a veces soy malas pulgas... uno se pone... se pone medio cascarrabias cuando se pone más viejo... eso... la paciencia no es mucha, eso creo... la paciencia... el genio malo... sobretodo en las mañanas mejor que ni me hablen (se ríe)... menos mal que vino en la tarde usted... o me pilla de malas... (se ríe)." (Alberto, p. 9).

Los adultos mayores cuando se definen a sí mismos, lo hacen en referencia a la irritabilidad y a la impaciencia, como aparece en los ejemplos; las frases anteriores ilustran que el tiempo viene a ser otro límite a la vida. El tiempo que tienen es valioso, porque es la vida que les queda. No tienen todo el tiempo del mundo, de hecho no saben cuánto les queda, por lo tanto su impaciencia tiene sentido; el tiempo no es para perderlo, sino para aprovecharlo, ya sea a través del trabajo o en otra actividad u ocupación, por esta razón aparece como un tópico a considerar en la definición de la autoimagen.

Relacionado a esto, los recuerdos de juventud proyectan imágenes de sí mismos como vitales, en actividad, con energía y esforzándose por el trabajo, surgen relatos en torno a la idea de mantenerse ocupados y así alejados de lo que surge como principal temor, que es la muerte.

“...el hecho de saber más a mi me llena me satisface, yo no me quiero estancar, yo quiero más, mas, mas, mas, por eso te digo que me va a faltar el tiempo a hora (se ríe) eso es lo que pasa...hasta que Dios diga hasta aquí nomás...” (Carmen, p. 29).

Para los adultos mayores, la muerte no hay que esperarla, sino que hay que trabajar para retrasarla, es decir, como se ha señalado, hay que aprovechar el tiempo. La muerte es entonces uno de los tópicos importantes dentro de las significaciones de autoimagen y es mencionado de igual manera por hombres y mujeres.

“me veo (se le humedecen los ojos) que ya luego me muero...yo digo de repente no más” (Marta, p. 58).

“¿temores? De morir no mas...a eso le tengo miedo” (Pedro, p. 24).

Los resultados arrojan, que la significación de la autoimagen de las personas mayores está fuertemente ligada a la cercanía con la muerte, como hemos referido anteriormente, ésta se presenta como uno de los grandes miedos; sin embargo, esta no va sola, sino que está relacionada directamente a la soledad y la exclusión, siendo así dos tópicos altamente nombrados en los relatos, asociados frecuentemente con la temática de la muerte. Frases como "que está viejo y que no sirve", "la gente se olvida de los viejos", entre otras, evidencian que los adultos mayores a menudo construyen su autoimagen respecto a la evaluación externa de los otros, quienes los excluyen por la condición de ser viejos, esto a raíz de la imagen social desfavorable de la vejez, que repercute en su propia imagen y en su calidad de vida. De esta manera, como una forma de

empoderamiento que les permite sostenerse en esta sociedad, se instala el deseo de aprender y saber.

La ocupación surge como tópico en los relatos, relacionada más bien a la vida y a la idea de movimiento, y ésta les entusiasma, porque no necesariamente los enfrenta al límite corporal del cansancio y la fragilidad, y les permite valorar su antigüedad por la experiencia acumulada, es decir, por la sabiduría, convirtiéndose este concepto en otro tópico a considerar al hablar de autoimagen.

La sabiduría y la experiencia son valores fundamentales para ellos, siendo ambos soportes para la imagen personal de los adultos mayores frente a los más jóvenes, quienes a su vez tienen el poder de excluirlos o marginarlos.

“ahh usted es antigua”...si a mí me lo han dicho poh...pero la antigüedad pucha que vale” (Carmen, p. 27).

La sabiduría, es decir, la antigüedad en experiencia, les permite recuperar o intentar mantener un rol social que a lo largo del tiempo fueron perdiendo, al igual que su lugar en la sociedad. En relación a este tema, surge en los resultados otro tópico, soporte para la significación de autoimagen en los adultos mayores, esto es el hecho de mantenerse lúcidos ante el deterioro que les imponen los años. Los adultos mayores luchan constantemente por mantenerse lúcidos y conscientes del mundo que los rodea, por esto surge la preocupación en los relatos por el que describimos como tópico, lucidez v/s deterioro. Las siguientes frases son ilustrativas ante este tema.

“haber que me gusta...que entiendo rápido las cosas” (Marta, p. 63).

“Yo creo que con estas cosas uno va sabiendo más y aprendiendo más y en realidad uno cambia un poco” (Carmen, p. 28).

“si ya estoy vieja, se le olvida a uno...” (Ana, p. 27).

Los resultados evidencian que los adultos mayores constantemente se preocupan de esta temática, otorgando una valoración positiva a las actividades que estimulen o promuevan mantenerse vitales, lúcidos e informados de lo que pasa a su alrededor, para así evitar el deterioro, el cual se grafica básicamente en la pérdida de la memoria, como aparece en los relatos.

De esta manera, todos los tópicos extraídos de las entrevistas, configuran las significaciones y percepciones respecto a la autoimagen, en los adultos mayores que participaron en el Programa Vínculos. Como es sabido, este programa trabaja la autoimagen como herramienta psicosocial, con las personas mayores, ya que el tener una imagen positiva de sí mismos, es fundamental para afrontar y conjugar el presente y el pasado, dándole un sentido a la historia personal. Al promover una autoimagen positiva se pretende aminorar en los adultos mayores, el peso del constructo social en torno a la vejez, que los sitúa en un lugar de vulnerabilidad y exclusión, y que además está plagado de desvalorizaciones.

De esta manera, logran empoderarse de sus propias vidas resignificándolas, en función a la imagen personal, a pesar de las representaciones sociales negativas sobre la vejez.

- Significaciones y percepciones sobre **Vinculación Comunitaria:**

Los adultos mayores significan la vinculación comunitaria, de acuerdo a los siguientes tópicos: relación con otros significativos y relación con otros facilitadores.

Se puede interpretar a través de los relatos de los adultos mayores, que la significación que otorgan a la vinculación comunitaria hace referencia principalmente a la necesidad de sentirse participes y pertenecientes a la comunidad, a través de la relación e interacción con otros significativos, esto queda de manifiesto en las siguientes citas:

"pero acá con los viejos se pasa bien, y las viejas se ponen a conversar, toman tecito y comen y hablan... quizás de qué, pero baten la lengua y se entretienen harto, pa' pasar el día..." (Alberto, p. 12).

"... todo lo que sea pa' la tercera edad es bueno, porque uno está solo y en las reuniones uno conoce a más gente que está sola como uno y se pasa bien, se ríe... tomamos once, salimos a pasear... eso poh...

bueno fue, pero muy poco tiempo duró..." (Diego, p. 2).

"bueno cuando hay reuniones en la sede voy en la tarde pa' allá y tomamos tecito, con galletas, algunas señoras hacen queque... lo que haya poh... y ahí nos reímos y conversamos..." (Rita, p. 19).

En virtud de los discursos de los adultos mayores, se puede interpretar que el vincularse con otros significativos es sinónimo de actividad y compañía, lo que a su vez se relaciona con el sentirse vivos, estar en movimiento alejándose del estereotipo de pasividad y enfermedad asignado por la sociedad. Además, el estar en contacto con

pares elimina el sentimiento de invisibilidad dado que se posicionan como sujetos en un espacio que les es propio, donde se sienten reconocidos y apreciados por su grupo de pertenencia, dado que se sienten valorados en su condición de personas adultas mayores, lo que se configura como el empoderamiento de un espacio social.

Por otra parte esta reinserción social los enfrenta con su propio proceso de envejecimiento, de esta manera logran reconocer a través de la otredad y sus experiencias, las propias limitaciones y las propias virtudes:

"así que ahí vamos a veces, pa' no encerrarse en la casa... hace bien conocer más gente que está en la misma situación de uno, aunque hay gente sola, que es más viejo que uno... y se nota... gente que no tiene a nadie que lo cuide... da pena eso." (Alberto, p. 12)

Se interpreta que la vinculación se significa como la posibilidad de acceder a un espacio de acogida, intercambio, apoyo mutuo, un espacio donde escucharan los relatos de otros y asimismo serán escuchados, por tanto además en este sentido el vincularse les permitiría sentirse útiles y responsables dentro del grupo.

Se significa además a la vinculación como la posibilidad de alejarse de la soledad, el encierro y el abandono:

"nos distraimos un rato porque antes pasaba solo acá" (Pedro, p. 19).
"si he cambiado pa bien, porque ya tengo con quien conversar porque aquí me aburro" "estoy menos solo ahora, así que ojala que hagan más reuniones..." (Pedro, p. 29).

*“soy viuda quede sola hace muchos años entonces ya me acostumbre,
para variar eso salgo, voy a los clubes” (Carmen, p. 5).*

*“uno se entretiene con otras personas aunque sea con una agüita de
té...ya cambia por que está todo el día encerrada de que se yo...”*

(Marta, p. 55).

*“cambió todo todo... antes no poh... aquí encerrá poh... a veces no
conocía ni a la vecina de arriba” (Ana, p. 34).*

Podemos interpretar, que la vinculación se percibe como la alternativa para salir de esta condición de encierro y soledad, impuesta por la sociedad que los ha excluido y abandonado, por tanto el vincularse significaría la posibilidad de salir de la marginación y del lugar de excluidos, estar en contacto con otros los hace reencontrarse con su rol social, por tanto significa estar vivos.

Ahora bien, llama la atención que dentro de las actividades significativas que conlleva la vinculación se hace recurrente en los relatos de los adultos mayores, el reunirse en torno a la comida o el té, asignándole una especie de ritualidad a dichas actividades, así se observan frases como:

“ahora voy al club los martes, y ahí salgo un rato y tomamos tecito”

(Pedro, p. 32).

*“pero acá con los viejos se pasa bien, y las viejas se ponen a
conversar, toman tecito y comen y hablan...” (Alberto, p. 12).*

*“lo mejor son las reuniones grupales que fuimos con la vieja, nos
reímos hartito con los otros viejos... nos tienen comida, lo atienden a*

uno, eso es lo mejor, cuando lo atienden... lo que quiera uno... nada que decir... que se repita luego no más." (Alberto, p. 14)

"y acá hice amigas...y hablábamos de todo, también salimos y tomamos once en la semana en la sede, así que nos juntamos al pelambre (se ríe)" (Rita, p. 7).

"bueno cuando hay reuniones en la sede voy en la tarde pa' allá y tomamos tecito, con galletas, algunas señoras hacen queque... lo que haya poh... y ahí nos reímos y conversamos..." (Rita, p. 19).

"tan bonito hacemos tecito..." (Pedro, p. 6).

Se puede interpretar a través de las citas referidas, que el reunirse en torno a la comida es un rito de vinculación, significativo para los adultos mayores, dado que este rememoraría la escena familiar donde todos los miembros se reunían a compartir y disfrutar de la compañía familiar, donde cada uno además, cumplía un rol dentro de este espacio; cabe señalar que dicho espacio tenía gran importancia a diferencia de hoy en día, en que las familias debido a las diversas actividades diarias, ya sea trabajo, universidad, colegio, etc. y los progresos tecnológicos que han potenciado la individualidad, han ido desvalorizando y devaluando cada vez más los espacios de encuentro familiar.

Sin embargo, se puede observar a través de las citas que para los adultos mayores es importante aprovechar dichas instancias de encuentro, donde tienen la posibilidad de compartir no sólo la comida, sino la cotidianeidad de sus vidas a través de un lenguaje común.

Por otra parte, la vinculación comunitaria también se vio significada por los adultos mayores a través de los otros facilitadores, entendiendo estos como las personas o instituciones que de alguna manera han apoyado la vinculación con la red.

Las significaciones que otorgan a la vinculación con respecto a dicho tópico se fundamentan en relaciones instrumentales que se construyen a través del proceso, de esta manera pueden acceder según sus necesidades a las diversas prestaciones sociales que existen.

"los chiquillos de la muni con nosotros fueron muy buenos, no tengo nada que decir de eso, cualquier favor que nosotros necesitamos vamos donde ellos y ellos nos sacan, los papeles" (Ana, p. 2).

"la vieja va a gimnasia pa' la tercera edad que tienen acá cerca..."

(Alberto, p. 12).

"porque ayuda harto y los chiquillos son amables y lo ayudan, lo hacen reír... le dan los datos para los subsidios, la información... que esto...

que la leche, que la reunión... todo poh..." (Alberto, p. 14).

En este sentido podemos interpretar que la vinculación es percibida por los adultos mayores como una reinserción social, como la posibilidad de participar activamente y demandar como sujetos y ciudadanos los servicios que requieran, esto de la mano con la posibilidad de acceder a nuevas informaciones y conocimientos. De esta manera se hacen nuevamente visibles a los otros, empoderándose del rol de sujetos sociales que les fue extirpado en algunos casos de la mano del proceso de jubilación, en donde dejaron de ser productivos en términos materiales

lo que en sociedades tecnocráticas como la nuestra es un importante fundamento a la hora de excluir, marginar y alienar a las personas o comunidades.

Por tanto, las significaciones que los adultos mayores otorgan a la vinculación, según la interpretación de los relatos de ellos mismos, se relacionarían con el sentimiento de pertenencia y empoderamiento dentro de la sociedad, del que han estado carentes a causa de la extirpación del rol social, lo que los ha excluido generando en ellos un sentimiento de abandono y resignación.

Por lo anterior, la vinculación comunitaria entendiendo esta como una de las herramientas psicosociales del Programa Vínculos, es percibida por los usuarios como la posibilidad de salir del encierro, la rutina y la soledad lo que se configura como un reencuentro con la realidad de sujetos sociales, lo que indudablemente influye en la mejora de la calidad de vida de los mayores.

- Significaciones y percepciones sobre **Autonomía:**

La autonomía, configurada como la capacidad de tomar decisiones personales acerca de cómo vivir, de acuerdo a las preferencias propias, se muestra en los resultados en base a los siguientes tópicos: decisiones, manejo del dinero, manejo del tiempo, lo propio y la soledad valorada.

Los resultados arrojan la importancia de la capacidad de tomar decisiones por sí mismos, que en esencia es lo que define a la autonomía, esto aparece en frases como:

"Suponte tu yo salgo voy...si me quiero acostar...me acuesto...soy libre dentro de los cánones que deben serse respetados" (Carmen, p. 25).

"si me sale algún pololito salgo a trabajar poh (Pablo, p. 5).

"uno tiene que preocuparse de decir...como será esto...preguntar(...)tan difícil no es poh...cuando uno toma sus decisiones" (Marta, p. 80).

Estas oraciones ilustran que los adultos mayores entrevistados, son capaces de tomar decisiones personales respecto a sus deseos y necesidades, de acuerdo a sus propias preferencias. Por el contrario, en casos en que las decisiones dependan de los hijos o de otras personas antes que de los propios adultos mayores, esto sinónimo de pérdida del rol social y familiar; de esta manera quedan situados fuera de la realidad social, por lo tanto excluidos y devaluados socialmente. La siguiente frase refleja esta situación:

"uno ya ta viejo pa tar pidiendo permiso a los hijos poh (...) eso es como una humillación pa uno poh, si uno sabe como son las cosas".

Los resultados demuestran que es común en el discurso de las personas mayores la valoración positiva de las decisiones respecto al manejo del dinero y las compras, para los mismos, el hecho de no poder administrar su propio dinero tiene una valoración negativa, al igual que con las decisiones; esto se ilustra en la siguiente frase:

"la abuelita ya se pagan y ni saben cuánto se pagan y yo no poh...yo me voy a pagar y la cuento...yo recibo...yo cuanto ehh viene de aumento de todas esas cosas las sé" (Marta, p. 78).

Ese tópico, es decir, el uso del dinero está relacionado con la idea antes mencionada de lucidez, de estar atento a la realidad, consciente e informado de lo que está pasando, que va directamente relacionado con una autoimagen positiva de sí mismos, como pertenecientes a la sociedad al estar en conexión con lo que está pasando en el mundo.

La mayoría de los entrevistados alude a esta capacidad, aquí se ilustran algunos ejemplos:

“claro de mi platita me ocupo yo” (Marta, p. 34).

“yo manejo mi plata, yo sé comprar, sé lo que me conviene y lo que no me conviene...” (Ana, p. 30).

“yo recibo pensión y la vieja igual, así que ahí nos arreglamos entre los dos, juntamos la plata y hacemos pa’ las compras del mes, las cuentas, ella las va a pagar al sencillito... y a veces pa’ los remedios que se gasta tanto también, si son tan careros... uuhh...” (Alberto, p. 4).

Esto da cuenta de que son sujetos autónomos y este tópico es de suma relevancia. Asimismo y directamente relacionado con el tema del manejo del dinero, está el uso que se le otorga, es decir en lo que se invierte este, que generalmente pueden ser necesidades básicas, pero también bienes u objetos significativos para los adultos mayores.

“lo que quiero yo es dejar comprado el nicho pa’ mi y la vieja, pa’ no tener que dejarle cachos a los hijos... pa’ que no se hagan problemas... eso queremos, pero hay que juntar la platita eso sipo...” (Alberto, p. 11.).

“yo me quiero comprar una casita chiquitita pa mi (Se explaya en el trámite de subsidio habitacional)...Mis planes y proyectos son de acá a fin de año tener los papeleos hechos...” (Carmen, p. 13).

Lo propio se configura como un rasgo fundamental en la construcción de una imagen de ser autónomo, ya que si bien los adultos mayores pueden estar en condiciones de dependencia, por la pérdida de la salud, esto no significa que pierdan su autonomía, es decir, la capacidad de decidir y elegir sobre sus deseos, y también sobre las personas que lo acompañen en este proceso.

“somos los dos trabajadores y con sacrificio hoy tenemos nuestras cositas que no serán tanto lujo pero son con esfuerzo” (Pablo, p. 13).

"me gusta estar aquí en mi piecita, con mis cosas, eso poh, estar tranquila ahora... cuando uno tiene un techo está mejor yo creo..." (Rita, p. 13).

Estas respuestas ilustran la importancia de tener lo propio para sentirse seres con autonomía.

Los resultados arrojados en las entrevistas, muestran que las personas mayores otorgan una doble valoración al concepto de soledad, ya que si se mira desde el punto de vista de la autoimagen, el estar “solo” los sitúa en el lugar de los excluidos y como vimos anteriormente, al no estar vinculados a la red social, se sienten más cercanos a la idea de muerte.

Sin embargo, la soledad también puede ser entendida como una soledad valorada respecto a la autonomía, lo cual se muestra en los siguientes relatos:

"me la he batallado yo sola, me ha costado porque en el transcurso de ese tiempo hacen 5 años ya poh, yo me aburro de sacar la hora, hacer la cola, ir al doctor, levantarse temprano...pero ya tamos saliendo y me programo bien "(Carmen, p. 7).

"solita, consulto, pregunto hasta que llego a donde tengo que hacerlo... ellos me explican donde está y yo voy ahí... y si no es en esa oficina voy a la otra... si es cuestión de ir preguntando... preguntando se llega a Roma dicen algunos" (Ana, p. 29).

"es mucho más fácil vivir sola que acompañada, como te digo, uno tiene la libertad que desea tener, no malgastándola... (Carmen, p. 26).

"Solo no más, voy a la muni, pago las cuentas, voy a buscar la pensión y listo, yo ando solo no más... voy a comprar las cosas al súper, pero me muevo solo siempre." (Diego, p. 12).

Así se puede vislumbrar la valoración positiva a la soledad por los adultos mayores, respecto a la autonomía, mostrándose capaces de tomar la iniciativa de hacer algo por sus propias vidas, independiente de las probables disminuciones de sus capacidades físicas y las limitaciones del cuerpo. Es decir, los adultos mayores seguirían siendo autónomos en cuanto a su estado psicológico.

El Programa Vínculos este caso, a través de la entrega de esta herramienta psicosocial, está orientado a movilizar sus potencialidades a través del empoderamiento de los adultos mayores, facilitándoles elementos de la red social e institucional, para que ellos se potencien en la capacidad de tomar decisiones respecto a sus vidas.

8. CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

Como es sabido, las personas participantes de este programa y objetivo de esta investigación, son adultos mayores desvinculados socialmente, que viven solos, en situación de pobreza y vulnerabilidad, que para motivos de análisis fueron escogidos de las comunas donde se registra mayor cantidad de población de personas mayores y también donde los índices de pobreza son más altos.

En este contexto, el Programa Vínculos apunta en distintos frentes para el mejoramiento de estas condiciones, ya sea mediante la entrega de subsidios y prestaciones sociales, así como también potenciando herramientas psicosociales; a saber: autoimagen, autonomía y vinculación comunitaria.

Para este programa, es fundamental potenciar dichas herramientas, con el fin de que los adultos mayores logren significarlas e internalizarlas, de manera tal que una vez egresados del programa, puedan por sí mismos disminuir los factores de riesgos por su condición de vulnerabilidad y potenciar los factores protectores, a través del empoderamiento como intervención comunitaria, para así enfrentar la vejez de una manera más óptima, mejorando de esta manera la calidad de vida; entonces de este modo sería efectiva la implementación de este programa y no una mera acción asistencialista.

Al estudiar esta iniciativa gubernamental, queda en evidencia la falta de un instrumento que evalúe si las metas impuestas por el

programa se cumplen o no, sin embargo, tampoco fue el objetivo de esta investigación, porque a lo que se ha apuntado es a conocer las significaciones y percepciones que los usuarios le otorgan a las herramientas psicosociales que potencia el programa.

De esta manera, y en virtud de los discursos de los adultos mayores, se puede inferir que los mayores elaboran significaciones con respecto a su propia imagen, a través de la negación; a través del no reconocimiento del proceso del cual forman parte, dado que la vejez les acerca a la muerte, por tanto en el propio discurso se excluyen de este grupo, refiriéndose a los viejos como los otros, por tanto se posicionan fuera de la vejez, quedando en un tránsito entre lo que son hoy y la tan anhelada imagen de ayer, dado que el significado que dan a sí mismos no se relaciona con su actual vivencia. Así se puede observar que constantemente acuden a momentos del pasado para construir una imagen de sí mismos; esto se puede entender como el efecto de la internalización de la imagen social desvalorizada de la vejez. En este sentido, asumirían esta construcción social basada en la ética del trabajo, donde el hacer es más importante que ser, por tanto la única manera de acceder a un significado personal es a través de la reminiscencia. Se observa una especie de lucha interna entre la imagen latente de sujetos jóvenes versus el cuerpo que hoy poseen, el que se configura como una limitante frente a la vida.

La evocación de tiempos pretéritos, les permitiría recordar períodos de mayor capacidad y seguridad, equilibrando con ello la autoimagen, en

un momento en que las condiciones propias de la vejez les proporcionan pocas posibilidades de autovaloración.

Los adultos mayores entrevistados al definirse a sí mismos se ven como “trabajadores”, y en general recurren al trabajo como soporte de su autoimagen; es decir, el hacer los configura subjetivamente, pero este hacer es parte del pasado, es la reminiscencia de lo que fueron algún día y lo que los vincula con la vida, dado que el concebirse viejo, en virtud de la interiorización del estereotipo negativo de la vejez, los acerca a la muerte que es uno de sus principales temores.

Por lo tanto, la significación de la autoimagen de los adultos mayores está provista de elementos pertenecientes al pasado tales como el trabajo, la ocupación, la vitalidad expresada en el cuerpo joven y así también elementos presentes como el miedo a la muerte, la soledad, la exclusión social, y el deterioro. Esta posibilidad de construir su autoimagen respecto a estos dos polos evidencia que la autoimagen como se ha señalado, es un proceso que se construye y modifica a lo largo de toda la vida, dado que cada una de las etapas vitales conllevan experiencias diferentes que influirían en la propia visión de sí.

Los usuarios egresados del Programa Vínculos en sus relatos evalúan su propia autoimagen respecto a sus otros pares, dado que en la vinculación con éstos pueden visualizar las distintas formas de envejecer y sus procesos de enfrentamiento, de esta manera el encuentro con la otredad es lo que potencia la autoimagen como herramienta psicosocial; es decir, a través de la vinculación principalmente, dado que el hombre

como sujeto social no puede concebirse sin un otro. Por tanto el encuentro con otro significativo, propiciado por el programa les otorga la posibilidad de reencontrarse con sus propias experiencias y sus propias limitaciones, concibiendo éstas como deterioro normal a la etapa, y este asimilar la vejez como un espacio válido en donde ya no se perciben solos, sino por el contrario se perciben con otros que comparten las mismas alegrías y problemáticas que ellos. Se sostiene entonces que el espacio de vinculación potencia la autoimagen positiva en los mayores, dado que en dichos espacios no hay lugar para la exclusión, sino por el contrario se les motiva a participar de manera activa, lo que va generando una resignificación de la vejez, ya que si bien aún persiste la añoranza por el trabajo principalmente en los hombres, este trabajo se puede ver reemplazado por el sentirse ocupados, activos, vigentes, en movimiento, asignando con esto un sentido a la vida y un fortalecimiento de la propia identidad.

Por otra parte, se pueden observar diferencias de género en torno a la autoimagen referida al cuerpo; la imagen corporal en las mujeres sustenta la visión de sí mismas, el modo que tienen las mujeres de evaluarse se basa en la comparación de su condición física actual versus el cuerpo que poseían antes, esto claramente influenciado por las exigencias sociales que asocian a la juventud con la belleza, por tanto la vejez no podría acceder a este ideal, influyendo en la percepción subjetiva de las adultas mayores. El cuerpo que hoy ven ante el espejo no se asemeja al estereotipo de belleza que exige la sociedad, lo que genera un

conflicto interno, ya que no se logra asimilar, ni aceptar el paso de los años y las huellas que este conlleva como un proceso natural de la etapa vital en la que se encuentran.

Llama la atención que al referirse al tema del cuerpo, en ninguno de los relatos hayan alusiones a la sexualidad, tanto en hombres como en mujeres mayores el tema es invisibilizado; al momento de intentar indagar sobre las relaciones de pareja en los adultos mayores, existe una reacción de impacto ante la pregunta, y las respuestas giran en torno a la propia exclusión en dicho ámbito, como si sexualidad y vejez vivieran en épocas distintas. Esto corrobora que la autoimagen de los adultos mayores se sustenta en una sexualidad dormida, y esto curiosamente se condice con la importante cantidad de jóvenes que perciben a los mayores como seres inactivos sexualmente, según datos estadísticos. Esta visión social y cultural, de la sexualidad en la vejez, se ha instalado en el discurso de los adultos mayores, haciendo referencia en algunos casos que “ya no están en edad para eso”, otorgándole una especie de límite etéreo a la sexualidad, del cual claramente ya no hacen parte; es así como los adultos mayores terminan percibiéndose a sí mismos como inactivos sexualmente o como seres asexuados.

Además respecto al tema de la sexualidad, al revisar la metodología de implementación del Programa Vínculos, como por ejemplo, las sesiones en las que se trabaja para la potenciación de las herramientas psicosociales, en los puntos a trabajar sobre autoimagen, no

está contemplado este tema, ni siquiera cuando se habla sobre los mitos sobre la vejez.

Entonces, las significaciones que otorgan los adultos mayores a la autoimagen comprenden elementos pasados y presentes, que se conjugan en relación al desempeño, la experiencia y el entorno social; estas significaciones de sí mismos, se manifiestan en forma de opuestos tales como; trabajo/jubilación, vida/muerte, ocupación/ocio, vitalidad/estancamiento, lucidez/deterioro, vinculación/soledad; y en torno a éstas se definen, construyendo una imagen personal a partir de una negación, en donde el alejamiento de una es el acercamiento a la otra.

Por otro lado, las significaciones que otorgan los Adultos mayores, respecto a la autonomía se refieren a la capacidad de toma decisiones sobre la propia vida, que se mantiene en todos los entrevistados, independientemente si necesitan o no de los cuidados y la atención de otros.

El deterioro físico o la pérdida de la salud no interfieren en la percepción de autonomía de las personas mayores, esto se ve expresado de manera más concreta en el caso de una de las entrevistadas, que al salir de la situación de calle en que se encontraba antes de ingresar al programa y por el hecho de estar disminuida en su capacidad física, debió quedarse bajo los cuidados de otra persona, lo cual no implicó en ningún caso la pérdida de la facultad de tomar decisiones sobre sus necesidades y preferencias, esto quiere decir que el deterioro físico no implica

necesariamente la pérdida de la autonomía, ya que ésta se significa más por aspectos psicológicos que físicos.

Las significaciones que los adultos mayores otorgan a la autonomía hacen referencia, a diferencia de la autoimagen, a elementos presentes, es decir, capacidades o facultades actuales sobre la vida, como por ejemplo el manejo de su dinero y la libertad de decidir de qué manera ocupar su tiempo libre, asociado a éstas aparece en los relatos una valorización a la soledad; ésta es significada por los adultos mayores como autosuficiencia, ya que viene a reforzar sus capacidades, dado que en muchos casos enfatizan el hecho de haber salido adelante solos a pesar de las dificultades; a diferencia de la soledad referida anteriormente en la significación de la autoimagen, la soledad valorada no se asocia al abandono y a la exclusión, sino que a las capacidades de resolver sus problemas y enfrentar el mundo de manera autónoma.

Estas significaciones referidas a una valoración positiva de la autonomía tienen relación con la posibilidad de empoderarse de sus propias vidas, aprovechando las instancias donde deban poner a prueba la capacidad de tomar decisiones; esto podría interpretarse como un retorno a aquella época en donde en los adultos mayores, en algunos casos, eran sujetos activos laboralmente y recibían remuneraciones de acuerdo a su trabajo, decidiendo de qué manera administrar su dinero; por tanto el hecho de que ahora reciban una pensión o una jubilación dependiente del caso, los posiciona nuevamente en un rol activo socialmente. Por el contrario, cuando se posicionan hipotéticamente en

situaciones donde su autonomía se vea disminuida, por ejemplo por la intromisión de los propios familiares, señalan que se sentirían “humillados”, esto a causa de que de alguna manera se les despoja del rol activo que cumplen en el espacio privado.

El Programa Vínculos potenciaría la autonomía a través de propiciar espacios donde los adultos mayores tomen la iniciativa y sean capaces de autogestionar acciones pertinentes a sus necesidades y no esperar que otros lo hagan por ellos; al respecto es importante lo que señala Montero acerca de este tema “El poder es un logro de la reflexión, conciencia y acción de las personas interesadas y no un regalo o donación de un otro poderoso” (M. Montero, 2003, p. 62).

Lo anterior apunta a la importancia del proceso de empoderamiento o fortalecimiento en los adultos mayores, dado que la autogestión se configurará como el elemento central a la hora de potenciar la autonomía en los usuarios una vez egresados del programa, con el fin de que sean capaces no sólo de tomar decisiones en los espacios privados, sino además demandar derechos en los espacios públicos, estando vinculados con la red social.

Se puede observar que el tema de la vinculación se articula como eje central de esta investigación, ya que es desde este lugar donde el programa busca potenciar las distintas herramientas psicosociales. Las significaciones sobre la vinculación comunitaria para los adultos mayores, se basan en dos relaciones centrales con la otredad: vinculados a otros significativos y a otros facilitadores. Los otros significativos hacen

referencia al grupo de pares, es decir, los otros adultos mayores; la relación que se establece entre ellos, teniendo como base los relatos, se percibe como una relación afectiva, en donde surgen sentimientos de pertenencia a una comunidad. Los otros facilitadores tienen un carácter instrumental, es decir, facilitan el contacto con la red social y sus instituciones.

Las significaciones que los adultos mayores otorgan a la vinculación comunitaria, hacen referencia a la actividad, la movilidad, la participación social, por tanto a la vida. De esta manera la vinculación se configuraría como la posibilidad de reencontrarse con un rol social del que fueron privados, debido a la valoración social negativa que se le ha impuesto a la vejez.

La vinculación comunitaria para el programa es significada de manera positiva, dado que ésta los posiciona en un lugar visible a los otros, desarrollando un sentido de ser en relación con el mundo y no fuera de este.

Con respecto a esta inclusión que conlleva la vinculación comunitaria, son espacios importantes para los adultos mayores, los clubes y las actividades que se realizan en estos lugares; una de las actividades fundamentales, que los provee de sentido y que se observa en la totalidad de los entrevistados es la temática de la comida, que surge como un ritual de vital importancia en las reuniones sociales. Esto puede interpretarse como un símbolo de vinculación que les otorga una significación de pertenencia a un grupo; el reunirse en torno a la comida

como expusimos anteriormente rememoraría las reuniones familiares en torno a la mesa, asociadas al disfrute de la compañía familiar y no solamente de la comida, lo que significa una alternativa concreta ante la soledad, otorgándole sentido a la propia vida y a su identidad como adulto mayor.

Por otro lado, el relacionarse con otros significativos se percibe como la oportunidad de compartir las experiencias y vivencias, lo que facilita el desarrollo de una perspectiva renovada de ellas; de esta manera el volver a mirar hacia el pasado desde este punto de vista, sería de ayuda para enfrentar los retos del presente y futuro, y no un mecanismo de negación ante su proceso de envejecimiento, lo que conlleva efectos positivos en la autoimagen y autoestima.

El Programa Vínculos, como bien señala su nombre, potencia en primer lugar la vinculación comunitaria, dado que esta sería uno de los ejes transversales al apoyo psicosocial, otorgado a los adultos mayores. El generar un sentimiento de pertenencia en ellos es un elemento fundamental a la hora de potenciarlos como sujetos sociales; desde la comunicación con los otros significativos y los otros facilitadores podrán reintegrarse a la sociedad resignificando su vida conforme a la etapa vital que están experimentando, lo que a su vez propiciará significaciones positivas en su autoimagen generalmente desvalorizada y frágil que intenta anclarse a través de la resiliencia. Así posicionándolos y empoderándolos de su rol de sujetos ciudadanos, de su rol de actores sociales constructores de realidad y de los cambios que en ella ocurren,

comprometidos en un proceso de transformación social, transformándose paralelamente a sí mismos, lo que los motiva a continuar la vía de agentes de cambio social.

Los adultos mayores que han participado del programa, expresan en las entrevistas los cambios significativos que les ha traído la participación e inclusión en estos grupos como los clubes y todos refieren sentirse más acompañados por sus pares, independiente del abandono de sus familias, como en algunos casos, o de la soledad por la viudez. El club se constituye en el espacio donde pueden afirmar su autoimagen, crear lazos de amistad, encontrar respuesta sus problemas y dudas, y compartir con otros significativos, visiones en común.

