



¿De qué manera experimentan la incidencia en su edad en la profesión,
bailarines mayores de 50 años?

Benjamin Alejandro Marchant Palomera

Profesor guía: Iria Retuerto

V año de Danza

Fecha: 11 de enero de 2016

AGRADECIMIENTOS

QUIERO AGRADECER PROFUNDAMENTE A IRIA RETUERTO, QUIEN FUE LA MOTIVACIÓN PARA LLEVAR A CABO ESTE ARDUO PROCESO, QUE SIN EL OPTIMISMO DE ELLA NO HUBIESE LOGRADO FINALIZAR. QUIERO VALORAR LA PACIENCIA Y EL ENTUSIASMO DE CADA DÍA, DEMOSTRÁNDONOS QUE SI TRABAJAMOS CONSTANTE Y DESDE OTRO LUGAR EL CUAL NO ESTAMOS ACOSTUMBRADOS, DESAFIÁNDONOS A NOSOTROS MISMOS, PODEMOS LOGRAR Y ENCONTRAR OTROS DOTES QUE PENSAMOS, TENIAMOS OLVIDADOS.

IRIA, GRACIAS POR TU PACIENCIA.

ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS.....	2
1Planteamiento del problema.....	5
1.1Introducción.....	5
1.2Pregunta de investigación.....	9
1.3Objetivo general y específico.....	10
1.4Justificación.....	11
2.Marco Teórico.....	12
2.1Vejez como categoría en nuestra sociedad.....	12
2.2Profesión del bailarín.....	21
2.2.1Bienestar psicológico del bailarín.....	22
3.Marco metodológico.....	28
3.1Definición del enfoque.....	28
3.2Elementos del diseño metodológico.....	29
3.2.1Tipo de acción.....	29
3.2.2Tipo de unidad.....	29

3.2.3 Tipo de muestra.....	29
3.3 Técnicas de recolección de información.....	31
3.3.1 Entrevista en profundidad.....	31
3.4 Técnicas de análisis de resultados.....	32
3.4.1 Análisis de resultados.....	32
4. Análisis de resultados.....	33
5. Conclusiones.....	44
6. Bibliografía.....	45
Anexos.....	47
Entrevistas.....	47
Cuadro de categorías.....	96

1.PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.INTRODUCCIÓN

El siguiente informe responde a una inquietud personal que surge respecto al rol del bailarín dentro de su profesión, cuando vivencia la etapa de adulto mayor. Mientras nos encontramos en un periodo de formación, se hace mucho hincapié en que tenemos cuerpos hábiles y entrenados, frescos y disponibles. Pero este periodo corresponde a una pequeña parte en la carrera del intérprete que implica educar al cuerpo y adoctrinarlo con el fin de que el bailarín tenga conciencia corporal y dominio del mismo. Con el correr de los años, el cuerpo naturalmente empieza una metamorfosis física, respondiendo al paso del tiempo, pero también a la actividad realizada constantemente dentro de un largo periodo de tiempo. En efecto, las alteraciones corporales se acentúan, generando muchas veces desgaste físico, ya sea dentro de un corto o a largo plazo. Al pensar en la incidencia del paso del tiempo en la carrera del bailarín, es inevitable reflexionar acerca de las consecuencias que éste tiene, y preguntarse sobre el rol de intérprete del bailarín, la importancia que adquieren en esta actividad las limitaciones físicas y capacidad para bailar, la necesidad y dificultad de asumir el desgaste y/o deterioro físico, la revisión de las diferentes actividades que están realizando, la actitud ante sus dolencias y los cambios que se pueden dar en sus miradas sobre la danza.

Desde el primer contacto que tuve con la danza como salida profesional, me surgieron varias interrogantes relacionadas con la dedicación que requiere, el esfuerzo y estilo de vida que implica, así como el temprano desgaste físico y posiblemente emocional que podría acarrear. Al ir desarrollándome y comprendiendo el cuerpo de diferentes formas, experimentaba las múltiples maneras en que éste funciona y los mecanismos a los cuales está condicionado al moverse. Descubría los límites corporales, los que con entrenamiento, durante un tiempo podía llegar a desarrollar: agilidad, flexibilidad, fuerza, entre otras, eran cualidades que se acentuaban y admiraba mientras bailaba y funcionaba también en el día a día. Sin embargo, nuevas preguntas surgieron, tanto en mí como en la gente que me rodeaba. ¿Hasta cuándo podría moverme como lo hago ahora? ¿Cuántas lesiones podría aguantar y cómo respondería mi cuerpo a éstas con el paso del tiempo? ¿Cómo sería mi vejez como bailarín?

Dentro de la “subcultura” de la danza, existe el prejuicio de la “caducidad” del interprete en relación a la posibilidad de movimiento de su cuerpo. Arbitrariamente, somos los mismos bailarines que nos ponemos una edad límite para nuestro desarrollo profesional, alrededor de los 40, considerando que el cuerpo acumula experiencia, técnica y, por lo mismo, con el tiempo se desgasta. Desde este lugar surge la pregunta de que si la danza es un aporte para el cuerpo, o más bien lo desgasta.

La profesión del bailarín se ha desarrollado socialmente como exclusiva y exigente. Sin embargo, muchos ejemplos demuestran que hay distintas formas de vivirla. Desde esta lógica, es posible también pensar que hay diferentes maneras de vivir la edad como bailarín. Es posible que el miedo a la vejez que yo sentí y que es común en el mundo de los bailarines jóvenes, sea debido a un prejuicio, o a una visión de la danza que no es la única posible. Uno podría decir que la danza no es una sola, sino que está compuesta por bailarines, por lo que es relevante rescatar las experiencias de ellos también respecto a la vejez.

El interés principal en esta tesis es saber cómo bailarines que están en la etapa de adulto mayor, enfrentan este paso de ser bailarines activos en la danza, haber desarrollado grandes cualidades físicas y estar en un constante training y quehacer en la danza, a dejar de serlo. De esta forma se podrá profundizar en distintas formas de vivenciar el paso de la edad, de asumir la transformación de sus cuerpos, de proyectarse y construir un proyecto de vida. El límite en que empieza la vejez está establecido alrededor de los 60 y 65, edad que coincide con la edad de jubilación. Este criterio no es completamente válido para los bailarines y bailarinas ya que, como ya se mencionaba, el cuerpo puede desgastarse antes, y existe la idea implícita en la profesión de que alrededor de los 40 hay que dejar de bailar. Sin querer cuestionar si esta premisa es verdadera o falsa, se adopta en esta tesis la edad de 50 años como inicio de la tercera edad. Esto se debe a

que la mayoría de los bailarines en esta etapa ya no trabajan como intérpretes y tomando en cuenta que en este periodo el cuerpo comienza a mostrar los efectos del transcurso de los años, sobre todo cuando se ha trabajado en una disciplina que requiere un esfuerzo constante y un desgaste físico importante. Hay que considerar, además, que en la danza siempre se está trabajando el cuerpo de manera “anormal”, me refiero al esfuerzo que se ejerce en el cuerpo superando las capacidades corporales habituales con las que el ser humano se mueve diariamente, aumentando la elasticidad corporal, modificando la postura y transformando partes del cuerpo, es lo que hace que podamos desarrollar las habilidades físicas que nos permiten bailar.

1.2.PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿De qué manera experimentan la incidencia en su edad en la profesión, bailarines mayores de 50 años?

1.3.OBJETIVO GENERAL Y ESPECÍFICOS

Objetivo general:

Comprender la manera en que experimentan la edad en su profesión bailarines que han estado en un constante entrenamiento y desgaste físico durante su carrera en la danza.

Objetivos específicos:

- Detectar la trayectoria profesional de todos los bailarines entrevistados, identificando los hitos clave en el desarrollo de su carrera;
- Identificar los efectos corporales más comunes que los bailarines destacan dentro de su recorrido en la danza hasta ahora;
- Profundizar dentro de los efectos emocionales que provoca el cambio de movilidad corporal de una etapa de su vida a la actual.
- Analizar las estrategias que han utilizado para enfrentar el paso del tiempo en su profesión.

1.4 JUSTIFICACIÓN

La idea de realizar esta investigación es primeramente entender cómo se va desarrollando la vida útil del intérprete en danza y cómo la influencia social ejerce en las decisiones que se toman durante un momento importante de la vida, específicamente en el momento en el cual el bailarín debe decidir cómo seguir profesionalmente desde otro lugar, dejando de lado el aspecto de intérprete, asumiendo el desgaste físico que tiene como efecto la práctica de la danza. Por ello es importante saber, a través de estas experiencias, el modo en que bailarines y bailarinas consagrados, han abordado el paso del tiempo, tanto antes como cuando ya sucede. Así, es importante entender cómo han trabajado la danza y la técnica durante su vida y así poder identificar diferentes prácticas que dejan secuelas que agotan al cuerpo y lo lesionan, y otras que logran controlar esos efectos, así como estrategias para enfrentar, emocionalmente, los efectos de la profesión. De esta forma se podrán obtener algunas enseñanzas prácticas, como ejercicios o métodos de trabajo más amigables al paso del tiempo, pero también afirmar o poner en duda los prejuicios de que la vida profesional del bailarín tiene “fecha de caducidad”. De esta forma, se podrán entregar más elementos para pensar en la decisión de estudiar danza y no pensar, a priori, que la edad y la

profesión son incompatibles y trunquen en definitiva la decisión de optar y seguir la danza.