La vinculación comunitaria por tanto, es significada y percibida por los adultos mayores como el soporte para la identidad, y además es el eje articulador fundamental para la calidad de vida de las personas mayores, ya que potencia las demás herramientas psicosociales, a la base de este estudio, como tener una autoimagen positiva y la capacidad de tomar decisiones, es decir la autonomía sobre la propia vida.

Los adultos mayores usuarios del Programa Vínculos como bien se sabe son personas que viven en situación de vulnerabilidad, entendiendo está en su más amplio sentido y no percibiéndola solo como la carencia de objetos materiales, por tanto resulta fundamental el aporte que realiza esta iniciativa gubernamental al potenciar herramientas psicosociales en dicha población a través de los diferentes actores responsables, entendiendo estos como los otros facilitadores en este proceso, en que se

espera que los mayores que participan del programa internalicen dichas herramientas y de esta manera logren otorgar un nuevo significado a su propia vida y a la vejez; de la cual muchas veces tratan de excluirse quedando de esta manera en una especie de vacío que repercute negativamente en las subjetividades, por tanto en la calidad de vida.

Este proceso de acompañamiento psicosocial potencia las herramientas psicosociales a través de la autogestión de los mayores, ya que se concibe al adulto mayor como un sujeto capaz de desempeñar acciones, no obstante la desvinculación social en la que se encuentran, en virtud de múltiples factores sociales y culturales, ha debilitado ciertas competencias, por tanto se necesita potenciar principalmente, herramientas como la autoimagen, autonomía y la vinculación comunitaria.

De esta manera y como lo señalan los relatos los mayores otorgan dichas herramientas, significaciones que en general se refieren a la valoración de otros, de este modo generalmente su autoimagen esta desvalorizada en virtud de la imagen social negativa de la vejez, a su vez las significaciones en torno a la autonomía hacen referencia a conceptos que sobre valoran dicha capacidad dado que esta les otorga una especie de estatus en el espacio social lo que les genera un sentimiento de inclusión y reconocimiento por parte del otro. Por tanto se puede concluir, que la vinculación comunitaria es la herramienta más importante a potenciar dado que a partir de esta se van construyendo significaciones positivas en torno a la evaluación de sí mismos y las capacidades de

autodeterminación. Lo anterior lleva a reafirmar el paradigma comunitario, donde el sujeto es siempre sujeto en comunidad, es actor social que conduce su propia vida.

Como sugerencias y conforme a los resultados y conclusiones, es relevante señalar que al abordar el tema de la vulnerabilidad en las personas mayores, es fundamental tomar en consideración las características de la etapa de la vejez y sus diferencias de género, para que se pueda establecer una definición adecuada del concepto de vulnerabilidad en dicha población lo que permitirá el diseño de programas e iniciativas pertinentes, priorizando la prevención, la promoción y el empoderamiento comunitario, por sobre el asistencialismo. De este modo se anticiparía la intervención comunitaria, potenciando un adecuado proceso de enfrentamiento de la vejez y una mejora en la calidad de vida.

Otro aspecto importante a tomar en cuenta para las iniciativas gubernamentales, sería promover el diseño de políticas públicas que consideren en primer lugar, las necesidades expresadas en los discursos de los propios adultos mayores, para así fomentar lo que antes se mencionó, es decir, el empoderamiento de este sector social, lo que se configura como un elemento fundamental envejecer de manera óptima, activa o exitosa. Resulta fundamental que este tipo de programas gubernamentales sean diseñados por profesionales capacitados en el ámbito comunitario, que se formen equipos multidisciplinarios del área social, donde entre ellos existan psicólogos comunitarios que trabajen las temáticas de relevancia social, como en este caso la adultez mayor, a

través de una perspectiva de la transformación social, potenciando un cambio en la realidad social por medio de los procesos de reflexión acción donde los destinatarios tienen un espacio de participación.

El Programa Vínculos, es una política basada en un enfoque comunitario, en donde el modelo cultural predomina, dado que se pretende que los agentes ejecutores, sean promotores de desarrollo y facilitadores sociales, no obstante es importante que efectivamente esto se realice y que los profesionales posean los conocimientos y la mirada comunitaria, de esta manera promover la autogestión y no el asistencialismo y relaciones de dependencia que estancan las producciones de sentido y alienan a los sujetos.

A raíz de lo que expresan las personas que participaron de este estudio, es prioritario sugerir dentro del marco de las políticas públicas, que se diseñen herramientas que apunten a la ocupación y empleo para los adultos mayores, ya que son ellos mismos los que denuncian esta carencia, dentro de las políticas existentes; al jubilar, muchas personas bajan drásticamente su nivel de ingresos, se sienten inútiles y excluidos, y necesitan de espacios y actividades que resinifiquen esta situación y que además los ayude a sustentarse económicamente. Por lo tanto se sugiere la promoción de espacios laborales, en lo posible remunerados, que consideren las limitaciones físicas que puedan tener estas personas. Esto es fundamental no solo en términos económicos, sino además para mejorar la autoimagen y autonomía, dada la valoración que significa para

ellos el sentirse activos y productivos, a partir de los resultados de las significaciones de los entrevistados.

Siguiendo la idea anterior, también es relevante tomar en cuenta, según los antecedentes de este trabajo, la paradoja entre los avances tecnológicos y la esperanza de vida; en este contexto, las políticas públicas sobre la vejez deberían considerar este punto, con el fin de promover la capacitación permanente de modo de contar con conocimientos y competencias que se ajusten al progreso tecnológico; de esta manera los adultos mayores contarán con la posibilidad concreta de reinsertarse en espacios laborales, conociendo nuevas tecnologías y también traspasando a otras generaciones los conocimientos y experiencia adquirida a lo largo de su vida.

Respecto al Programa Vínculos y futuras políticas públicas que apunten a este sector de la población, y en función de las significaciones de los adultos de esta investigación, es importante que las personas encargadas de diseñar estas políticas consideren las diferencias con respecto a la vejez, dado que el envejecimiento es un proceso individual, por tanto los programas sociales enfocados en dicha población deben considerar en sus metodologías de ejecución diferencias, como los tramos etáreos; esto porque según los relatos, los adultos mayores que se ubican entre los 60 y 65 años tienen diferentes necesidades y problemáticas que los que tienen 75 u 80 años, por tanto viven y enfrentan la vejez de un modo diferente.

Durante esta investigación se pudo vislumbrar que existen diferencias a considerar, que hacen referencia al tema de género; si bien el Programa Vínculos contiene dentro de sus principios básicos un enfoque de género, este no se especifica en su ejecución, por tanto no se detalla explícitamente de qué manera dicho enfoque será trabajado y abordado con los usuarios; este es un eje central ya que las inequidades respecto a las diferencias de género prevalecen en la sociedad, y afectan a las personas desde la construcción de sus identidades.

En este sentido, y como vimos en los resultados, se observa una notable diferencia entre las significaciones y percepciones respecto a la autoimagen entre mujeres y hombres mayores; por tanto la manera de abordar los temas a la hora de ejecutar el apoyo psicosocial debe basarse en dichas diferencias.

Otro punto a sugerir sería el propiciar espacios de vinculación intergeneracional, ya que de esta manera no sólo se incluye a los adultos mayores en los contextos sociales, sino además los jóvenes tienen la posibilidad de visualizar la vejez y modificar la imagen desvalorizada que tienen de los adultos mayores; así se podría construir una nueva representación a partir de la propia experiencia que otorgará la interacción, ya que a su vez los adultos mayores tendrían la posibilidad de verse a sí mismos a través del otro.

Respecto a la imagen desvalorizada de la vejez para la sociedad, una medida concreta a considerar, sería comenzar a incorporar en los textos escolares, material o imágenes que den cuenta de la vejez de

manera positiva y no seguir reforzando la imagen deteriorada de ésta, que generalmente se presenta a través de fotografías de adultos mayores inactivos o frágiles, que fomentan mitos y prejuicios sobre la vejez en la sociedad.

En relación con este tema, se pretende hacer un llamado a los distintos sectores a instruirse sobre los diferentes aspectos de la vejez, y en este sentido cobran gran importancia los medios de comunicación, por la influencia social que ejercen sobre los sujetos; por tanto se necesita de un trabajo en red con dicho sector y de esta manera posicionar la vejez como una etapa más del ciclo vital, y no como una enfermedad a combatir, disminuyendo con esto estereotipos, prejuicios y la exclusión; potenciando con esto el rol participativo y vigente de los adultos mayores.

Lo anterior, es de suma importancia dado las significaciones positivas que los adultos otorgan a la vinculación comunitaria, por tanto resulta apremiante potenciar dicha herramienta a través de la promoción de las distintas instancias de participación social, para los adultos mayores en las instituciones de la red local, de esta manera que la comunidad en general este informada en dicho ámbito.

Resulta interesante además, generar instancias de información e interacción donde se promuevan visiones valoradas de los viejos, como por ejemplo en la cultura mapuche, donde la imagen social de la vejez es una imagen valorizada, dado que se considera como elemento fundamental la sabiduría que éstos entregan al resto de la comunidad.

Como sugerencia, en materia de salud, se puede señalar el promover el desarrollo de conductas de autocuidado en los adultos mayores y así anticiparse a posibles dependencias físicas y aminorar el deterioro orgánico, físico y mental de los adultos mayores, lo que puede permitirles mejoras sustanciales en la calidad de vida, en este sentido realizar intervenciones en promoción y prevención, dado que lo mejor es anticiparse a posibles enfermedades y de esta manera no solo se apuntará a quienes forman parte de la etapa de la vejez, sino se instruirá a la comunidad en general de manera tal de envejecer exitosamente.

Se requiere de un trabajo continuo y en conjunto, donde participen cada uno de los sectores de la comunidad, de esta manera enfrentar el cambio demográfico y la paradoja respecto al desarrollo tecnológico y el aumento de la esperanza de vida, para que la vejez se tome en cuenta, de manera responsable y no silenciando, invisibilizando y anulando a las personas mayores; sino por el contrario potenciando una imagen positiva de la vejez, construyendo imágenes más realistas de dicha etapa donde se visualicen los distintos aspectos y facetas, para de esta manera romper con la ideología del viejismo imperante en nuestra sociedad y promover un envejecimiento exitoso y de calidad, esto a través del fortalecimiento como una de las vías fundamentales para alcanzar el desarrollo y la transformación, por tanto resulta importante que iniciativas como el Programa Vínculos sigan implementándose y perfeccionándose conforme los cambios sociales, entendiendo la problemáticas que rodean al envejecimiento a partir de factores sociales, económicos y políticos, dado

que es fundamental anular el asistencialismo que aliena de manera enmascarada a los sujetos y las comunidades quitándoles voz y espacio en los asuntos públicos; en este contexto es importante generar e instruir a los ejecutores directos de este tipo de iniciativas, en este caso a los monitores comunitarios, en el rol de facilitadores, promoviendo con esto la autogestión de la comunidad, “actividad y control, participación y decisión son planteados como conductas fundamentales para lograr las transformaciones deseadas, y ellas exigen procesos de fortalecimiento”(Montero, 2003, p.60)

Es imperante la función de los psicólogos comunitarios en este tipo de iniciativas, dado que su rol tendrá directa relación con la generación de procesos que potencien la dinamización social, permitiendo a los destinatarios de las políticas públicas, descubrir sus herramientas particulares, las cuales permitirán resistirse al sistema que de alguna manera los ha despersonalizado y alienado. Es fundamental no perder de vista que estos planes y programas tienen por objetivo una población en particular, conformada por sujetos sociales y no por meros entes, lo que muchas veces pierde importancia por concepciones erradas de liderazgo donde los intereses políticos y económicos están por sobre los intereses de bienestar de la comunidad. Por esta razón es importante que Organizaciones no gubernamentales también se adhieran a trabajar la temática del envejecimiento desde una mirada comunitaria donde la participación social sea la base de cada una de las iniciativas o propuestas, dado que actualmente son varias las organizaciones sin fines

de lucro que trabajan con adultos mayores, sin embargo desde una mirada asistencialista , y ubicándose mas bien como instituciones totales, las que anulan las potencialidades de los sujetos a través de regimenes rígidos y normados por otros externos, quienes toman la totalidad de las decisiones, vulnerando la autonomía derechos básicos como la autonomía.

Resulta fundamental que profesionales del área social, entre ellos claramente, psicólogos comunitarios se agrupen y conformen organizaciones no gubernamentales que trabajen temáticas de envejecimiento, promoviendo salud mental comunitaria a través del diseño y la metodología de los planes y programas comunitarios para adultos mayores, de esta manera dichas iniciativas no se verán supeditadas a los cambios de mandos de gobierno, sino se irán construyendo y perfeccionando conforme los cambios sociales y las demandas de la propia comunidad, es decir de los actores sociales y no de lideres que dependiendo del color político priorizan el asistencialismo a través de vacíos en la generación de procesos prácticos en la construcción de actoría social.

En este sentido se destaca el enfoque comunitario del Programa Vinculos, donde se potencia la participación social de los usuarios a través de la vinculación comunitaria que se materializa en instancias de encuentros con pares, las que a su vez facilitan la creación de futuras organizaciones, lo que se configura como un elemento sostenedor de lo individual al producir intercambios de subjetividades en dichos espacios, las personas

mayores de alguna manera se reencuentran con la posibilidad de expresarse intelectual, artística y socialmente, ello se demuestra a través de los nombres elegidos para la identificación las organizaciones de mayores, a saber: “Años Dorados”, “Renacer”, “Vida Nueva”, “Revivir”, la manera de identificarse denota una valoración positiva, lo que repercute en el modo de afrontar la etapa vital y sus problemáticas, construyendo procesos de reflexión-acción los que influirán en las significaciones y percepciones sobre su autoimagen y autonomía.

“Amamos las catedrales antiguas, los muebles antiguos, las monedas antiguas, las pinturas antiguas y los viejos libros, pero nos hemos olvidado por completo del enorme valor moral y espiritual de los ancianos”

LIN YUTANG

BIBLIOGRAFÍA

1. Allport, W. (1977). *La naturaleza del prejuicio*, Buenos Aires: Eudeba.
2. Arango, C. (1996). *El comportamiento participativo en la investigación acción*. En aspectos científicos, técnicos y valorativos. A. Sánchez y G. Musitu (ed.). Barcelona: editorial universidad de Barcelona.
3. Arensburg, S. (2006). *Psicología social II*. Cátedra Escuela Psicología Universidad Academia Humanismo Cristiano, Mayo, Santiago.
4. Asun, D. (1995). *La psicología comunitaria en Chile, análisis de sus características y perspectivas*. En E. Wiesenfel y E. Sánchez (ed.) *Psicología social comunitaria contribuciones latinoamericanas*. Caracas: Tropikos.
5. Barria, Y, (2008) *Herramientas y Técnicas de Intervención Psicosocial con Personas Mayores en Situación de Vulnerabilidad*, En Capitulo 9 del texto de estudio del diplomado en gerontología social para ejecutores del programa vínculos de SENAMA. (p.p. 135-150), Santiago: Pontificia Universidad Católica.
6. Barros, C. (1993). *Significados y desafíos del envejecer*. En P. Marín (ed.), *Tiempo Nuevo para el Adulto Mayor* (p.p. 31-48) Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile.
7. Barros, C. (2000). *Tiempo Nuevo para el Adulto Mayor, enfoque interdisciplinario*, Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile.
8. Barros, C. (2007). *Aspectos Psicosociales del Envejecimiento*. En Capitulo 4 del texto de estudio del Diplomado en Gerontología Social

para SENAMA. Vol.1 (p.p. 51-68). Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile.

9. Barros, C. (2008). *Aspectos Psicosociales del Envejecimiento*. En Capítulo 6 del texto de estudio del diplomado en gerontología social para ejecutores del programa vínculos de SENAMA. (p.p. 81-96). Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile.
10. CELADE (2006). Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía. *Manual Sobre Indicadores de Calidad de Vida en la Vejez*. Santiago: Naciones Unidas.
11. CELADE. (18-21 Octubre, 2005). Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía. *X. Congreso CELADE sobre la reforma del estado y de la administración pública*. Santiago de Chile.
12. CELADE/CEPAL. (2008). Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía, Comisión Económica para América Latina y el Caribe. *II estudio de calidad de vida y envejecimiento. diagnóstico sobre la situación y las políticas*. Santiago: Naciones Unidas.
13. CEPAL. (2003). Comisión Económica para América Latina y el Caribe. *Las personas mayores en América latina y el Caribe: diagnóstico sobre la situación y las políticas*. Santiago: Naciones Unidas.
14. CEPAL/CELADE. (2007). Comisión Económica para América Latina y el Caribe, Centro Latinoamericano y Caribeño Demografía. *Proyecciones de población de América latina y el Caribe actualizadas*. Santiago: Naciones Unidas.

15. Delgado, J. y Gutiérrez, J. (1995). *Métodos y técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales*. Madrid: Síntesis S.A.
16. Erikson, E. (1985). *El ciclo vital completado*. Buenos Aires: Paidós.
17. Ferrarotti, F. (1991). *La historia y lo cotidiano*. Barcelona: Península.
18. Folkman, Susan, (1984) *Control Personal y Stress y Procesos que se Adaptan: Un análisis Teórico*, *Diario de Personalidad y Psicología Social*. Vol. 46. (p.p. 839-854.)
19. Forttes, A. (2008). *Introducción a la Gerontología*. En Capítulo 1 del texto de estudio del Diplomado en Gerontología Social para ejecutores del programa vínculos SENAMA. (p.p. 1-18). Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile.
20. Forttes, P. (2007). *Envejecimiento y Vejez, Desarrollo de Políticas Públicas*. Santiago: SENAMA.
21. Forttes, P. (2008). *Directora Nacional SENAMA Mimeo (s.p.)* Documento interno de trabajo. Datos no Publicados.
22. Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (Año). *Metodología de la investigación*. (Lugar): Mc. Graw Hill.
23. Huenhuán, S, (2007). *Políticas de vejez en América latina*. En Capítulo 8. Vol. 1 del texto de estudio del diplomado en gerontología social para SENAMA. (p.p. 135-150), Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile.
24. Hultsch, D. y Deutsch, F. (1981) *Adult development and aging. A life span perspective*. New York: Mc Graw-Hill.

25. INE/CEPAL. (2007). Instituto Nacional de Estadística, Comisión Económica para América Latina y el Caribe. *Observatorio demográfico N°3*. Santiago: Ine.
26. Krause, M. y Jaramillo, A. (1998). *Intervenciones psicológico comunitarias en Santiago de Chile*. Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile.
27. Krippendorff, K. (1990). *Metodología del análisis de contenido. Teoría y práctica*. Barcelona: Paidós Ibérica.
28. Leiva, A. (2003). *El tema de la participación de la psicología comunitaria en las políticas del nuevo trato*. Trabajo producido en el marco del primer concurso de proyectos de investigación. Santiago: Universidad Bolivariana.
29. Martín-Baró, I. (1998). *Psicología de la liberación. Epilogo de Noam Chomsky*, Madrid: editorial Trotta.
30. MIDEPLAN. (2004). *MIDEPLAN Ministerio de Planificación y Cooperación, Ley 19.949 establece un sistema de protección social para las familias denominado Chile Solidario*, Santiago: Ministerio de Planificación.
31. MIDEPLAN. (2006). Ministerio de Planificación y Cooperación. *Encuesta de Caracterización Socioeconómica Nacional CASEN*. Santiago: MIDEPLAN.
32. MIDEPLAN. (2008), Ministerio de Planificación y Cooperación. *Programa de Apoyo Integral al Adulto Mayor "Vínculos", Documento de Apoyo*, Santiago: MIDEPLAN.

33. MIDEPLAN. (s.f.) *MIDEPLAN Ministerio de Planificación*. Extraído el 6 de Mayo de 2009 desde <http://www.mideplam.cl>.
34. Montero, M. (1984). *La psicología comunitaria, orígenes, principios y fundamentos teóricos*. En revista latinoamericana de psicología Vol. 16. N°3. Caracas.
35. Montero, M. (1994). *Un paradigma para la psicología social, reflexiones desde el quehacer en América latina*. En Maritza Montero (coord.) *Construcción y crítica de la psicología social*. Barcelona: Anthropos.
36. Montero, M. (2003). *Teoría y práctica de la psicología comunitaria*. Buenos Aires: Paidós.
37. Moraga, R. (2001) *Introducción General al Master en Gerontología Social Aplicada*. Formación continuada Les Herues Universidad de Barcelona, Barcelona.
38. Orellana, V, (2008). *Políticas y plan regional sobre envejecimiento y vejez*. En Capítulo 8 del Texto de estudio del Diplomado en Gerontología Social para ejecutores del programa vínculos, Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile.
39. PNUD. (2004). *Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, Desarrollo humano en Chile, el poder del: ¿para qué y para quién?* Santiago: PNUD.
40. Rappaport, J. (1981). *In praise of paradox: A social policy of empowerment over prevention*. American Journal of community psychology, 9, (p.p. 1-21).

41. Rodríguez, J. (2000). *Vulnerabilidad demográfica, una faceta de las desventajas sociales*. Santiago: Naciones Unidas.
42. Sánchez, A. (1991). *Psicología comunitaria: bases conceptuales y métodos de intervención*. Barcelona: PPU.
43. SENAMA, (2004). Servicio Nacional del Adulto Mayor. *Política Nacional del Adulto Mayor*. Santiago: SENAMA.
44. SENAMA. (2005). Servicio Nacional del Adulto Mayor. *Catastro de Organizaciones de Adultos Mayores*. Santiago: SENAMA.
45. SENAMA. (2008). *Manual de orientaciones técnicas para el apoyo psicosocial*. Santiago: SENAMA.
46. SENAMA. (2008). Servicio Nacional del Adulto Mayor. *Metodología de apoyo psicosocial para personas mayores*. Documento de trabajo programa vínculos. Santiago: Semana.
47. SENAMA. (2009). Servicio Nacional del Adulto Mayor. *Las personas mayores en Chile, Situación, avances y desafíos del envejecimiento y la vejez*. Santiago: SENAMA.
48. Taylor, S. y Bogdan, R. (1994). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Paidós.
49. Universidad de Chile. (2007). *Observatorio social de la vejez*. Santiago: universitaria.
50. Weinstein, L. (1975). *Visión general de la salud mental poblacional, clínica y análisis grupal Nº 1*. Madrid.
51. Zambrano, A. (18-21 Octubre, 2005). *Participación y empoderamiento comunitario: rol de las metodologías implicativas*. X. Congreso

CELADE sobre la reforma del estado y de la administración pública.

Santiago de Chile.

ANEXOS

INDICE ANEXOS

Anexo N°1: Entrevistas. Pág. 3

Anexo N°2: Esquema Metodología Apoyo Psicosocial

Vínculos. Pág.85

Anexo N°3: Sesiones de la Metodología que apuntan a las

herramientas psicosociales estudiadas. Pág.87

Anexo N° 4: Imágenes.

Pág.169

Anexo N° 4.1: Imágenes Adultos Mayores.

Pág.170

Anexo N° 4.2: Los Rostros del Programa Vínculos

Pág.182

ANEXO 1:

ENTREVISTAS

INTRODUCCION ENTREVISTA SUJETO 1: Pedro

E: Hola, buenas tardes, nosotras somos alumnas de psicología de la universidad Academia de Humanismo Cristiano y estamos realizando una investigación sobre los usuarios que egresaron del Programa Vínculos, y tanto nos gustaría conversar con usted, y realizarle algunas preguntas. ¿Está usted dispuesto a conversar con nosotras un momento?

J: Si pue pasen nomá... (Nos abre la reja)

E: Permiso don Pedro, ¿estaba muy ocupado?

J: Noo...ta...yo...taba arreglando un poquito estas custioncitas a arreglar...adornarle a ella acá ajuerita (nos enseña una gruta).

E: Tiene bien bonita su casa don Pedro...

J: Sii...bien bonita...

E: Oiga don Pedro, ¿le incomoda que ocupemos una grabadora?, lo que pasa es que usted sabe que la memoria es media frágil, entonces con esto no se nos escapa ningún dato que usted nos aporte, ahora si le molesta la apagamos nomás no hay problema.

J: Noo, ocúpenla nomas, ni un problema

DESARROLLO ENTREVISTA SUJETO 1: PEDRO

E: Gracias don Pedro, ya pues, cuéntenos acerca de usted para conocerlo un poquito, díganos ¿cuántos años tiene?

P1: Setenta los cumpla en octubre.

E: ¿Y con quien vive?

P2: Yo y mi perro no mas... si yo soy viudo...el perro se llama "monito"...

E: Vive con el Monito entonces...

P3: Cuatro años ya... (Se pone a llorar)...me dicen "y porque no vende la casa" y me voy pal campo...pero que voy a hacer yo allá en el campo? Si tengo su sepultura aquí...

E: Le ha tocado duro Don Pedro...

P4: Si poh así es la vida

E: Oiga Don Pedro y ¿qué hace durante el día...participa usted de algún club por ejemplo?

P5: Si estoy en el club amigos... (Se levanta a buscar algo)... (Muestra credencial del club de adulto mayor amigos de vínculos)...nos juntamos donde está el INP los días martes nos prestan las sede porque allá hacen computación.

E: ¿Y qué le ha parecido participar de éste grupo Don Pedro?

P6: Tan bonito hacimos tecito....juntamos plata...quieren salir a veranear algunos... a mí me gusta poco salir si ya no está la señora...el otro día nos fuimos de paseo una semana y pucha que encontré larga la semana...

E: ¿Y cómo lo pasó?

P7: La señorita Viviana me consiguió con el vecino que me cuidara el perro y le diera comida a mi perro y allí me fui poh...pero lo encontré largazo...como si casi un mes hubiese estado ahí...

E: ¿Y usted antes que entrara al programa vínculos participaba en algún club o no?

P8: No poh

E: ¿Nunca antes había participado?

P9: Antes cuando estaba en el campo... en un club de deportes ahí estaba en el Sur...en el campo...el club se llamaba los Buenos Muchachos...entonces ahí nos juntábamos ... ahí jugábamos partido y revancha...y la plata que se juntaba era pa comida y vino...hacíamos nosotros en la cancha la carne o sea el asado...por que la carne había que llevarla muerta de la casa porque no había donde en la cancha...por qué no podíamos matar animales ahí en la cancha...la acequia iban con agua limpiecita todo lindo (se ríe)

E: Entonces desde que llegó acá a Santiago el club amigos de vínculos es la primera organización en la que usted ha participado.

P10: Si...antes trabajaba...con mi señora trabajábamos los dos...el perro pasaba solo...salíamos los dos...salía ella primero...la iba a dejar a ella y de ahí yo me volvía pal centro...trabajaba en una constructora todo el día hasta las seis de la tarde... (Comienza a referirse a las labores que desempeñaba en la construcción)

E: Oiga Don Pedro y ¿cuál fue su impresión cuando llegó la monitora a invitarlo al vínculos?

P11: Bueno primero cuando...cuando ella me contó yo le dije al tiro que no o sea le dije que si...que si pero que yo no tenía idea como funcionaba claro yo le dije que yo había estado en un club del campo que era un club del sur era distinto nos machucábamos las piernas por que cuando el compañero es cochino pa jugar el contrario uno tiene que dejarse no más por lo menos que le cobren pero no picarse con el golpe y uno con todas las piernas marcá

E: Don Pedro entonces usted le contó su experiencia en una organización mientras ella le informaba en qué consistía el programa vínculos...

P12: Claro y allí le dije que si poh

E: Don Pedro ¿pudo participar de los talleres grupales que se hacían en el Vínculos?

P13: No por que como estaba solo no me gustaba dejar la casa sola...y lo pasábamos súper bien antes que había muerto ella...entonces dejar la casa sola no me gustaba...

E: Don Pedro usted dice “no me gustaba” y ¿hoy le gusta participar del club que nos contó?

P14: Si poh ahora si...nos juntamos todos los días martes...conversamos, tomamos tecito...y de ahí me vengo pa acá...

E: Oiga don Pedro y el resto de la semana ¿quien organiza las cosas acá en la casa, el almuerzo, las compras, el aseo...?

P15: Todo lo hago yo poh... me voy a pagar y paso al súper mercado ahí compro unas cositas pal almuerzo y pa las cosas del aseo...si soy yo no mas poh... a veces me dicen por que no conozco una persona y yo le dije “no poh” si total uno ve cara no corazones no me arriesgo...usted sabe una mujer lo puede dejar empelota a uno y después mandarse a cambiar...claro como sabe usted poh si uno ve cara no corazones...

E: Don Pedro y ¿tiene más familiares?

P16: Tengo sobrinos en San Bernardo...

E: ¿Los ve con frecuencia?

P17: Si el sábado estuve allá...a veces en la camioneta me vienen a buscar pa la hora de almuerzo...tomo once y de ahí me viene a dejar... me viene a buscar y a dejar...cuando esta con la camioneta...Cuando no salgo yo pa allá...acá pasa la ciento...la doscientos once eso me deja en san Bernardo...me deja allá en el persa del paradero cuarenta...allí me

bajo yo...después cuando me devuelvo temprano, porque ya se pone helado, y a las nueve ya estoy acostado (se ríe)

E: Don Pedro y usted ¿ha nota un cambio en usted cuando entro a participar al programa?

P18: Si por que tenía más contacto con las señoras que son del club de allá...allá tomamos te, claro que se paga pero es poco, juegan lota y cartas

E: Y ¿se ha hecho de amigos en el club?

P19: Si poh habimos tres hombre ya...las demás son todas mujeres...a sí que ahí os distraimos un rato por que antes pasaba solo acá...tenía esa cuestión de la depresión cuando se murió ella...me dieron pastillas pero después no las seguí tomando por que me sentía bien ya...

E: Don Pedro ¿cuál es la percepción que tiene de usted...como se ve a sí mismo?

P20: Yo me llamo Pedro Pérez Salas me acuesto temprano y me levanto temprano a las cuatro y media cinco estoy despierto...le arreglo la grutita a ella allá afuera riego las plantas...no mucha agua por que se pudren...donde usted me ponga a trabajar yo trabajo...me gusta trabajar...uiii tengo tantas historias...tariamós toda la tarde hablando del trabajo (se ríe)

E: Oiga y ¿qué es lo que más le gusta de usted?

P21: Algo que me gusta...me gustaría tener trabajo...por que aburre todo el día en la casa...

E: Pero ¿qué es lo que más le gusta de cómo es usted...?

P22: Que soy ehh trabajador...me gusta estar moviéndome... me gustaría cosechar unas verduritas allá afuera...pero como está el jardín de ella allá afuera me dedico a cuidar eso...

E: Y ¿qué es lo que menos le gusta de usted?

P23: Que cuando estoy trabajando y vienen y sacan a uno y ponen a otro me pongo mal genio...soy bien mal genio (comienza a comentar sobre sus inicios en el trabajo y como reclamaba sus derechos en el trabajo)
autoimagen

E: Oiga don Pedro ¿cuáles son sus temores...?

P24: Temores? De morirse no mas...a eso le tengo miedo...yo por lo menos tengo una casa...porque hay personas que no tienen casa...me hubiese gustado que estuviera la señora cuando era invierno yo la iba a dejar por allá al catorce...después correr pa este lao de acá...porque aquí al lado del jujao no paraban nunca...y corría la la la 24 C que venía de San Bernardo en la mañana...ahí estábamos entumidos...había que madrugar...

E: Oiga don Pedro ¿cuáles son sus proyectos sus sueños...?

P25: Ahhh mi sueño...me compraría una parcela pa trabajarla...

E: ¿Qué trabajaría en esa parcela?

P26: Sembrar papas como sembraba en el campo...cuando trabajaba en el campo...estaba soltero...tenía caballo un arado una rastra saqué un tractor en un remate...tenía un compadre que trabajaba en remate y fuimos allá...y también tenía un amigo que rea mecánico...no estaba na malo...

E: Oiga don Pedro usted ¿echa algo de menos cuando era joven?

P27: Claro, las comidas...

E: ¿Las comidas?

P28: Todo fresco del día...todo hecho del día...na de comida añeja, en mi casa...mi madre hacía almuerzo todos los días...lo hacía justo...pero todos los días...todos los días comía fresco harta papa...y caldito...

E: Oiga don Pedro ¿usted nota una diferencia del Pedro Pérez antes de participar en el programa vínculos... y el Pedro Pérez hoy?

P29: Si he cambiado pa bien, porque ya tengo con quien conversar porque aquí me aburro...no salgo a ver a la señora donde descansa porque allá le sacan las flores y las botan...por eso le tengo una gruta...y ahí le compro las flores y la arreglo...y le cuido las plantas porque ella me decía que le cuidara...

E: Oiga don Pedro y usted ¿reconoce algunas de las instituciones acá de su comuna a donde usted tiene que recurrir frente a alguna situación problema?

P30: Aquí poh a la junta de vecinos...pero a mí no me gusta mucho salir...pa que le voy a dar problemas a otros si eso tiene que pasar por la familia...y no me gusta ir al médico porque soy flojo pa eso...el otro día había una fiesta ahí en la casa del adulto mayor y uno paga el consumo no más...y ahí yo puse algo no mas por que no tomo...pero cuando estaba en el campo tomaba...tomaba cuando trabajaba...pero no mucho tampoco...a sí que no fui a la fiesta...pero mire acá tengo mi diploma del vínculos que le puso marco mi sobrino y tengo unas fotos del paseo que hicimos...(se para a buscar las fotos...y además nos muestra los álbumes de fotos de sus señora fallecida y se emociona al hacerlo)

E: ¿Cómo ve su vida don Pedro?

P31: Mi vida, na poh, acá en la casa, estuve dos años encerrao cuando falleció ella, no salía pa ni una parte (llora).

E: Pero usted nos decía que ahora se siente mejor...

P32: Si poh, ahora estoy bien por eso ya no me tomó na las pastillas que me dieron, ahora voy al club los martes, y ahí salgo un arto y tomamos tecito, y antes eran puras señoras poh, ahora llegaron hombres (sonríe)...mire acá esta ella cuando nos casamos por el civil (señala las fotografías)

E: Oiga esta jovencito en las fotos... ¿siente que ha cambiado mucho?

P33: Si poh, claro, ahí taba, los dos trabajábamos, yo tenía que ir al centro a la constructora y ella cuidaba niños pa lla pa rriba, a veces viene una niña que ella crió una sola y crió como a buuuuuu hartos poh...y viene la soledad a verme, toma once conmigo, conversamos y de ahí parte, hoy día vino pa ca a la hora de almuerzo.(continua mostrándonos fotos antiguas de su familiares, nos invita a conocer las fotografías que cuelgan en la pared de su dormitorio, son en su mayoría de su señora fallecida).

E: Ya pues, don Pedro, muchas gracias por su tiempo y por su disposición, de verdad ha sido un gusto conocerlo

P34: Na, poh, que agradecen, a ustedes por venir a conversar...mire que me pongo gueno pa hablar (ríe).

(Nos despedimos con un abrazo)

ENTREVISTA SUJETO 2: PABLO

INTRODUCCION

E: Hola, buenas tardes, nosotras somos alumnas de psicología de la universidad Academia de Humanismo Cristiano y estamos realizando una investigación de los usuarios que egresaron del Programa Vínculos y nos

gustaría conversar con usted, y realizarle algunas preguntas. ¿Está usted dispuesto a conversar con nosotras un momento?

P: Si pué ni un problema señoritas

E: ¿Le incomoda que ocupemos una grabadora?, lo que pasa es que usted sabe que la memoria es media frágil, entonces con esto no se nos escapa ningún dato que usted nos aporte, ahora si le molesta la apagamos nomás no hay problema.

P: Noo, porque me va a incomodar como dice usted

DESARROLLO ENTREVISTA SUJETO 2: PABLO

E: qué tal le pareció el programa?

P1: Si, bueno me pareció...yo...mire...yo al principio cuando vino la señorita de la municipalidad no le entendía muy bien que era lo del vínculos, pero siguió viniendo y me gusto, lo encontré bonito que viniera alguien a preocuparse por uno...es que a esta edad a uno como que no le toman mucho en cuenta ni la opinión poh...entonces yo encontré bueno esto del vínculos.

E: ¿Qué fue lo que más le gusto del programa?

P2: Mire, me gusto porque la señorita me consiguió la pensión, yo no tenía ni una platita segura poh...y usted sabe como tan las cosas ahora...imagínese el pan lo que ha subido, y casi todo poh, entonces yo

encontré que fue de mucha ayuda...y eso que le decía yo de estar solo con la vieja nomás poh, uno se sentía más acompañado, poder conversar con una persona diferente, ella me hablaba hartas cosas.

E: ¿Y participó de los encuentros grupales?

P3: A si poh, cuando nos juntábamos ahí en la cosa del adulto mayor...sabe que al principio yo no quería ir na poh,(se ríe) me daba como un poco de no sé que ir, pero fui y me gusto poh, fui con la vieja...ella me acompañó...habían hartos viejos mas (se ríe), tomamos tecito, conversamos de hartas cosas...como no me iba a gustar salir un poco de lo encerrado que ta uno acá en sus cuatro paredes como se dice, así que ahora todavía voy poh, porque la señorita de la municipalidad nos ayudo a hacer un club del adulto mayor, y ahora nos juntamos todos los jueves en la tarde ahí en la junta de vecinos que nos prestan y se pasa bien, nos fuimos hasta de paseo poh (se ríe) cuando me había visto yo! bien atendio, el lugar bonito, buena comia y too gratis poh, así que imagínese usted como no me iba a gustar participar de esta cosa del vínculos (se ríe)

E: Oiga don Pablo y que nos puede contar de su familia, usted vive solo aquí?

P4: Mire, vivimos acá con la vieja y el Bobby, el perro...tenimos tres hijos porque uno falleció chiquitito los tres que tengo uno trabaja pa lla pa Buin, el otro vive en Talca y la Gloria esa es la que nos cuida mas, vive acá pasando como tres cuadras, ella viene pa ca toas las semanas poh, yo de

vez en cuando nomás poh, la vieja sale mas pa lla...es que yo soy viejo mañoso ya po (se ríe) me gusta tar en mi casa con lo mío, así que viene pa ca con un mocosito que tiene y oooiii que me hace reír ese niño, salen tan habiloso los niños ahora, uno era medio pajaron antes (se ríe) pero él sabe de too, esta cuestión del computador uuii si hasta eso lo sabe too, le va re bien en la escuela, me dice cuando llega mira tata me saque un 7 y me trae los dibujos y las tareas, yo entiendo re poco (se ríe) y se pone a jugar con el Bobby, el Bobby es mi perro que le gusta lesear yo salgo pa lla y sabe altiro que le llevo la comia y se me enreda en las piernas, el es mi compañero, como dicen que el perro es como el amigo del hombre (se ríe).

E: Oiga don Pablo y cuéntenos un poco de usted, ¿qué hace durante la semana?

P5: Durante la semana...a ver....primero me levanto re temprano yo poh, como a las 6 ya toy en pie, tomamos desayuno con la vieja, un tecito con pan con lo que haya, ahí vemos por mientras las noticias y de ahí me paro pa empezar a limpiar porque a mí me gusta tener limpiecito mi rancho, mi viejita siempre dice que uno podía ser pobre pero limpio, así que paso el paño por toas partes, mientras la vieja barre allá afuera que se junta harto tierra, salgo a limpiarle al Bobby allá en el patio porque si uno sale y sen encuentra con sorpresas (se ríe) y si me sale algún pololito salgo a trabajar poh, yo soy maestro chasquilla como le llaman, claro que le pego harto a la carpintería, cuando era cabro mi viejo siempre trabajo en los muebles poh, así que desde chiquitito aprendí...a veces me traen cosas

pa ca a arreglarlas y cuando no me llama mi hijo y salgo con él a trabajar él hace estas cuestiones de cobertizos, bueno y cuando no sale ni una peguita, salgo pa la plaza un rato, voy a comprar el diario, vamos a la feria con la vieja, cuando nos dan la platita de la jubilación salimos a comprar al súper y los días jueves que salimos pa la cuestion del adulto mayor poh, ahí jugamos lota con los viejos...(se ríe) viejos les digo yo...como si yo no fuera na (se ríe)

E: Aah...Entonces las platas de su pensión, ¿usted las organiza o alguien le ayuda?

P6: No poh, entre los dos con la vieja, vamos viendo que hace falta y compramos pa la comia y pa las cuentas poh, porque en el adulto mayor se paga, pero es poquito pa tomar once y ahora tamos juntando platita pa un paseo...nos quedo gustando (se ríe).

E: Parece que le gusto esto de vincularse con otra gente de su edad...

P7:Si poh, es que hace falta de vez en cuando salir urato poh, distraerse, conversar con otra gente, yo creo que por eso hay tanto viejo que se enferma porque como que se tullen en las casas, y yo siempre he sido bien activo poh, soy como se dice...como que no pueo estar quieto, mi vieja me dice oye mírate el carne (se ríe) yo me río, pero no pueo estar sin hacer na, si uno puede estar viejo pero mientras uno mantenga la salu puede hacer cosas poh.

E: Oiga don Pablo y hablando de esto ¿qué nos puede contar usted desde su propia vivencia de la vejez?

P8: De la vejez?...Mire yo creo que hay de too, hay algunos viejos que no la pasan muy bien, porque están así como abandonaos, tantas cosas que uno ve en la misma tele, los hogares y too esas cosas...a mi me da pena cuando veo a esos pobres ancianitos solos en los hogares...claro que algunos son buenos poh...pero esos laos donde los maltratan...y conversamos con la vieja y decimos gracias a Dios que tenemos una casita humilde pero es nuestro ranchito donde nos podemos morir tranquilos, y también tenemos buenos hijos poh.

E: Y usted don Pablo como ha vivido su propia vejez?

P9: Yo...como le decía gracias a Dios, con tranquilidad, uno se siente medio cansao ya eso es verdad, ya no funciona el cuerpo como antes pue, uno no tiene la misma vitalidad como le dijera y ahí uno se acuerda de cuando era cabro y andaba pa lla y pa ca y ni un cansancio...porque antes uno trabajaba desde cabrito, no como ahora que cabros grandotes ya...hombrecitos todavía tan viviendo a costa de sus padres, uno en cambio ayudaba pa la casa, antes era diferente la cosa, había más esfuerzo (se explaya en las labores que realizaba con su padre en el trabajo).

E: Don Pablo y actualmente ¿cómo se ve a sí mismo?

P9: Como me veo, yo creo que bien pue (se ríe), me veo como hombre trabajaor, de esfuerzo...mire si yo pudiese seguir trabajando, porque hoy en día uno es viejo y no lo llaman pa ni un lao, como que uno ya no sirve...y digo yo aonde queda too lo que uno sabe, los años de

experiencia...menos mal que yo igual me hago mi pololito de vez en cuando, pero hay cuanta gente y hombres de cuarenta años, jóvenes todavía poh, sin pega y habiendo estudiado hasta...entonces yo pienso que eso es como le dijera la paga de Chile poh...en vez de tomar en cuenta todas las cosas que uno sabe lo tiran al lao por viejo y es no se debiera hacer poh.

E: ¿Cree que la sociedad es injusta con los adultos mayores?

P10: Mire ahora yo creo que lo están tomando más en cuenta con la misma cuestión esta de los vínculos, pero antes ni una cosa poh, eso sí la presidenta ha echo muchas cosas y uno se siente valorado, pero a mí me gustaría que uno pudiese trabajar más tiempo si uno no porque sea viejo no sirve poh, si puede haber un joven pero si no sabe lo que uno (autoimagen),...ahí se mandan las embañadas poh, si fíjese el otro día estábamos trabajando con mi hijo en una casa por allá arriba en el barrio alto y había un cabro que le recomendaron a mi hijo...mire pues si iba hasta recomendarlo...pero que le digo yo...e cabro puras embañadas y más encima no escuchan pues si hay cabros que creen que se las saben todas...aaa yo lo deje nomás...le deje eso a mi hijo para que él lo viera total él se había metido en eso (se ríe) (se explaya en las funciones específicas del joven señalado)

E: Oiga don Pablo a propósito de todo lo activo que es, ¿ha escuchado usted acerca de este prejuicio de que los adultos mayores no son

capaces ni de hacer ni de tomar decisiones por sí mismos, que piensa de eso?

P11: Si poh claro que lo he escuchao y vivio también poh, con ese mismo asunto del trabajo como le contaba...mire a mí la señorita del vinculo siempre me decía que esas eran puras leseras poh, si uno mientras tenga vida y salud es capaz de hacer las cosas poh.

E: Osea usted decide solito acerca de su vida...

P12: Si poh, con la vieja conversamos y vemos que hacemos, si uno ya ta viejo pa tar pidiendo permiso a los hijos poh (se ríe) oiga y hay muchos casos donde pasa eso pue que le digo...que la hija dice” no papá usted no sabe de esas cosas así que quédese callao” y no poh, yo digo eso es como una humillación pa uno poh, si uno sabe como son las cosas, claro que si uno no tiene Salu, por ejemplo esas personas que tiene problemas a la cabeza, claro en ese caso convengo que la hija o el hijo lo ayuden por que no puede solo poh, pero si uno tiene salud, y tiene esto(se apunta la cabeza) se puede todavía...imagínese uno yo voy a cumplir 80 años, pero yo me siento re bien pueh, no le voy a decir que los años han pasao en vano, porque uno con los años se cansa pue, pero todavía puedo hacer mis cosas solo..Gracias a Dios tengo a mi vieja también a mi lao que nos ayudamos los dos poh, hay gente que ta viuda y se hace más difícil pue, hay gente allá en el adulto mayor que es viuda y tan solos por eso es bueno pa ellos también juntarse pa tomarse un tecito acompaña poh.

E: ¿Usted siente algún cambio en usted después de haber participado del Vínculos?

P13: Claro que si poh mijita, mire como le decía yo, yo no sabía na de esto del vínculos nunca lo había escuchado y nunca había participao en na poh, cuando era joven lo único que hacía era jugar a la pelota, pero nunca ahora de viejo en lo del adulto mayor...antes salía claro pero a comprar o a dar una vuelta pa la plaza pa estirar las piernas, pero no como ahora que vamos con la vieja al club, si hasta a ella le cambio poh, porque ella hace años iba a un club pero de puras señoras y después puras peleas y problemas con la plata y no quiso ir ma...yo le decía pa que mejor si ta puro pasando rabias...y ahora como vino la señorita y nos invito...buu lo pasamos súper bien poh (se ríe) (se explaya en el paseo al que fueron gracias al programa)

E: ¿Tiene varios amigos en el club?

P14: Hay hartos viejos poh (se ríe) y con algunos nos conocemos de años de acá de la población, así que hay terminamos de conocernos poh, porque uno a veces ve a la gente por años como le digo pero sin cruzar palabras pues...y ahora fíjese de viejos jugando lota y de paseo a la playa (se ríe) (Se explaya en el tiempo en que llevo a la población)

E: Oiga don Pablo y con respecto a la información de los servicios, ¿usted cree que conoció algo nuevo con el programa o ya lo sabía?

P15: Si poh, claro...la señorita nos informo varias cosas que uno por dejación a veces no sabia pue, el asunto de la pensión como le decía, si nosotros de donde poh...nuestra hija que sabe más nos ayuda, pero llevábamos harto tiempo detrás del mismo asunto y ella nos dijo todo lo que teníamos que hacer.

E: ¿Sabe donde tiene que recurrir en caso de algún problema o duda?

P16: Si...si ahora ya sabemos y vamos a donde la jefa allá a la municipalidad si no sabemos algo, o el presidente del club que es mas metio (se ríe) también nos va contando a toos.

E:¿ En qué siente que ha cambiado usted don Pablo gracias al Programa?

P17: Buu...me ha cambiado la vida...claro que si...si pue...participar, en conocer más, en saber más cosas también poh si uno siempre va aprendiendo cosas nuevas.

E: Don Pablo, ¿qué es lo que más le gusta de usted, de cómo es usted?

P18: (Se ríe) de mí (piensa) yo creo que soy trabajador, no le hago el quite a la pega, yo creo que me voy a morir trabajando (se ríe)

E: Y algo que no le guste de usted, ¿que sería don Pablo?

P19: (Se ríe), soy medio cascarrabias yo creo, habría que preguntarle a la vieja (se ríe) sabe cuando me pongo mal genio cuando tengo que esperar mucho, por ejemplo cuando voy al consultorio...buuu y lo hacen

esperar a uno uuuu...cuanto tiempo...y ahí me pongo mal genio...si uno será viejo pero no tiene too el tiempo del mundo y además lo atienden de malas ganas, pero yo alego eso si...porque si uno no reclama es peor quedarse callao poh (se ríe)

E: Oiga don Pablo y ¿tiene algún temor?

P20: (Piensa)...algún temor? A morirme pue...si yo creo que a eso por lo menos yo le tengo un tanto de miedo, dejar a la vieja sola o que ella me deje poh, si ya tamos en una edad que vamos pa tras poh, yo me puedo sentir bien como me ve usted ahora, pero de repente a uno le puede pasar cualquier cosa, si en eso uno no manda solo Dios nomás sabe cuando le llega la hora a uno...y uno no sabe que se va a encontrar pue....(piensa) uno ha estao hay cuando se han ido yendo de a poco la gente que uno conoce...los mismos vecinos de años (se emociona) y uno sabe que lueguito le va a llegar la hora a uno, gracias a Dios yo toy bien de salud y la vieja también, ella tiene esta custion del azúcar y le dan los remedios en el consultorio y yo tengo lo de la presión y también me los dan a mí, así que ahí nos cuidamos los dos (se ríe) si pues si hay que cuidarse...buu a ustedes les queda harto todavía, pero uno que ya ta viejo piensa en esas cosas.

E: Y estos temores los comparte con alguien?

P21: No mucho...a veces conversamos con la vieja...pensamos en los hijos también poh si ya tan grandes pero uno igual piensa en ellos, queremos que la Gloria se quede con la casa porque ella no tiene poh y le

ha costao harto es bien trabajadora ella y queremos que el nieto tenga algo también, y que me cuiden al Bobby poh (se ríe)

E: ¿Cómo ve su vida don Pablo?

P22: Gracias a Dios, me siento tranquilo...tengo una vida tranquila, tengo a mi vieja, tenemos nuestro ranchito, humilde, pero es nuestro...tamos aprovechando el tiempo que nos queda...que uno no sabe cuanto es pue, pero harto ya nos ha dado Dios, si imagínese yo voy a cumplir 80 años y la vieja tiene 76, ella es mas lolita que yo (se ríe) llevamos 64 años juntos imagínese cuantas cosas hemos vivido ya, pero gracias a Dios somos los dos trabajadores y con sacrificio hoy tenemos nuestras cositas que no serán tanto lujo pero son con esfuerzo, como se dice con el sudor de nosotros mismos, esa es la enseñanza que tiene que quedar pa los jóvenes de hoy que las cosas se dan más fáciles ahora pue...bueno hay de too también hay cabros que trabajan y se ganan sus cositas, porque yo creo que eso es bonito... (Se explaya en su trabajo de juventud) buu si uno hubiese tenio mas recurso como le dijera yo, le habríamos dado más estudios a nuestros hijos, pero por lo menos terminaron bien la escuela y la gloria la hija si estudio pa secretaria pero ahí está poh batallándola porque ta difícil la cosa, así que ahí uno le ayuda en lo que puede si uno es padre siempre pue.

E: ya pues, don Pablo, no le quitamos más tiempo, muchas gracias por su disposición, de verdad ha sido un gusto conocerlo (Nos despedimos con un abrazo)

ENTREVISTA SUJETO 3: CARMEN

INTRODUCCION

E: Hola, buenas tardes, nosotras somos alumnas de psicología de la universidad Academia de Humanismo Cristiano y estamos realizando una investigación sobre los usuarios que egresaron del Programa Vínculos, y nos gustaría conversar con usted, y realizarle algunas preguntas. ¿Está usted dispuesto a conversar con nosotras un momento?

C: Si claro...pasen por favor

E: ¿Le incomoda que ocupemos una grabadora?, lo que pasa es que usted sabe que la memoria es media frágil, entonces con esto no se nos escapa ningún dato que usted nos aporte, ahora si le molesta la apagamos nomás no hay problema.

C: No, para nada

DESARROLLO ENTREVISTA SUJETO 3: CARMEN

E: ¿Qué tal le pareció el programa?

C1: Bueno pero poco...poco para el programa es poco, poco lo que dan por que nos dieron como tres o cuatro...como se llama sesiones así de memoria y cosas, pero la monitora tuvo la deferencia de ser muy atenta conmigo.

E: ¿Y participo de los encuentros grupales?

C2: Si...si solo en uno no participe...había un curso de nutrición en el adulto mayor y yo justamente tenía clases y no podía faltar...una cosa o la otra no podía las dos...pero los demás si...por que a mí me gusta mucho participar yo tenía un centro de muchos años, después me retire y ahora volví en el intertanto que yo deje mi centro yo me fui al adulto mayor para no estar aquí en la casa sin hacer nada porque a mí me gustan mucho las manualidades y también participar para estar con otras personas y evaluar porque yo siempre fui dirigente entonces es distinto ser alumna que dirigente entonces es distinto y uno va cociendo mucho a la gente...muchas cosas.

E: ¿Y usted acá vive con alguien más?

C3: No, yo vivo solita con mi pajarito Pancho y mi Minina que anda por ahí mi gatita.

E: ¿Tiene hijos señora Carmen?

C4: Tengo dos pero son adultas casadas una de cuarenta y siete y una de treinta y siete treinta y ocho por ahí.

E: ¿Y las ve con frecuencia?

C5: Si...si, si hoy día querían que me fuera para la casa de ellas pero yo como he estado media resfriada y me tengo que cuidar no fui, porque ellas viven en Maipú. Y sabe lo que pasa que yo estoy tan acostumbrada a estar en mi casa, en mi cama, en mi taza, en lo que ustedes quieran, entonces ellas saben...el otro día le dije "mira entre tú y la otra niña mi

casa le dije yo” entonces ellas saben soy viuda quede sola hace muchos años entonces ya me acostumbre, para variar eso salgo, voy a los clubes...hago todo lo que tengo que hacer.

E: ¿Cuántas veces a la semana participa del club?

C6: Ehhh...una vez, dos veces...por ser ayer terminamos el adulto mayor con Vínculos terminamos el curso de ... como se llama esta cosa de orquillas (vinculación)...lo terminamos ayer, eso sí que encuentro...y después nos fuimos al INP por que había muy pocas personas allá entonces nos trajeron para acá igual resulto que no...la gente no asiste mucho...no se por que será...mucha flojera...mucha...sabe que yo me fijado que a la gente le gusta mucho que le den las cosas...todas...y ahora me tiene a mi Gonzalo de allá...eeehh...me llamo y me dijo” señora Carmen quiere participar de un curso” claro le dije yo...todo lo que sea...pero me aviso hay que poner una madejita de lana...le dije ni un problema porque uno puede...tiene o hace el esfuerzo para...para...entonces y muy corto...lo encontré cuatro meses...tres meses íbamos cuatro veces a la semana, pero nos salió bien..Si terminamos ayer y ojala hubiera sido más largo porque no se pudo aprender más cosas. (Se levanta a buscar una muestra del tejido que aprendió a realizar)

E: Oiga señora Carmen usted se organiza bien con sus tiempos, según lo que nos cuenta...

C7: Siiii...si, sabe porque me organizo yo tanto, porque yo tuve un problema, tuve un cáncer a los ganglios...hace poquito me dieron el alta, entonces yo tenía muchas horas de consulta, muchos médicos, muchos exámenes. Y ahí me acompañaba a veces una amiga o mis hijas a veces porque las dos trabajan y usted sabe que no pueden estar pidiendo permiso a cada rato, y después me la he batallado yo sola, me ha costado porque en el transcurso de ese tiempo hacen 5 años ya po, yo me aburro de sacar la hora, hacer la cola, ir al doctor, levantarse temprano...pero ya tamos saliendo y me programo bien (Se explaya en sus horas medicas y tramites).

E: Y con todos estos gastos ¿cómo se organiza con su platita?

C8: La monitora me saco la pensión asistencial después de 7 años que tuve tras de ella fíjate...llegue a los 65 y me fui a inscribir...yo tengo 72 porsiacaso (se sonríe) y recién me salió el año pasado, porque la señorita Mónica...esa es mi niña (nos muestra su gata)...ella me la sacó...entonces por eso...y con ayudas que tengo.

E: Y esa plata de la pensión ¿usted la administra?

C9: Si saco para la mercadería, movilizarme, yo me ocupo de toda mi plata...a veces falta...pero bueno hay que arreglárselas nomás, me las arreglo bien sola.

E: ¿Sabe donde tiene que recurrir en caso de algún problema o duda?

C10: Por supuesto...si...si...es que con esta cuestión de los centros de madres uno aprende mucho, si yo no sabía...a mi me...me...digamos me metieron...como te dijera me obligaron a que yo fuera a la jefa que se yo...y yo por lo tanto para suplir ese defecto me fui de a poquito inmiscuirme...a meterme...y a como se llama..y a aprender...si uno todos los días aprende algo.

E: Y dígame señora Carmen, ¿usted siente algún cambio con el programa en su participación?

C11: Antes del programa, yo participaba siempre...eehh particularmente, no asociada, porque cuando ella me dijo si quería participar del Vínculos porque yo firme un papelito y yo le dije que si claro, como tenía tiempo y me podía organizar lo acepte, pero antes de eso estaba en mi centro yo.

E: Siente que con respecto a la información de los servicios, ¿usted cree que conoció algo nuevo con el programa o ya lo sabía?

C12: No, había algunas cosas que yo no conocía, por ejemplo la leche del consultorio yo sabía que la daban pero no conocía el proceso, no sabía, me decían que a los 65, que a los 66 y como no era todavía algo urgente lo dejaba pasar, hasta que un día el monitor me pregunto y le dije no recibo ná de esto yo, me dijo yo le voy a dar un certificado que se yo...y me lo dio y con eso estoy retirando la leche y la sopa....como le digo...hay veces que las instituciones...estos...estas...grupos no te dan o no te explican bien las cosas, uno te dice una cosa otro te dice otra cosa, entonces uno lo deja de lado porque no coinciden.

E: El programa en el aspecto informativo según lo que nos comenta fue un apoyo a través de la monitora...

C13: Si...claro...si ahora estoy postulando...quiero ir a hablar, porque resulta que esta casa yo la cuido y se va a vender entonces yo me quiero comprar una casita chiquitita pa mi (Se explaya en el trámite de subsidio habitacional)...Mis planes y proyectos son de acá a fin de año tener los papeleos hechos...no haberlo hecho antes, el problema de uno es que uno nunca visualiza mas allá, en un tiempo cuando uno está mejor, ahora que yo ya estoy, ya no toy pa lla sino que estoy pa ca, voy bajando yo, entonces ahí uno se esmera, trata...la edad que tengo imagínese poh mija 72 cuando años me deben de quedar unos diez? Yo no le pongo diez.

E: Señora Carmen, ¿cómo se ve a sí misma?

C14: Mira, yo me veo bien, bien entre comillas, porque a mí me gustaría ser como era antes. Más enérgica, mas...porque yo a esta edad ya me canso mucho, y tengo una lesión parece a la columna que todavía no sé, entonces eso me hace cansar, y con esta enfermedad ya estoy bien, pero ya hoy día...la otra semana cuando ustedes vinieron yo me resfríe, porque se me hecho a perder la lavadora, tuve que sacar la ropa y uno se enfría y ahí vino todo el proceso, entonces a mi me gustaría ser que...y los doctores me han dicho que uno no se pone en ese rango... Carmen me dicen "si tu ya tení 72 años me dice, tu cuerpo se va desgastando, entonces tú tienes que asumirlo" y eso es lo que me falta...asumirlo,

como yo ya sé que de un 100% voy en un suponte tu unos 70, a mi me faltarían unos diez mas pa rriba unos 80, entonces yo ser mas...tener lo que yo quiero, ser mas esforzada, no ser tan...como te dijera..Yo me bajoneo si ah....

E: ¿En qué momentos se bajonea?

C15: En la noche, de repente, me da pena lloro, agarro la gata y la apretó aquí en mi cuerpo pa sentir una persona...un ser viviente...y ahí me quedo tranquila.

E: ¿Y qué cosas le dan pena señora Carmen?

C16: Pena...mi madre, que hace años que se me murió, que la hecho de menos (se emociona) eso...y mi hija que no está muy bien, entonces siempre yo la estoy ayudando, a pesar de todo yo las...las ayudo en lo que más pueda.

E: Señora Carmen, si pudiésemos rescatar algo, ¿qué es lo que más le gusta de usted, de cómo es usted?

C17: No se...fíjate, yo no me puedo definir a mi misma no se...alomejor las ganas de conocer, soy muy abierta a cosas digamos, si las puedo si hacer.

E: ¿Cuál cree usted que son las cosas que la limitan a hacer?

C18: Actualmente mi estado de salud, el esfuerzo, suponte tu que yo hay días que amanezco que se yo y camino dos cuadras (Hace gesto de

cansancio) y justo me llama mi hija y me dice “mamá ¿que te pasa?”
estoy cansa le digo (se ríe) porque me canso...osea no tengo la
misma....la edad poh...y volvemos a los mismo (se ríe)

E: Y aparte de eso algo que no le guste de usted, de sí misma

C19: Sabe lo que me molesta y que me lo dijo mi hija el otro día y que me
sentí eehh, como te dijera, me sentí mal que me lo haya dicho ella,
porque es mi hija poh, me dijo que...yo tengo un centro, entonces hay
personas, tu sabes que hay de todo no cierto...hay de todo en el
mundo...y me llamo...tabamos jugando...yo te voy a contar algo que
paso...tabamos jugando a la lota y yo la taba cantando entonces una
socia me dijo “claro poh, como no van a ganar si usted es la abuela del
Diego”, mi nieto se saco un premio...”aahh pero si usted se lo
dio”...miiiiire y eso a mí me cayo como...es que yo no soy así...yo soy así
derechita, derechos pa todas mis cosas, entonces le dije” como se te
ocurre lo que tú estás haciendo” entonces eso me molesto, yo no sabía
que yo reflejaba el malestar en mi cara...en ese momento llega mi hija la
menor, entonces le pregunta a la mayor “¿Qué le pasa a mi mamá?” y le
explica lo mismo que te conté yo a ti, entonces eso me lo dijo ella a mí,
“mamá no le haga caso” es que no puedo le dije yo, si yo, si yo fuera lo
que ella dice que yo cometí, un error o que lo arregle, convengo...eso me
molesta, y lo refleje en mi cara, tonces toy pensando en tratar de no
hacerlo poh, como se hace? No tengo la menor idea (se ríe). (Se explaya
en otra anécdota donde refleja su felicidad y señala haberse sentido muy
bien porque sus compañeras del club se alegraron con ella)

E: ¿Tiene varias amigas señora Carmen en el club?

C20: Somos veinte, no todas son amigas, amigas...amigas...tu sabes cuál es la palabra amiga poh, conocidas del grupo.

E: Pero ¿alguna amiga ahí?

C21: Amiga, amiga no...yo he tenido una...dos amigas y las dos amigas me fallaron...entonces, participación, hola como estay, yo te veo, les cuento algunas cosas pero ya mas...ahí un límite me entiendes tu...mas allá de esa raya...porque como yo ya me aso dos veces, entonces ya no quiero que me pase lo mismo, ya no quiero confiar, porque duele mucho....uno confía en esa persona y resulta que no poh, que no era así, osea era una careta que te estaba mostrando ella y yo me había abierto para ella y no...no sirvió...en que falle?...no sé, porque uno tiene que fallar también poh...no ...no puede ser uno siempre buena...o bien....o saber las cosas todas..no tranzo la deslealtad..o somos o no.

E: Señora Carmen, ¿usted nos contaría de sus temores?...¿tiene usted algún temor?

C22:... (Piensa)...mira de mis temores actualmente...mi temor es de que un día X me...lo he pensado...lo he hablado...como te cuento, ya tengo la edad, los doctores me han dicho ya “aprende poh Carmen” el hecho de que uno se vaya a morir así como de repente, me entiendes tu...hoy día estoy conversando contigo y mañana voy a estar en un cajón, porque eso hay que tomarlo en cuenta...por que así esta uno poh, uno no puede decir me quedan 5 mees, 6 meses y tal día no...pero yo toy conversando

contigo y mañana me van a estar velando entonces ese es como un cierto temor que tengo deeee.... De no saber cuándo, que va a pasar, porque para mí sería lo ideal oye, poder estar un tiempo más aquí en la tierra, para disfrutar lo que antiguamente no disfrute, porque yo ahora estoy disfrutando lo mío, lo mío personal, que voy pa onde quiero, nunca he dejado mi casa, yo siempre 10, 11, 12 de la noche yo en mi cama estoy durmiendo yo no me quedo afuera, fíjate ni desde niña, yo nunca Salí pa fuera...son mis costumbres...soy a lo antiguo (Se ríe), entonces hora disfruto...me convidan a una parte, si puedo voy, si no le digo "no pueeedo" que se yo, entonces así soy

E: Y estos temores ¿los comparte con alguien, les cuenta a sus hijas?

C23: Si mira converso con una chica de 1, 2, 3, 4 casas más allá, que ella lee mucho unos libros y me dice "pero si Carmen la cosa es así, si tenemos que llegar allá arriba el día menos pensado"...sii, pero de todas maneras le dije yo quiero estar un tiempito mas, ese es el temor mío de que yo me vaya de la noche a la mañana...también por mis chiquillas, tengo 5 nietos, quiero aprovecharlos...eso es lo que quiero aprovechar ahora...el diario vivir, el compartir...mas compartir que nada...es que tengo un hermano geriatra mi hermano que vive en Rancagua, me dice "Carmen, cuantas veces al día hablas con una persona?, no se poh, por lo menos tienen que ser diez me dice el...entonces vamos haciendo el trabajo...uno, dos...mi vecina la saludo que se yo...ese es un ehhh..Como se llama...como un trabajo diario para no estar sola...para no encerrarte.

E: ¿Tiene pareja señora Carmen?

C24: Nooo, solita, solita...solita...solita.

E: ¿Y le gustaría tener una pareja?

C25: No, actualmente no, porque me coartaría todo lo que yo hago...suponte tu yo salgo voy...si me quiero acostar...me acuesto...soy libre dentro de los cánones que deben serse respetados...no te diré...hoy en día encontrar una pareja es complicado...complicadísimo no...no...mira lo último que yo te digo...pa estar lavando calcetines, calzoncillos...noooo...no (se ríe).

E: Y luego de que enviudo, ¿no tuvo ninguna pareja?

C26: Tuve si un tiempo, pero....mucho problema, entonces ya ahí no ya córtala ya no...prefiero estar sola...ya hace mucho, mi marido murió en el año 83, imagínate tantos años...no y uno se acostumbra y es mucho más fácil vivir sola que acompañada, como te digo, uno tiene la libertad que desea tener, no malgastándola...no yéndose por otros laos, yo siempre he sido de mi casa...(Se explaya en su buena relación con sus hijas y nietos)

E: Señora Carmen, como nos cuenta con todo lo activa y participativa que es, ¿a usted que le pasa cuando escucha estos mitos acerca de los adultos mayores como por ejemplo el que no sean capaces de tomar decisiones por sí mismos, que son más bien pasivos?