2. MARCO TEÓRICO

El Marco Teórico que fundamenta este proceso de investigación, está basado en dos ejes teóricos que permitirán recabar antecedentes sobre la pregunta de investigación. Se trata de ejes que nos acercarán a los cambios físicos y psicológicos que enfrenta el ser humano con el paso a la vejez y la manera en que el transcurso de los años modifica la forma de sentir el cuerpo, especialmente en los bailarines, que van perdiendo agilidad y capacidad de ejercer su profesión. Los ejes en los que se considera necesario profundizar, por lo tanto, son: la vejez y la profesión del bailarín.

2.1. VEJEZ COMO CATEGORÍA EN NUESTRA SOCIEDAD

Hay que entender la vejez como una etapa más en la vida del ser humano, que implica cambios físicos, pero también sociales.

Respecto a los cambios físicos, Cobo señala que en el momento de la vejez el ser humano experimenta diversos cambios físicos importantes, como alteraciones del aparato digestivo, cambios del sistema endocrino y metabólico, cambios en el aparato cardiovascular, sistema renal. El aparato locomotor se desgasta progresivamente, músculos y huesos, el sistema nervioso e

inmunológico también experimentan modificaciones. Sin dejar de lado las diversas afecciones que experimentan en los órganos sensoriales (Cobo 2003).

Respecto a la situación social de las personas mayores, sin embargo, García Ramírez menciona que, a menudo, los ancianos son discriminados y prejuizados, asumiendo que no pueden ser una contribución adecuada a la sociedad en su etapa de vejez. Frente a esto, el autor defiende una mirada más positiva de la vejez, destacando que en esta etapa de la vida el ser humano va adquiriendo y ampliando su conocimiento y, por otra parte, su capacidad de razonamiento y resolución de problemas se mantiene (García Ramírez, 2003).

Dentro de las sociedades occidentales, la mirada que se le da a la vejez ha ido cambiando. Actualmente se valora y respeta mucho menos que antes el contenido y experiencia de vida de las personas, siendo que antes era un motivo de enseñanza a los más jóvenes. Esto es diferente en las culturas ancestrales, tanto en occidente como oriente, en las cuales la vejez era reconocida con gran valor y donde los sabios se destacaban por su gran historial de años de vida. En oriente, en gran medida, la manera de ver la vida es diferente y a los adultos mayores se les respeta, siendo muchas veces ellos quienes participan en la toma de decisiones dentro de una comunidad.

Kehl y Fernández afirman respecto a la idea de la transición de la vejez, que “el envejecimiento de la población no es un mero producto del devenir biológico de la

naturaleza humana sino también un hecho construido socialmente” (2001, pág. 126). Esto da a entender claramente el poder que las convenciones sociales ejercen dentro de las comunidades o pueblos que dan valor al grupo etario correspondiente.

Diversas investigaciones realizadas en diferentes países muestran los prejuicios que traen consigo transitar en la etapa de adulto mayor. El avance de la ciencia y la tecnología ha sido un aporte para el aumento de vida del ser humano en la tierra, aun así, el temor de envejecer o bien la mirada negativa ante este proceso de vida es vista con recelo y como un paso previo a la muerte.

“El envejecer como proceso va más allá de querer o no, de nuestra voluntad. El envejecimiento es una realidad que posee un sustento biológico el cual, desde nuestra condición de seres humanos, no podemos soslayar. Es un proceso que no queremos protagonizar; tan solo ser testigos externos. Su construcción y significación social lo conceptualiza como un malestar, “que no denota solo una infracción estética y física, sino una especie de infección, una enfermedad contagiosa, cuyo contacto hay que evitar a toda costa” (Schirmacher citado por Osorio; pag.47).

Tan grande es a veces el prejuicio que, a menudo la vejez es considerada socialmente como una enfermedad (Moñivas, 1998), desde el estigma social “ La imagen general o social hacia este grupo de edad, queda encasillada bajo la percepción de un ciclo de cambios negativo de pérdida de habilidades/capacidades, una etapa de soledad y dolor, de pobreza en muchas ocasiones y padecida de múltiples problemas orgánicos/ médicos/ psicológicos y físicos” (Toledo Moreno, 2010 pag.2) En su estudio sobre la imagen que los jóvenes tienen sobre la vejez, la autora señala que tiene que ver con la importancia que le dan a la productividad, la actividad, lo fructífero y fecundo, lo útil y lucrativo, como cualidades importantes decrecientes en este ciclo (Toledo, 2010). Sin alejarse de esta visión de carácter negativo a nivel social, Amico afirma que la edad se ha convertido en un elemento discriminatorio para el acceso laboral en Argentina, por ejemplo, anunciando límites de edad en los avisos de solicitud para personal, muchas veces excluyendo incluso a personas mayores de 35 años (Amico, 2009).

Efectivamente, otros autores como Paulina Osorio, mencionan la muerte social que experimentan los adultos mayores, por la visión que se tiene en torno a su valor productivo. De hecho, en la época contemporánea, ya se considera a una persona “vieja” cuando pasa los 40 años, puesto que ya se acerca a la edad “adecuada” para jubilar, que es entre los 60 y 65 años. Desde esa situación surge

la pregunta ¿a qué edad somos considerados realmente viejos? Por otro lado, podemos mencionar que, dentro de los logros obtenidos, tanto en las ciencias naturales, la economía y las ciencias sociales, el tema de la longevidad ha tomado fuerza, permitiendo al ser humano aumentar su expectativa de vida. Sin embargo, la etapa del adulto mayor es un tiempo que evitamos, considerándolo como un proceso de debilitamiento tanto físico como mental (Osorio, 2006). Esta conquista del tiempo se esperaría que cambiara la mirada negativa que se tiene sobre la “vejez”, sin embargo, la valoración del ser humano desde lo productivo, desde un tipo de desarrollo de sus habilidades corporales y mentales, produce la negación y acorralamiento de los adultos de avanzada edad, sin dejarles aportar, desde su conocimiento, con sus enseñanzas a las personas.

Actualmente los adultos mayores cargan con las consecuencias que traen consigo los prejuicios de la vejez. Así, la edad se convierte en un elemento de discriminación, excluyendo, en muchos lugares de trabajo, a personas mayores de 35 años. A esto se suma la despreocupación y la precariedad de políticas públicas adecuadas que resguarden el bienestar de los adultos mayores. (Amico, 2009, pag. 5)

No es extraño suponer que existe una idealización de la juventud y la adultez temprana, ya que estas etapas de la vida son vistas como las únicas en que es posible la realización personal, el éxito o mayores posibilidades de encontrar la

felicidad. Paradojalmente, por el aumento de la esperanza de vida, la juventud y la adultez tienden a ser proporcionalmente periodos cada vez más breves dentro del ciclo vital. (Arnold-Cathalifaud, Thumala, Urquiza, Ojeda, 2007)

Otro de los elementos sobre el que se generan prejuicios en torno a la vejez, es la estética. El cuerpo va cambiando, y es un momento también de asumir los cambios físicos que se van generando, considerando que la sociedad cada vez más, niega los efectos que traen consigo los años. Sobre estos se apoyan los métodos estéticos que con el tiempo adquieren mayor accesibilidad. Así el desarrollo tecnológico produce nuevos productos que “reparan” los cambios producidos por la edad en el cuerpo. Las arrugas, la caída y blanqueamiento del pelo, son factores que principalmente suelen aparecer cuando los años ejercen su influencia sobre la vida del ser humano, que se busca contrarrestar con tratamientos estéticos.

La cercanía de la muerte que se le atribuye a la vejez, es otro elemento que contribuye a la imagen negativa que se tiene de ésta. Según Paulina Osorio (2006) “nos dirigimos hacia la repartición casi equivalente de los tiempos en nuestras experiencias de vida, como afirma la socióloga francesa Anne Marie Guillemard (1971): 25 años de formación, 25 años de trabajo, 25 años de jubilación - y quizás más, me atrevería agregar yo”. Debido a la mayor esperanza de vida, la etapa de la vejez se amplía. Cuando uno tiene 20 a 30 años por delante, algo espera. Sin

embargo, en la edad de jubilación, son pocas las expectativas y no podemos estar más de 20 años solo esperando la muerte. La larga etapa de vida inactiva, necesita políticas que logren generar nuevas expectativas de vida.

Podemos identificar que diferentes miradas y opiniones ejercen presión ante el camino de la vejez, lo que causa un enfrentamiento no del todo grato en la vivencia de esta etapa.

En la actualidad los jóvenes perciben la vejez como una etapa en la que se pierden los atributos positivos de la vida, dándole una valoración negativa a la vejez, en la que la postura conservadora se radicaliza con los años, las capacidades físicas disminuyen, el interés por la sexualidad decae y existirá a dificultades para la adaptación a nuevos contextos sociales y tecnológicos.” (Arnold-Cathalifaud et.al, 2007)

La exclusión social de la vejez en la complejidad social contemporánea responde, entre otros factores, al hecho de que los adultos mayores se han constituido como sujetos de beneficio que los margina, que no les da un lugar y un rol activo como recursos para el desarrollo y ejercicio de ciudadanía. Una de las características de la sociedad actual, es que es cada vez más individualista y con una política económica y organización social que favorece a un sector económicamente productivo por sobre la vejez, las personas ancianas, jubiladas y económicamente “improductivos” (Walker, citado por Osorio,2006).

Estas imágenes de la vejez, Judith Butler las resume bajo el término "agism" o "viejismo". Con este término se refiere a una experiencia subjetiva, donde la incertidumbre, la pobreza, la inutilidad, la enfermedad, la discapacidad y el miedo a la muerte se hacen presentes.

Sin embargo, desde la mirada de Moñivas (1998), el adulto mayor en su etapa de vejez, va adquiriendo y ampliando su conocimiento, y por otra parte su capacidad de razonamiento y resolución de problemas –en general- se mantiene activa. De la mano de estas aseveraciones, podemos destacar la importancia que han tenido y tienen los ancianos en culturas no occidentales, por ejemplo, en donde las personas mayores son considerados sabios y se les designa grados superiores para la toma de decisiones dentro de una comunidad (Amico, 2009).

El ser humano no se "termina" psicológicamente hablando (o no termina su desarrollo) cuando acaba su máxima maduración física y biológica, ni empieza su deterioro cuando termina, en la edad adulta, su etapa laboral, se marchan los hijos del hogar o cuando ocurre cualquier otra condición física, biológica y social. El desarrollo humano, desde una perspectiva psicológica, dura mientras siguen produciendo las transacciones entre el organismo biológico y el contexto sociocultural. Pero, desde luego, en esa ecuación del cambio a lo largo de la vida - en ese balance entre evolución y desarrollo e involución y deterioro (o, en otros términos, entre pérdidas y ganancias)- existen factores psicológicos que

experimentan ganancias y otros que experimentan pérdidas.” (Fernández-Ballesteros, 2008; pag.3)

Dentro de la danza, el valor que se le da a la juventud espreciado, puesto que en esta etapa abunda la agilidad y energía en los bailarines. Son personas dispuestas con cuerpos que están en un constante entrenamiento, y capaces de sobreponerse a las lesiones. En consideración a esto, la importancia de la “productividad”, de poder desarrollar un cuerpo que esté capacitado para ejecutar cualquier dificultad que se presente en una coreografía está asociada generalmente a la juventud, dejando de lado las capacidades de los bailarines con avanzada edad. De esta forma, se cae en la subestimación de los bailarines adultos mayores, que, sin embargo, tienen un contenido de experiencia mayor y forman parte de la formación de generaciones bailarines. Perfectamente se podría pensar en una valoración del bagaje y acervo cultural que han ido cultivando en décadas y que pueden ser transmitidos hacia los alumnos. Es importante mencionar que el trabajo dentro de la educación hacia los bailarines es una tarea ardua, debido a las condiciones que se van generando. La danza es un estilo de vida, que muchas veces es el centro de atención de la vida de los bailarines, porque, además de invadir el cuerpo, se vive una constante presión tanto social como personal, experimentado el rigor y la constancia para desarrollar un buen manejo de la técnica y la interpretación, con el fin de BAILAR.

2.2. LA PROFESION DEL BAILARIN

“La danza es, en esencia, la combinación de dos campos amplios: el arte y el deporte. Se le podría considerar una disciplina artística, cuyo desarrollo demanda del bailarín no solo un trabajo físico, sino también mental” (Paparizos, Tripp, Sullivan & Rubenstein, citado por Valle, 2014, pág, 140)

Esta cita deja muy clara una característica fundamental de la profesión del bailarín: la danza implica movimiento y ejercicio, pero no se puede dejar afuera, en el ejercicio mismo de ésta, ni el aspecto psicológico ni el emocional, vale decir, la danza se convierte en un estilo de vida.

Dentro de los diferentes estilos de danza que se han ido apareciendo ya sea derivados de otras técnicas o surgidos espontáneamente, hay diferentes exigencias para cada uno. Tal es el caso del ballet, considerado unas de las técnicas corporales más complejas, que, por lo demás, exige cierto tipo de cuerpo, implica medir constantemente el peso, la elongación y fuerza.

“Los bailarines se ven sometidos a un trabajo básicamente físico, en el cual se busca perfeccionar la ejecución del movimiento. No obstante, esta exigencia física se encuentra muy involucrada con una demanda emocional por parte de los mismos.” (Valle,2014, pág.140)

Desde niños, a los bailarines que han optado por el camino de la danza y crecieron moviendo y formalizando su cuerpo para luego desarrollarse como intérpretes, se les exige una responsabilidad constante, estando presentes y siendo rigurosos en las clases. En cierta forma, este ejercicio entrega madurez profesional a los bailarines.

En general, varios autores coinciden en que la danza potencia distintas características de la personalidad. Un estudio al que se refieren Guzmán y García (2014) destacó que la percepción de bienestar, autoconcepto y autoeficacia era mayor en estudiantes de secundaria que practicaban danza que en los que no.

Bienestar psicológico del bailarín

Pese al estudio recién presentado, cuando se ejerce la danza de manera profesional, surgen distintos elementos de carácter físico, psicológico y contextual que son difíciles de manejar. El bienestar psicológico está en constante transformación, puesto que existe una presión constante en diferentes ámbitos de la carrera, ya sea por aspiraciones, alimentación, resultados obtenidos, entre otro.

Entre los profesionales de la danza, considerando que se trata de un grupo cerrado, existen jerarquías ligadas a ciertos criterios, como nivel técnico, trayectoria, etc... Por ejemplo, en el área del ballet clásico el ambiente de

competencia es fuerte, considerando que el campo laboral es escaso, por lo que la jerarquía marca la forma de relacionarse.

A la vez, el cuerpo, como principal herramienta del bailarín, implica una constante tensión pues instala también cierta vulnerabilidad “El cuerpo es el instrumento del bailarín. El bailarín debe mantenerlo en óptimas condiciones para poder ser lo más versátil posible en la técnica dancística, los registros interpretativos y en todo lo que dependa del físico en la escritura dramática. El bailarín genera unos cambios (cambios físicos y fisiológicos) con el entrenamiento sistemático y progresivo que requiere su preparación. La danza se convierte en una disciplina que es artística y física a la vez.” (Pérez García, pág.48). El cuerpo del bailarín es una herramienta entrenada, pero también están constantemente expuestos a lesiones. En la práctica profesional de la danza, existe un trabajo físico específico e intenso que se va desarrollando y que tiene un fin: desarrollar distintas capacidades del cuerpo para volverlo ágil y permeable. Según relata Sanahuja (2009), el bailarín sufre diferentes problemas físicos y psicológicos durante su vida, desde problemas alimenticios y trastornos hormonales, hasta problemas emocionales que incluso pueden estar relacionados con la misma perspectiva de la vejez, causando cierta inquietud y “miedo” a no poder bailar hasta una avanzada edad.

Efectivamente, la importancia del cuerpo reviste otro elemento importante según algunos autores: el factor psicológico, estableciendo que la relación entre cuerpo y mente debe también cuidarse para evitar sentirse esclavo del cuerpo: “El cuerpo puede ser concebido entonces como una especie de cárcel, o sepulcro del alma. La misión del hombre es liberar su alma por medio de la purificación y la contemplación. El alma no es principio que informa el cuerpo y le da vida; es algo de naturaleza esencialmente no materia” (Ferrater, pag.111).

Además, para mantener las habilidades corporales y dancísticas, más allá de sustentarse con el trabajo técnico que requiere el entrenamiento de la danza, es menester destacar que se debe tener una buena alimentación, para lograr un peso requerido puesto que muchas veces, escuelas y compañías exigen un peso ideal, sobre todo en escuelas como las de ballet, muchos bailarines exploran técnicas de adelgazamiento cayendo fácilmente en problemas alimenticios, además del estrés psicológico provocado por la exigencia de la profesión “Los trastornos de la alimentación, y consecuente con ellos, la alteración menstrual, quizás no nazcan únicamente del ejercicio profesional sino por la presión de los estándares estéticos en la danza, es decir, la exigencia de mantener un peso corporal bajo en esta profesión. Las bailarinas han de ser etéreas. Además, tanto bailarinas como bailarines, con el entrenamiento deberían adquirir una composición corporal característica para poder realizar de forma adecuada las

exigencias de la técnica” (Román Fuentes, Esther; Ronda Pérez, Elena; Carrasco Portiño, Mercedes, 2009).