C27: Mira...espérate...eso hay un prejuicio, pero resulta que los que hablan de eso, no es por menospreciarlas a ustedes, pero son los jóvenes los que hablan de eso porque ellos no se han dedicado a tratarlos, tampoco te diré que todos somos antiguos, hay una parte pasiva, hay, si hay...pero lo que tienen que hacer ustedes como jóvenes acercarse a uno, preguntar...eehh agruparlos..ehh preocuparse, porque si tu vas por la calle tú ves como son los cabros de hoy en día..."que esta vieja tal por cual" tonces...ahí distintos...hay escalones, y escalones de jóvenes hay unos que se preocupan y otros no...que...que al adulto mayor según sus enfermedades también tiene escalones otros más pasivos como te digo, otros más activos, otros que preguntai...no sé yo conozco...que me cuentan a mí...Siempre me vienen y me cuentan..que van al centro se sientan y una tacita de té y no hacen ná, no poh yo le digo a las cabras, a las chiquillas yo les digo...mira si nosotros formamos este grupo...vamos a estudiar, vamos a capacitarnos que yo pa tar sentada aquí, no le digo...eehh ese es mi lema...mi premura...si no no le digo yo, porque el tiempo uno lo puede invertir en otras cosas, porque nosotras estamos dos horas allá...tenemos profesora, una vez al mes tomamos té, no tomamos todas las semanas, porque también la hora, el tiempo, se ocupa mucho en eso...tonces somos más vivas nosotras (se ríe) una vez al mes le dije yo, tonces no todos los días, no todos los sábados, por eso el adulto mayor, como les digo...y como se ha estado movilizandó esta cosa del adulto mayor, que ahora le han dado auge, ¡ahora! Fíjate después de ¡cuantos años!...y que han salido chiquillos...han los chiquillos se han

abierto, porque no a todos les gusta el trabajo, ese trabajo, tampoco les gusta compartir, porque a ti te dicen “ahh usted es antigua”...si a mí me lo han dicho poh...pero la antigüedad pucha que vale...yo a mis nietos los tengo así derechitos , derechitos...discutimos, peliamos...al final de cuentas...el otro día tabamos discutiendo, me dijo uno de ellos “¿te gusta el tenis de mesa?” que tenis de mesa le dije yo, ping pong será (se ríe)...que tenis de mesa le dije yo..si esto es ping-pong...y el otro día el miércoles fui a la casa “abuelita juega ping-pong”, si le dije yo..Yo hace años jugaba en el colegio poh, ya p vamos a jugar...no le digo yo, hasta que al final fui a jugar con él, me dijo” aaahh la lleva” (se ríe), creía que yo no sabía, no soy experta, algo le pego (se ríe)

E: Señora Carmen, ¿usted cree que ha cambiado la percepción que tiene de sí misma con el programa?

C28: Yo creo que con estas cosas uno va sabiendo más y aprendiendo más y en realidad uno cambia un poco.

E: ¿En qué ha cambiado usted gracias al Programa?

C29: En participar más, he conocido mas a la gente, porque yo he conocido mucha gente, mucha, mucha, mucha en estos grupos y uno se da cuenta...como le digo hay de todo...ahí de todo en la viña del Señor... y uno se guarda muchas cosas...por que uno no cree lo que está viendo me entiendes tu...bueno eso tiene que ver con las costumbres. A mí me da vergüenza...una de las señoras oye esta señora en un evento de la municipalidad con tres panes, eso a mí me mueve...oye sacan de tres por

qué no sacan de uno...falta mucho...tendrá que ver con la escolaridad, con la educación...mira si esto del curso había que llevar solo una madeja de lana nada más, si era gratis...el hecho de saber más a mi me llena me satisface, yo no me quiero estancar, yo quiero más, mas, mas, mas, por eso te digo que me va a faltar el tiempo a hora (se ríe) eso es lo que pasa...hasta que Dios diga hasta aquí nomás...

E: ¿Cómo ve su vida señora Carmen?

C30: Actualmente, me siento feliz, con algunos temores como les contaba, pero me trato bien (se ríe)...me quiero porque hay que quererse aahh, si no te quieres tu uff, no vale la pena en estos casos...

E: Así dicen pues (risa), ya señora Carmen no le quitamos mas su tiempo, le agradecemos mucho su tiempo y la conversación que estuvo muy entretenida

C31: Ya pues chiquillas, muchas gracias a ustedes por venir a visitarme que un agrado conocerlas.

(Nos despedimos con un abrazo)

ENTREVISTA SUJETO 4: MARTA

INTRODUCCION

E: Hola, buenas tardes, nosotras somos alumnas de psicología de la universidad Academia de Humanismo Cristiano y estamos una investigación de los usuarios que egresaron del Programa Vínculos y nos gustaría conversar con usted, y realizarle algunas preguntas. ¿Está usted dispuesto a conversar con nosotras un momento?

M: Si pasen nomás

E: ¿Le incomoda que ocupemos una grabadora?, lo que pasa es que usted sabe que la memoria es media frágil, entonces con esto no se nos escapa ningún dato que usted nos aporte, ahora si le molesta la apagamos nomás no hay problema.

J: Noo...estaba justo viendo la estufa...

DESARROLLO ENTREVISTA SUJETO 4: MARTA

E: Ya ¿qué nos estaba contando de las estufa?

M1: de la estufa que me sirvió bastante porque aquí es helado mi dormitorio todo.

E: Tiene bastante abierto aquí señora Marta. ¿Vive sola acá?

M2: No! Mi hija vive al otro lado...pero viene todos los días y ahora estaba aquí conmigo.

E: ¿Usted se cocina?

M3: Ah?

E: ¿Usted se cocina?

M4: Si y cocino para ella también

E: Me imagino que debe pasar arto frio Sra. Marta ¿o no?

M5: Aiihhh si saco las manos pa`fuera...heladas y afuera calor...los días que están buenos.

E: Si ahora hace más calor afuera que adentro...

M6: Claro... en los días de sol aquí esta helado...bueno todas las casas se ponen heladas y así.

E: Oiga Sra. Marta y a usted ¿qué le pareció el programa?

M7: Regio pue`por que a mí sobre todo me ayudo bastante, como le digo que mi pensión es muy baja y ahora ayer o hoy día estaban diciendo que, bueno los políticos, que no sé quién de ellos había dado las pensiones...esta pensión no asistencial.

E:¿ La PBS...Pensión Básica Solidaria?

M8: No... la pensión que cuando una trabaja ...no ve que allí...tiene derechos a la pensión que es mayor. Entonces ese...ese candidato quito...bajó...es decir, robo mucho y quedaron chica...pero sin con eso no alcanza po` ciento y tanto

E: Y la otra parte del programa...esto que haya venido a verle la monitora ¿Qué le pareció?

M9: Si

E: ¿Sí?

E: ¿Venía siempre la monitora o no?

M10: La se... Johana se llama... ahí ella me estuvo escribiendo... vino como dos veces.

E: ¿Cómo dos veces vino?

M11: Si

E: En todo el tiempo que usted estuvo participando en el programa ¿cuántas veces vino?

M12: Claro... como dos tres y cuando me dieron una once allá en la municipalidad en el...en la muni allá dentro...en el cuanto se llama...el local ese...grande

E: ¿Como en el teatro?

M13: Claro ahí...y allí nos dieron once... y allí me pasaron una olla me regalaron una olla con sábanas... y después me vinieron a dejar la coci... eh la estufa con el galón de gas y un servicio y la taza...una taza blanca... y ahora tome desayuno.

E: Oiga Sra. Marta y ¿usted pasa acá en la casa no más...sale por ahí...que hace?

M14: Salgo ante nos hacían reunión en la calle en el 14 de esa calle ¿cómo se llama?

E: ¿Walker Martínez?

M15: Claro ahí yo iba a las reuniones pero después...me dijeron que me iban a avisar y otra vez... y después yo supe que habían ido a viña por una semana...pero yo no supe...

E: ¿Usted no participa de ningún club de adultos mayores?

M16: Si...uno que me queda cerquita que se llama...club...club la florida...pero en el local del, cuanto se llama, del... de los leones...ellos nos prestan el local porque allí está...como se llama...el club...

E: ¿Los leones... La Florida?

M17: La Florida... a ese voy yo porque me queda cerca.

E: ¿Y va todas las semanas?

M18: Los días jueves...pero resulta que yo al ir más lejos supongamos al catorce me duelen mucho las piernas...

E: Si poh si de aquí al catorce es harto...y ¿hace cuanto que participa de ese club usted?

M19: Mira dos años hace tiempo...todavía no estaba enferma de las piernas y y no pertenecía a ninguna otra cosa.

E: Todavía no participaba en el Vínculos.

M20: No...yo tengo la ahí...en la cama tengo la...

E: La credencial

M21: Claro...

E: Oiga señora Marta y con respecto a las organizaciones como usted participa de algún club ¿sabe usted donde tiene que dirigirse cuando tiene algún problema a que departamento de la municipalidad?

M22: No...ahora yo tengo un problema si tenía que ir a hablar con el señor alcalde pero... (...)(Situación posesión efectiva).

E: ¿Y la hija de la que usted habla es la única hija que tiene?

M23: Dos nietas...pero la nieta mayor está casada y una de once años

E: ¿La mayor no la ve muy seguido?

M24: Si pero de vez en cuando a ver...pero tramite así no mas...por ejemplo cuando me sale eh...muchas cuentas ella me las arregla porque... se equivoca...para eso me sirve la nieta casada... y la otra tiene diez y la mamá enferma de los nervios... te pasai quejando de tanta cosa (dramatización de su hija)...yo ni me quiero ni quejarme cuando me duele algo.

E: ¿Ella es la que viene todos los días acá?

M25: Claro... y mi nieta la casada que tiene como veinti poco mas de vintitres o veinticuatro esa viene de vez en cuando.

E: ¿Oiga y que tal el club a donde va...es bueno?

M26: Si el club es bueno igual jugamos al...como se llama...a la lota y nos dan once...las leonas nos ayudan para la once y ahí pasamos el día.

E: ¿No se han ido de paseo... con el club?

M27: No...pero ante como hacen..como dos años juimos a un paseo y ahora tan pero... a mí al menos casi yo... un día...ya quien va ir al de...a mi toy indecisa porque no hay mucho dinero le dije yo...entonces a la tesorera que tenía que pedirle unos dos mil pesos y después se los pago... eso me dijo una leona... Yo era muy trabajadora muy activa viera usted... por eso la juventud me pide no hay que perder la juventud ociosa porque después llega la vejez y no puede mover ni los pies...las piernas les duelen.

E: ¿Dónde trabajaba usted Sra. Marta?

M28: Yo trabajaba... en...alguna vez quedaba sin trabajo... buscaba y yo decía me convenía...y me quedaba... por ejemplo trabajaba yo en...en una fuente de soda allá en teatinos...en una callesita corta que se llama...antes de llegar a compañía...y después trabajaba de...de no asesora del hogar porque era mala pa` cocinar...pero trabajaba en diferentes... hasta en una tienda... hasta vender ropa y todo...aguantaba bastante.

E: ¿De vendedora, de mesera?

M29: Claro.

E: lo que venga no más...

M30: Si...

E: Menos en la cocina (risa)

M31: Menos en la cocina porque ...

E: ¿Ahora sabe cocinar bien o no?

M32: Si pero mi hija son regodionas aquí pa comer...ella también... mi hija es viuda (...) (historia de la viudez de su hija)... y yo le digo que vamos a hacer de almuerzo... y ella me dice...hay mama no me meta...hace cualquier cosa... ya! Yo eché unos falloles le digo a los porotos en italiano...oh yo hice falloles ya poh...y después de la tremenda olla nadie come, yo no más y la chica que tiene que llevar pal colegio.

E: Ah ¿y almuerzan todos los días juntas?

M33: Claro...pero otras veces ella lo hace y nos da...ella lo hace...así poh... y el pollo no les gusta ni al jugo... Yo tengo un vecino que tiene

carnicería...y ya el final de mes...todos los meses unos cuatro o cinco día le pido y después cuando tengo le pago...a sí que gracias a dios en ese sentido tengo suerte

E: ¿y usted cuando le pagan...usted distribuye su platita?

M34: Claro de mi platita me ocupo yo...pero la luz poh fíjese tan cara...(…) (problema de la luz) A sí que se termina o empieza de nuevo el vínculos...(…) (explicación de los tiempos del programa) Y allí un día cualquiera me llaman que me iban a venir a dejar unas cositas tal día y...

E: ¿Y cómo le salió la cama?

M35: Regia

E: Oiga pero ¿le dieron ropa de cama también o no?

M36: Eh me dieron dos frazadas, una almohada y dos sábanas.

E: Fantástico... y con eso como quedamos...¿bien?

M37: Claaaaro...mi nieta la grande me dice...cuanto ute te muerta abuelita esta va a ser mía...y mi hija de dice...claro va a partir con la cama para allá... a todas les gusto poh...

E: ¿Es bonita la cama?... ¿es de madera o no?

M38: No es de esos colchones de último ese con ruedas...que parece colchón

E: Ah como una cama americana.

M39: Claro... (…)(Comienza a explicar el problema que tuvo con la instalación de la cama como su hija le ayudó)

E: Se lleva bien entonces con su familia

M40: Claro gracias a Dios

E: ¿cuando le pagan la platita de la jubilación usted parte a comprar mercadería, paga las cuentas?

M41: Si claro... y a veces no quiero ni pasar... por las cuentas por qué no se cuanto me va a salir a sí que... y mi nieta la de diez me dice... hay mamita maría tu eres así...(realiza el gesto de la mano empuñada que significa tacaño)

E: Entonces ¿usted administra su plata?

M42: Claro, si...

E: Usted decide aquí!

M43: claro y pasando a otro tema...(…) (nos señala que tiene una nieta pequeña y que al parecer la situación que había vivido la niña Francisca de Valparaíso pudo haber sucedido en su cuadra ya que existía un vecino que presentaba un comportamiento anormal con las niñas...(.)Se explaya con la historia del vecino)

E: Y hablando de esto que está tan peligroso...¿a usted no le causó desconfianza cuando llegó la monitora a hablarle del programa y que iba a trabajar con usted... no le dio desconfianza hacerla pasar a su casa?

M44: Mire...pasó lo siguiente... vino un día una niña pero era otra y aquí me...y afuera ella me dijo va a venir tal día vamos a ayudarla y en lo que se le ofrezca...me habló mucho...pasaron hartos meses y no vino na` poh y cuando vino la verdadera yo no sé si la otra también sería y yo no le creí y le creo que le conté...le dije vino tal como alo seis meses...vino una niña pero yo no encontré...quizás ella la mandaría...no se poh... y yo ahí

tuve desconfianza...y no le creí y después vino la otra señorita y ahí yo le conversé

E: ¿Y cómo era la relación con ella?

M45: Si bien...y ahora no está...por que ese día que fuimos a la once allí en el local de la muni taba por otro lado...la nombraba...pero yo no hablé con ella.

E: ¿Oiga señora Marta usted nunca se casó?

M46: ¿Ah?..

E: ¿Usted nunca se casó o tiene pareja ahora?

M47: Nooo yo me casé como los veinte años, mi marido estaba estudiando arquitectura pero no se alcanzó a recibir...pero él hacía todos los planos y un arquitecto amigo le firmaba ganaba plata el pero después se puso diablazo...cambió...por que empezó con otros vicios y yo tuve dos niñas una se me murió...taba en la universidad y la otra me queda poh

E: ¿Y ahora no tiene pareja...

M48: Nooo pa que pa estar lavando ropa (se ríe)...con los pies a la rastra no poh que...y mi marido murió como hace cuatro años ya... parece...ese era el dormitorio del (y apunta una puerta)... y yo le hacía ver...ahora llegamos a viejos y tu..."es que negra...negra tu no me"...Negra me decía y cuando íbamos por ahí el tenia muy buenas amistades y venía y me decía "tará bueno"...y el todo abogado don ehhhh arto...puros...por que él tenía buenos amigos...nos convidaban de repente por ahí en el parrón ponía mesas a comer asado...peero era candil de la calle y oscuridad en

la casa como dice...ahora hay que tener más cuidado con los matrimonios porque está más cara la vida... en esos años era más...más barato...(...) (comienza a hablar que le gustan los niños hombre... y comienza a acordarse de su hija y añade detalles de su fallecimiento y cuenta la anécdota de que la comuna de la florida, según su médico, es mala para el corazón, dando fe de haber conocido personas de su comuna que fueron víctimas de un ataque al corazón y fallecieron)

E: ¿Oiga tiene amigos acá en la cuadra?...debe tener como son vecinos de tantos años...

M49: Es que se han ido..otros se han muerto...allá en...nosotros vivíamos en providencia con mi marido en la calle...se llama Pedro León Gallo, al llegar...casi cerquita del hospital salvador...y allí yo tenía...venían a verme...pero ahora murió también la señora... señora Aida... y aquí poco...

E: ¿En el club de adultos mayores tiene amigos?

M50: Claro por el día y yo duermo sola ahí en la noche me da...dios mío...un día hablo con dios...me levanté...tomé desayuno y después tomé un bolso que tengo...tenía que hacer..."vamos a salir los dos dios mío...que nos vaya muy bien y usted me va a acompañar"... y no se me da vuelta y se me caen todas las cosas abajo (se ríe) y yo me reía y le dije "bueno como es la cosa dios mío...vamos a salir los dos" no quedó nada en un bolso que tengo así con una.. que te lo cuelga aquí en el

género y me reía yo sola y en la noche aquí los gatos...los gatos me han hecho pedazos todo..fijese que viene a tirarme gatos...hay cuatro gatos...(comienza a mostrar sus gatos y cuenta la historia de cómo de una amiga madrina de su hija de nacionalidad rusa le entregó el gato y además le enseñó a hablar en ruso.

E: ¿La gente con la que usted comparte en el club no vive acá cerca?

M51: Si tengo una amiga de muchos años que me costó ser amiga porque ella es de chi... de ese donde...entonces ella no se me costó acostumbrarme...ella me dice hoy día salí fui a allá donde esta cuestión... y como le voy a entender yo pero ¿a qué parte fue? A ya usted sabe (se ríe) mi hija me dice..."tanto que te gusta conversar con la señora blanca"...pero si dios hecha de todo en el mundo...no las va a echar parejitas a toda la gente...le digo "hay que tener paciencia"

E: ¿Cuántos años tiene usted?

M52: Tengo como ochenta y seis... y usted cuantos tiene? (...) (se establece una conversación anexa con respecto a las edades, en ese momento ingresa su hija con las nietas y las presenta señala "de vínculos los que me regalaron las cosas") les habría servido café pero se me acabo el café tengo puro té... ¿cuándo van a venir otra vez entonces?... (La nieta pregunta... "Abuela ¿quiénes son?")...ellos son de un programa que se llama vínculos que visitan a los abuelos (se ríe) los abuelitos...y yo le digo que los voy a echar mucho de menos...ellos de allá me mandaron la estufa y con el balón de gas...y cuénteles que se le terminó el

gas (se ríe) hay señor... (...) (Continúa contando anécdotas de sus nietas y se ríe con ellas)... a si poh...

E: Oiga señora Marta ¿usted siente que ha cambiado algo su vida el haber participado en el programa?

M53: Claaro y todo va evolucionando que yo encuentro que en todo sentido ha cambiado la vida

E: ¿Y a que cambios se refiere?

M54: Por ejemplo... en la antigüedad uno no podía pololear de nada... la amiga mía dice que cuando conversaban los padres la pillaban...tenía que casarse...que ya! Usted estaba conversando se casa no más y a la primera vez que conversaban... y ahora no ve los niños diferentes poh...dicen encochinando papeles los cabros (se ríe) después se separan y el casamiento antes duraba mucho aunque, es decir, se aguantaba se soportaba tanto...

E: Oiga señora Marta pero usted cuando entró al programa ¿era otra señora Marta y después de terminar el programa hubo un cambió ahí o no?

M55: Claro poh porque yo tenía ya una entretención de ir a la reunión...decía "ah ya mañana voy a ir a la reunión"... y no me faltaba...claro que algunas veces no sabía yo poh...y uno se entretiene con otras personas aunque sea con una agüita de té...ya cambia por que está todo el día encerrada de que se yo... y ahora nosotros también no...no estoy bien poh y mi hijas bien..."hay ya es esty quejando"...ella no

le da mucha importancia... (comienza a hablar de sus enfermedades y visitas al consultorio)

E: Oiga a sí que le gustó del programa esto de juntarse con otra gente

M56: Claro y la cama poh...fijese que yo le decía al joven cuando la bajó...en un camión grande cerrado...uuii como me llamaron y tan rápido...yo le dije “mire cuando dios le quiere dar a la casa le viene a dejar” yo creí que iba a pasar tiempo (se ríe) (...) (comienza a referirse nuevamente a la instalación de la cama y el apoyo de su hija y nieta... comienza a hablar de la estufa que le regalaron)...pero estoy contenta le digo a la liber...a mi hija...por que se llama libertad “oye” le digo yo “cuando voy a tener plata pa comprarla un balón de gas aunque sea de cinco” es que ella tiene uno de cinco y mi hija me dice “ahh pero yo lo ocupo...como te lo voy a emprestar” pero ya queda agosto no más en octubre no es tanto...(comienza a hablar de algunas dolencias físicas que señala tener y de sus técnicas para conservar la memoria, entre ellas tomar mucho agua al día, se levanta a la cocina a tomar agua y cuando regresa nos muestra algunas hierbas que consume para su problema de colon irritable).

Oiga les he dado haarta lata (se ríe)

E: No pues como se le ocurre si nosotros teníamos muchas ganas de conversar con usted.

M57: Oiga como le decía necesito un abogado para una posesión efectiva que tengo que hacer (comienza a hablar de la casa de su hermana fallecida)

E: Oiga señora Marta con tantas cosas que usted ha pasado, todo lo que ha vivido, hoy en día ¿cómo se ve a sí misma?

M58: Mire.... (Silencio)...yo ahora estoy más tranquila...y...pero preocupación de repente...me veo (se le humedecen los ojos) que ya luego me muero...yo digo de repente no más...fíjese que me resbalo y va mi hija que me hace el aseo y me pone pedazos de alfombra y eso es peligroso de repente me pego en la cara y un día hay una caja un baúl ahí...casi me pego en el borde estaría muerta.

E: ¿Usted le teme a la muerte?

M59: De repente me pongo a pensar en eso...y veo que luego puede pasar...pero así es la vida...dios no más sabrá...(silencio)

E: Oiga pero usted es muy activa...

M60: Pero uiii me canso... el otro día fuimos al catorce y anduve por varias partes... por dios que llegué cansada...después tuve que ir a comprar por ahí por el dieciséis...me dolía la rodilla los huesos...pero recién fíjese yo tenía como setenta y nueve...ochenta años yo...yo era (hizo gesto de ser fuerte a su edad) y no me dolía nada y ahora tengo ochenta y ...siete...tuve sacando la cuenta nunca me preocupo de la edad y la estuve hace poquito...ochenta y seis saque yo... (Nos pide que saquemos la cuenta)...ahora las piernas...yo le digo a mi hija...a la que vino para acá... "shiii mama te quedo esto... mira agradece a dios que no estoy tullía en una cama que ahí da más que hacer" le dijo yo..."si yo

puedo todavía todo"...hago aseo, y almorzamos, limpio saco todo lavo la loza con agüita caliente y todo poh

E: ¿Oiga que es lo que más le gusta de usted?

M61: (silencio)... ¿qué es lo que más ah?

E: Lo que más le gusta de usted de cómo es usted...

M62: (silencio)...casi no me gusta nada de mí (se ríe)

E: ¿Cómo no le gusta nada de usted?

M63: (Piensa)...haber que me gusta...que entiendo rápido las cosas...o más que me gusta...usted me... y yo altiro capto rápido...eso

E: Sabe que señora Marta... si a mí me preguntaran que es lo que me gusta a mí de usted... yo que la vengo recién conociendo...a mi me gustó que es muy sociable...

M64: Ahh si (se ríe) y soy latera (se ríe)

E: No pues...todo lo contrario ha sido muy agradable conversar con usted...

M65: Mientras no me fracasen las piernas sentada en la cama estaré hablando... (Se ríe)

E: Oiga ¿y lo que menos le gusta de usted?

M66: (Piensa) lo que menos me gusta...por ejemplo ¿de hacer o de mi?

E: no de usted.

M67: Que soy muy flaca...muy delgada y mala pa comer...no puedo comer mucho...cuando joven era así con el pelo de rulos y largo no gorda

ni delgada así como usted... y ahora la gente uiii que hace la comida... supieran que soy más regodiona (comienza a referirse a las comidas que le agradan)

E: Señora Marta y de su forma de ser ¿qué es lo que menos le gusta?

M68: Eso que soy muy regodiona... (Comienza a hablar de las comidas que no le gustan...hace referencia a sus hijas y al marido de una de ellas que falleció de una enfermedad al riñón).

E: Oiga señora Marta ¿usted tiene algo en mente algún proyecto...algún sueño?

M69: El proyecto de poder vender la casa y aprovecharlo arreglar un poquito yo le digo "dios mío...que nunca me falte el alimento aquí ni en otro hogar que estén siempre con la comida en primer lugar y te doy gracias porque lo haces poh" ya...pero tienen que medirse no más...

E: Y si usted llegase a concretar ese proyecto ¿que es lo primero que haría?

M70: Mire hay un proyecto que yo consulté...mire resulta que mi hermana no tuvo familia...compró esa casa y éramos ocho...tres hermanos...uno murió y quedó él y una murió antes que muriera mi hermana y el abogado me dijo...mire que tengo buena memoria...antes que muriera la...como es la palabra? Ehhh la causante! Me dijo "su hermana la que murió tenía que haber muerto después de la causante...ahí tocarían eso hijos pero esa hermana murió antes de la dueña de la casa y esas no tocan nada y ella vive en Maipú...viene para acá y me dice..."pero tía" que ella tenía un

abogado para hacer los trámites...yo como a los quince días la llamé como le ha ido..."no he hecho nada" y en resumen yo no quise decir...pero la madre de ella murió antes de la dueña de la casa...no toca nada... así debe de ser...por que un abogado me dijo...

E: Y si efectivamente le sale esa platita ¿qué es lo que quiere hacer?

M71: Dejarle a esta hija que tiene educación terminó el cuarto medio le pagué una de cursos...

E: Pero ¿para usted?

M72: Comería asado (se ríe) asado...y arreglaría un poco aquí y esto lo votaría (apunta la pieza del marido fallecido) y le saco hasta la cuenta, digo gastaría unos tres millones en esto aquí y le dejaría una casa a mi hija pa que la arriende y viva de su platita...dejaría la misma distribución (refiriéndose a su casa) porque hay dos dormitorios y acá en el living comedor... tenía un tremendo comedor yo...lo vendí en tres mil pesos!... y me compré ésta chiquitita de segunda mano...si uno en resumen le dije yo a la señora uno debería tener buena cama, buena cocina y comida...lo demás andan molestando le decía yo y ella que se reía (se ríe)...claro a hora después de vieja dice así... me dice...

E: Y usted... ¿ha notado un cambio en cómo se percibe usted antes de entrar al programa vínculos y ahora que esta egresada de este programa?

M73: Uiii con el programa vínculos yo estaba bien poh y ahora...y mas que me traían sorpresas

E: ¿Cómo sorpresa?

M74: Cuando me trajeron un paquete de mercadería y eso no es que sea interesada pero era una sorpresa...

E: Pero ¿usted nota una señora Marta distinta antes de entrar al programa vínculos y ahora?

M75: Si conocí más gente y había una señora que bailaba...conocí hartas señoras y todas... pero una es la que bailaba (piensa y se mueve) de esto danza árabe...y yo tenía deseos le haberle dicho que le hiciera clases a mi nieta y mi hija dijo "queee mueven el puro cuerpo no mas... eso lo pueden hacer" (se ríe) no quiso pero después andaban por ahí repartiendo por ahí en santa julia se llama el otro lado de todas varias danzas... yo le dije "quiere que te pague?...no debe ser muy caro"... y ella dijo "nooo déjala así...después le enseñamos" y siempre sueño con comprarle una guitarra por que ella es bien entoná pa que haya una entretención poh...eso no más... y que pierdo la plata si no soy ná muy viva (se ríe)...un día se me cayó treinta mil pesos y no sé dónde y faltaba pa mi pago y aquí en la casa... y no lo encontré...a sí que pierdo hasta la plata...y me la estoy dando de que tanto (se ríe)...pero con esta cuestión de que repito y repito (haciendo nuevamente referencia a su técnica para la memoria) altiro me acuerdo de donde la he guardado

E: Oiga señora Marta y aquí en su casa ¿quién decide que se hace?

M76: Ahhh nos ponemos de acuerdo con mi hija..."oye hagamos esto hagamos esto otro"...

E: Y con su platita ¿quién toma las decisiones?

M77: Yo la gasto la mía en lo que yo quiero...

E: Ahh o sea usted toma la decisión con su plata nadie más...

M78: No nadie...deseos tendrán pero no se puede... no ve que la abuelita ya se pagan y ni saben cuánto se pagan y yo no poh...yo me voy a pagar y la cuento...yo recibo...yo cuanto ehh viene de aumento de todas esas cosas las se...dicen que la cabeza chica no es muy buena para...no sé cómo me explicaba una señora...no ve que don francisco tiene la cabeza grande... se demora más... o se demora menos... no me acuerdo... que saben ustedes?

E: No...no sabemos nada de eso... oiga señora Marta...y ahora que estamos hablando de esto de la toma de decisiones... ¿qué le pasa a usted cuando escucha decir que los adulto mayores no son capaces de tomar decisiones por si solos?

M79: Es que hay seres humanos que somos diferentes...entonces pueden haber dos personas de la misma edad...pero una le baja toda su...como diría...sus defensas que no tiene capacidad para decir...esto es aquí...esto es acá y la otra puede tener más inteligencia...puede ser... porque hay personas de...yo conozco de sesenta y ocho años y ya...mire..y ya...mire depende de la alimentación...cuando estaba joven yo me servía ulpo de harina tostada...tiene muchas virtudes el trigo...pero de todo un poco...uvas eh hh de toda clase eh hh yo soy de

constitución...hay una uva que llega ser repugnante una que hacen el vino allá...usted toma un racimo y tiene que lavarlo porque le quedan las manos pero pegajosas y ahora mismo será por eso que tengo buena memoria...diferentes cuestiones...comida...algunas veces me pongo aquí y tengo de estos kiwis...los pelo, los pico bien chiquititos y le hecho una cremita y me sirvo una tremenda...por que también sirve...por que el cuerpo humano necesita de todo un poquito...azufre pa la garganta...ve que necesita y aquí había unas matas...que daban harto azufre...yo guardaba las flores...y tomaba agüita caliente...

E: Oiga señora Marta...ahora que usted nos dice que hay personas que son diferentes con respecto a sus capacidades...cuando hay algún adulto mayor a si como usted...que puede valerse por sí solo, que está en buenas condiciones de salud, ¿usted piensa que esa persona está apta para tomar decisiones o debería venir otra persona a decirle lo que tiene que hacer?

M80: Yo creo que está apta...porque a no ser que esté muy... muy ignorante...de lo que se va a hacer...entonces uno tiene que preocuparse de decir...como será esto...preguntar pero de lo de más...tan difícil no es pon...cuando uno toma sus decisiones...

E: Oiga y a usted cuando le surge alguna duda ¿se acerca a alguien a consultar como al municipio por ejemplo...si necesita hacer algún trámite?

M81: No no voy mucho...en una ocasión fuimos con mi hija para buscar un abogado...como hace cuatro años atrás fuimos a la corporación...a sí

que es poco lo que voy...(comienza a referirse a la posesión efectiva de la casa de su hermana pendiente)...

E: Ya pues, muchas gracias por su tiempo y por su disposición, de verdad ha sido un gusto conocerla y conversar con usted.

M82: Dándole la lata tanto rato (Se ríe)

(Nos despedimos con un abrazo)

ENTREVISTA SUJETO 5: ANA

INTRODUCCION

E: Hola, buenas tardes, nosotras somos alumnas de psicología de la universidad Academia de Humanismo Cristiano y estamos una investigación de los usuarios que egresaron del Programa Vínculos y nos gustaría conversar con usted, y realizarle algunas preguntas. ¿Está usted dispuesto a conversar con nosotras un momento?

A: Si pasen nomás

E: ¿Le incomoda que ocupemos una grabadora?, lo que pasa es que usted sabe que la memoria es media frágil, entonces con esto no se nos escapa ningún dato que usted nos aporte, ahora si le molesta la apagamos nomás no hay problema.

A: Noo...ocúpenla tranquilas

DESARROLLO ENTREVISTA SUJETO 5: Ana

E: ¿Cuénteme que le pareció el Programa Vínculos?

A1: Hicimos unas reuniones, con los chiquillos... pero entre todas las señoras de edad... nos dan una sala ahí en la muni para... para que nosotras conversemos lo que sentimos, lo que nos cae bien, lo que nos cae mal... esas cosas nos tratan los chiquillos.

E: ¿Y ellos la venían a ver acá... los monitores?

A2: Siii, ellos nos venían a ver, porque yo soy sola, porque ya mis hijos se casaron, bueno viven en su casa... no viven lejos... pero uno ya está sola po... si ya en realidad uno está sola, los hijos se casan y cada cual en su casa... vendrán a verla a una una vez a la semana, eso es too... pero los chiquillos de la muni con nosotros fueron muy buenos, no tengo nada que decir de eso, cualquier favor que nosotros necesitamos vamos donde ellos y ellos nos sacan, los papeles principal que uno ya a veces se le va la onda, entonces ellos nos sacan toos los papeles que uno necesita.

E: Ya, le ayudaban harto en eso...

A3: Bastante... ellos nos llevaron también a sacar ese... ese boleto para andar en el metro... ellos, a varias señoras que... bueno habían más señoras más inútil que yo po... porque yo todavía estoy bien... todos me dicen los mismo (se ríe), tengo 73 años, así que yo me siento bien po, casi soy la más alegre que hay en el grupo... las demás son señoras... como que se coquinan, no quieren salir, están en su casa, no conversan y pa' estas reuniones tenemos que conversar... qué le pasó a ésta, que es lo que tiene, esas cosas hayo yo po

E: ¿Y usted está yendo a algún grupo?

A4: Ahora estamos en la gimnasia de la tercera edad, que la hacemos aquí en la iglesia, martes y jueves y jueves no más... hacemos dos horitas... eso es lo que hacemos... en la mañana, dos veces a la semana... y a veces nos hacemos unas reuniones entre todos, pa tomar oncesita también... y para comentar todo el cagüin vinculación (se ríe).

E: ¿Todo el cagüin... y tiene amigos ahí?

A5: Si, ahí en el club si po, pero aquí en mi casa no po... toy solita aquí...

E: Está solita aquí... con su perrita...

A6: Sola, sola... si po.

E: ¿Y parece que tiene un negocio?

A7: Si, lo conseguí en la muni también, por la tercera edad... ellos me lo dieron y más me rebajaron el permiso... es casi más por entretenerse porque... qué hago aquí sentá, dígame usted... viendo tele y tomando mate...

E: ¿Y qué cosas le entretienen?

A8: Mire si lo único que me entretiene es la tele... y las reuniones que hacemos a veces, dos veces a la semana... antes con los chiquillos de la muni hacíamos... a ver día miércoles, a veces los días viernes hacíamos reuniones... ya nos reuníamos, una llevaba una galletita, una bebida y esas cositas así... y así salíamos... en la semana yo le salía tres o cuatro

veces a la semana, pero ahora estamos en la pura reunión de la tercera edad, de la gimnasia... es todo lo que ya tengo, porque los chiquillos no saben si va a seguir esto o no va a seguir... porque ellos sí que nos ayudaban, nos sacaban a pasear... en el año salimos como unas cinco veces...