Heredia (2012), realizó un estudio a diferentes bailarines en diversas etapas de formación, en el que destacó que a bailarines de avanzada edad y ya retirados les importa la transmisión de conocimientos, y en su interés de “continuar siendo” dentro de las actividades en las que se desempeñan durante tanto tiempo. Por lo tanto, dentro de la psicología de la vejez y asociándola con la danza, es pertinente señalar y mencionar el estrés tanto físico como psicológico que se construye durante la formación como bailarín y que de alguna u otra forma se desencadena para florecer en la adultez (Heredia, 2012).

De acuerdo a los autores estudiados, concuerdo con que la vejez es analizada desde prejuicios sociales actualmente, y esto tiene que ver con una gran cantidad de presiones que se adjudican a la persona: estéticas, de capacidad productiva, de rendimiento y entusiasmo, juzgando, erróneamente, a los adultos mayores como cuerpos y mentes de escaso aporte. Esto, pese a que las sociedades evolucionan y cambien el sentido y visión sobre la vejez del ser humano.

A su vez, en el caso de los bailarines, se suman otras presiones como el control del peso, las posibles lesiones, la cantidad de energía e incluso la estética. El cuerpo del bailarín, considerando el estrés que conlleva la carrera, tanto

interpretativa como técnicamente, está expuesto constantemente a cambios y lesiones, considerando que la alimentación no siempre es eficaz debido a los tiempos, la competencia o las exigencias que la profesión requiere.

La exposición que el bailarín vivencia durante su carrera, genera altos y bajos, y críticas permanentes, lo que implica una presión constante que va de la mano con la inseguridad al saber si se está realizando bien o no el trabajo. Pero existe una visión subjetiva de la danza, más bien del arte y su evolución, que derriba los cánones clásicos que se tienen sobre el bailarín y su profesión. Y es aquí el lugar donde el intérprete debe lidiar y ser permeable a los cambios que el arte va sufriendo debido a la evolución de la sociedad y los cambios de mentalidad y visión que se tienen respecto a la vida y es donde se genera el lazo y la respuesta de la representación de la vida en el arte.

“Se detectó una fuerte orientación egocéntrica en los estudiantes y en los bailarines activos, mientras que en los retirados esta tendencia se observa atenuada por su interés en la transmisión de su experiencia pasada; todos ellos afirman estar en una búsqueda constante y sostenida de la construcción de un cuerpo ideal, al cual los bailarines retirados asumen como perdido.” (Heredia, 2012, pág. 174.)

Como señala Heredia, la constante búsqueda de la perfección que existe habitualmente dentro de los bailarines, genera un estrés constante, mientras que

el posicionamiento de los bailarines de edad avanzada es diferente, pues el foco está puesto en la transmisión de conocimientos más que en ellos mismos.

3. MARCO METODOLÓGICO

3.1. DEFINICIÓN DEL ENFOQUE

Este trabajo está realizado desde una mirada comprensiva-cualitativa, puesto que pretende descubrir y comprender la manera en como enfrentan el paso de los años bailarines mayores de 50 años, el significado que le otorgan y la forma en que resuelven su permanencia en la profesión.

Mediante una serie de entrevistas iré analizando las experiencias de vida de cada bailarín y lo que actualmente está haciendo. De esta manera, se podrá comprender su visión acerca de su edad, así como su evaluación retrospectiva de lo que significa la vida profesional de un bailarín.

3.2. ELEMENTOS DEL DISEÑO METODOLÓGICO

Tipo de acción

El tipo de acción será de carácter comprensivo fenomenológico debido a que se expondrá la experiencia personal de cada bailarín entrevistado, enfocándose principalmente en la etapa de adulto mayor, y como su cuerpo y visión de la danza se va modificando. No se trata de someter los resultados a un esquema de

análisis determinado, sino a acoger cada experiencia aceptándola como propia del sujeto.

Tipo de unidad

El tipo de unidad corresponde, precisamente, a las experiencias. Las entrevistas tienen como fin mostrar las experiencias de vida en torno a la carrera de danza y a las particulares de cada intérprete entrevistado.

Tipo de muestra

El tipo de muestra será representativa en la lógica de la investigación cualitativa, es decir, su legitimidad estará fundamentada en la pregunta de investigación: ¿Cómo experimentan la incidencia en su edad bailarines mayores de 50 años?.

El criterio utilizado para la muestra, será intencional teórico, puesto que las personas seleccionadas para realizar las entrevistas serán personas que sean bailarines y que sean mayores de 50 años, es decir, que obedezcan a los criterios planteados en la pregunta. ¿Por qué se considera cincuenta años como la edad de referencia? En primer lugar, porque, aunque no es una edad que defina a una persona como “vieja” (ni siquiera se considera aun tercera edad), para un bailarín

es una edad clave de cambio: ya sea dejar de bailar, ya sea bailar en un tipo de compañías que no se mueven en el circuito de la competencia y de una supuesta “excelencia”. Por supuesto que puede haber excepciones, pero los cincuenta son, en general, una edad en que la mayoría de los bailarines no son considerados “activos”, al menos en lo que a los circuitos de la danza se refiere.

3.3. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Entrevista en profundidad

Las entrevistas con cada persona serán semi-estructuradas, indagando desde la intimidad del entrevistando para dar a conocer su perspectiva que tiene sobre la danza. Además de comprender como su cuerpo se ha ido modificando con el tiempo, entendiendo las limitaciones que va generando, puesto que biológicamente el cuerpo se ve afectado con el desgaste físico incluyendo también en esto el aspecto psico-emocional.

3.4. TÉCNICAS DE ANÁLISIS DE RESULTADOS

Análisis de resultados

Se realizará un análisis por categorías que recojan los elementos esenciales en que se desglosa la pregunta. A partir de los relatos de cada bailarín iré

destacando los diferentes puntos que me interesa mencionar en cuanto a lo que ellos también consideran pertinente e importante durante su carrera en la danza. Dentro de las entrevistas, me interesa también analizar cómo ciertos temas se van repitiendo en las experiencias que cada persona irá relatando. Para ello, se conformarán categorías de análisis que permitirán reunir elementos de cada bailarín y compararlos unos con otros. De esta forma, a través de una serie de categorías y sub categorías se podrá establecer cuáles son los elementos esenciales de estas experiencias.

4. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Para partir el análisis, he establecido tres categorías que organizan la información, con subcategorías que interpretan los datos. Estas pretenden explicar el proceso de la vejez en bailarines que se encuentran en esta etapa y otros que están en un proceso de maduración hacia la vejez. Para ello identifiqué, desde entrevistas, sus percepciones y los cambios corporales y psicológicos que experimentan durante el tránsito de su carrera en la danza, desde el inicio hasta la actualidad.

La primera categoría, se ha denominado **“Inicio de la vejez”**, y se conforma de dos sub categorías: las señales que los entrevistados identifican como **inicio de su experiencia de vejez**, y las **transformaciones que experimentan en sus cuerpos**. En relación a la primera subcategoría, los entrevistados describen, como inicio de esta etapa, tanto elementos corporales como psicológicos. Es menester mencionar que todos identifican, en un comienzo, el primer “susurro” de la vejez en sus cuerpos. Es interesante cómo los entrevistados dan cuenta e interpretan estos primeros llamados corporales, como “dolencias” permanentes, que avisan que sus cuerpos están madurando, y generando ciertos límites que son irreversibles y que no tienen posibilidad de recuperación, que se instalaron para quedarse en sus cuerpos.

X.P. señala que se dio cuenta, producto de una lesión que la dejó sin poder bailar y seguido de eso decidió seguir con la docencia. “Noté a la edad cuando no pude bailar porque no se me mejoro una lesión y no pude seguir bailando y ahí terminé como intérprete y empecé la docencia.”

O.V. lo describe como un proceso el cual se fue dando paulatinamente, y en el que ella se fue dando cuenta mientras su cuerpo no iba respondiendo como lo hacía habitualmente. ” Por ejemplo, cuando yo tenía 42 podía mostrar 20 veces el

mismo paso cuando tienes 60,65 muestras una vez y agarras al más dotado y pides que lo muestre o tuve varios ayudantes, ¿me entiendes? así o sea así en la danza, yo creo que hay que ser inteligente no hay hacer experimentos geriátricos”

A.L.B. explica que a través de las dolencias óseas y articulares, concluyó que su cuerpo estaba respondiendo de otra manera y que requería de un calentamiento y reforzamiento matutino para poder movilizarse normalmente. “ Uno nota la vejez cuando se levanta en la mañana, si tú te levantas en la mañana y te duelen todos tus huesos es porque ya comenzó tu vejez, y la verdad es que hace unos años atrás hasta la fecha ya empiezas a notar los huesos las articulaciones, tienes que calentar el cuerpo para calentarte en la mañana, para poder levantarte te cuesta un poco al principio y a los tres minutos ya estas caminando bien y normal, ahí es cuando uno realmente cuando comienza la vejez”

J.O. a partir de una comparación, da cuenta el cambio que comienza a germinar para instalarse en su cuerpo. Al bailar con personas más jóvenes fue inevitable comparar elementos físicos de este grupo con los propios y con ello asimilar y asumir el paso del tiempo. Sin embargo, destaca, esa misma comparación le permitió percibir que contaba con mayor maduración interpretativa que los jóvenes. “Cuando te toca bailar con gente que es mucho más joven que tú, ahí uno empieza a tener cierta, como a mirar el carnet un poco, la resistencia es diferente, la fuerza es diferente, pero al mismo tiempo tienes como, una cierta

madurez a nivel interpretativo, aunque es diferente también, pero yo empecé a sentir cuando tenía como 36 la necesidad de tal vez no bailar así con esa forma de entrenamiento y esa forma de dedicación que requería ¿no?”.

Es importante mencionar, como los entrevistados, asumen sus dolencias y transformaciones corporales como una situación permanente ligada a la maduración corporal, existiendo una aceptación a lo que el transcurso de su carrera va dejando como huella en sus cuerpos. Es interesante que, pese a que las dolencias podrían ser similares a otras sentidas anteriormente (las de una lesión, por ejemplo), la percepción de la edad les lleva a darse cuenta de que tiene consecuencias diferentes.

Hay que recordar lo citado por Moñivas, quien señala que en esta etapa sigue adquiriendo y ampliando su conocimiento, y es lo que ocurre con los entrevistados, mientras ven como las generaciones de bailarines quienes pasan por sus aulas, van entregando una información social, por lo tanto ya en este período, se ven enfrentados diversos contextos de los cuales aumentan sus conocimientos y aprendizajes de la vida.

La segunda subcategoría, **“Transformaciones corporales”**, recoge descripciones de los entrevistados de cómo sus cuerpos, que han sido entrenados por décadas, gritan y dan cuenta de la manera en que el cuerpo responde al trabajo físico que han ejercido hasta la época actual. La fuerza y el peso corporal, las

articulaciones, son factores comunes que todos los bailarines entrevistados, señalan como un cambio evidente durante la etapa que están viviendo, y que es una situación la cual no pueden controlar. Existe un punto importante que destacar, el cual se refiere a la elongación y elasticidad, existiendo una visión divergente entre distintos entrevistados, considerando algunos que la elongación definitivamente se pierde, y otros que no, si se mantiene un cuerpo trabajado.

X.P. "Cambios evidentes..., bueno son obvio ¿cierto?, se sube un poquito de peso, menos elasticidad, pero las ganas están.

A.L.B. "la verdad es que hace unos años atrás hasta la fecha ya empiezas a notar los huesos las articulaciones, tienes que calentar el cuerpo para calentarte en la mañana, para poder levantarte te cuesta un poco al principio y a los tres minutos ya estas caminando bien y normal"

A pesar de que los cambios son evidentemente notorios y de alguna manera la transformación del cuerpo, en algunas ocasiones, no posibilita la ejecución de movimientos específicos, las ganas de seguir trabajando y estar presente en la danza, nunca se pierden, buscando de manera más óptima, diversos caminos para seguir siendo parte y aportando en esta disciplina.

Para continuar el análisis, se propone una segunda categoría "**Transformaciones de la vejez**", que se dividió en dos subcategorías, la primera es el "Camino profesional de la vejez", y aborda la vida actual, lo que están haciendo en estos

momentos y las decisiones que han tomado en este ciclo. Se pueden distinguir diversas opiniones en las que cada bailarín, expone el tránsito de esta etapa y la forma en que siguen ligados a su profesión inicial, la danza.

En el caso de X.P. defiende que existe un camino profesional vigente, que para ella es la dedicación y preocupación por la docencia. Especialmente importante para ella es entregar sus conocimientos y desarrollar y sacar adelante a un discípulo profesionalmente, en la carrera de la danza. Se puede destacar también, que hay una búsqueda del bienestar personal, experimentando otras actividades corporales, como el Yoga, para su equilibrio emocional y corporal. Se puede inferir también, la capacidad constante de aprender, de analizar situaciones con respecto a la actividad que realiza, y sentirse a gusto en cada momento.

V.O., sin embargo, muestra una visión muy distinta, pues considera que existe un “divorcio” con la danza y la profesión, retirándose de la docencia, “ya cumplí ya no tengo posibilidad de...Hay que saber retirarse dignamente”. Señala por otro lado, la obligación interna que sentía de ver danza y no sentirse muy a gusto con lo que ocurría entorno a la danza actual. La sensación de que la danza terminó para ella, por tanto, cubre distintos planos de su vida.

A.L.B y J.O. comparten pensamientos parecidos, destacando el aprendizaje constante que ellos reciben desde los alumnos a partir desde lo que ellos enseñan. Reconocen también, que se han vuelto más tolerantes y empáticos,

respecto a la labor que se desarrolla dentro de la danza, además de destacar el constante afecto que les llega en respuesta al compartir sus conocimientos, sintiéndose además cada vez más a gusto con la profesión que ejercen. Por otro lado, anuncian la dificultad que tienen para memorizar y eso produce estar en una constante atención en la manera de actuar y enseñar.

Se puede concluir que tres de los entrevistados anuncian un descubrimiento constante en la etapa que están vivenciando y que tiene que ver con la enseñanza. Se genera, así, un lazo emocional importante con sus alumnos, ya que ven en ellos cierta proyección en el desarrollo profesional de la danza.

La segunda subcategoría, **“Enfrentamiento del cambio profesional”**, describe el proceso que cada bailarín, siendo un intérprete activo, experimentó en el momento de dejar en receso la vida “útil” o activa en la carrera como intérprete, exponiendo sus estados emocionales y motivos por los cuales le llevaron a decidir dejar de lado la interpretación y dedicarse a la docencia.

X.P. al decidir dejar de bailar producto de una lesión, dice “Con mucha pena, fue con mucha pena, pero pronto pude superarlo cuando se me ocurrió que podía enseñar y empecé con niños y después con adultos, incluso enseñé hasta vedette de cabaret”, mientras que O.V. menciona “¿sabes lo que pasaba? Depende la edad de uno. O sea, yo bailé hartito hartito, todos los roles habidos por haber y cuando ya no podía más me dieron la posibilidad de ser maestra, (...) entonces

uno dice, bueno ya bailé todo ahora me toca otra cosa y tuve la suerte de que me dieran la posibilidad”, demostrando que estaba preparada y asumiendo que en algún momento la carrera como bailarina tendría que cesar.

A.L.B. decidió seguir dentro de la danza, pero como formadora, asegurándose desde una instancia su contacto con la danza, puesto que es lo que siempre quiso hacer, a pesar de haber estudiado matemáticas lo cual nunca ejerció “bueno fue una opción porque o me dedicaba a enseñar y formar una compañía o me dedicaba a bailar. Las dos cosas la verdad es que no son muy compatibles, porque tienes que dedicarle mucho tiempo si quieres bailar y además si quieres tener una compañía juvenil, tienes que trabajar mucho entonces son opciones en la vida”. La opción de enseñar, es causa de algunos factores que hacen dudar sobre la formación del bailarín, puesto que se requiere de un entrenamiento constante, el cual se ve imposibilitado por diferentes factores, uno de esos es la maternidad, puesto que muchas bailarinas optan por la crianza de sus hijos y hacer clases no requiere el mismo esfuerzo como cuando se está bailando.

Finalmente, la tercera categoría **“Cambios de la mirada hacia su realidad”**, aborda el reconocimiento de los cambios, tanto físicos como psicológicos y emocionales que se han ido transformando y tomando fuerza, mediante el transcurso de su vida en la danza. Es interesante destacar como aceptan el cambio de visión que tenían respecto a la vejez y como esta se fue modificando, ya sea en el transcurso a esta

etapa o viviéndola en el presente. Esta categoría consta de dos subcategorías, **“cambios en la visión de la danza”** y **“cambios en la visión de la vejez”**.

Cambios en la visión de la danza, en esta subcategoría, los entrevistados tuvieron diferentes percepciones sobre la manera en que ha ido transformando la concepción de la danza durante los últimos. X.P. sostiene que sin duda hay nuevas manifestaciones dancísticas, sin embargo, hay una base común en todas ellas, que ella considera que es la raíz de todas las danzas: el ballet. No obstante, ella reconoce pequeños cambios en su visión en este arte, indicando que habría que integrar más sentimientos en el ballet a la manera en que lo hace la danza moderna.”si yo pudiera seguir, seguiría con la misma línea, integrando, por supuesto, más sentimientos, mas verdad que en sentimientos de la danza moderna”. Por otro lado O.V. afirma que en cuanto al quehacer de la danza, existe en Chile un desajuste y algo no se está haciendo bien, que la estructura no es sólida.