E: ¿Si? ¿Dónde salían?

A9: Nos llevaron a la playa... nos llevaron a un campo... nos llevaron también a... a la nieve también nos llevaron... pero este año noo, no hemos salido nada.

E: ¿Y cómo llegó usted al Programa Vínculos?

A10: Los chiquillos andaban como... encuestando, casa por casa, parece que así llegaron aquí y me ofrecieron ir a esas reuniones... así que pa mi era súper rico, porque yo salía dos, cuatro veces a la semana... en la tarde no más me encontraba aquí... si mis hijos decían "mi mami ya no para en la casa" (se ríe)...

E: ¿Y sus hijos la vienen a ver?

A11: Si, si ellos vienen, el día viernes viene mi hija que vive más allá de Lo Valledor... y la otra que vive aquí en Los Canelos viene todas las noches y mi hijo como trabaja viene a veces también po si no... no le puedo exigir más po... porque usted sabe que la señora... "cómo te vai a estar metiendo donde la mamá po" (se ríe)... le dirá po...

E: ¿Y cuando usted necesita algo a quién acude, llama a alguien?

A12: A nadie, solita... cuando tengo que ir al médico solita...

E: ¿Y si tiene que hacer un trámite?

A13: Solita a hacer los trámites... ahora... por ser ahora ando haciendo unos trámites, porque tengo que re... regu... regularizar este sitio, entonces los chiquillos de la muni me acompañaron a sacar el número... y a sacar el papel de nacimiento... pero ahora tengo que ir a puestos internos que queda allá en Matucana... entonces tomo la micro y me deje allí a la vueltecita...

E: ¿Usted se maneja bien con las micros?

A14: Claro, pero ahora último se me están olvidando las cosas... (Va a atender su negocio).

E: La clientela...

A15: Si po si caen sus moneditas...

E: Así se mantiene ocupada...

A16: Sii... y la mente también... porque con los años a uno se le van olvidando las cosas...pero yo en el consultorio también tengo una señorita que a uno le hace un test que le llaman, le hacen... le conversan y después le hacen que repita las cosas que ella dice...

E: ¿Ejercicios para la memoria?

A17: Pa la memoria... así que por eso ya me mantengo... si en realidad me mantengo, no soy de esas señoras que se quedan ahí...

E: ¿Cómo se ve usted a si misma?

A18: Yo me encuentro bien... si lo único que siempre digo... si tuviera plata me haría la cirugía en la cara, nada más... porque... de peso que no es mucho ... yo le camino de aquí a Pérez pa que sepa a patita... de aquí me voy a la muni a pata... me siento bien.

E: ¿Dígame, usted tiene algún proyecto, algún plan, qué cosas le gustaría hacer?

A19: Que no me gustaría hacer po... (se ríe) no depender de negocio, salir digo yo, estarme un mes afuera... todo pagado... que me atiendan no más, porque al final uno se cansa estar siempre que el almuerzo, la once, a pesar de que es pa mi sola no más, pero siempre... todos los días la misma rutina... eso, eso me aburre... así que no hayo la hora que llegue el verano pa que nos saquen a pasear en la muni, porque también ahí nos sacan... porque la atienden a uno, desde el desayuno, hasta la once.

E: ¿Y qué cosas no le gustan a usted?

A20: Estar sola... (Llora).

E: ¿Qué le dio penita?

A21: Estar sola ya no... claro... es difícil estar sola...

E: ¿Y tiene pareja, algún pololo?

A22: Todas me dicen lo mismo... búsqese un pololo... a esta altura imagínese... noo... mi hijo me mata.

E: ¿No le dan permiso?

A23: No pué... cómo van a querer que una vieja este con pololo...noo, porque ya no es época pa uno, porque lo poco y na que tienen, se aprovechan estos viejos po... si estos viejos andan buscando... todos po, pa que estamos con cosas... todos po... así que no po, lo único que en la noche me da pena.

E: ¿Y qué cosas le gustan de su vida?

A24: me gusta Sentirme joven todavía, porque la única que baila en el club soy yo po (se ríe)... vamos así... como por la muni nos dan premio... nos vamos a esta cuestión, los muchachos buenos, los buenos muchachos y la única que está bailando soy yo po... pero lo malo es que no hay hombres, tenemos que bailar entre mujeres (se ríe)... entonces ahí está lo malo po... pero es lo único no más... me siento bien, hago mis cosas, trabajo, salgo a comprar, todo... yo misma digo a veces, es la ley de la vida... porque uno también dejó a su mamá sola, la iba a ver más mal que nunca, pa que estamos con cosas... y después ya vienen los hijos, que los tiene que cuidar, que trabajar y todo entonces... ya es distinta la cosa, es lo mismo, yo a veces digo que le puedo exigir yo a mi hijo sí... es la ley de la vida.

E: ¿Y usted qué opina cuando la gente dice que la gente de la tercera edad, es tan pasiva?

A25: Fíjese que yo tengo varias señoras que siempre dicen lo mismo... que la tercera edad... digo yo las que quieren y la que no, no no más ... yo no me siento así... si como le digo si yo tuviera plata que haría la cirugía en la cara pa sacarme las arrugas (se ríe), nada más si lo demás noo.

E: Tiene una vitalidad usted...

A26: Pero claro, si no le digo, toda la gente me dice lo mismo, porque yo... hay señoras que tienen 60 años en el club y son señoras que no se dan el ánimo... entonces eso pasa... yo como le digo es lo único... yo el ánimo lo tengo joven

E: ¿Y pensando en el programa en el que usted participó, usted cree que está igual que antes, le sirvió de algo o no?

A27: Me sirvió bastante, yo hablo por todas siempre, eso tengo , siempre soy la única que hablo... si cuando vino la ministra al evento (habla del evento)... ya no me acuerdo del nombre de la ministra, si ve, si ya estoy vieja... le digo si ya estoy vieja, se le olvida a uno...pero le dijo, le hacen falta a uno esas reuniones que hacían, porque ya salíamos a caminar... de aquí hasta allá... todas las señoras caminaban, señoras gorditas... que apenas pero caminaban... ¿ve?... hacían algo po... al menos yo conozco a varias señoras que no saben ni tomar la micro, se les olvida... yo hago todo sola.

E: ¿Y cuando usted tiene que tomar alguna decisión importante, usted le consulta a alguien?

A28: Noo, a nadie, si estos trámites que ando haciendo, ni mis hijos saben po.

E: Totalmente independiente.

A29: Si, solita, consulto, pregunto hasta que llego a donde tengo que hacerlo... ellos me explican donde está y yo voy ahí... y si no es en esa oficina voy a la otra... si es cuestión de ir preguntando... preguntando se llega a Roma dicen algunos (se ríe)... mi hija me dice pero avise, pero en que le avise... que con quién deja a la guagua chica... el tiempo, en que venga pa acá... de aquí... ahhh... noo... me largo sola... total en una de esas cómo sabe puedo encontrar un pinche (se ríe)...

E: ¿Lo mismo con su plata, usted la administra sola, recibe alguna pensión?

A30: Si sola, recibo una pensión de gracia que le dan en la muni... si yo manejo mi plata, yo sé comprar, sé lo que me conviene y lo que no me conviene...

E: ¿Y usted notado algún cambio suyo antes de entrar al programa y después del programa?

A31: Mire, antes de entrar yo al programa era una vieja amargá (se ríe)... en serio... sabe por qué, porque yo jamás me quería meter a ningún club... siempre decía cuando pasaban las del centro de madres, cómo no van a tener qué hacer estas viejas decía yo... que se van a cagüinear toda una tarde... y ahora... porque mis hijas empezaron, mamá vaya a

esta reunión... y ahora ya no me tienen en las casas porque yo antes iba donde mi hija, me estaba mis dos, tres días... donde la otra igual, ahora no voy, porque no tengo tiempo... si yo antes decía eso... y ahora estoy metida en eso, ¿ve?... si las chiquillas me dicen, mami ya ni se ve usted... por eso le digo que antes era una vieja amargá... ahora no, porque ahora yo salgo, hago toda...

E: ¿Y antes conocía a estas amigas que tiene ahí?

A32: A nadie... yo aquí no más... aquí no más... ahora no, porque siempre se hacen cosas en las casas... allá voy... me llaman y yo voy...

E: Antes del programa no entonces...

A33: Noo...nada de eso...

E: Entonces le ha servido...

A34: Bastante, porque ya tendría que estar aquí encerrada... porque al menos las señoras vienen a veces pa acá y yo voy a las casas de ellas... y son bien amorosas... como le digo ahí cambió todo todo... antes no po... aquí encerrá po... a veces no conocía ni a la vecina de arriba, porque no me gusta conversar mucho...

E: ¿Y si tuviera que hacer alguna sugerencia al programa?

A35: Yo diría que sigan adelante, nos conviene a las personas... yo digo que a mí me hizo bien... hay señoras de edad que están solas, que ni se

lavan... yo veo que la gente que va esta alegre, les gusta el chigeteo como le digo yo...

E: ¿Y en ellos usted también puede notar cambios?

A36: Si ellas cuentan que antes no... con su marido y sus hijos... ahora se ríen, bailan, chigetean... por eso antes teníamos una gimnasia, ahora tenemos dos y queremos tres...

E: ¿Y cómo cree usted que el resto de la gente ve a los adultos mayores?

A37: Yo creo que ahora se está hablando fuerte de la tercera edad... porque antes noo...no era bien mirá la tercera edad, la que era vieja... vieja no más era... ahora se están preocupando, si ven a una señora mal la ayudan a pasar o que no la pasen a llevar... por eso le digo que ahora si... puede ser que siga así... no tanto por mi... hay señoras más solas que yo... viejitas viejitas... yo me siento bien...

E: ¿Qué cosas espera de su futuro?

A38: Bueno, yo espero que me de salud y vida no más... de por si yo sé que me va a llegar la vejez de repente... a lo mejor me va a llegar de un viaje y no voy a poder mover ni una pata ... porque uno se siente bien y hasta ahí no más... lo único siempre digo, puede ser que mis hijos no sean tan inconscientes y no me vayan a tirar por allá... es lo único que les pido a ellos... y más que tengo nicho comprado así que estoy tranquila... para tener... que no tengan gastos.

E: ya pues, muchas gracias por su tiempo, de verdad ha sido un gusto conocerla, muchas gracias.

A39: Noo, gracias a ustedes, para mí también fue un agrado conocerlas (sonríe)

(Nos despedimos con un abrazo)

ENTREVISTA SUJETO 6: ALBERTO

INTRODUCCION

E: Hola, buenas tardes, nosotras somos alumnas de psicología de la universidad Academia de Humanismo Cristiano y estamos realizando una investigación sobre los usuarios que egresaron del Programa Vínculos y nos gustaría mucho conversar con usted, y realizarle algunas preguntas. ¿Está usted dispuesto a conversar con nosotras un momento?

A: Si pueh, no hay na de malo en conversar, pasen pa ca si poh.

E: ¿Le incomoda que ocupemos una grabadora?, lo que pasa es que usted sabe que la memoria es media frágil, entonces con esto no se nos escapa ningún dato que usted nos aporte, ahora si le molesta la apagamos nomás no hay problema.

A: Noo...úsenla nomas

DESARROLLO ENTREVISTA SUJETO 6: ALBERTO

E: ¿Y con quién vive usted?

A1: Bueno, yo vivo con la vieja no más, los dos solitos, porque los hijos ya se fueron, tienen sus hijos, sus esposas... tienen su vida ya poh, vienen poco pa acá...

E: ¿Y cómo llegó al programa?

A2: Los cabros vinieron pa' la casa y nos invitaron con mi vieja pa' que fuéramos a una cuestión de la muni, pero la hicieron en una sede, nos hicieron unos juegos, tomamos oncecita, así que ahí nos venía a ver el monitor que se llama, con otra niña más y nos preguntaban cosas, si teníamos algún problema, eso...

E: ¿Y qué le pareció, cuál fue su primera impresión?

A3: Buena po, todo lo que sea ayuda en estos tiempos con la vieja lo recibimos felices, así que me gustó... me gustó la idea de ir a conocer gente... ir de paseo... (Vinculación comunitaria) los beneficios que uno necesita a veces pa' algunas cosas y no se puede dar gustos con la jubilación pue'... no ve que no alcanza...

E: ¿Y a propósito de eso, usted como maneja su platita?

A4: Ehh... yo recibo pensión y la vieja igual, así que ahí nos arreglamos entre los dos, juntamos la plata y hacemos pa' las compras del mes, las

cuentas, ella las va a pagar al sencillito... y a veces pa' los remedios que se gasta tanto también, si son tan careros... uuhh...

E: ¿Y las decisiones importantes, las toma usted solo?

A5: Con mi mujer hablamos que hay que hacer esto... que hay que hacer esto otro... así lo hablamos, entre los dos y se hacen las cosas... todo entre los dos... ella manda... (Se ríe).

E: ¿Y qué funciones cumple usted en la casa?

A6: Bueno yo jubilé hace poco, así que ahora yo le ayudo hartito en la casa, si hay que arreglar algo yo lo hago... ehh... qué más... salimos a caminar... un paseíto... en la casa... ella hace las cosas de la casa, el almuerzo, el aseo, las cosas de mujeres... y las cosas de fuerza las hago yo... me gusta trabajar.

E: ¿Oiga y cómo se ve a sí mismo?

A7: Joven pue'... no me ve (se ríe)... noo... bien me veo... con ánimo de hacer cosas, de trabajar, si no estoy tan viejo, tengo 65 años y me siento de 40 (se ríe)...

E: ¿Y qué cualidades tiene usted?

A8: Que soy tranquilo, sin vicios, soy religioso... soy trabajador, me gusta trabajar, toda mi vida he trabajado en muchas cosas... trabaje cuando joven en el campo, he hecho muchos trabajos diferentes y uno aprende

de todos... el trabajo hace bien y además el hombre tiene que llevar la plata a la casa...

E: ¿Y qué cosas no le gustan o no le agradan de usted?

A9: Mire... no sé... a veces soy malas pulgas... uno se pone... se pone medio cascarrabias cuando se pone más viejo... eso... la paciencia no es mucha, eso creo... la paciencia... el genio malo... sobretodo en las mañanas mejor que ni me hablen (se ríe)... menos mal que vino en la tarde usted... o me pilla de malas... (Se ríe).

E: ¿Si tuviera que decirme algo que le da miedo a usted, que sería, a que le teme?

A10: Mmm... no sabría decirle oiga... a la muerte como todo el mundo... a que no me vaya na al cielo y me vaya donde el cachúo (se ríe)...porque cuando uno es joven uno se porta más mal... pero ahora no... ahora bien... ya no está en edad de portarse mal...eso me da miedo irme muy rápido o que la vieja se me muera y me deje solo, eso me da más miedo... la soledad... prefiero morirme yo antes... que quedarme solo.

E: ¿Tiene algún proyecto con su esposa?

A11: La verdad que ahora no... pagar las deudas que tenemos, y si se puede salir a conocer Chile... como ahora están los viajes... de la tercera edad, eso...lo que quiero yo es dejar comprado el nicho pa' mi y la vieja, pa' no tener que dejarle cachos a los hijos... pa' que no se hagan

problemas... eso queremos, pero hay que juntar la platita eso sipoh...hay hartas cosas que quiere hacer uno, pero el tiempo y la plata no se pueden poh... uhh si me ganara el kino sería bueno... me voy fuera del país (se ríe)... a un crucero...

E: ¿Y usted se reúne con algún grupo de amigos, algún club?

A12: Si poh, con los del grupo que conocimos, porque yo antes de eso con la pura vieja y los amigos de la pega, que uno se va alejando...porque como ya no los ve todos los días, uno se pierde... pero acá con los viejos se pasa bien, y las viejas se ponen a conversar, toman tecito y comen y hablan... quizás de qué, pero baten la lengua y se entretienen harto, pa' pasar el día...la vieja va a gimnasia pa' la tercera edad que tienen acá cerca...así que ahí vamos a veces, pa' no encerrarse en la casa... hace bien conocer más gente que está en la misma situación de uno, aunque hay gente sola, que es más viejo que uno... y se nota... gente que no tiene a nadie que lo cuide... da pena eso.

E: ¿Y qué le pasa a usted cuando la gente opina sobre los viejos como personas que no pueden valerse por sí mismos?

A13: Que están equivocados, porque uno se la puede, es que a uno lo ven viejo y creen que uno no es capaz, pero el alma la tiene bien, joven de espíritu...aunque si hay viejos que no se pueden ni mover... o hay otros que se echan a morir también y les gusta que les hagan todo... hay de todo en la viña del señor... pero eso... creo yo... y bien, así que no... a

los adultos se les tiene que respetar... respetar las canas... la experiencia...

E: ¿Bueno, finalmente que le pareció el programa, cree que le ayudó en algo o lo hizo cambiar en algo?

A14: Yo creo que si oiga, porque ayuda hartito y los chiquillos son amables y lo ayudan, lo hacen reír... le dan los datos para los subsidios, la información... que esto... que la leche, que la reunión... todo poh... lo mejor son las reuniones grupales que fuimos con la vieja, nos reímos hartito con los otros viejos... nos tienen comida, lo atienden a uno, eso es lo mejor, cuando lo atienden... lo que quiera uno... nada que decir... que se repita luego no más.

E: ya pues, muchas gracias por su tiempo, de verdad ha sido un gusto conocerlo, muchas gracias.

A15: de que pueh, cuando quiera nomas. (Abrazo de despedida)

ENTREVISTA SUJETO 7: DIEGO

INTRODUCCION

E: Hola, buenas tardes, nosotras somos alumnas de psicología de la universidad Academia de Humanismo Cristiano y estamos realizando una investigación de los usuarios que egresaron del Programa Vínculos y nos

gustaría conversar con usted, y realizarle algunas preguntas. ¿Está usted dispuesto a conversar con nosotras un momento?

A: Si, pase nomas, ta medio desordenado, pero pasen.

E: ¿le incomoda que ocupemos una grabadora?, lo que pasa es que usted sabe que la memoria es media frágil, entonces con esto no se nos escapa ningún dato que usted nos aporte, ahora si le molesta la apagamos nomás no hay problema.

A: Noo...me van a entrevistar (se ríe)

DESARROLLO ENTREVISTA SUJETO 7: DIEGO

E: ¿Don Diego cómo llegó usted al programa?

D1: Ehh... los cabros pasaron por aquí un día en la tarde y andaban invitando a una reunión... y me vinieron a ver dos veces pa' hablar... y lo venían a ver a uno poh... yo los dejé pasar porque venían de la municipalidad, aparte que uno está solo y lo entretienen un poco, porque yo soy jubilado y estoy en la casa arreglando teles que algunos vecinos me mandan a arreglar... pero cada vez menos, porque la gente se compra la tele nueva ahora poh... no como antes.

E: ¿Y qué le pareció?

D2: Bueno poh... todo lo que sea pa' la tercera edad es bueno, porque uno está solo y en las reuniones uno conoce a más gente que está sola

como uno y se pasa bien, se ríe... tomamos once, salimos a pasear... eso poh... bueno fue, pero muy poco tiempo duró...

E: Ahh, le hubiese gustado que fuese más tiempo...

D3: Sii poh, porque uno ocupa el tiempo, si yo tengo todo el día y aquí me pongo a arreglar las teles o si no... veo tele... duermo la siesta y paso solo poh.

E: ¿Y tiene familia don Juan?

D4: Tengo una hija pero vive en el norte, está casada hace años y la veo poco, unas dos veces al año o tres... y vivo solo acá porque soy viudo, pero hace muchos años se murió mi mujer, murió joven de un cáncer... y tengo unos hermanos que nos juntamos a veces, una sobrina me pasa a buscar como una vez al mes y me lleva a su casa y ahí veo a mis dos hermanos uno mayor y el otro menor.

E: ¿Y cuál fue su impresión del programa, qué le pareció?

D5: Muy muy bueno, porque me han dado los subsidios pa' pagar el agua, me dan la pensión, los alimentos en el consultorio... hartas cosas, que yo antes no tenía, que son de harta ayuda, porque cuando uno jubila se hace más pobre y estando solo menos ayuda, la gente se olvida de los viejos.

E: ¿Qué cree usted que piensa la sociedad de los adultos mayores como usted?

D6: Que uno no sirve a po... que está viejo y que no sirve... pero no es así la cosa, porque uno puede hacer cosas, si uno en la mente no se siente viejo, pero el cuerpo dice otra cosa, uno se cansa más rápido pero piensa bien... uno sabe las cosas y hay gente que lo trata como tonto a uno...

E: ¿Y cómo se ve a sí mismo entonces?

D7: Yo me veo bien, me siento bien... tengo salud gracias a Dios... aun puedo trabajar...

E: ¿Qué cosas le gustan de usted?

D8: Que soy trabajador, peón pue'... no le hago el quite a la pega y si me sale un pololito... lo hago...

E: ¿Y qué cosas no le gustan de usted, tiene algún temor?

D9: Mmm... no me gusta que estoy solo... no sé que decirle... a veces me da miedo morirme solo y que nadie sepa, pero a veces no más pienso eso...a veces digo que tanto... si me muero, me muero no más... ya viví hartito y lo pasé bien también... no me quejo... cosas buenas y cosas malas... de todo en la vida.

E: ¿Y tiene algún proyecto?

D10: Me gustaría arreglar un poco la pieza, amononarla, juntar plata pa' eso dejarla bonita, y si puedo pintarla yo la pinto... pero pa eso necesito plata, así que juntar con los pololitos, porque con la pensión a penas vive

uno poh... no sé y pasarlo bien, tranquilo aquí también, si la salud lo permite.

E: ¿Usted vive solo entonces, y cómo organiza su tiempo, sus cosas?

D11: Bueno, yo me levanto temprano, soy malo pa' dormir en la noche, eso sí duermo siesta después de almuerzo... yo me cocino, barro, ordeno un poco... una vecina me lava la ropa y no me cobra nada, de pura buena que es... si tengo alguna tele pa' arreglar la arreglo y si no veo tele... busco algo que hacer, porque o si no me aburro mucho y cómo se terminaron las reuniones, antes salía casi todo el día pero ahora no poh...

E: ¿Y si necesita hacer algún trámite, o pagar sus cuentas, lo ayuda alguien o lo hace solito?

D12: Solo no más, voy a la muni, pago las cuentas, voy a buscar la pensión y listo, yo ando solo no más... voy a comprar las cosas al súper, pero me muevo solo siempre.

E: ¿Y cuando tiene que tomar alguna decisión importante, lo consulta con alguien?

D13: Noo... después le cuento a mi hija o a mi sobrina y mis hermanos, pero decido todo solo no más.

E: ¿Y se reúne con gente de su edad, participa en algún grupo?

D14: Sii, voy de repente a algunas reuniones, o a tomar té con las viejas y hay unos viejos ahí también y a veces jugamos a las damas, a la lota,

tomamos once, se conversa, se pasa bien, pero eso es una vez a la semana... antes era más seguido.

E: ¿Usted cree que el programa cambió algo en usted, le sirvió, no le sirvió?

D15: Si me sirvió poh, no ve que me dieron la pensión, la leche, todo eso... conocí gente buena también, hice amigos...y la gente de la muni... gente que se preocupa, que lo vino a ver cuando habían reuniones...estoy menos solo ahora, así que ojala que hagan más reuniones y siga esto que le hace bien a los viejos... en el verano nos sacan a pasear a la playa, a todos lados poh... así que yo diría que si me sirvió.

E: Ya, don Diego me alegro de que el programa le haya servido tanto, ha sido un gusto conocerlo.

D16: No poh, para mí el gusto de que lo vengán a ver a uno

E: Muchas gracias por su tiempo don Diego

D17: que agradece mijita, si no hice na ma que hablarle na más poh (se ríe)

E: Si, pero la conversación fue súper entretenida y nos va a servir mucho para el estudio...Ya don Diego...cuídese mucho.

D18: Igualmente.

(Nos despedimos con un abrazo)

ENTREVISTA SUJETO 8: RITA

INTRODUCCION

E: Hola, buenas tardes, nosotras somos alumnas de psicología de la universidad Academia de Humanismo Cristiano y estamos una investigación de los usuarios que egresaron del Programa Vínculos y nos gustaría conversar con usted, y realizarle algunas preguntas. ¿Está usted dispuesto a conversar con nosotras un momento?

R: Si del Vínculos, pasen nomás.

E: ¿Le incomoda que ocupemos una grabadora?, lo que pasa es que usted sabe que la memoria es media frágil, entonces con esto no se nos escapa ningún dato que usted nos aporte, ahora si le molesta la apagamos nomás no hay problema.

R: Noo...ocupe nomás

DESARROLLO ENTREVISTA SUJETO 8: RITA

E: Señora Rita: ¿qué edad tiene usted?

R1: 68 años tengo... pero me veo más vieja...

E: ¿Y cómo llegó al Programa Vínculos usted?

R2: Uhh... yo vivía en la calle, acá en San Bernardo... y de la muni nos fueron a ver unos chiquillos pa' invitarnos a una junta... y nos hablaron de

las cosas que nos podían dar y nos preguntaron cosas... que por qué estaba en la calle... y yo les conté poh...

E: ¿Y por qué estaba en la calle usted?

R3: Mmm... mire por el trago poh, yo perdí todo,... familia, todo... pero aquí me ayudaron mucho y ahora puedo tener mi piecita... me dieron pensión, me dan la leche en el consultorio... todo poh... con esa platita pago acá y todo por esto.

E: ¿Entonces le ha servido el programa a usted?

R4: Si poh, me cambió todo poh, si yo antes estaba en la calle y tomaba, y juntaba unos pesos pidiendo... y yo antes no era así... tenía mi casa, mis hijos, mis cosas, todo poh... me da pena acordarme pero ya pasó...y estoy acá ahora... los chiquillos se han pasado pa' buenos, na' que decir...

E: ¿Cuál fue su primera impresión cuando llegaron a verla?

R5: Yo dije estos son los típicos que reparten comida, café y eso... pero no entendí mucho al principio y después cuando fui y vi a toda la gente, vi que parece que servía, por todas las cosas que nos iban a dar poh... lo encontré bueno... eso poh.

E: ¿Y cómo fue su experiencia ahí?

R6: Mire, yo al principio como le dije, como que no quería mucho, pero ya estaba cansada de estar en la calle... aunque habían cosas buenas

también, pero esto era diferente, porque me daban todo para vivir como la gente, su piecita, las cosas, la cama, mesa, sillas, una estufa pal' frío, todo lo que uno necesita... me sacaron el carnet también, que no tenía, así que contenta por todo eso poh... los niños de la muni son buenos con los viejos...

E: ¿Y cómo se siente ahora usted, con todo lo que consiguió con el programa?

R7: Pff... bien pue'... si de no tener nada ahora tengo todo, humilde pero tengo, así que me siento bien y más acompañada por los chiquillos y la señora Anita... porque estaba muy sola poh si con la familia no hay contacto, no los veo... y acá hice amigas... y hablábamos de todo, también salimos y tomamos once en la semana en la sede, así que nos juntamos al pelambre... (Se ríe).

E: Oiga señora Rita ¿y cómo se ve a sí misma usted?

R8: Ehh, ¿cómo? ¿Cómo soy yo?

E: Si ¿cómo es usted?

R9: Bueno yo... yo siempre fui un poco diferente a los demás y me perdí un tiempo y no supe de mi, pero ahora que estoy vieja estoy tranquila, pasé por muchas cosas, muchas penas y ahora estoy bien, me río con la gente, disfruto más... porque me queda poco tiempo creo yo...

E: ¿Y de usted misma qué me puede decir, cómo se encuentra usted?

R10: Yo ahora me encuentro bien, porque pude salir adelante... no sola pero pude y eso le puedo decir... no sé qué más... es difícil decir como esta uno... no se me ocurre...

E: ¿Pero qué cosas le gustan de usted por ejemplo?

R11: Mmm... que... que soy firme, no sé, que soy buena pa' hablar con la gente, ahora que tengo las reuniones con las otras viejas conversamos y nos reímos, eso me gusta.

E: ¿Y qué cosas no le gustan?

R12: Que soy enojona... si antes era muy rebelde, peleadora y por eso me quedé sola también poh... bueno, aparte de las malas juntas y las mañas poh, porque en la calle hay de todo... eso no me gusta pensar como fui mucho tiempo...

E: ¿Y tiene algún proyecto, algo que quiera hacer?

R13: Si Dios quiere, no sé que me de vida pa' hacer las cosas que no hice en mucho tiempo... no sé, me gusta salir con las otras personas del grupo de la tercera edad,... me gusta estar aquí en mi piecita, con mis cosas, eso poh, estar tranquila ahora... cuando uno tiene un techo está mejor yo creo...

E: ¿Y hay algo que le dé miedo a usted?

R14: Morirme... un poco... no sé... que sea rápido y sin dolor, no quiero estar sufriendo ni siendo carga de nadie... eso no me gustaría... si me

voy, que sea sin sufrimiento, pero nada más... perdí el miedo a muchas cosas... aunque nunca fui miedosa...

E: ¿Y como se ve ahora es diferente a como se veía antes, o sea después del programa?

R15: Si poh, si yo era otra persona, pasaba tomando todo el día, ahora ya no tomo, un día tome, porque estoy en tratamiento también, que me consiguieron los chiquillos, y como ya no estoy en la calle no tomo como antes, tengo mi pieza y ya no quería eso, pero es difícil, pero soy otra persona, nunca es tarde poh... ahora estoy bien, me siento bien.

.E: ¿Y aquí con quién vive usted?

R16: Con la señora Anita, dueña de la casa, que me cuida y se ayuda... que me arrienda la pieza y yo le pago de la pensión que me dieron... ella es sola también así que nos acompañamos y ella me cuida hartito, es buena conmigo...

E: ¿Y usted administra su platita?

R17: Noo, la plata me la tiene la señora Anita, no ve que estoy en tratamiento y no me dejen tener la plata poh, pa' que no me la tome... (Se ríe)... la señora Anita me la tiene y me compra las cositas, la comida... eso... me da almuerzo también y me lleva a las reuniones, me lleva al consultorio, es como una hija que no tuve...

E: ¿Y ella es pariente suyo?

R18: Noo, ella no es pariente... ella arrendaba piezas y trabaja en una casa a veces, pero me cuida no más, no es nada mío de sangre, pero es buena y me cuida...

E: ¿Y usted que cosas hace en la casa, cómo es un día suyo?

R19: Bueno, me levanto temprano y tomamos desayuno... y vemos tele en la mañana el matinal del 7, yo le ayudo a veces a cocinar a la señora Anita, en lo que puedo poh, pero sentadita no más... a veces la acompaño a comprar cerca de aquí, pa' mover las piernas un poco... bueno cuando hay reuniones en la sede voy en la tarde pa' allá y tomamos tecito, con galletas, algunas señoras hacen queque... lo que haya poh'... y ahí nos reímos y conversamos...hay días que iba a lo del tratamiento, pero ya voy menos, porque ya estoy bien, voy a controles y me lleva la señora Anita, pero yo sola no ando ya... siempre me lleva ella... no le digo que estoy vieja ya... no me deja salir sola y tampoco me atrevo... pa' que po...

E: ¿Y si tiene que tomar alguna decisión importante, lo consulta con alguien?

R20: Si poh, con la señora Anita, pero ya no es mucho lo que se decide... son cosas chicas y las hablo con ella... ella me lleva pa donde quiero ir, a hacer trámites a la muni, o los chiquillos también, pero sola no ando...

E: ¿Y cuénteme señora Rita, usted se reúne seguido o no, con otras personas de su edad?

R21: Mire nos juntamos... como le dije, unas dos ó tres veces a la semana... y antes yo nada...si pasaba sola en la calle con alguna gente que vivía en la calle no más, pero de ellos no supe más... ahora con las señoras que van a la sede no más... otras hacen gimnasia pero yo no porque me duelen los huesos, pero ahí converso y me entretengo.

E: ¿Y tiene amigos ahí?

R22: Mire es gente simpática y otras señoras no tanto, pero si me llevo bien con algunas viejitas iguales que yo... (Se ríe)... hay pocos hombres pero hay unos que cuentan chistes y uno se ríe, se hacen amistades...

E: ¿Y algún pololo, tiene?

R23: Noo, si uno no está en edad ya po... eso ya pasó... no estoy pa aguantar hombres con mañas... noo... (Se ríe).

E: ¿Y qué piensa usted de la gente que opina que los adultos mayores no pueden tomar decisiones o que son pasivos?

R24: Mire, algunos tiene razón, porque uno está viejo y no se puede mover mucho, pero otros no... yo no porque me porté mal y me enfermé... por el trago, pero otros están re bien... aunque la juventud a veces no respeta a los viejos como uno... eso es malo poh... porque los viejos se sienten mal, y no porque uno esté enfermo lo van a pasar a llevar... deberían preocuparse más por los mayores.

E: ¿Y que piensa usted de la participación de los adultos mayores en la comunidad?

R25: Yo creo que está bien, uno se junta en un grupo, se hace amigos... que salen a pasear y ahora como que la gente se preocupa más por hacer actividades pa' los viejos, las reuniones, los paseos pa la tercera edad... eso no había antes, y eso es bueno, pa' que la gente como uno participe...si así les dan cosas, la leche, comida... míreme a mí, ahora tengo hasta casa, me cuidan... qué más.

E: Entonces está contenta...

R26: Si...estoy agradecida de toditas las personas que me han ayudado, si míreme estoy súper bien poh.