A.L.B, por su parte reconoce el gran salto y los cambios tanto sociales como técnicos que la danza ha ido implementando, así generando nuevos estilos y combinando técnicas para generar otras. “La visión de la danza en todos estos años... pero es que es un cambio impresionante, o sea yo te diría que es como leer un libro y estar viendo una película 3D, así es de grande es el cambio”

J.O. destaca el cambio en cuanto a la manera en cómo se enseña la danza, el modo en que el maestro ha cambiado su trato hacia el alumno, mencionando que durante años se enseñaba “a golpes”, y que eso ya no se está haciendo en la actualidad.

J.O.” Yo aprendí danza un tanto, entre otras formas, así con el rigor y la sangre, como un poco con golpe con retos así, y ahora siento que la cuestión no es tan así en estos momentos. Entonces hay que adaptarse al contexto”.

Es evidente, que la mirada hacia la danza se ha modificado y es una constante que va transitando por generaciones, y que de cierto modo influye y modifica la manera de enseñar y de percibir su rol como bailarines. Así tenemos tres visiones dos de las entrevistadas reconoce un cambio muy grande y una posición por parte de ella “desadaptadas”, siendo en uno de los casos una visión negativa. Otra de las entrevistadas, considera que hay una constante que no varía, la técnica académica. Y la tercera visión, está representada por un entrevistado (J.O.) que no se centra tanto en los cambios estilísticos, pero si destaca modificaciones importantes en la enseñanza, señalando la necesidad de adaptarse a ellas.

En la segunda subcategoría “**cambios en la visión de la vejez**”, los entrevistados se hacen cargo de los prejuicios que rondan esta etapa. Hay una transformación importante en el modo de verse, que responden a las expectativas y miedos que acarreaban anteriormente. Se puede destacar que la visión de la vejez que se

tiene en cada sociedad está marcada por percepciones culturales. Actualmente como ya se señaló en el marco teórico, los principios de efectividad y rendimiento laboral provocan una serie de prejuicio que nos hacen ver la vejez como una edad perdida, sin embargo, la visión de los entrevistados, dista de ser así. De este modo J.O, desde una visión optimista dice; “se ha descubierto que tienen mayor compromiso, más constancia, los procesos son más sistemáticos, y los resultados, también, son mucho más potenciados.” Así, da a entender que en esta etapa de la vida las personas pueden seguir haciendo actividades y desarrollando sus capacidades cognitivas y físicas.

X.P. y A.L.B, tienen visiones parecidas de acuerdo a la transformación y proyección de la vejez en las últimas décadas. Señalan, por ejemplo:

X.P. “Ya mira, tiempo atrás, una mujer de 70 ya estaba lista sentadita en un sillón, hoy día es una lola, hace clases hace de todo, esa es la diferencia de épocas, pero igual hoy se discrimina, se discrimina la vejez.” Esta misma idea

A.L.B señala: “La verdad es que es distinta la vejez hoy en día. Yo creo que, los 55 de ahora, eran como los 75 de antes, o sea ha habido una evolución de la vejez tremenda en que las personas ya estamos envejeciendo después de los 70 años”

Una visión distinta que también responden a los prejuicios imperantes, la muestra O.V: O.V. al advertir que los jóvenes no tienen la sabiduría que se alcanza en la

vejez y la juzgan como algo negativo. Más que un problema respecto de la vejez, lo que hace esta entrevistada es destacar un problema en la juventud: “la juventud es bien ingrata, lo que pasa que no se dan cuenta que van a llegar a viejos, mira la vida se te va entre los dedos, rápidamente llega a la vejez de la danza, rápidamente, entonces hay mucha gente que no se da cuenta de eso, y cuando son jóvenes hacen como burla de eso, deberían tener la intuición de no burlarse, pero resulta que lo hacen.”

Nos encontramos, por lo tanto, con cuatro bailarines que se hacen cargo de los prejuicios y las miradas que existen sobre la tercera edad, pero de alguna manera las revierten ya sea destacando que se sienten jóvenes o relevando las ventajas de madurar.

5 CONCLUSIONES

En su trayectoria, los entrevistados reconocen el cambio de la edad como un hito importante, proceso en el cual están viviendo o acercándose a ello, demostrando y evidenciando a través de sus experiencias, como la visión que han tenido sobre la vejez, se ha ido transformando y adaptándose al contexto, generando una estabilidad emocional que les permite seguir vigentes y con proyecciones en torno a la danza, generando seguridad ante la visión y los prejuicios que rondan entre la sociedad hacia la vejez.

Es interesante mencionar, como los bailarines, personas que han cultivado y generado tanto cambios corporales como psicológicos, que el contexto y la historia le han ido, casi obligándolos a incluir dichas transformaciones, pueden identificar los cambios permanentes que van ocurriendo en sus cuerpos dando inicio a la vejez, asumiendo, en consecuencia que sus vidas respecto a la danza debe sufrir una transformación, buscando otros modos de interactuar con la danza y aportando de una manera distinta, en lo que se refiere a la carrera como interprete.

Cabe destacar, el bienestar en que se encuentran dichos entrevistados, y el goce que generan día a día, en todas las actividades que actualmente están realizando. Se puede destacar que las inquietudes que existían sobre la vejez son momentos de inseguridades y responde al ego personal de cada interprete y el modo en que

logran conectarse y traspasar los prejuicios sociales-culturales, hacia los bailarines retirados, que en vista de los mismos bailarines y la sociedad, tienen como visión antes la danza.

6 Bibliografía

- Amico L. 2009. Envejecer en el siglo XXI. “No siempre Querer es Poder”
Hacia la de-construcción de mitos y la superación de estereotipos en torno
a los adultos mayores”. Revista Margen vol 55.
- Arnold-Cathalifaud, Thumala, Urquiza, Ojeda, 2007 , La vejez, mirada de
los jóvenes chilenos, estudio exploratorio.
<http://www.scielo.cl/pdf/udecada/v15n27/art05.pdf>
- Cobo 2003, Cambios físicos y psíquicos de la
vejez. <http://www.logoss.net/uploads/cursos/temamuestra/tema271.pdf>
- Fernández Ballesteros, 2008, Psicología de la vejez, [http://www.encuentros-
multidisciplinares.org/Revistan%C2%BA16/Roc%C3%ADo%20Fernandez%
20Ballesteros.pdf](http://www.encuentros-multidisciplinares.org/Revistan%C2%BA16/Roc%C3%ADo%20Fernandez%20Ballesteros.pdf)
- García Ramírez, 2003, La vejez, el grito de los olvidados
<http://unefm2014.blogspot.cl/2014/07/la-vejez-el-grito-de-los-olvidados.html>
- Kehl y Fernández, 2001, La construcción social de la vejez.
[https://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/viewFile/CUTS0101110125A
/7995.](https://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/viewFile/CUTS0101110125A/7995)
- Moñivas, 1998, Representaciones de la vejez (modelos de disminución y
crecimiento) http://www.um.es/analesps/v14/v14_1/mv03v14-1.pdf.

- Osorio Revista, 2006 Mad. No.14 Mayo 2006. Departamento de Antropología. Universidad de -Chile
<http://www.revistamad.uchile.cl/14/osorio.pdf>
- [Román, Ronda Y Carrasco, 2009. Rev. Esp. Salud Publica v.83 n.4 Madrid jul.-ago. 2009. http://scielo.isciii.es/pdf/resp/v83n4/revision_bibliografica.pdf](http://scielo.isciii.es/pdf/resp/v83n4/revision_bibliografica.pdf)
- Valle, 2014 Ansiedad estado y ansiedad rasgo en bailarines según el tipo de danza que practican y su condición como bailarín
<http://www.redalyc.org/pdf/1471/147137147008.pdf>.

ANEXOS

ENTREVISTAS

ENTREVISTA A X.P.

¿A qué edad y que empezó a bailar?

-Yo empecé a bailar a los 8 años, es decir, pero en clases, a bailar propiamente tal empecé ya en la escuela de danza del conservatorio a los 15 17 para después bailar en el ballet nacional.

¿Por qué llegó a la danza, cual fue motivación?

-Llegue a la danza porque mi mamá me llevó, porque según ella yo tenía el mal del tordo, o sea las piernas flacas y el poto gordo.

¿Cuáles fueron los diferentes estilo o técnicas de danza en las cuales se desarrolló?

-Esencialmente fue en ballet y la técnica leader.

¿En qué ámbitos profesionales se desarrolló en el ámbito de la danza?

-Como interprete, en la Compañía del Ballet Municipal de Santiago, en el BANCH y en el Ballet de Cámara de Madrid.

¿En que área se sentía mas cómoda?

-En el Ballet clásico.

¿Qué está haciendo actualmente?

-Enseñar.

¿Cuándo empezó a sentir de manera más evidente la vejez? ¿Por qué?

-En realidad, la vejez, va llegando de a poco y no se siente, ahora lo que uno ve físicamente es que falta elongación tiene dificultades para saltar, pero también tiene más sentimiento y puede colorear su danza mucho mejor.

¿Qué cambios corporales siente que son más evidentes? ¿qué relación tienen estos cambios con la danza? ¿Sufrió alguna lesión en su carrera? ¿Eso repercute en su cuerpo hoy?

- Cambios evidentes..., bueno son obvio ¿cierto?, se sube un poquito de peso, menos elasticidad, pero las ganas están. Sufrí dos lesiones sin importancia, una rodilla y un tobillo, que logre recuperar y no siento ninguna molestia.

¿Qué otros cambios considera que han sido fundamentales con la edad?

-Cambios fundamentales han habido muchos y buenos! O sea, mientras más edad, más sabiduría, y más plenitud con respecto en a la danza

En cuanto a los cambios profesionales, ¿Cuándo notó la edad en su profesión?

¿Dejó de bailar? ¿Cuándo? ¿Cuándo fue su última función como interprete?

-Note a la edad cuando no pude bailar porque no se me mejoro una lesión y no pude seguir bailando y ahí termine como interprete y empecé la docencia. Y deje de bailar cuando tenía 40 años, era el momento ya como para pensar en dejar, pero, me llevo del cielo una lesión, deje de bailar, ¿y dije que hago? Y ahí va la pedagogía.

Recuerdo la última función como la más maravillosa de toda la carrera, fue maravilloso, me sentí como primera bailarina de cualquier compañía hahaha.

¿Cómo enfrentó la decisión de dejar en receso la carrera como interprete?

-Con mucha pena, fue con mucha pena, pero pronto pude superarlo cuando se me ocurrió que podía enseñar y empecé con niños y después con adultos, incluso enseñé hasta vedette de cabaret.

¿Cómo enfrenta hoy su vida profesional?

-Hoy la enfrento con mucha alegría con muchos proyectos y siempre pensando que ojalá tenga vida para terminarlos. El yoga me salvó de un momento en que ya creía que la cuestión iba a terminar y como siempre me mandan mensajes de arriba y me mandaron el yoga y me salvó, es decir que el yoga que yo hago, es ayuda física mental y por eso que tú te sientes de otra forma entonces puedes, como estás haciendo otro ejercicio, te da elongación te sientes con más vitalidad, te sientes más feliz.

¿Cómo ha cambiado su visión de la danza desde que comenzó a bailar a la época actual?

-La visión de la danza para mi creo q es la misma ¿sí? O sea, todo lo que influye para bien de la danza moderna en el ballet, se agradece por lo tanto si yo pudiera seguir, seguiría con la misma línea con más, integrando por supuesto, más sentimientos, más verdad en sentimientos de la danza moderna.

¿Cuál eran los prejuicios que rodeaban entorno a la danza cuando decidió profesionalizarse como tal? ¿Usted cree que esos prejuicios han cambiado? ¿Han surgido otros?

Bueno siempre el sustento, primero era como vas a vivir siendo bailarina, segundo que va a decir tu familia porque que eras bailarín, pensando en por supuesto en que no era lo mejor visto. Yo creo que estos prejuicios han cambiado, si incluso que hay bailarinas que la familia se siente honrada porque su hija es bailarina.

Y en cuanto al bailarín (masculino) ¿ha cambiado el prejuicio que se tenía a los hombres que bailaban?

-Si pues de todas maneras está mucho más aceptado que el hombre baile pero no totalmente.

¿Cuáles eran las ideas que tenía de joven en torno a la vejez? ¿Y a la vejez en el baile? ¿Esas ideas han cambiado?

-No la pensaba cuando uno es joven jamás piensa que uno va a ser vieja, uno vive el momento cuando joven. Y claro que estas ideas han cambiado, totalmente ni un joven se sueña viejo, nunca pensé si iba a ser vieja pobre o vieja rica, no, eso no estaba en mi.

¿Qué significa la vejez para usted? ¿Qué siente que ha perdido, que siente que ha aprendido?

-Ahora la vejez, ¡uuuy que difícil! Es aceptarla saber que ya falta poco, para volver a lo mejor, volver a reencarnarse que lindo ¿ah?

¡Que he perdido y que he aprendido! ¡Haber... con la vejez he perdido la potencia porque yo daba muchas clases y ahora no tengo la fuerza para darlas, pero que he ganado, he ganado tanta sabiduría que de repente yo misma estoy en clases y estoy diciendo bah! ¡mira qué bueno! Qué ejercicio maravilloso y yo misma me sorprendo de lo que estoy haciendo.

¿Qué piensa sobre como se ve la vejez en nuestra sociedad comparado con otras?

Ya mira tiempo atrás, una mujer de 70 ya estaba lista sentadita en un sillón, hoy día es una lola, hace clases hace de todo, esa es la diferencia de épocas, pero igual hoy se discrimina se discrimina la vejez.

¿Usted se ha sentido discriminada alguna vez? ¿Cuándo?

Claro que si pues muy discriminada, yo he trabajado mucho en mi vida y durante los 20 años que estuve trabajando, muy bien con toda mi alma me sentí discriminada en un momento y tuve que retirarme

¿Cuál son sus proyectos que tiene en estos momento?

Mira Martin he es un regalo que me han mandado y yo siento que ese regalo es para que yo lo forme y sea lo ultima que haga y para mí no lo digo en son de pena sino que lo digo como que bendición tenerlo!

Entrevista O.V.

¿A qué edad y que empezó a bailar?

-Yo empecé a bailar los nueve años.

¿Por qué llegó a la danza, cuál fue su motivación?

-Clásico en municipal en el teatro municipal.

¿Cuáles fueron los diferentes estilos o técnicas de danza en las cuales se desarrolló mayormente?

-O sea cuando yo era chica lo único que quería era moverme, bailar, y mi madre me ayudó mucho en se sentido de llevarme a clases y permitir que yo estudiara. Mis abuelos por el lado de mi papa, odiaban porque decían que todas las bailarinas eran todas unas prostitutas, de verdad, pero no supieron, supieron cuando ya bailaba en el escenario, yo empecé a bailar en el escenario a los 14 años.

¿En qué ámbitos profesionales se desarrolló en relación a la danza? (ballet, independiente, solo interprete, coreógrafo, director, profesor...)

-Yo primero me desarrollé en la danza clásica en el Teatro Municipal, y creo que la danza clásica es la base de todas las otras danzas, pero después estuve en el Nacional con técnica que yo llamaba moderna que era Leeder en realidad y ahí baile muchos años todo tipo de roles y cuando llegue al Nacional después de haber sido bailarina clásica no sabía mover cadera ni nada y ahí me enseñó una amiga que era la Rayen Méndez.

¿Entonces estuvo siempre en compañías profesionales?

-Bueno, yo estuve en el municipal como semisolista, después decidí tener dos guaguas, me retiré porque estaba maomenos el asunto con Octavio Cintolesi, y de ahí vino un compañero que era compañero mío del municipal y me dijo que el Nacional necesitaba bailarinas clásicas, y yo no tenía ni zapatillas. Había decidido no hacer nada, daba clases de ruso en chileno soviético, yo soy rusa, y bueno fui a presentarme allá, y el maestro que era un norteamericano Charles Dickson dijo si me interesa, pero a mí me pagaban el chileno soviético, entonces yo le dije que podía venir lunes, miércoles, viernes, no podía martes y jueves, dijo “bueno venga lunes y miércoles”, después de un mes decidió contratarme, pero a él lo echaron, no sé qué problema hubiera mira, no sé, los que querían hacer clásico, los que querían hacer moderno, y yo quedé en el aire porque no me habían hecho un contrato. Entonces una amiga fue a hablar con el director del instituto, que era un compositor, me dijeron tienes que concursar, yo me arregle, que se yo, todo el asunto. Ya en la sala chica, entra el director y Patricio Bunster, no me acuerdo quien más, eran varias personas entonces el director, me miró de arriba para abajo, dijo “esta buena, contratémosla”. Eso fue mi audición, y ahí llegue al Nacional. En el nacional baile todos los roles habidos por haber, en el ‘73 fue

dramático, eh, obviamente Patricio ya no. Varios tuvieron que irse acusados de tonteras, y seguí bailando ahí hasta que me echaron por mi posición política y por ser rusa. Estuve dos años afuera y había un señor que era, no me acuerdo ni el nombre, era el director del instituto. Hubo un cambio, la Nora Arriegada no iba a estar, estuve con la Malucha Solari dando clases, hubo un cambio y ahí la compañía llamó a Marisa Parada y pidieron que yo fuera la maestra, y llegué al nacional como maestra y estuve varios años hasta que me dejaron hasta arriba. Habían problemas con la Marisa, habían problemas conmigo, que les gustaba, que no les gustaba que no sé qué, y yo salí de vacaciones en febrero y en marzo me sentía tan mal llegué y renuncié y ellos no querían darme la renuncia, entonces me llamaron a hablar con la directora del instituto y me pagaron durante tres meses el sueldo sin yo trabajar, y cada me decían “pero vuelve no sé qué” , yo dije “yo no, no vuelvo más”, eso más o menos, después di clases en el Espiral un tiempo y después llegué al Arcis, ah! Estuve donde Valero, estuve donde Valero dos años, de ahí junté plata para irme a Europa porque era mi meta.