E: Señora Rita, muchas gracias por conversar con nosotras, de verdad gracias por su tiempo

R27: Que agradece, si soy yo la agradecida. (Nos despedimos con un abrazo)

ANEXO 2:

ESQUEMA METODOLOGIA

DE APOYO PSICOSOCIAL

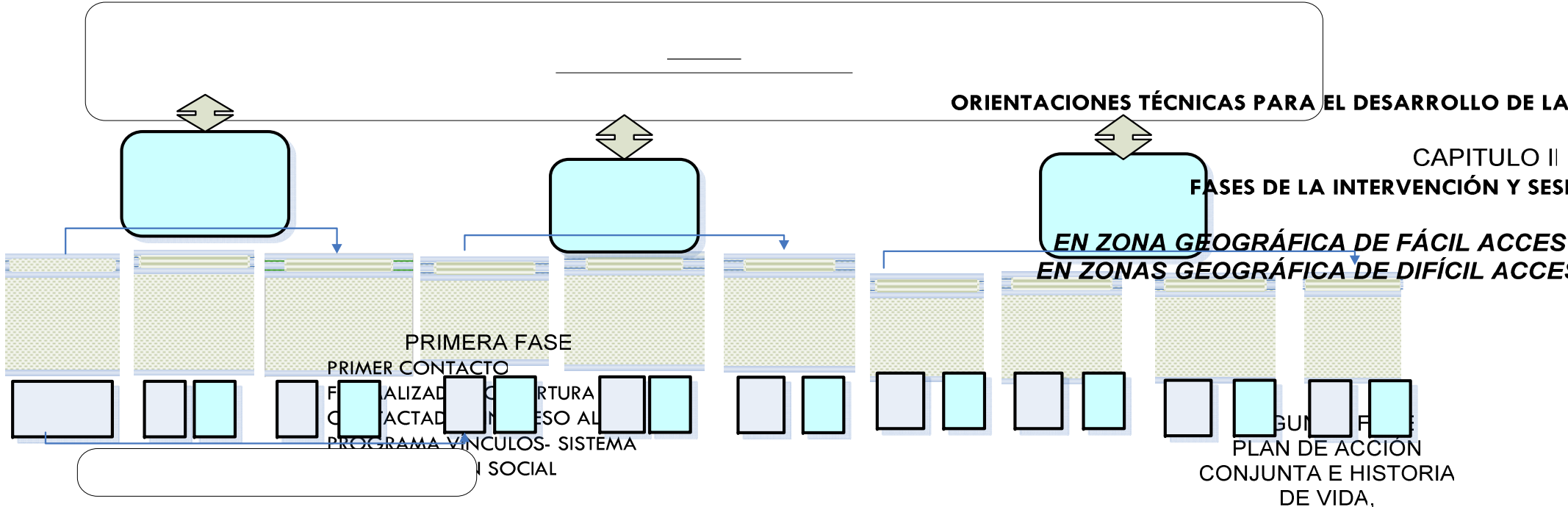
PROGRAMA VINCULOS

ORIENTACIONES TÉCNICAS PARA EL DESARROLLO DE LA

CAPITULO II

FASES DE LA INTERVENCIÓN Y SESIONES

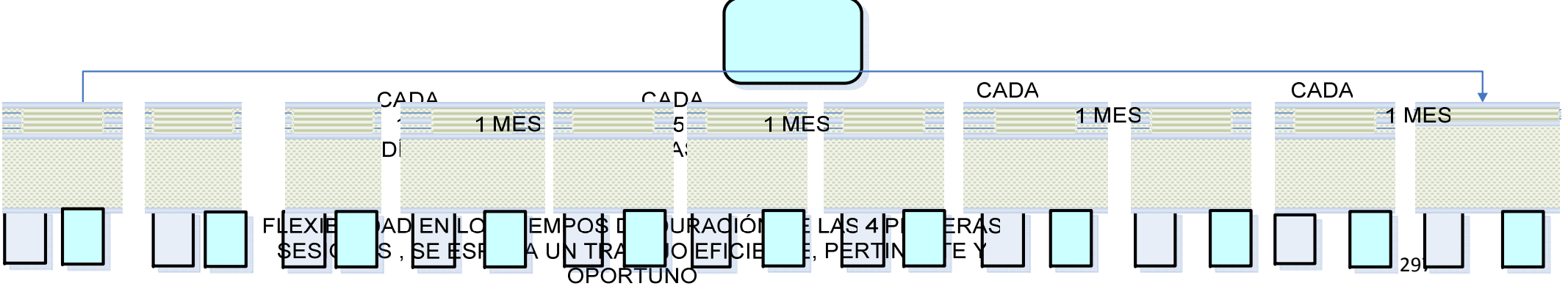
EN ZONA GEOGRÁFICA DE FÁCIL ACCESO
EN ZONAS GEOGRÁFICAS DE DIFÍCIL ACCESO



PRIMERA SESIÓN

INVITACIÓN A PARTICIPAR

OTRAS NECESIDADES IDENTIFICADAS POR LAS PERSONAS MAYORES



ANEXO 3:

**HERRAMIENTAS
PSICOSOCIALES DESDE LA
METODOLOGIA DE APOYO
PSICOSOCIAL
IMPLEMENTADA EN EL
PROGRAMA VINCULOS**

Las herramientas psicosociales potenciadas por el programa vínculos a los adultos mayores usuarios, son trabajadas a través de una metodología de apoyo psicosocial, de esta manera autoimagen, vinculación y autonomía son tratadas por medio de sesiones individuales (apoyo psicosocial personalizado) y sesiones grupales (apoyo psicosocial grupal), las que se describen a continuación:

SESIONES INDIVIDUALES Y GRUPALES DE AUTOIMAGEN

Sesión 5: Valoración de la Historia de Vida y Habilidades de la Persona Mayor

Sentido de la sesión

Esta sesión busca que la persona mayor descubra e identifique en su propia historia de vida el potencial que tiene para enfrentar distintas situaciones vitales (como por ejemplo dificultades), y que logre percibirse a sí misma no sólo como una persona que tiene problemas, sino también como una persona que posee recursos para enfrentar distintas problemáticas.

Objetivos

- ✓ Entregar copia de PAC a la persona mayor y reforzar los acuerdos.
- ✓ Identificar habilidades sociales de la persona mayor para

relacionarse con otros (servicios y personas claves) a través de la conversación sobre hitos de su historia de vida.

- ✓ Identificar las habilidades sociales que apoyan el cumplimiento de los acuerdos del PAC.

Productos y Resultados al terminar la sesión

- ✓ Establecer una primera conversación en torno a hitos o situaciones en la vida de la persona mayor que potencian o fortalecen sus relaciones sociales, con servicios (red) y persona/s clave/s (priorizar 3 hitos).
- ✓ Habilidades sociales identificadas y reconocidas como recursos para el cumplimiento de los acuerdos de trabajo.

Materiales de apoyo a sesión

- ✓ Ficha Individual con los datos disponibles ya registrados.
- ✓ Guía para introducirse en la historia de vida.
- ✓ Cuadro de apoyo para identificar las habilidades sociales.

Tiempo de duración sesión: Mínimo 60 minutos y máximo 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual para disponer de información actualizada acerca de la situación y necesidades de la persona y el avance de la gestión realizada por monitor/a. Luego, debe

ingresar la información pertinente al Módulo Vínculos (www.programavinculos.cl).

Desarrollo de la sesión (pasos o actividades)

1. Preparar la sesión: Considerar información anterior que se haya registrado en la Ficha Individual y las orientaciones metodológicas y recomendaciones para esta sesión, con el propósito de orientar los contenidos de esta sesión de manera más adecuada.
2. Llegada al domicilio de la persona.
3. Saludo y acercamiento a las Personas Mayores.
4. Recuerdo y repaso de la sesión/visita anterior.
5. Explicación del motivo de la visita.
6. Entrega del PAC.
7. Entable una primera conversación en torno la historia de vida de la personas, seleccionando 3 hitos o situaciones en la vida en las que haya tenido que poner en juego sus habilidades sociales. Al finalizar el ejercicio refuerce especialmente aquellas que sirvan para potenciar o fortalecer sus relaciones sociales con servicios (red) y personas claves (priorizar 3 hitos).
8. Revisar y llenar en conjunto con las personas mayores el cuadro sugerido para la identificación de habilidades sociales. Ver cuadro de áreas y habilidades sociales.

9. Focalice la conversación en torno a una o dos habilidades sociales que aportan al PAC y refuércelas asociándolas a los acuerdos.
10. Registrar los hitos, hechos, actitudes observadas y/o detectadas a través de la conversación con las personas mayores.
11. Cierre de la sesión en el domicilio y establecimiento de compromiso de fecha y hora de visita siguiente, según establecido como compromiso de acuerdo a metodología por zona geográfica.
12. Para el/la Monitor/a comunitario la sesión se cierra una vez ingresada información en el Módulo Vínculos (www.programavinculos.cl).
13. Registro de la información obtenida en instrumentos indicados.
14. Seguimiento de trámites para el acceso del usuario/a a las prestaciones.

Orientación metodológica / recomendaciones para familias unipersonales

Esta es una sesión con un grado de dificultad mayor que las anteriores, dado que explora aspectos más íntimos de la persona mayor, tales como las habilidades que reconoce de sí misma y la relación de éstas con su propia historia de vida.

Para facilitar la comprensión de los productos esperados de esta sesión, se propone dividirla en tres momentos:

Primer Momento: *Entrega del PAC, refuerzo de los acuerdos.*

Segundo Momento: *Identificación y refuerzo de habilidades sociales que aportan al PAC.*

Las habilidades sociales identificadas y reconocidas por la persona mayor juegan un doble rol en la metodología. Por un lado, tienen un carácter instrumental, porque se interpretan como recurso que aportan al cumplimiento de los compromisos y el PAC. Por otro lado, es estratégico porque cuando la persona mayor identifica y valoriza sus habilidades se pueden facilitar procesos de acercamiento a otras personas, su vinculación comunitaria y su autonomía.

Las habilidades sociales son conductas que se aprenden y son necesarias para vincularnos con otras personas de modo más efectivo y satisfactorio. Algunos ejemplos de ellas son: hacer una petición, responder a un saludo, manejar un problema con un/a amiga/o, empatizar o ponerse en el lugar de otra persona, hacer preguntas, expresar tristeza, expresar disgusto de manera adecuada, o decir cosas agradables y positivas a los demás.

El monitor comunitario inicia una conversación con la persona mayor con el propósito de identificar algunas habilidades. Apoyándose en la

cuadro de habilidades sociales, señala: “Le voy a nombrar algunas habilidades: ¿Cuáles le resulta más fácil poner en práctica?”.

Una vez identificadas dichas habilidades, focalice la conversación en una o dos, considerando especialmente aquellas que contribuyen a la realización del PAC y aportan a un plan de trabajo personal.

Otra pregunta de apoyo es: ¿Cuáles habilidades (sociales) son las que a usted le resultan más difíciles de poner en práctica?. ¿Por qué?.

Siguiendo con el ejercicio, en que la persona mayor identifica alguna habilidad que le resulte difícil poner en práctica, se propone establecer una conversación para reforzar la utilidad de contar con ella.

A continuación encontrarán un cuadro con un resumen de habilidades sociales ordenadas por áreas o ámbitos que facilitaran su identificación:

Cuadro Habilidades Sociales

Habilidades básicas de interacción social	Habilidades para hacer amigos	Habilidades conversacionales	Habilidades emocionales	Habilidades para enfrentar problemas	Habilidades para relacionarse con otros
Sonreír y reír	Alabar y reforzar a los otros	Iniciar conversaciones	Expresar autoafirmaciones positivas	Identificar problemas interpersonales	Cortesía

Saludar	Iniciaciones sociales	Mantener conversaciones	Expresar emociones	Buscar soluciones	Refuerzo
Presentarse	Unirse al juego con otros	Terminar conversaciones	Recibir emociones	Anticipar consecuencias	Conversar con otros
Hacer o pedir Favores	Dar o pedir Ayuda	Unirse a la conversación de otros	Defender los propios derechos	Elegir una solución	Solucionar problemas
Cortesía y Amabilidad	Cooperar y compartir	Conversaciones de grupo	Defender las opiniones	Probar la solución	Peticiones

Como se mencionó anteriormente, las habilidades sociales son conductas, y puede que la persona mayor ya cuente con ellas o desee fortalecerlas o simplemente quiera dejarlas de lado.

A su vez, al identificar estas habilidades sociales en su historia de vida permite profundizar en información sobre cómo obtuvo y cómo puso en juego aquellas habilidades, como también redescubrir algunas que se encuentran asociadas al pasado y que para la persona han perdido vigencia.

Las habilidades sociales juegan un rol central en la metodología. A modo de metáfora, se podía mencionar que las habilidades son las “palancas” para abordar la autoestima de la persona mayor.

Tercer momento: *Habilidades sociales e historia de vida.*

Establece una primera conversación en torno la historia de vida de la personas, seleccionando 3 hitos o situaciones en la vida en las que haya tenido que poner en juego sus habilidades sociales. Al finalizar el ejercicio, refuerce especialmente aquellas que sirvan para potenciar o fortalecer sus relaciones sociales con servicios (red) y persona clave/s (priorizar 3 hitos).

El/la Monitor/a comunitario/a, debe establecer una primera conversación en torno a la historia de vida de las personas mayores. Es un primer acercamiento a la historia de vida y tiene un carácter exploratorio, para luego, en la medida que la persona se sienta preparada, ir profundizando en temas personales, que sean relevantes para llevar adelante la intervención psicosocial.

Para facilitar la conversación puede guiarse por los principales hitos positivos que haya experimentado a lo largo de su ciclo vital: la niñez, la adolescencia y de la edad adulta temprana. De esta forma, el propósito de la revisión de vida es destacar aspectos positivos y rescatar buenas prácticas.

El propósito de abordarlo de la manera descrita anteriormente, es lograr que la persona realice una revisión de su vida como una reintegración de las experiencias del pasado al presente, que permitan dar más sentido a la vida actual. Es decir, se trata de traer al presente el significado de los eventos del pasado.

Cuando se revisa la vida, como un todo, proporciona a algunas personas un sentimiento de realización, de una existencia plena, de metas logradas; por lo que la etapa de la vejez, es mucho más satisfactoria, especialmente si aún durante su vejez perciben que están en crecimiento continuo, participando y siendo protagonistas de su propia vida. En estos casos, las personas mayores hablan de su vida con mayor entusiasmo. En otros casos, al hacer una evaluación del transcurso de la vida, se dan cuenta que no pudieron cumplir con su plan de vida y no sienten esperanza de lograr ciertas satisfacciones fundamentales; estas personas se resignan y pueden tener sentimientos de fracaso, ser propensas a sufrir de depresión o sentimientos de desesperación por el resultado de sus vidas.

Aquellos/as que de alguna manera han cuidado sus relaciones con otras personas y se han adaptado a los triunfos y fracasos inherentes al hecho de existir, pueden madurar gradualmente a través de la vida. Esto se denomina “la integridad del yo”, que implica la capacidad de reinventarse, evaluar el pasado y aceptar la vida que se ha vivido, sin mayor arrepentimiento por lo que se pudo haber hecho y no se hizo.

Para desarrollar dichos temas es necesario estar preparados para una óptima comunicación. Se debe considerar que todo el comportamiento, sea este verbal o no verbal, comunica. Esto significa estar atentos a lo que se verbaliza, gestos y postura corporal. Las personas mayores no deben percibir gestos o palabras de censura o prejuicios. Expresar

gestos de lástima o decir frases que conlleven un cuestionamiento valórico, tales como: *¿usted hizo eso...?*, *¿y no lo pensó...?*, son formatos que definitivamente se deben evitar.

Para desarrollar esta sesión se ha optado por la utilización de la narración como instrumento fundamental, a fin que las personas mayores expliquen sus vivencias a través de: su entorno, los personajes relevantes de su vida y en la etapa actual, hitos de su vida, enseñanzas que ha logrado experimentar a lo largo de su vida y percepción de los cambios que ha experimentado, considerando las siguientes etapas del ciclo vital:

- ✓ Niñez
- ✓ Juventud
- ✓ Edad adulta
- ✓ Adulthood mayor

Entorno: Abordar el entorno desde una perspectiva que permita visualizar a la persona cómo era en la etapa de la niñez, la juventud, la etapa adulta y en la adultez mayor. Solamente remitirse y dejar claro que se está visualizando cómo era su entorno y cómo es su entorno actual, dónde se localiza la historia en un lugar y un tiempo determinado.

Personas significativas o relevantes en su vida: Se trata de identificar las personas claves que han estado presentes y cercanas

en cada una de las etapas de la vida y que de acuerdo a lo vivido han logrado ocupar un sitio relevante. Lo anterior en un contexto de valor agregado, es decir, que en las otras sesiones ya se identificaron a las persona claves, sin embargo en la presente sesión se identifican dichas personas claves en un contexto, tiempo y espacio determinado de su vida.

Hitos de su vida: Entendido como elementos que se distribuyen en el tiempo como una cadena de causas y efectos, es decir, que dichos acontecimientos influyen, y en algunos casos determinan el comportamiento actual. Se sugiere, orientar la conversación hacia los aspectos positivos y por tanto, preguntar por aquellos momentos de su vida en que se ha sentido feliz, y luego, porqué se sintió feliz y por qué cree que dicho hito marcó su vida. Los hitos positivos que marcaron su vida y que recuerda como acontecimientos positivos, permiten avanzar y lograr lo que se propone en la actualidad. Es importante que el/la Monitor/a siempre rescate y apunte a los aspectos positivos. A veces no es tan evidente durante la conversación, por ello es necesario estar atento/a al discurso cuando denota mayor alegría, tranquilidad o repetición de una emoción en su relato.

Enseñanza que ha logrado experimentar a lo largo de su vida: Se trata de visualizar cuál es el desenlace de los esfuerzos que realiza para lograr sus metas. El/la Monitor/a ha colaborado para detectar o sintetizar dichos aprendizajes.

Siguiendo el relato de las personas mayores, él/la Monitor/a ayuda a organizar y dar sentido a aspectos relevantes de la historia de vida, saber si perciben sus avances y los cambios que ha experimentado a lo largo de su vida.

Los aspectos anteriormente abordados por él/la Monitor/a permitirá descubrir y fortalecer dos aspectos fundamentales:

- ✓ El modo en el que definen a sí mismo: Identidad.
- ✓ La construcción de la propia trayectoria: Rescate de lo positivo y sentido de la vida.

Identidad: Entendida como un conjunto organizado de significados personales en referencia a lo que somos, cómo hemos llegado a ser lo que somos y cómo esperamos o deseamos ser o cambiar en el futuro.

El hilvanar una historia que de sentido a la experiencia de vida, puede ser un aspecto fundamental en la construcción y posterior desarrollo de la identidad. La historia de vida, permite integrar significados sobre uno mismo y dota de significado a los cambios que se han experimentado ofreciendo un sentido de unidad (verse como un todo coherente en el espacio y en el tiempo) y de propósito (ver la vida presente como una progresión lógica desde el pasado y orientada hacia un futuro deseado).

La historia de vida recoge todas aquellas experiencias que, por algún motivo u otro, se consideran significativas en la trayectoria de vida y les da unidad y propósito: se convierte en **Identidad**.

De esta manera, él/la Monitor/a comunitario/a tendrá especial atención en la historia de vida narrada por las personas mayores, ante lo cual resultara más fácil comprender y orientarlas en la intervención:

- ✓ Sustenta una versión de “si mismo” de las personas mayores en la que se mantiene una cierta estabilidad. Establece un núcleo central que se mantiene a pesar que existan comportamientos diferentes en los distintos contextos en los que se desarrolla su historia de vida y de los cambios (a veces muy importantes) que han experimentado en el transcurso de los años.
- ✓ Proporciona una versión de la trayectoria de vida en la que los cambios y las transiciones no se producen al azar, sino que quedan explicadas como algo coherente y lógico, que tiene una razón de ser. Asimismo, ofrece vías de desarrollo futuro, metas, trayectorias posibles a seguir en los años siguientes.
- ✓ Identifica lo que es único en la trayectoria evolutiva. En la historia de vida se expresa un desarrollo de la persona que puede ser común al desarrollo de otros en algunos momentos, pero que, globalmente, muestra como se ha definido un curso de vida particular, único en cierto sentido. La historia de vida, como expresión de la identidad personal, es la que individualiza.

Los mayores que visualizan la etapa de la vejez como una trayectoria evolutiva, otorgan un peso decisivo al pasado en su autodefinición. El futuro se contempla a un plazo mucho menor y como una prolongación del pasado y presente, más que como un período en el que se deseen grandes cambios o aspiraciones radicalmente diferentes a lo que ya se tienen.

Además de obtener historias de vida, los relatos de los mayores -como huellas de la experiencia-, son una fuente fundamental de su significado y orgullo, y de su legado para futuras generaciones. La integridad conseguida a partir de la reflexión sobre lo vivido y su concreción en una historia de vida significativa, sería la tarea de la vejez.

Los procesos de reflexión de la vida en general, pueden ser una fuente de desarrollo:

- ✓ En primer lugar, aportan estabilidad y seguridad. Las personas mayores al reflexionar sobre su vida, les permite reelaborar el conocimiento que tienen de sí mismos, explicitar una idea clara de lo que son, además de ejemplificar cierto conocimiento fundamental sobre la sociedad.
- ✓ En segundo lugar, les aportara una pauta para optimizar su comportamiento y reflexionar sobre lo vivido, lo que les permitirá aprender del pasado, elegir las trayectorias futuras que creen

más prometedoras y gestionar mejor los riesgos y recursos que tienen para alcanzar sus metas.

- ✓ Los/as Monitores/as deben estar atentos, cómodos y con el tiempo suficiente. Las personas mayores deben percibir que los/as Monitores/as son profesionales dispuestos a trabajar con ellos.

Durante el relato de la historia de vida, existen ocasiones en que las personas mayores se pueden quebrar emocionalmente y expresarlo a través de cierto mutismo, llanto, repetición de relatos, entre otros. Esto es absolutamente normal, y no debe asombrar. Todos los seres humanos tienden a emocionarse cuando recuerdan algún hito de su vida que produjo gran alegría, dolor o rabia. El/la Monitor/a comunitario/a debe valorar el relato entregado por las personas mayores, palabras que estarán acompañadas de múltiples emociones. No pretenda evitar estas tensiones o posibles problemas que puedan ocurrir en una conversación. Invite al mayor a afrontarlos con delicadeza en búsqueda de respuestas.

Las emociones producidas por hitos positivos deben ser reforzadas y resaltadas con palabras y gestos de apoyo, aprobación y alegría.

Cuando las emociones por hitos negativos sean persistentes y el/la Monitor/a comunitario/a se da cuenta que las personas mayores no logran controlar la emoción y esto le produce gran dolor, es

fundamental acoger y sutilmente sugerirle la idea de tomar contacto con la especialidad según su demanda. De aceptar, el/la Monitor/a debe iniciar rápidamente los contactos para tratar ese problema o necesidad.

Es importante que cuente con la tranquilidad necesaria para contener en dicho momento a las personas mayores, ya que es probable que se encuentre más vulnerable o vivenciando algún tipo de crisis.

La crisis es un estado temporal de trastorno y desorganización, caracterizado principalmente por una incapacidad de las personas para manejar situaciones particulares utilizando métodos acostumbrados para la solución de problemas. Esto implica valorar en las personas aquellos aspectos que permanecen y que les hace movilizar para facilitar el cambio constructivo en la situación. Apoyar el enfrentamiento de la crisis, implica facilitar el control de los sentimientos o lo subjetivo de la situación y comenzar el proceso de solución de problemas.

Sesión 7: Autoimagen y presentación personal

Sentido de la sesión

Cuando la persona mayor vive sola o tienen muy pocas instancias para compartir con otros, a veces va dejando de lado ciertas prácticas de autocuidado que se han tenido durante la vida. No olvidemos que la autoestima se va nutriendo con la propia imagen que la persona mayor

tiene de sí, como la imagen que tienen los otros. Por otra parte, la sociedad en general trata a las personas como las ve, por ejemplo: si hay personas que tienen apariencia muy desmejorada o sucia, en general no son bien considerados para su atención. Esto se vuelve un obstáculo para la interacción con otros. Es por ello que esta sesión busca visibilizar pequeños logros que restituyan la confianza de la persona y le permitan avanzar en su inserción social.

Objetivos

- ✓ Contribuir al incremento de la autoestima de las personas mayores mediante el cuidado personal.
- ✓ Entregar herramientas y/o técnicas sencillas para su cuidado personal.

Productos y resultados al terminar la sesión

- ✓ Tener identificadas aquellas acciones de cuidado personal que la persona le interesaría mejorar.
- ✓ Que las personas mayores adopten a lo menos 2 prácticas que le permitan una mejoría en su imagen personal (higiene, vestuario, cuidado de las uñas, maquillaje en el caso de mujeres, etc.).

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Ficha Individual.

- ✓ Información sobre cuidados de nuestro cuerpo, incluidas en el desarrollo de esta sesión.
- ✓ Registro del orden de las sesiones individuales.

Tiempo de duración sesión: Mínimo 60 minutos y máximo 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual para disponer de información actualizada acerca de la situación y necesidades de la persona y el avance de la gestión realizada por monitor/a. Luego, debe ingresar la información pertinente al Módulo Vínculos (www.programavinculos.cl).

Desarrollo de la sesión (Pasos o actividades)

1. Llegada al domicilio de la persona.
2. Saludo y acercamiento a las personas mayores.
3. Recuerdo y repaso de la sesión/visita anterior.
4. Explicación del motivo de la visita.
5. Conversación sobre el cuidado del cuerpo, motivándole a relatar las acciones que para ello realiza, o bien para estimular a que lo haga.
6. Establecer el compromiso de desarrollar, a lo menos, 2 prácticas que ayuden a las personas mayores a mejorar su imagen y cuidado personal.

7. Cierre de la sesión en el domicilio y establecimiento de compromiso de fecha y hora de visita siguiente.
8. Registro de la información obtenida en la Ficha Individual.
9. Para el/la Monitor/a comunitario la sesión se cierra una vez ingresada información en el Módulo Vínculos (www.programavinculos.cl).

Orientación metodológica / recomendaciones para familias unipersonales

La conversación durante esta sesión, tiene que ver con la autoimagen, autoestima y aceptación de la etapa de la vida en que se encuentran las personas mayores. Para abordar estos temas es necesario tener cuidado de no herir o plantear soluciones imposibles de implementar.

Se trata de estimular la aceptación del cambio para sentirse feliz, y se requiere transmitir a las personas mayores de que es capaz y que vale la pena.

La Sociedad Española de Geriátría y Gerontología, con la colaboración de la Organización Mundial de la Salud (OMS), ha desarrollado información dirigida a personas mayores con el objeto de ayudarlos a cuidar su cuerpo, aceptarlo, quererlo, y que a continuación ofrecemos su contenido para ayudar al desarrollo de esta sesión:

Puede leerlas en conjunto con las personas mayores, o bien, tratar los contenidos a través de la conversación. La idea es que vayan acordando, a lo menos, 2 prácticas que le acomoden y ayuden a mejorar su imagen personal.

CUIDAR NUESTRO CUERPO

Ahora que hemos vivido muchos cambios en nuestra vida, sabemos lo importante que es adaptarse a ellos para sentirnos bien. Y si de cambios hablamos, ¿qué decir de los de nuestro cuerpo?. Contemplando fotos antiguas vemos cuánto hemos cambiado. Nuestro cuerpo no es el mismo pero tenemos que conocerlo, cuidarlo y quererlo para sentirnos más felices.

Le vamos a ayudar a comprender los efectos del envejecimiento en su cuerpo y a conocer pautas adecuadas de conducta para cuidarlo y quererlo.

ACEPTAR QUE NO SOMOS JÓVENES

Mírese al espejo SIN COMPARARSE con nadie. Ni siquiera con usted cuando era joven.

Esas arrugas que ve, el cuello, los brazos... reflejan el paso del tiempo y, por tanto, también están ahí las HUELLAS de su vida: las alegres y las tristes.

Cada etapa de la vida tiene su forma y su expresión. La nuestra no

QUÉ HACER ANTE LOS CAMBIOS MÁS EVIDENTES?

LA PIEL

Con la edad, la piel pierde elasticidad, aparecen las arrugas. También aparecen manchas, ya que el pigmento que hay en ella se distribuye de manera irregular.

PARA CUIDARLA:

- Mantener una BUENA HIDRATACIÓN, bebiendo agua en cantidad suficiente usando cremas hidratantes, y teniendo una alimentación rica en vitaminas.
- Hay que PROTEGERSE DEL SOL, usando prendas de vestir adecuadas y utilizando cremas con protección solar. Los efectos beneficiosos del sol los tendremos simplemente por el hecho de caminar por la calle.

No dude en acudir al médico cuando una mancha de la piel crece, se modifica en su aspecto o cambia de color.

EL PELO

Las CANAS, no son un problema de salud, aunque la estética que se nos inculca, nos haga ocultarlas con frecuencia. Salvo excepciones, el uso de tintes para el cabello es inocuo y debe obedecer a una decisión personal, tanto en las mujeres como en los hombres.

Otro tanto cabe decir de la CALVICIE, casi exclusivamente masculina, un problema estético para algunos con pocas soluciones reales y bastante engorrosas.

Un consejo: antes de utilizar productos “milagro” o someterse a un tratamiento de cabello, CONSULTE siempre CON SU MÉDICO. Y si decide que ser calvo es natural, no olvide PROTEGERSE del SOL con un sombrero, gorra o similar.

LA TALLA

¿Por qué nos volvemos más bajos?

La TALLA DISMINUYE básicamente por dos motivos: porque nuestra columna vertebral se modifica y porque nuestra postura cambia, nos encorvamos un poco.

Para controlar estos cambios:

- Cuide que su ALIMENTACIÓN sea RICA EN CALCIO. Incluya en su dieta queso, leche, yogurt, almendras, pescado...
- CAMINE a buen ritmo, mejor en compañía, no menos de media hora diaria.
- Siga los CONSEJOS del MÉDICO. Si es mujer, ha de someterse a una REVISIÓN en la menopausia y cumplir el tratamiento para la osteoporosis, si lo necesita.

Podemos controlar el peso si ejercitamos nuestros músculos y nos alimentamos correctamente.

- Nuestro peor enemigo es la inactividad. Hay que adecuar la actividad a nuestra forma física y no dudar en consultar al médico.
- VIGILEMOS nuestro PESO y nuestra TALLA, hay que consultar periódicamente, y seguir los consejos de los profesionales. Tanto la delgadez como el sobrepeso y la obesidad son signos de malnutrición.

RECONOCERSE Y QUERERSE

Si después de leer todo esto se mira de nuevo al espejo es posible que nos veamos de otra manera, distintos pero no peores.

Hay que DESHACERSE de los COMPLEJOS y empezar a cuidarse y a practicar todo lo que ya sabemos. Si lo pone en práctica cada día se sentirá más atractivo/a.

Téngalo por seguro. Es capaz de hacerlo.

Sesión 14: ¿Qué entrego de mí al grupo? Valoración y autoestima

Sentido de la sesión

La idea que tenemos de nosotros mismos -autoimagen- y la valoración que hacemos de ella -autoestima- como personas en todas y cada una de sus dimensiones: pensamientos, sentimientos, comportamientos, actitudes, etc., son dos de los múltiples aspectos psicológicos que pueden cambiar cuando una persona llega a la vejez y que suponen un factor importante para la adaptación a un período vital.

La valoración y el aprecio que uno/a tiene de sí mismo/a en la vejez depende de cómo se percibe la propia realidad personal que depende en esta época de múltiples factores, en especial si estamos frente a personas afectadas por la pobreza, la pérdida de capacidades físicas y transformación de roles. Sin embargo, la realización de un comportamiento no sólo depende de las capacidades que cada sujeto tenga (condición psicofísica), sino de la evaluación que realice de ella. Lo anterior, también se ve retroalimentado por como los otros reciben esta imagen.

Compartir en grupo las habilidades y competencias que tiene cada persona refuerza en forma positiva su autoestima.

Objetivos

- ✓ Reconocer en los participantes del grupo sus principales habilidades y competencias para compartir con otros.
- ✓ Reforzar la autoestima positiva en las personas mayores.

Productos y resultados al terminar la sesión

Que los integrantes del grupo puedan reconocer:

- ✓ Logros personales.
- ✓ Experiencias positivas en que participaron.
- ✓ Condiciones personales que estuvieron presentes en esos logros.
- ✓ Que cada integrante del grupo haya identificado alguna habilidad o competencia que sea un aporte para el grupo (registrar al menos una).
- ✓ Que los integrantes del grupo reconozcan las diferencias personales y las valoren.

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Hoja de registro de asistencia al encuentro.
- ✓ Materiales según selección de contenidos de la sesión.
- ✓ Servicio de café.

Tiempo de duración sesión: 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual, y verificar que todos los participantes hayan firmado el registro de asistencia. Luego, debe ingresar la información al Módulo Vínculos.

Orientación metodológica / recomendaciones

Reforzar Autoestima

Un tema crítico para el programa es la valoración que hacen de sí mismos los usuarios/as. El proceso de envejecimiento y la situación de pobreza en que se encuentran las personas mayores, muchas veces merman la estima personal, como también así algunas situaciones a las que han estado expuestos (maltrato, abandono, etc.) traen aparejadas sentimientos de menoscabo de los cuales es difícil salir.

Por tanto, para tratar el tema de el autoestima, se deben tener presentes aspectos como el *reconocimiento de cualidades y debilidades, reconocimiento de habilidades y competencias para relacionarse con otros, la valorización de sí mismo y las potencialidades.*

A continuación se sugieren algunas actividades para abordar estos temas.

Primero el monitor promueve una conversación sobre los aspectos personales positivos.

Se propone utilizar la *Lluvia de ideas para abordar las condiciones personales positivas*

Sugerencia de preguntas para el ejercicio:

- *¿Qué cree usted que es lo mejor que ha logrado a lo largo de su vida?*

- *¿Qué logros personales puede relatar como lo más significativo?*

- *¿Qué experiencia de vida lo ha marcado significativamente?*

- ¿Qué aptitudes tuyas son las que favorecen las buenas experiencias?

- ¿Qué habilidades personales tiene para aportar a este grupo?

Considerando las intervenciones de los participantes el monitor introduce el concepto de autoestima:

<i>Autoestima</i>

Es el acto de valorarse y quererse a uno mismo. Sentido de valoración y aceptación personal, que implica valorar nuestra manera de ser, quienes somos, el conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad.

La autoestima se desarrolla a partir de la interacción con los otros y de los estímulos que el medio social proporcione. De ahí la importancia de incorporar este elemento en los encuentros grupales, ya que es en espacios como estos en que las personas pueden *identificar sus potencialidades* compartiendo con otros sus experiencias de vida.

Recomendaciones para mejorar la autoestima

La autoestima se puede cambiar y mejorar. Por tanto la función de el/la Monitor/a Comunitario/a es facilitar el mejoramiento de la autoestima de las personas mayores a través de algunas recomendaciones y ejercicios, que si se practican cotidianamente tienen un efecto positivo en la vida de las personas.

Las recomendaciones acerca de cómo lograr una buena autoestima deben ser conferidas a las personas mayores a través de la conversación o de ejercicios lúdicos como alguno de los siguientes:

Dinámicas y Actividades de Autoestima

Las siguientes dinámicas y actividades de autoestima son para ser jugadas y no para ser sufridas. Nada de lo que se haga por vía del esfuerzo podrá superar lo que haga por inspiración con alegría y libertad. No hay manera de hacerlo mal, si se mantienen fieles a la instrucción y se aseguran de sentir una emoción positiva. Lo principal es que se las considere como juegos que construyen y se diviertan en el proceso.

Con esa consigna es que el/la Monitor/a Comunitario/a debe proponer la práctica de cualquiera de los ejercicios siguientes, los que pueden practicarse en parejas o grupos, de acuerdo al criterio de los responsables del encuentro.

1. La racha de apreciación.

Esta actividad consiste en identificar situaciones o elementos que tenga valor para las personas. Cada uno debe proponerse encontrar al menos 5 situaciones o elementos que aprecie. Si se quiere las pueden escribir.

La intención es que se logre cambiar la manera de ver la vida y se aprecie cada vez a sí mismo.

A continuación se describen algunos ejemplos de cosas que pueden apreciarse:

- Puedo sentarme en mi cuarto y observar lo que me rodea. “Me gusta esta cama, disfruto este silencio, me gusta como ladra aquel perro, la temperatura es perfecta, ese libro es genial, la música de un determinado cantante es buenísima, este es mi pantalón preferido, disfruto este ejercicio...”.

- Puedo apreciar a una persona en su presencia o su ausencia. “Me gusta tu sonrisa, aprecio cómo te vistes, valoro mucho lo que me dijiste aquella vez, eres honesta, simpática y linda, aprecio que buscas siempre la justicia, tu mirada es transparente, vistes muy alegre, siento tu energía constructiva, siempre andas buscando algo mejor...”.

- Escribo una lista de características que aprecio de mí mismo. “Soy bien intencionado, soy responsable, me gusta mi pelo, soy capaz de amar, soy bueno en las matemáticas, sé ahorrar por poco que sea, conduzco bien, cuido las plantas con cariño, acepto mis debilidades, disfruto la compañía de mis amigos, lavo los platos muy bien...”.

2. Nueve momentos

Esta actividad consiste en hacer una lista de 9 momentos de la vida en que se ha tomado una decisión, asumiendo el control de la vida.

Por ejemplo:

- “Aquella vez que le dije a mi padre que yo quería dejarme crecer la barba, cuando me alejé de mis amigos porque queríamos cosas diferentes; el momento en que corté con aquella novia porque exigía toda mi atención; cuando decidí que ya era hora de cambiar...”

El responsable de la actividad debe intencionar la respuesta de las siguientes preguntas:

- ¿Pueden recordar la emoción que sintieron en cada uno de esos momentos?

- ¿Pueden permitirse sentir esa emoción ahora - sentirse así en este instante?

El monitor de la actividad debe indicar a los participantes que si se sienten bien han identificado algo bueno; y si se sienten mal, lo sueltan y buscan otro ejemplo que les haga sentir bien. Lo importante es traer al presente esas emociones tan positivas.

3. Las nueve cosas que me gustan

Esta actividad consiste en describir nueve cosas que les guste mucho hacer y explicar las razones por las que se permitirá seguir haciéndolas.

Por ejemplo:

- “Disfruto el aire, el sol y la naturaleza, es un buen ejercicio, me relajo y olvido el mundanal ruido. Lo seguiré haciendo porque me gusta, me da la gana y me lo merezco”.

- “Me gusta hacer ejercicio. Voy a asistir a clases en la municipalidad y trabajar con mi cuerpo. Me fortalece, me flexibiliza, me da un espacio de meditación, un encuentro conmigo mismo. Me gusta...”.

4. Mis nueve sueños

Esta actividad consiste en describir nueve momentos en que se ha realizado un sueño – pequeño o grande – y la emoción que se sintió al verlo realizado.

Algunos ejemplos son:

- “Cuando hace veinte años hice ese viaje para visitar a mis familiares. Recuerdo que jugábamos a las cartas, bailábamos y hasta me bañé en el río. Me sentía acompañado y feliz”.

- “Cuando me propuse aprender a andar en bicicleta. Me sentía muy fuerte, saludable y hábil”.

- “La vez que decidí construir una casa en el árbol para mis hijos – qué inspiración tan buena, qué logro fue recolectar la madera y clavar esos clavos. Me sentía exitoso y capaz...”

El monitor de la actividad debe motivar las respuestas a las siguientes preguntas:

- ¿Puede permitirse sentir esa emoción ahora, en este instante?
- ¿Puede sentir esa energía y soñar ahora – por lo pronto algo pequeño y fácilmente alcanzable?

5. Dejar ir, soltar y liberar

Esta actividad consiste en describir nueve momentos en la vida en que se ha dejado ir algo y se ha sentido liberado. La intención es que la sensación de libertad, de liviandad, de soltura se pueda recrear en el instante de la actividad.

Algunos ejemplos:

- “Cuando dejé ir a mi primer esposo que murió y me quedé con cuatro hijos. Lo recuerdo con cariño, pero lo dejé ir en paz. Fue liberador”.
- “Cuando dejé de tomar alcohol, me costó muchísimo, pero finalmente lo dejé porque me estaba haciendo daño a mi y a mi familia”.

Este ejercicio de autoestima permite re-crear en el presente la sensación de libertad, de fortaleza interior y de desapego tan importante para elevar la autoestima.

El monitor de la actividad debe motivar la respuesta a las siguientes preguntas:

- ¿Puedo imaginar que soy capaz de liberarme de otras cosas que me atan o limitan en este preciso momento?

- ¿Puedo permitirme imaginar cómo me voy a sentir cuando suelte todo eso?

Sesión 15: Identidad Personal y Sentido de Vida

Sentido de la sesión

Conservar intacto el sentimiento de continuidad de la propia vida, a pesar de las pérdidas relacionadas con el proceso de envejecimiento, es una de las tareas en esta etapa de vida.

Está muy difundida, hoy, en efecto, la imagen de la vejez como fase descendente. Se trata, sin embargo, de un estereotipo que no corresponde a una condición que, en realidad, está mucho más diversificada, pues las personas mayores no son un grupo humano homogéneo y viven de modos muy diferentes.

Existe una categoría de personas, capaces de captar el significado de la vejez en el transcurso de la existencia humana, que la viven no sólo con serenidad y dignidad, sino como un período de la vida que presenta nuevas oportunidades de desarrollo y empeño. Y existe otra categoría — muy numerosa en nuestros días— para la cual la vejez es un trauma. Personas que, ante el pasar de los años, asumen actitudes que van desde la resignación pasiva hasta la rebelión y el rechazo. Personas que,

al encerrarse en sí mismas y colocarse al margen de la vida, dan principio al proceso de deterioro físico y mental.

Reflexionar y reconocerse como personas mayores que han vivenciado pérdidas, como también ganancias es el sentido de esta sesión. La persona no cambia en esencia por el paso del tiempo, sigue conservando aquellas características que la hacen ser lo que es. Trabajar este tema en forma grupal hace que las personas compartan y valoren los elementos comunes que hoy están viviendo.

Objetivo

- ✓ Reflexionar acerca del sentido de la vida en la vejez, a través del reconocimiento como personas mayores e identidad personal.

Productos y resultados al terminar la sesión

- ✓ Personas mayores reflexionan acerca de su sentido de vida, e identifican elementos comunes de la etapa que están viviendo.

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Hoja de registro de asistencia al encuentro.
- ✓ Materiales según selección de contenidos de la sesión.
- ✓ Servicio de café.

Tiempo de duración sesión: 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual, y verificar que todos los participantes hayan firmado el registro de asistencia. Luego, debe ingresar la información al Módulo Vínculos.

Orientación metodológica / recomendaciones

¿Cómo abordar el sentido de vida en la vejez?

La identidad personal y el reconocerse como personas mayores permite reflexionar acerca del sentido de vida en esta etapa.

La identidad personal es la capacidad que posee una persona para integrar su imagen y auto percepción a los actos que lleva a cabo cotidianamente. La identidad personal bien integrada presupone tener un conocimiento claro y preciso de las propias capacidades, intereses, actitudes, objetivos y valores. Es el saber quienes somos, reconocernos a lo largo de nuestra historia personal, estar a gustos con ello, el conocer qué queremos y luchar por obtenerlo dentro de las reglas que nos dictan nuestras propias normas y valores.

El/la Monitor/a Comunitario/a, en esta sesión, debe facilitar la búsqueda del sentido de vida en la vejez, que las propias personas manifiestan.

Para ello es necesario abordar la identidad de las personas mayores, tanto desde una perspectiva personal como grupal. El/la Monitor/a Comunitario/a, en esta sesión, debe *destacar la importancia de tener una*

imagen positiva de sí mismo y de reconocerse positivamente como personas mayores.

Se recomienda realizar algunas de las siguientes preguntas para abordar la identidad personal, y utilizar una técnica o dinámica que incorpore un espejo para los participantes, a quienes se les solicitará que cierren los ojos, sonrían, y luego los abran frente al espejo; se observen detenidamente y compartan con el grupo lo que ven. A continuación efectúe algunas preguntas orientadoras al grupo, entre las cuales les sugerimos:

- *¿Cuál es la característica personal que más lo identifica? (Aquel rasgo o aspecto de su personalidad por el que las otras personas lo reconocen).*

- *¿Cuáles son las características de las personas mayores? y ¿Cómo se siente siendo una persona mayor?*

Se recomienda incorporar a la conversación algunas preguntas sobre sus expectativas, proyectos y deseos, por ejemplo:

- *¿Qué hace o qué le gustaría hacer en esta etapa de la vida que le dé satisfacción o alegría?*

Es necesario reforzar aquellas conductas positivas que expresan las personas mayores para convertirlas en condiciones que facilitan el cumplimiento de las metas futuras. Para trabajar el tema, es necesario instalar en las personas mayores la convicción que esta etapa es una oportunidad para realizar todas las cosas que, por distintos motivos,

quedaron pendientes a lo largo de la vida. De esta forma se conceptualiza la vejez como una etapa en que es posible seguir creciendo y desarrollándose.

El/la Monitor/a debe recoger las respuestas de los participantes en un papelógrafo, y consultar a la asamblea sobre los elementos que observan comunes de las opiniones.

Sesión 17: Mitos sobre la vejez y el envejecimiento. ¿Qué es cierto y qué es falso?

Sentido de la sesión

Hay numerosos prejuicios negativos sobre las personas mayores que son, la mayor parte de las veces, compartidos por ellas mismas, por los profesionales que los atienden y por la sociedad en general. Estas creencias o mitos son apreciaciones valóricas, casi siempre negativas, asociadas fundamentalmente a limitaciones, pérdidas y falta de poder en los distintos ámbitos de vida de la persona mayor. Lo anterior, ocasiona formas de actuar sociales o individuales que perjudican su adecuada inserción social. Una de las principales causas de la aparición de estos mitos es la ignorancia, se desconoce lo que es envejecer, sus características y muchas veces se confunde el concepto con enfermedad, pasividad, entre otros.

Trabajar este tema en forma grupal va a permitir compartir entre las personas mayores cuáles de estos mitos son los que reconocen y los que

están más presente en su vida, así como generar estrategias para ir abordándolos.

Objetivo

- ✓ Conocer y reflexionar acerca de las falsas creencias o mitos existentes respecto a la vejez.

Productos y resultados al terminar la sesión

- ✓ Que conozcan cuáles son los mitos asociados a la vejez.
- ✓ Qué conozcan por qué aparecen estos mitos.
- ✓ Qué identifiquen cuáles son los mitos que más están presentes en su vida cotidiana.
- ✓ Que reconozcan a partir de su vida cotidiana las estrategias que han ido utilizando para cambiar dichos mitos.

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Hoja de registro de asistencia al encuentro.
- ✓ Materiales según selección de contenidos de la sesión.
- ✓ Servicio de café.

Tiempo de duración sesión: 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual, y verificar que todos los participantes hayan firmado el registro de asistencia. Luego, debe ingresar la información al Módulo Vínculos.

Orientación metodológica / recomendaciones

¿Cómo abordar los Mitos y Prejuicios asociados a la vejez?

La vejez está unida a una multitud de falsas creencias y contracciones por lo que el proceso de envejecer puede convertirse fácilmente en una serie de profecías autocumplidas. Con frecuencia las personas mayores se convierten en víctimas de las ideas preconcebidas o estereotipos, sobre cómo se supone que deben actuar o reaccionar.

Para que las personas mayores cambien su comportamiento y actitud frente a esas creencias el/la Monitor/a Comunitario/a debe referirse a los mitos como falsas creencias que hacen que la vejez sea vista como una etapa negativa, es decir, vejez, es igual a deterioro; enfermedad, es igual a pérdida.

El/la Monitor/a Comunitario/a, en esta sesión, debe proporcionar información acerca de los mitos y estereotipos sobre la vejez y los lineamientos para cambiar dichos mitos.

Se recomienda realizar algunas de las siguientes preguntas que ayudarán a abordar este tema:

- *¿Cómo cree usted que son vistas las personas mayores?*

- *¿Existen prejuicios en torno a la edad de las personas?*

Si entre las opiniones vertidas se menciona algún mito, el/la monitor/a debe trabajar en torno a ese tema. Si no se menciona ninguno, el monitor puede referirse a alguno de los mitos que se expondrán más adelante. Sin embargo, es necesario explicar claramente, que los mitos que se expondrán son falsas creencias, pero que es bueno reconocerlos para no reproducirlos y evitar actuar en concordancia con ellos.

Alguno de los mitos asociados a la vejez y el envejecimiento son:

- *Las personas mayores son como niños.*

- *Todas las personas mayores se parecen.*

- *El hombre y la mujer envejecen de la misma manera.*

- *Las personas mayores no tienen nada que aportar.*

- *Las personas de edad son una carga económica para la sociedad*

SESIONES INDIVIDUALES Y GRUPALES VINCULACIÓN

Sesión 8: Habilidades para comunicarse

Sentido de la Sesión

La persona mayor que tiene pocas posibilidades de interacción con otros, lo que puede influir en que no posea información vigente, lo que presentaría mayores obstáculos para comunicarse, a diferencia de aquellos que tienen una práctica permanente de relación con el entorno. Esta sesión busca nivelar a la persona mayor respecto a las habilidades comunicacionales trabajando con ella pequeñas metas que vayan mostrando su interés por estar incluido en la sociedad.

Objetivos

- ✓ Reconocer estilos de comunicación que obstaculizan y facilitan la comunicación con otros.
- ✓ Entregar herramientas que permitan adoptar estilos de comunicación adecuados para la relación con otros.
- ✓

Productos y resultados al terminar la sesión

- ✓ Que las personas mayores puedan identificar conductas asertivas, no asertivas o agresivas en su forma de comunicarse. (¿Qué digo que no le cae bien a la gente?).
- ✓ Que las personas mayores identifiquen aquellos gestos, posturas corporales, muecas (lenguaje no verbal) que le sirven para la comunicación con otros.
- ✓ Que las personas mayores practiquen formas de comunicación que faciliten la conexión con otros (desde lo positivo).

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Ficha Individual.
- ✓ Contenidos de la sesión incluidas en orientación/recomendaciones metodológicas.

Tiempo de duración sesión: Mínimo 60 Minutos y Máximo 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual para disponer de información actualizada acerca de la situación y necesidades de la persona y el avance de la gestión realizada por monitor/a. Luego, debe

ingresar la información pertinente al Módulo Vínculos (www.programavinculos.cl).

Desarrollo de la sesión (Pasos o actividades)

1. Llegada al domicilio de la persona.
2. Saludo y acercamiento a las personas mayores.
3. Recuerdo y repaso de la sesión/visita anterior.
4. Explicación del motivo de la visita.
5. Conversación sobre buenas relaciones y comunicación, motivándole a relatar las acciones que para ello realiza, o bien para estimular a que lo haga.
6. Establecer el compromiso de desarrollar, a lo menos, 2 prácticas que ayuden a las personas mayores a mejorar comunicación y relación con los otros.
7. Cierre de la sesión en el domicilio y establecimiento de compromiso de fecha y hora de visita siguiente. Según establecido como compromiso de acuerdo a metodología por zona geográfica.
8. Registro de la información obtenida en la Ficha Individual.
9. Para el/la Monitor/a comunitario la sesión se cierra una vez ingresada información en el Módulo Vínculos (www.programavinculos.cl).

Orientación metodológica / recomendaciones para familias unipersonales

Las relaciones sociales tienen mucho que ver con la salud física y mental, con la sensación de bienestar y con la calidad de vida. Las costumbres y rutinas de todos los días pueden favorecer la salud.

Tener una mayor cantidad y calidad de relaciones sociales fomenta los hábitos saludables. Acordar con los amigos y amigas para dar una vuelta, organizar actividades con otros, hacer ejercicio en compañía o inscribirse en talleres y cursos para aprender cosas nuevas, hace sentir mejor y más sanas a las personas. Dichas actividades, u otras, pueden incidir positivamente en el aumento de los niveles de actividad y mejoramiento de la salud.

Existen algunas acciones sencillas que las personas mayores pueden realizar y que les permiten establecer buenas relaciones y comunicación:

Salir de casa: Son variadas las oportunidades que el día ofrece para que las personas mayores salgan de su casa y compartan momentos con los demás, sólo debe saber aprovecharlas. Hacer las compras, el paseo diario, participar en actividades organizadas por el municipio, pueden ser oportunidades para aprovechar. Es agradable si se hace en compañía. Hacer algo de ejercicio en compañía de otras personas hace que se sienta bien, sean más sociables y conozcan nuevos

amigos/as. Hacer un pequeño esfuerzo por salir de casa, puede ayudar a que la persona se sienta mucho mejor, más animada, más fuerte.

Las Personas Mayores es dueña de su tiempo: Es fundamental que la persona se quiera, se cuide, decida por sí misma y controle su propia vida. Tomar decisiones también es consultar, pedir consejo, hablar con los demás y valorar los puntos de vista. Escuchar y aceptar opiniones de los otros es un ejercicio importante de adoptar, lo cual implica compartir, participar y respetar. Se debe estimular a las personas mayores a que refuerce sus propios logros, que anime y aliente los logros de los demás, que comunique su amistad hacia otros y que permita que los demás le digan lo que sienten.

Cuidarse y cuidar a los demás: Mejorar las relaciones sociales, mejora la salud y la calidad de vida de aquellas personas que se encuentran en interacción con las persona mayor. Se sugiere indicar al mayor que el estrés disminuye cuantas más y mejores relaciones sociales tenga, en casa y fuera de ella. Se beneficia el buen funcionamiento del organismo, el sistema inmunitario y las defensas naturales se verán reforzadas.

Primer paso, comunicarse bien: Comunicarse es hablar, pero también saber escuchar. Es comprender las circunstancias de la otra persona, ser sensible y mirar las cosas desde su punto de vista. Para ello, es importante expresar los sentimientos, demostrar interés por la

vida de quienes nos rodean, implicarse, participar, ofrecer y saber pedir ayuda. En resumen, construir lazos con la gente que se quiere.

Se debe animar a las personas mayores a dar el primer paso en este aspecto (comunicarse y escuchar), y a identificar las formas que tiene de comunicarse con los demás:

- ✓ ¿Qué digo que cae bien a la gente?.
- ✓ ¿Qué digo que no le cae bien a las otras personas?.
- ✓ ¿Cuáles son mis gestos, muecas y posturas más habituales cuando estoy conversando con alguien?.
- ✓ ¿Cuándo necesito algo de alguien, o ayuda, cómo me dirijo a la persona ?.
- ✓ ¿Qué actitudes, qué digo y hago cuando estoy enojado/a ?.

Segundo paso, reconocer actitudes y modificarlas en caso de ser necesario: Una vez identificada la conducta, es necesario reconocerla, hacerla conciente, para que una vez que se presente la ocasión, se piense antes de actuar o decir algo. Cuando la forma de comunicación hacia los demás es desde la “queja” o desde la “molestia”, difícilmente se establece una buena relación. Lo importante es saber que estas pautas, estas prácticas, son modificables en la medida que se pueden controlar las emociones negativas y enfrentar los problemas de la mejor manera posible.

Al abordar este tema, se debe establecer el compromiso de modificar y adoptar, a lo menos, 2 prácticas que le ayuden a mejorar la comunicación y relación con otros.

Sesión 11: Encuentro de conocimiento e integración grupal

Sentido de la sesión

Para una persona mayor que no está acostumbrada a las actividades grupales, esta sesión es el inicio de una nueva experiencia. La participación en grupo tiene como objetivo que se vean reflejadas las aspiraciones, necesidades e intereses de la persona, además de lograr sentido de pertenencia, seguridad, status, autoestima, poder y logro de metas. Un elemento indispensable que se debe tener en cuenta es motivar a la participación del mayor, porque de esta sesión depende que siga asistiendo a los encuentros grupales.

Objetivo

- ✓ Motivar la participación e integración grupal de las personas mayores

Productos y resultados al terminar la sesión

- ✓ Las personas mayores conocen e interactúan con sus pares.

- ✓ Intereses de las personas mayores detectados para desarrollar en el grupo.
- ✓ Personas mayores interesadas por seguir participando en los encuentros grupales.
- ✓ Personas mayores conocen y comprenden el significado de participar en grupos de pares.

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Hoja de registro de asistencia al encuentro.
- ✓ Materiales según selección de contenidos de la sesión.
- ✓ Servicio de café.

Tiempo de duración sesión: 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual, y verificar que todos los participantes hayan firmado el registro de asistencia. Luego, debe ingresar la información pertinente al Módulo Vínculos.

Orientación metodológica / recomendaciones

Cómo potenciar la integración grupal?

El Encuentro de Integración Grupal es la primera de las 10 sesiones grupales que el Programa Vínculos considera en la última fase de intervención. El objetivo de la sesión es *motivar la participación e integración grupal de las personas mayores*.

Una condición previa es que la motivación para la participación en estas actividades se haya realizado con antelación por el/la Monitor/a comunitario/a en las visitas anteriores, indicando que este es un espacio en donde se tratarán y abordarán temas importantes para el bienestar de los usuario/as. Se debe destacar la importancia de contar con espacios de confianza en que todos se sientan acogidos y puedan conversar abiertamente.

Los contenidos de este encuentro son:

Conocimiento personal.

Rescate de historias personales.

Importancia del grupo y pertenencia.

A través de actividades lúdicas, se debe facilitar la participación de todos los asistentes, potenciar la conversación y el conocimiento entre los participantes. A continuación se sugieren algunas actividades:

Dinámica de presentación.

La actividad consiste en facilitar el conocimiento entre los asistentes. Para ello el/la Monitor/a Comunitario/a solicita a los participantes que se paren y caminen por la sala al ritmo de la música, cuando se detiene la música se solicita que se agrupen por color. Finalmente, se solicita que se agrupen en parejas con la cual se establecerá una conversación para conocerse.

Mientras los participantes están caminando por el salón, el/la Monitor/a responsable de la actividad debe pegar en las paredes los papelógrafos, en que previamente fueron escritas –con letra clara y grande- preguntas que pueden realizar los participantes para comenzar la conversación. Se debe dejar en claro que estas preguntas pueden facilitar la conversación, pero que ellos pueden hacer las preguntas que les parezcan pertinentes. Las preguntas sugeridas, son:

- *¿Cuál es su nombre, y cómo le gusta que le llamen?*
- *¿Dónde vive?*
- *¿Algún pasatiempo o actividad que le guste o le gustaría hacer?*
- *¿Algún aspecto de su vida que quiera contar?*

Una vez que los participantes hayan conversado un tiempo prudente (entre 5 y 10 minutos) cada participante presenta a todo el grupo a su pareja, contando sus características (Ej. Mi compañero se llama Juan, trabajó en el campo, le gusta escuchar radio y le gustaría hacer un viaje).

El/la Monitor/a Comunitario/a es el/la responsable de solicitarle a cada pareja que presente a su compañero al resto del grupo.

A partir de la experiencia de conocimiento, el/la Monitor/a Comunitario/a destaca la importancia de “estar en grupo” de “sentirse parte de un grupo

Introduce el concepto grupo: *Dos o más que se reúnen con un objetivo común.*

Recomendaciones

El/la Monitor/a entrega un recordatorio por escrito con letra grande y clara donde se indique día, hora y lugar de la próxima sesión.

Esta sesión incluye actividad de camaradería y convivencia preparada por el/la Monitor/a comunitario/a y el/la encargado/a municipal.

El/la Monitor/a solicita a los participantes que expresen abiertamente cómo se sintieron en la sesión; que señalen los aspectos que se pueden mejorar y los motiva a seguir asistiendo a las siguientes sesiones. Luego, se lleva a cabo el cierre.

Sesión 12: Comunicación con otros

Sentido de la sesión

La habilidad de comunicarse debe practicarse y es mucho mejor con otras personas. En forma lúdica y junto a un grupo de pares es entretenido y educativo ir desarrollando este tipo de habilidades. Comunicarse con otros, también permite mantener a las personas mayores potenciar sus habilidades cognitivas, como también mantener relaciones sociales que permitan sustento en caso de necesidad.

Objetivos

- ✓ Reconocer estilos de comunicación que obstaculizan y facilitan la comunicación con otros.
- ✓ Entregar herramientas que permitan a las personas mayores adoptar estilos de comunicación que faciliten la relación con otros.
- ✓ Estimular la vinculación de las personas mayores con las redes significativas (familia, comunidad).

Productos y resultados al terminar la sesión

- ✓ **Personas mayores identifican conductas presentes en su forma de comunicarse con otros.**
- ✓ Personas mayores identifican aquellos gestos, posturas corporales, muecas (lenguaje no verbal) que facilitan la comunicación con otros.

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Hoja de registro de asistencia al encuentro.
- ✓ Materiales según selección de contenidos de la sesión.
- ✓ Servicio de café.

Tiempo de duración sesión: 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual, y verificar que todos los participantes hayan firmado el registro de asistencia. Luego, debe ingresar la información en el Módulo Vínculos.

Orientación metodológica / recomendaciones

Cómo Potenciar la Vinculación con otras personas.

El encuentro “Comunicación con otros” tiene por objetivo estimular *la vinculación de las personas mayores con las redes significativas (familia, comunidad)*.

Los encuentros grupales posibilitan tratar ámbitos de la vida de los usuario/as que, de no ser de por medio de esta modalidad, serían abordados sólo de manera individual, lo cual no permite considerar otros puntos de vista u opiniones de personas mayores, que quizás han vivenciado experiencias similares.

Sólo es posible comprender la importancia que tiene el vínculo con otros relacionándose con otras personas. De esa manera es posible que las personas comprendan los beneficios que trae aparejado, tanto para ellos, como para los otros.

Los contenidos que deben abordarse en esta sesión son:

¿Cómo me comunico con los otros?

¿Cómo me relaciono en mi comunidad?

Estos temas deben ser introducidos a través de ejercicios lúdicos. Les proponemos el siguiente:

Dinámica del Saludo

El/la Monitor/a comunitario/a propone la realización de la *Dinámica del Saludo* junto con agradecer el compromiso de cada uno de los participantes por estar presentes en la jornada

En esta actividad se señalarán distintos saludos que los participantes pueden entregar, es decir, el juego consiste en caminar, encontrarse con otros y saludarlos de acuerdo a la instrucción que dará el monitor.

La consigna es: Los participantes deben comenzar a desplazarse por el salón al ritmo de la música y deben parar cuando la música deje de sonar, en ese momento se debe saludar -de acuerdo a la instrucción del monitor- a quien se encuentre frente a usted. Por ejemplo, si es un saludo cordial,

me acerco a mi compañero y le digo: “Muy buenas tardes” pudiendo acompañarse el saludo con un apretón de manos.

Se comenta además, que para hacer el ejercicio van a escuchar música suave que les permita soltarse un poco (refiriéndose a dejarse llevar corporalmente).

El monitor debe dar las indicaciones para la realización del ejercicio, puede solicitar que un participante pueda colaborar con la demostración del ejercicio.

Luego de entregar las indicaciones y el ejemplo, se da inicio a la dinámica, realizando cortes para señalar el tipo de saludo, siendo estos los siguientes:

- *Saludo alegre.*

- *Saludo sin mirar a la cara, bajando a vista o la cabeza.*

- *Saludo afectuoso.*

- *Saludo apurado.*

- *Saludo molesto o frío.*

- *Saludo cordial.*

- *Saludo sólo con sonrisa.*

Posteriormente, se invita a los mayores a tomar asiento y a reflexionar sobre las siguientes preguntas:

- *¿Cómo se sintió usted en este ejercicio?*

- *¿Qué pasó con usted con este ejercicio?*

Es importante que el/la monitor/a guíe la segunda parte de la dinámica del saludo, intencionando la reflexión acerca de la importancia de relacionarse con otros, ya que es necesario *desarrollar la capacidad de interacción, comunicación, emotividad, empatía y asertividad.*

El/la Monitor/a comunitario/a, una vez finalizado el ejercicio, debe dar a conocer la importancia de la comunicación no verbal, es decir, de la comunicación que se da mediante gestos y signos. (Ver tarjetas de apoyo).

En el segundo momento del encuentro, el monitor les propone a los participantes que reflexionen respecto de su relación con la comunidad, para ello puede utilizar tarjeta de apoyo.

Se entiende al entorno como el contexto que rodea a las personas mayores, tal como:

- *El barrio, la comunidad en donde vive.*

- *Su familia, hijos, nietos, otros.*

- *Sus amigos.*

Dinámica para trabajar la relación con el entorno.

El/la Monitor/a comunitario/a debe proponer la realización de la actividad

¿Cómo me relaciono con otros?

El monitor invita a realizar un trabajo grupal; dividiendo al grupo en tres subgrupos (dividir según sea el número total de participantes). Debe solicitar a los participantes que se identifiquen con los siguientes números 1, 2 y 3 y posteriormente los participantes se distribuyen con el número asignado.

El ejercicio corresponde a una práctica conversacional de las personas mayores, los cuales deben reflexionar sobre:

- *¿Cuál es mi entorno?*

- *¿Por qué yo me relaciono con otros?*

- *¿Para qué me relaciono con otros?*

- *¿Cómo el entorno me ayuda a enfrentar mis problemas?*

Cada grupo debe contar con un facilitador extra al monitor, quien debe guiar la práctica de conversación grupal, recolectando la información, donde se anotarán los conceptos más importantes descritos por los participantes.

El facilitador pregunta qué les pareció el ejercicio, para luego mostrar la cartulina con los conceptos rescatados en la conversación, realiza un

análisis de los contenidos a través de la unión de los conceptos señalados por los participantes. El facilitador debe rescatar el *cómo las personas mayores priorizan sus relación con el entorno*.

El/la monitor/a invita a los 3 grupos a realizar un círculo (donde pueda estar sentado cada uno en sus sillas), y da cierre a la sesión preguntando qué les pareció la sesión, otorgando un espacio para las opiniones. Terminadas dichas opiniones el/la monitor/a enlaza los textos, es decir, los dichos de las personas mayores y los une con el tema trabajado, siendo este, la relación con el entorno.

Material de Apoyo temático

La comunicación No Verbal

En nuestra vida cotidiana, constantemente estamos enviando mensajes no verbales a otras personas (muecas, gestos, señalamientos con el dedo, etc.), que pueden ser mucho más importantes de lo que nosotros creemos. La comunicación corporal, antes que lenguaje en términos evolutivos, es una parte esencial del sistema de comunicación, y el vehículo para las relaciones humanas fundamentales que el discurso solo no puede comunicar.

El lenguaje del cuerpo es una esfera que las personas utilizan para establecer pautas de actuación o una línea a seguir en determinados escenarios, sean cotidianos, laborales o sociales.

La comunicación es algo que ocurre entre la gente. Cuando las personas actúan en situaciones sociales, no son unidades aisladas, sino que están completamente comprometidos con los demás.

Existen elementos no verbales que intervienen en la interacción y en la recepción del otro hacia uno, tales como:

- *La posición del cuerpo (posición de los hombros, inclinación de la cabeza, colocación de los brazos y piernas).*

- *Los gestos con las manos y movimientos con los pies, manos y cabeza.*

- *La expresión del rostro (parpadeos, sonrisas, gestos con la boca.)*

- *Características de la voz (volumen, velocidad, tono, ritmo y cambios en la intensidad).*

La buena comunicación se puede entrenar

La progresión de conductas y un entrenamiento adecuado pueden conseguir que las personas se sientan mucho más seguras de sí mismas ante situaciones para las que han sido entrenadas, e incluso generar mecanismos de naturaleza no verbal en momentos imprevistos que comuniquen a los interlocutores aquello que se desea transmitir.

El éxito en la comunicación depende del funcionamiento correcto y adecuado de todos los componentes del sistema de comunicación. Se parte de la convicción de que *hacerse entender por otros, es un arte que puede aprenderse*. En la medida en que se conocen y se ponen en práctica una serie de recursos por parte del emisor, en este caso el/la monitor/a, se favorecerá de la transmisión del mensaje y su correcta asimilación por parte de los receptores.

Relación con el entorno -comunidad.

Motivación al tema de relación con la comunidad

En la comunidad es donde las relaciones entre las personas ocurren, por tanto ésta es fundamental al momento de analizar las relaciones interpersonales entre las personas mayores.

Una comunidad es un grupo o conjunto de personas que comparten elementos en común, elementos tales como un *idioma, costumbres, valores, tareas, visión de mundo, edad, ubicación geográfica (un barrio por ejemplo), estatus social, roles..*

Por lo general en una comunidad se crea una identidad común, mediante la diferenciación de otros grupos o comunidades (generalmente por signos o acciones), que es compartida y elaborada entre sus integrantes y socializada.

Uno de los propósitos de una comunidad es unirse alrededor de un objetivo en común, como puede ser el bien común. Aún cuando se señaló anteriormente, basta una identidad en común para conformar una comunidad sin la necesidad de un objetivo específico.

Sesión 18: Relación de las Personas Mayores con su entorno

Sentido de la sesión

La persona mayor está inserta en un engranaje social diverso (vecinos, amigos, organizaciones, instituciones, etc.), que puede dar respuesta a muchas de sus necesidades, sin embargo no siempre lo conoce o sabe cómo acceder a éste. Esta sesión tiene como sentido mostrar la oferta existente, motivar a las personas mayores a recurrir a ella y despejar dudas respecto a la forma cómo deben vincularse. En forma individual ya han logrado conectarse con algunas de estas redes, han tenido logros en el transcurso del programa, por lo tanto, lo importante es hacer sentir que ellos pueden seguir contando con esta red, aún cuando el programa no esté presente.

Objetivos

- ✓ Potenciar la vinculación de las personas mayores con las redes de protección social, comunitarias y persona/s clave.
- ✓ Seguimiento a la obtención de las prestaciones y subsidios.

Productos y resultados al terminar la sesión

- ✓ Que las personas mayores reconozcan y se motiven a realizar visitas periódicas a sus familiares o persona/s clave/s.
- ✓ Que las personas reconozcan las formas de acceso y traslados a los servicios públicos e instituciones de apoyo.
- ✓ Que las personas conozcan los servicios públicos e instituciones de apoyo en su comunidad.
- ✓ Que las personas conozcan oferta pública de acuerdo a los intereses que manifiestan (turismo, recreación, etc.).
- ✓ Personas mayores conocen los lugares donde se ubican servicios e instituciones, mediante salida a terreno.

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Hoja de registro de asistencia al encuentro.
- ✓ Materiales según selección de contenidos de la sesión.
- ✓ Servicio de café.

Tiempo de duración sesión: 120 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual, y verificar que todos los participantes hayan firmado el registro de asistencia. Luego, debe ingresar la información al Módulo Vínculos.

Orientación metodológica / recomendaciones

Los tipos de apoyo que puede recibir una persona mayor de las redes existentes son:

- *Materiales*: Dinero, alojamiento, comida, ropa, pago de servicios, etc.
- *Instrumentales*: Cuidado, transporte, labores del hogar, etc.
- *Emocionales*: Afecto, compañía, empatía, reconocimiento, escucha, etc.
- *Cognitivos*: Intercambio de experiencias, información, consejos, etc.

Dinámicas y Actividades para Relacionarse con el Entorno.

El/la Monitor/a Comunitario/a debe proponer la realización de la actividad *¿A quién le pido ayuda cuando tengo un problema?* junto con agradecer el compromiso de cada uno de los participantes por estar presentes en el encuentro.

1. ¿A quién le pido ayuda cuando tengo un problema?

El monitor debe intencionar la conversación consultando a qué persona le solicitan ayuda los usuario/as cuando tienen un problema, cuáles son sus contactos, si tienen problemas cómo los soluciona, etc.

La técnica a trabajar se orienta a que el mayor identifique su manera de relacionarse con otros y su entorno.

Sugerencia de preguntas:

- ¿De qué manera se relaciona con otras personas?

- ¿Cómo evalúa usted esta relación? (Buena o mala).

Debe dar espacio para la expresión de las opiniones de cada una de las personas. Para continuar el/la Monitor/a Comunitario/a debe reconocer las formas positivas que tienen las personas mayores para relacionarse con su entorno.

Algunas alternativas de vinculación para las personas mayores:

- *Integrarse a grupos u otras organizaciones* como clubes de Adultos Mayores, Juntas de Vecinos, talleres de manualidades, centros de madres, entre otros.

- *Visitar y compartir* con parientes y amigos.

- *Organizar reuniones con los amigos* para compartir juegos como cartas, domino, ajedrez, etc.

El sentido de la actividad es que las personas mayores reconozcan cuál es su forma de vinculación con los demás y comprendan la importancia de vincularse.

2. ¿A dónde puedo acudir cuando tenga algún problema o requiera satisfacer alguna necesidad o interés?

El/la Monitor/a debe intencionar la posibilidad de una salida a terreno para conocer los servicios públicos e instituciones de apoyo en su comunidad y puedan informarse sobre la oferta pública de acuerdo a los intereses que

manifiestan (turismo, recreación, etc.). La salida a terreno es una buena práctica para que las personas mayores experimenten los tiempos de traslado, las formas de acceso y conozcan a las personas que prestan los servicios.

Para ello, es necesario previamente establecer contacto con las personas encargadas de programas y/o servicios, a fin de que puedan recibir al grupo y hacer una visita guiada.

<p><i>Sesión 19: ¿Cómo Organizarse para seguir juntos? Participación social y organizaciones</i></p>

Sentido de la sesión

Esta sesión busca motivar a la persona mayor para quedar conectada con algún tipo de organización, ya sea formada por ellas mismas u otras personas de su entorno. Como se mencionó anteriormente el participar en grupo tiene diversas ventajas. En este caso, la persona ya ha participado en el transcurso del Programa en encuentros grupales, por la tanto ha experimentado lo que significa la participación en conjunto con otras personas mayores. Aquí es momento que ellos planteen sus intereses y tomen la iniciativa.

Objetivos

- ✓ Promover la asociatividad de las personas mayores.
- ✓ Estimular el interés de las personas mayores por continuar la práctica de reunirse periódicamente para abordar temas de interés grupal.

Productos y resultados al terminar la sesión

- ✓ Que las personas mayores conozcan tipos de organizaciones en las que pueden participar.
- ✓ Que conozcan los requisitos para conformar organizaciones.
- ✓ Las ventajas de ser parte de una organización.
- ✓ Que conozcan los derechos y deberes que tienen al estar organizados.
- ✓ Que conozcan la oferta pública para las organizaciones (fondos concursables y otros).

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Hoja de registro de asistencia al encuentro.
- ✓ Materiales según selección de contenidos de la sesión.
- ✓ Servicio de café.

Tiempo de duración sesión: 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual, y verificar que todos los participantes hayan firmado el registro de asistencia. Luego, debe ingresar la información al Módulo Vínculos.

Orientación metodológica / recomendaciones

Los contenidos de esta sesión deben ser elaborados y ejecutados en conjunto con Encargado/a Municipal y Gestor/a Senama Regional, considerando como punto de partida los objetivos y productos señalados.

SESIONES INDIVIDUALES Y GRUPALES AUTONOMIA

<i>Sesión 9: Cómo llegar a ser más autónomo/a</i>
--

Sentido de la Sesión

Permanecer al volante de la vida, a pesar de la dependencia física es una meta en la etapa de la vejez. Mientras se mantenga la capacidad de tomar decisiones en forma autónoma, la persona mayor se encuentra a cargo de su propia existencia. En la etapa de la vejez, tanto la propia persona mayor como su entorno confunde la pérdida de auto valencia (realizar actividades de la vida diaria por sí solos) con la pérdida de autonomía. En la medida que la persona mayor ha probado con éxito su capacidad de proponer metas, desarrolla acciones que van a permitir su logro y evalúa su propio compromiso en el logro de

las metas propuestas. De esta forma se encuentra fortaleciendo su capacidad de autonomía.

·
-

Objetivo

- ✓ Entregar herramientas que facilitan a las personas mayores actuar en forma autónoma.

Productos y resultados al terminar la sesión

- ✓ Situaciones que pueden llevar a la falta de autonomía identificadas.
- ✓ Identificación de actividades de la vida diaria que no puede realizar por sí solo.
- ✓ Identificación de estrategia personal que permita ser más autónomo y por más tiempo.
- ✓ Antecedentes de las personas claves confirmados (necesidad de rediagnosticar de acuerdo al tipo de contacto y periodicidad de visita).

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Ficha Individual.

- ✓ Contenidos de la sesión incluidas en orientación/recomendaciones metodológicas.

Tiempo de duración sesión: Mínimo 60 minutos y máximo 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual para disponer de información actualizada acerca de la situación y necesidades de la persona y el avance de la gestión realizada por monitor/a. Luego, debe ingresar la información pertinente al Módulo Vínculos (www.programavinculos.cl).

Desarrollo de la sesión (Pasos o actividades)

1. Llegada al domicilio de la persona.
2. Saludo y acercamiento a la Persona Mayor.
3. Recuerdo y repaso de la sesión/visita anterior.
4. Explicación del motivo de la visita.
5. Conversación acerca de las actividades de la vida diaria y la capacidad de las personas mayores para llevarlas a cabo por sí misma.
6. Conversación acerca de las personas claves, tipo de apoyo que proporcionan.

7. Indagar sobre la influencia que tienen las personas claves en las personas mayores para tomar sus decisiones.
8. Consultar a las personas mayores sobre cómo toma decisiones habitualmente para abordar una situación o resolver un problema.
9. Revisar junto a las personas mayores el método para la toma de decisiones autónoma, a través de la aplicación práctica de los cinco pasos a alguna situación recientemente vivida.
10. Espacio para conversar dudas, establecer acuerdos y repasar lo tratado en la sesión.
11. Cierre de la sesión en domicilio, establecimiento de compromiso de fecha y hora de visita siguiente y despedida.
12. Registro de la información obtenida en la Ficha Individual.
13. Para el/la Monitor/a comunitario la sesión se cierra una vez ingresada información en el Módulo Vínculos (www.programavinculos.cl).

Orientación metodológica / recomendaciones para familias unipersonales

La autonomía de las personas mayores para la toma de decisiones es una cuestión esencial. Esto no significa en ningún caso, que la persona deje de pedir consejo, asesoría y apoyo para tomar alguna decisión que afecta su vida. De hecho, pedir apoyo, es una buena práctica para resolver cuestiones de la vida cuando falta información o se desea tener otra opinión sobre una situación determinada.

El problema surge cuando las personas mayores comienzan a depender siempre de otros para tomar sus decisiones, y no se sienten en absoluto segura/os de tomarla sin consultar. En algunos casos, resuelven tomar una decisión que no deseaban y que finalmente les afectan, sólo por no perder el aprecio o apoyo de otros. También, en ocasiones la conducta es el resultado de decisiones inconscientes en la que las presiones externas pesan más que la propia determinación. Otras personas en cambio, se ven limitadas para tomar sus propias decisiones porque dependen de otros para realizar las actividades de la vida diaria y éstos no le permiten mayor independencia por temor a que sufran de algún modo.

Para abordar esta sesión, se sugiere iniciar la conversación respecto de las actividades de la vida diaria y la capacidad que la persona mayor tiene para realizarlas por sí sola.

Al abordar las actividades de la vida diaria esta sesión permite actualizar cambios en los datos de las personas claves. Para ello, se puede recordar la información que proporcionen sobre la/s personas

claves, el tipo de apoyo que le proporciona, e indagar sobre su influencia en la toma de decisiones.

La Toma de Decisiones Autónoma.

Se refiere a que la persona aprende a pensar por sí misma, a ser crítica y a analizar la realidad en forma racional.

Para una situación concreta, tomar decisiones de modo autónomo y responsable es sopesar los pro y los contra de las distintas alternativas posibles en una situación y aceptar las consecuencias de la elección. Así pues, cuando hay que tomar una decisión se debe valorar las posibles consecuencias que se pueden derivar de ella y si esas consecuencias pueden ser importantes. Es recomendable no hacer lo primero que se piense o dejarse llevar por lo que hace “todo el mundo”. Cuando una persona enfrenta un problema o una decisión que puede tener consecuencias importantes para su vida, es necesario pensar detenidamente qué es lo que se puede hacer y valorar cada alternativa.

La toma de decisiones es algo que se aprende. En este proceso de aprendizaje también es importante distinguir cuándo no importa ceder ante los deseos de los demás u otras presiones y cuándo es importante seguir los propios criterios.

El método para tomar decisiones y resolver problemas.

Si la habilidad para tomar decisiones se aprende, también se puede practicar y mejorar. Parece ser que las personas hábiles en la toma de decisiones tienen capacidad para clasificar las distintas opciones según sus ventajas e inconvenientes y, una vez hecho esto, escoger la que parece mejor opción.

Básicamente, el método consta de cinco pasos:

1. **Definir el problema.** Con este paso hay que procurar responder a la pregunta de: ¿Qué es lo que se desea conseguir con esta situación?
2. **Buscar alternativas.** En este paso es importante pensar en el mayor número de alternativas posibles, ya que cuantas más opciones surjan, más posibilidades habrá de escoger mejor. Es importante evitar el dejarse llevar por lo que se hace habitualmente o por lo que hacen los demás. Si no se cuenta con muchas alternativas propias, es recomendable pedir la opinión de otras personas, las que nos pueden ayudar a visualizar nuevas posibilidades.
3. **Valorar las consecuencias de cada alternativa.** Aquí se deben considerar los aspectos positivos y negativos que cada alternativa puede tener, a corto y largo plazo, tanto para la persona como para otros. Para llevar a cabo este paso correctamente, muchas veces no es suficiente la información con la que se cuenta. En este caso es

necesario recabar nuevos datos que ayuden a valorar las distintas alternativas con las que se cuenta. Para cada una de las alternativas por separado, se confecciona una lista con todas las ventajas y desventajas que implican. A veces sirve poner una “nota” de 1 a 7 a cada ventaja y a cada desventaja en función de su importancia, teniendo en cuenta que 1 es “nada importante” y el 7 significa que es “esencial o muy importante”. Finalmente, una vez puntuada cada ventaja y cada inconveniente en esa escala, se suman los números dados a todas las ventajas, y aparte, se suman todos los números dados a las desventajas. Si las ventajas suman un número mayor, significa que tiene más ventajas o éstas son más importantes que los inconvenientes.

4. **Elegir la mejor alternativa posible.** Una vez que se ha pensado en las alternativas disponibles y en las consecuencias de cada una de ellas, habrá que escoger la más positiva y adecuada. Una vez que se han valorado las distintas alternativas, hay que compararlas entre sí, escoger la que más satisfaga. Como norma general, aquella que tenga más ventajas que inconvenientes, o si usamos el procedimiento matemático, aquella alternativa que tiene el número positivo más alto. A veces, la mejor

alternativa no es ninguna de las propuestas sino que surge de la combinación de varias propuestas.

5. **Aplicar la alternativa escogida y comprobar si los resultados son satisfactorios.** Una vez elegida, la persona debe responsabilizarse de la decisión tomada y ponerla en práctica. Es importante evaluar los resultados, cambiar aquellos aspectos de la situación que todavía no son satisfactorios y aprender de la experiencia.

Estos pasos son simples y pueden ser utilizados en cualquier situación que presente las personas mayores. El/la Monitor/a puede practicar estos pasos junto con las personas mayores, analizando alguna situación por la cual esté atravesando y que aún no tiene respuesta o alguna decisión tomada.

Sesión 10: Pequeñas metas para la vida

Sentido de la Sesión

Mantenerse activos, estudiar nuevas disciplinas, generar vínculos sociales con pares, ampliar conocimientos y desarrollar distintas habilidades son factores clave para optimizar el proceso de adaptación a la vejez. Hay que desenterrar definitivamente todos los prejuicios sociales que existen alrededor de esta etapa de vida, donde la vejez es sinónimo de pasividad, enfermedad, involución y finalmente, falta de proyectos o sentido de vida.

Algunas personas mayores sienten que al llegar a esta etapa de la vida llegan al fin, y por ende ya no tienen que hacer planes o interesarse por cosas, dado que les queda poco tiempo y esperan la muerte. En todas las etapas de la vida hay una serie de metas por cumplir, la etapa de la vejez no está exenta de esta premisa. Las metas suelen ser muy diferentes, no se estudia para obtener un mejor empleo o reconocimiento social. Lo que se aprende es funcional o, simplemente, interesante.

Objetivos

- ✓ Establecer pequeñas metas respecto a su autonomía, habilidades para relacionarse con otros y cuidado personal.
- ✓ Establecer pequeñas metas respecto al acercamiento con personas claves y/o redes comunitarias y sociales.

Productos y resultados al terminar la sesión

- ✓ Un plan con pequeñas metas respecto a autonomía, cuidado personal y acercamiento a redes (a lo menos debiera contener actividades en las siguientes áreas: ¿Qué quiere lograr?, ¿Qué va a hacer? ¿Cómo lo va a hacer? ¿Qué necesita para hacerlo mejor? Y ¿En cuánto tiempo?

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Ficha Individual con los datos disponibles ya registrados.

- ✓ Contenidos de la sesión incluidas en orientación/recomendaciones metodológicas.

Tiempo de duración sesión: Mínimo 60 minutos y máximo 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual para disponer de información actualizada acerca de la situación y necesidades de la persona y el avance de la gestión realizada por monitor/a. Luego, debe ingresar la información pertinente al Módulo Vínculos (www.programavinculos.cl).

Desarrollo de la sesión (Pasos o actividades)

1. Llegada al domicilio de la persona.
2. Saludo y acercamiento a la Persona Mayor.
3. Recuerdo y repaso de la sesión/visita anterior.
4. Explicación del motivo de la visita.
5. Recuento de lo conversado en sesiones anteriores sobre la toma de decisiones y autonomía, cuidado personal y habilidades para relacionarse con otros.
6. Invitar a las personas mayores a establecer un plan de pequeñas metas en relación a los temas abordados.

7. facilitar la formulación de objetivos del plan, apoyándose en los contenidos de la sesión incluidas en el ítem orientación/recomendaciones metodológicas.
8. Espacio para conversar dudas, establecer acuerdos y repasar lo tratado en la sesión.
9. Cierre de la sesión en domicilio, establecimiento de compromiso.
10. Preparación e invitación a las personas mayores a participar del primer encuentro grupal, indicando fecha, hora, lugar, duración y forma de movilización.
11. Registro de la información obtenida en la Ficha Individual.
12. Para el/la Monitor/a comunitario la sesión se cierra una vez ingresada información en el Módulo Vínculos (www.programavinculos.cl).

Orientación metodológica / recomendaciones para familias unipersonales

En sesiones anteriores, ha sido posible revisar aspectos de la vida de las personas mayores relacionadas con su cuidado personal, habilidades para relacionarse con otros y su autonomía. En esta ocasión, el /la Monitor/a actuará de facilitador en la identificación de pequeñas metas de vida que desean lograr en relación a los temas

mencionados y cumplan la condición que efectivamente puedan obtenerlas.

Todos los seres humanos tienen sueños y metas, que si se planean correctamente pueden estar al alcance. A veces, se comete el error de pensar en grandes metas, y en realidad lo que se logra con ello es una gran frustración.

Es necesario que el/la Monitor/a comunitario/a, revise los compromisos adquiridos en las sesiones anteriores, según los resultados evaluados por las personas, y se evalúe cuales se potenciarán o reorientarán a la reformulación de nuevas metas.

El apoyo psicosocial será la base para la formulación de pequeñas metas, de tal modo que al alcanzarlas se logre satisfacción, confianza en las capacidades propias y motivación para continuar formulando otras metas. Se sugiere incorporar como nueva meta la participación en los encuentros grupales.

Primero, es necesario revisar lo conversado en torno a los niveles de autonomía de la persona mayor y toma de decisiones, su cuidado personal y sus habilidades para relacionarse con otros. Luego es fundamental que las personas formulen uno o más propósitos: *¿Qué es lo que quiero?* Se debe tomar en cuenta que los objetivos o propósitos eficaces empiezan con verbos activos y enérgicos que

describen de un modo preciso y exacto lo que se quiere hacer. La formulación del objetivo, debe responder a los siguientes criterios:

Que sea expresado afirmativamente. Es muy habitual que se remarque en primer lugar qué cosas no se quieren. Por ejemplo: “no quiero tener sobrepeso”. Diga en cambio “quiero estar delgada”. Reformular el objetivo es importante para ir en búsqueda de lo que se quiere, en lugar de evitar lo que no se quiere.

Que valga la pena conseguirlo. ¿El objetivo es valioso para la persona?, ¿representa lo que realmente quiere o lo hace sólo en parte? Cuando no son objetivos que valgan la pena conseguir no prosperan y entonces se culpa al destino o a la mala suerte sin darse cuenta que lo que falla es la elección del propósito. Tiene que imaginar su objetivo con detalles concretos, y evitar que utilice palabras como felicidad, diversión, satisfacción, libertad. Es importante que sea específica.

Que sea posible. Si el objetivo es muy grande podría ser al mismo tiempo abrumador, en este caso, sugiera que lo fraccione en metas pequeñas, fáciles de realizar y medir.

Que sea bueno. Se debe comprobar si el objetivo o el proceso para obtenerlo es bueno para la persona o para su entorno. Si alcanzar el objetivo le demanda muchas horas al día, y todos los días, deben preguntarse: ¿Cómo afectará mi vida?, ¿Esto es bueno para mí?,

¿Estoy dispuesta/o a dejar otras cosas por esto?, ¿Cómo afectara mi salud?, ¿Hay alguna otra forma de hacerlo?

Que sea el único responsable de su logro. Verifique que el objetivo esté dentro del control personal. Muchas veces se escucha decir a personas mayores: “voy a conseguir trabajo”. Y conseguir trabajo no depende cien por ciento de ellas, pero buscar trabajo sí. Es muy importante detenerse y replantear los objetivos hasta que sea responsable de su obtención. Un objetivo es alcanzable sólo si está bajo su control.

Una vez que las personas mayores formulan sus objetivos positivamente, tenga en cuenta si es factible y sea bueno para su vida, para ello puede apoyarse en las siguientes preguntas:

- ✓ ¿Qué recursos personales tiene para conseguir su objetivo?, ¿Hay algo que debe aprender para lograrlo?, ¿Qué necesita que pueda ayudarla para lograr el resultado? El/la Monitor/a debe ayudar a las personas mayores a identificar sus habilidades, tiempo disponible, salud, entre otros.
- ✓ ¿Cómo sabrá que ya lo ha conseguido?, ¿Qué estará viendo, oyendo o sintiendo?

Lo único que resta es poner el plan en acción y fijar los plazos para llevarlo a cabo. Determinar el tiempo es muy importante, de lo contrario se podría dilatar o demorar.

Sesión 16: Permanecer al volante de la vida (autonomía)

Sentido de la sesión

Permanecer al volante de la vida, a pesar de la dependencia física es una meta en la etapa de la vejez. Mientras se mantenga la capacidad de tomar decisiones en forma autónoma, la persona mayor está haciéndose cargo de su propia existencia. En la etapa de la vejez, tanto la propia persona mayor como su entorno confunde la pérdida de autovalencia (realizar actividades de la vida diaria por sí solos) con la pérdida de autonomía. En la medida que la persona mayor ha probado con éxito su capacidad de proponer metas, desarrolla acciones que van a permitir su logro y evalúa su propio compromiso en el logro de las metas propuestas, se está fortaleciendo su capacidad de autonomía.

El trabajar este tema en forma grupal va a permitir detectar aquellas situaciones que en la vida cotidiana están generando falta de autonomía, así como estrategias que permiten ir fomentándola.

Objetivo

- ✓ Promover la autonomía del mayor en su entorno y su vida diaria

Productos y resultados al terminar la sesión

- ✓ Detección de situaciones que pueden llevar a la falta de autonomía.
- ✓ Trabajar estrategias para aminorar las influencias de terceros para la toma de decisiones de las personas mayores.
- ✓ Potenciar la realización de actividades de la vida diaria por sí solo.
- ✓ Promover estrategias que permitan ser más autónomo y por más tiempo (y sin Monitor/a Vínculos).

Materiales de apoyo sesión

- ✓ Hoja de registro de asistencia al encuentro.
- ✓ Materiales según selección de contenidos de la sesión.
- ✓ Servicio de café.

Tiempo de duración sesión: 90 minutos.

Registro de la sesión

Esta sesión debe ser registrada en la Ficha Individual, y verificar que todos los participantes hayan firmado el registro de asistencia. Luego, debe ingresar la información al Módulo Vínculos.

Orientación metodológica / recomendaciones

Promover Autonomía Física y Psicológica

El proceso de envejecimiento trae consigo normalmente una decadencia del organismo, desde el punto de vista estructural y fisiológico. En esta etapa de la

vida puede darse una disminución de las capacidades funcionales. El deterioro orgánico puede afectar a las personas mayores, pudiendo quedar incapacitadas para las tareas ordinarias de la vida cotidiana, por lo tanto, estos mayores podrían quedar en un estado de dependencia, precisando de la ayuda de otros para los cometidos de la vida diaria.

Una persona podría verse profundamente disminuida, dependiente de los demás en cuanto a la satisfacción de sus necesidades básicas; sin embargo, podría conservar la autonomía psicológica. El deterioro del organismo y el estado de dependencia que esto origina, no significa una pérdida de autonomía psicológica.

Al referirse a autonomía se está haciendo mención al *control sobre la propia vida, donde es posible distinguir la autonomía física y psicológica.*

El objetivo de esta sesión es promover la autonomía física y psicológica de las personas mayores a través de la conversación y el ejercicio de aspectos relacionados tanto con la autonomía como con la identidad.

Promover Autonomía y Prevenir la Dependencia.

La promoción de la autonomía entre las personas mayores no es una tarea fácil de realizar.

Una de las formas de promover la autonomía es prevenir la dependencia. Mientras las personas mayores se mantengan sanas física y psicológicamente es menos probable que sean dependientes, de ahí la importancia del autocuidado.

Así mismo, las relaciones con el entorno y la comunidad (familiares, amigos, vecinos, etc.) mitigan de cierta medida la dependencia, ya que permite la colaboración de otros cuando se está en frente a una situación que no es posible de realizar solo.

Dinámicas y Actividades para trabajar la noción de Autonomía

¿Qué haría usted?

Para la realización de la actividad es necesario dividir al grupo en tres subgrupos por identificación de color, a través de la cartulina entregada al inicio de la jornada.

Al estar los grupos conformados se les solicita que realicen un juego de roles, donde se recreará una situación ficticia. Para este ejercicio se tomará como ejemplo la situación de Don Juan Soto (personaje ficticio), quien vive solo y quiere ir a la reunión de vecinos del barrio, donde tratarán el tema de la exención del pago del servicio de recolección de basura, pero tiene duda de asistir porque tiene problemas en un oído (no escucha muy bien).

- ¿Qué haría usted: deja de asistir a la reunión o toma el control del problema y busca una solución?

El ejercicio consiste en que realicen una dramatización de la situación, sugiriendo una posible solución por grupo. Se dará 10 minutos para que preparen y 15 minutos para la representación (5 minutos por grupo).

El/la Monitor/a Comunitario/a debe estimular la conversación entre los mayores con el propósito de poder instalar el tema de la autonomía.

El/la Monitor/a Comunitario/a puede estimular la reflexión con preguntas abiertas como:

¿Qué le sucedió con la aplicación del ejercicio, con el problema y con la solución?

Al finalizar la conversación el/la Monitor/a Comunitario/a debe establecer una retroalimentación de los principales hitos de la reflexión grupal.

ANEXO 4:

IMÁGENES

Anexo 4.1

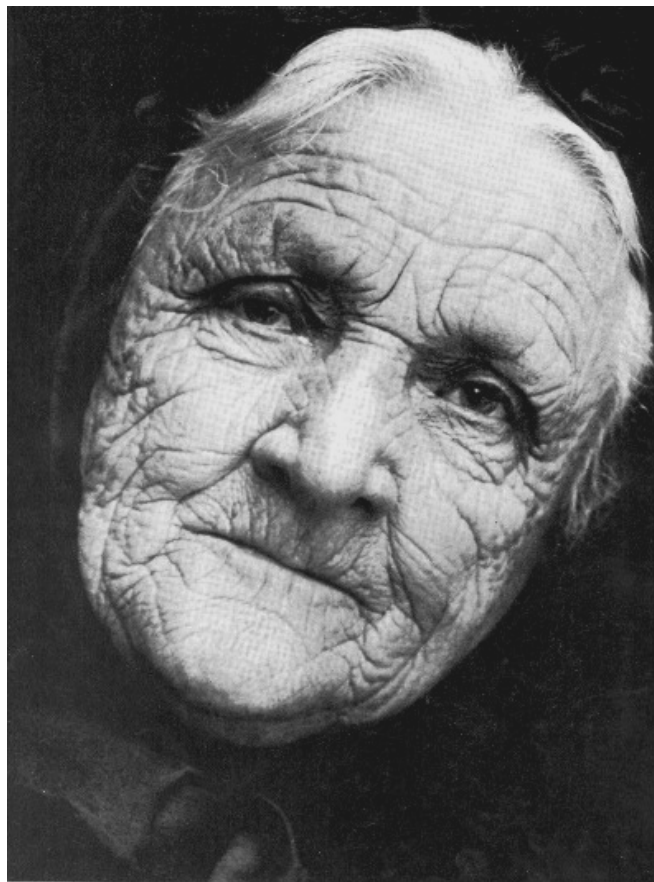
IMÁGENES ADULTOS

MAYORES



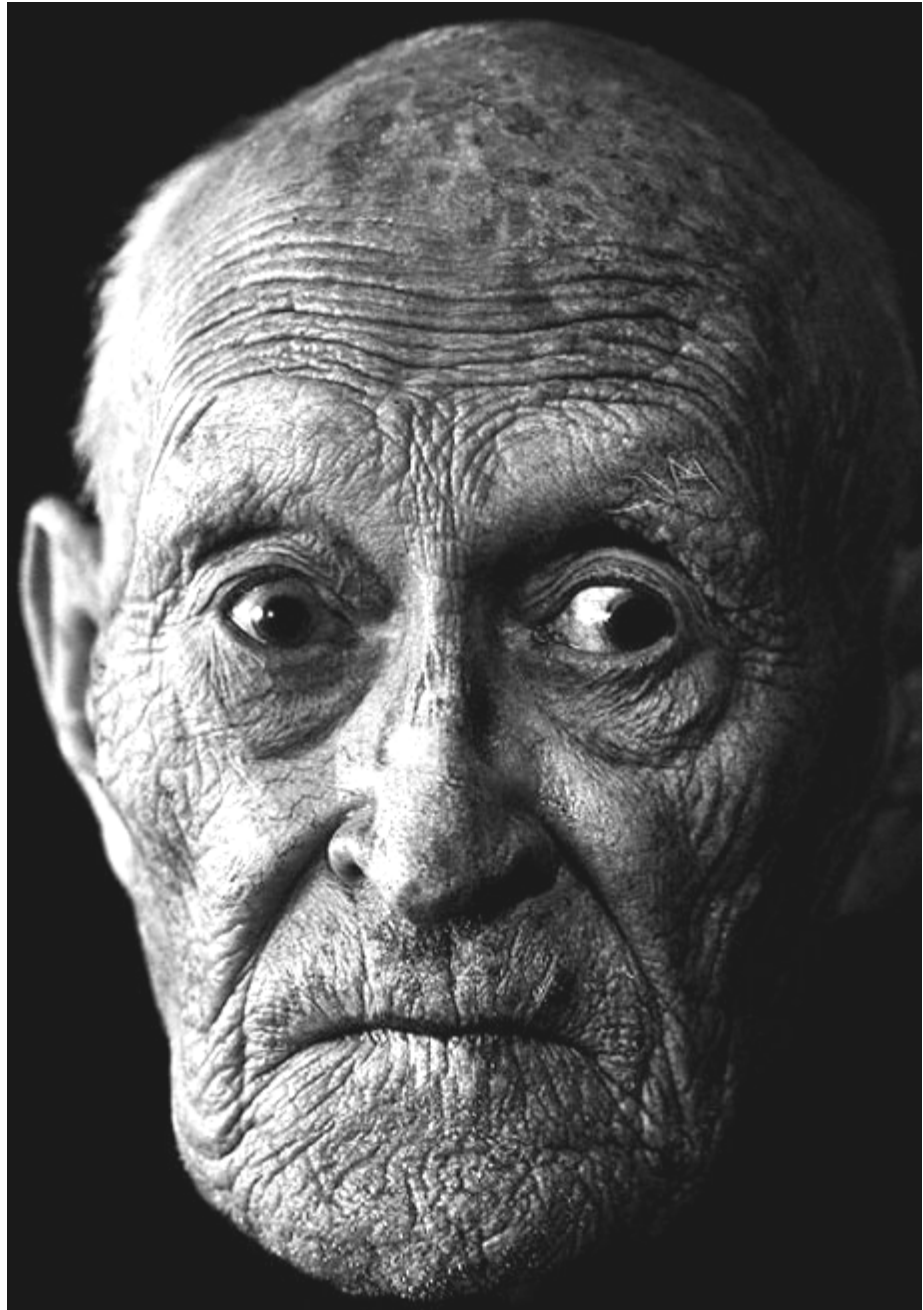




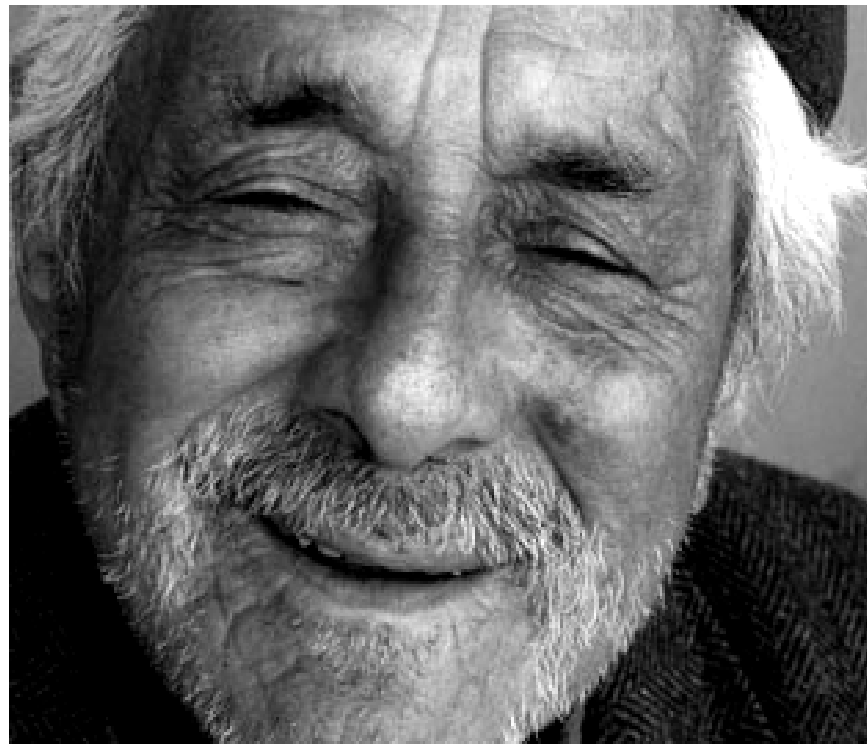
















Anexo 4.2

LOS ROSTROS DEL

PROGRAMA

VINCULOS









