¿En qué ámbito se sentía más cómodo?

-Cuando fui bailarina, me sentía súper cómoda, además tenía roles súper interesantes como solista, semisolistas y que se yo en el Balcka porque él dijo que yo tenía facilidades para dar clases, y yo dije, bueno estoy preparándome para el

futuro y siempre di clases de danza clásica, di c. Llegó un ruso, lo trajo la Malucha Solari a la universidad y él empezó a dar metodología de la danza clásica y yo lo tomé, fuera de todo lo que yo hacía, y ahí di clases las de metodología, la Ximena Pino fue mi alumna también y varias personas más, bien entretenido fue.

¿Prefería hacer clase o bailar?

-Es que ¿sabes lo que pasaba? Depende la edad de uno. O sea, yo bailé hartoo hartoo, todos los roles habidos por haber y cuando ya no podía más me dieron la posibilidad de ser maestra, ¿me entiendes?, o sea hay cosas que uno puede o sea uno a los 42 no puede bailar como bailaba a los 20 o a los 15 o los 14 como yo empecé, entonces uno dice, bueno ya bailé todo ahora me toca otra cosa y tuve la suerte de que me dieran la posibilidad.

¿Cuándo empezó a sentir de manera más evidente la vejez? ¿Por qué?

-La vejez, lo que pasa es que la vejez es algo relativo, depende de la formación de uno y la capacidad de trabajo que tiene uno, obviamente cuando yo empecé a dar clases a los 42 era otra la fuerza y deje de dar clases a los 75, entonces son diferentes modos de dar clases pero igual, por ejemplo cuando yo tenía 42 podía mostrar 20 veces el mismo paso cuando tienes 60, 65 muestras una vez y agarras

al más dotados y pides que lo muestre o tuve varios ayudantes, ¿me entiendes? Así, o sea así en la danza, yo creo que hay que ser inteligente, no hay que hacer experimentos geriátricos. Yo siempre me acordaba, yo vi a la Alicia Alonso cuando era jovencísima y que bailó Giselle, que me la lloré toda en el municipal y después a la Filmar Gardel una niñita de 15 años, debí haber tenido uno 35, no sé y después paso muchos años y llegó vieja vieja y era deprimente, porque salía había un señor le sujetaba la mano el otro la otra mano unos la cintura otro la pierna entonces no, ¿era un experimento geriátrico entonces uno dice no! Eso yo no quiero.

¿Qué cambios corporales siente que son más evidentes? ¿qué relación tienen estos cambios con la danza? ¿Sufrió alguna lesión en su carrera? ¿Eso repercute en su cuerpo hoy?

-La falta de fuerza, la falta de fuerza es lo más evidente uno pierde musculatura la edad te hace perder musculatura, esa es la parte más dramática, porque, o sea, no puedes hacer lo que podías haber hecho cuando joven.

Sufri una vez una lesión en el muslo izquierdo. Que me tiraron, yo hacia la mujer de rojo de Carmina Burana y me tiraron mal al piso fue bueno, y seguí bailando y aguante y aguante, hasta que tuve que parar y después, fue una función al aire libre había llovido el día antes, un poco antes de navidad. Estaba mojado el escenario pasamos por pasto, yo tenía las zapatillas mojadas, el piso resbaloso,

fue terrible y al entrar, hacíamos Alote, yo bailaba en punta, al entrar el primer salto, al entrar me resbale y caí sobre la pierna izquierda, esa fueron mis lesiones.

Hasta el momento no, no me repercute. La quebradura de la pierna izquierda, yo estuve todo diciembre enyesada, en enero empecé a hacer ejercicio, me sacaron el yeso, un mes de yeso, y fuimos al, ¿cómo se llama?, a veranear en un río y yo empecé a hacer ejercicio ahí, y llegué y me dolía el pie obviamente, que me dolía, pero yo quería bailar Carmina, entonces yo llegaba una hora antes, calentaba el pie que se yo, era tieso, tieso, tieso no podía ni estirar, y baile po.

¿Qué otros cambios considera que han sido fundamentales con la edad? Por ejemplo, psicológicamente.

-Sabes que psicológicamente no, pero yo estuve varios años en Europa y vi muchas cosas y me daba una pena terrible como trabaja la gente acá, acá en Chile era todo como a medio camino, y todavía yo sé, bueno esa es la imagen, y yo como tuve la oportunidad y tuve la obligación de ver danza contemporánea y que reciben un poco de plata y no tienen ni para traje ni para ni iluminación ni para bailarines ni nada, y yo iba y me sentaba y decía ya tengo que ir y empezaba a hacer frío y empezaba a hacer calor y yo decía “que hago cuando podría estar leyendo en mi casa”.

En cuanto a los cambios profesionales, ¿Cuándo notó la edad en su profesión?

¿Dejó de bailar? ¿Cuándo? ¿Cuándo fue su última función como interprete?

-Como a los 40 42 años. Ahí deje de bailar a los 42 años, a bailar en el escenario.

Yo estuve en dos compañías profesionales, no estuve o sea estuve en el Ballet Popular, pero estaba en el Nacional, como parte de. Después estuve en la generación del ayer, después me retiré, pero complementé lo que estaba haciendo en otro lado. ¿cuándo fue mi última función? jajaja no no no hace tanto ¡que me voy acordar!

¿Cómo enfrentó la decisión de dejar en receso la carrera como interprete?

Yo ahora dejé todo, Di clases hasta el año pasado y tuve un problema de salud. Tuve un cáncer y me tuvieron que operar y yo me retiré y ya no, ya cumplí ya no tengo posibilidad de...Hay que saber retirarse dignamente.

¡Claro! No como Alicia Alonso

-Yo. No como Alicia Alonso. Yo me acuerdo una entrevista, la última vez que vino, entonces ella decía, "mi hijo no baila, la nieta no baila jajaja ella era la única que bailaba en toda la familia.

¿Cómo ha cambiado su visión de la danza desde que comenzó a bailar a la época actual?

-¡Ah! La vejez, ¿sabes lo que pasa? cuando uno es joven y ha visto poco tiene otra capacidad e ver las cosas. Yo empecé a viajar, a ver cosas, empiezas a comparar lo que pasa en Chile y tuve la suerte de ver todo lo que venía al Municipal, las compañías y todos, y entonces hay cosas que... algo falla en Chile, no sé qué, ni quiero ser ni profeta, ni nada, algo está mal estructurado para la danza, creo yo.

¿Cuál eran los prejuicios que rodeaban entorno a la danza cuando decidió profesionalizarse como tal? ¿Usted cree que esos prejuicios han cambiado? ¿Han surgido otros?

Mira, a mi abuelos nunca le dijeron, pero él decía que nunca iba a haber una prostituta en la familia, pero mi mamá y mi papá me apoyaba y bueno no se hay de todo en la danza igual que en todas partes, entonces a los hombres les costaban porque eran gay todos, las mujeres porque no sé, mira son, que no sé, ahora cambiado, ahora ha cambiado, ahora hay muchas escuelas que forman

pedagogos hay otra visión de la danza, está todo el mundo haciendo training y cosas y no sé, para estar jóvenes, más movibles.

Y creo que hay mejor, mejor visión de la gente a la danza, ahora no sé, cuesta parar la olla de porotos cuesta ene, ene, cuesta mucho y yo creo que la persona que trabaja sea en el área que sea, dignamente uno la respeta.

¿Cuáles eran las ideas que tenía de joven en torno a la vejez? ¿Y a la vejez en el baile? ¿Esas ideas han cambiado?

-¿Sabes lo que pasa? Yo a los 14 años me sentía vieja, ¿me entiendes? Es una cosa de no sé , yo me sentí muy madura, no se, no tengo problemas con la edad, no tengo problemas con la edad ni ahora tampoco que soy vieja de verdad.

Creo que en la danza hay prejuicios con la edad, que opina de eso.

-Es que ¿sabes lo que pasa? que la gente que termina de bailar, siempre se siente como disminuida, nunca se preparan, se sienten como echado, descalificado. Conmigo no hubo ese prejuicio. Hay gente que deja de bailar y no quiere saber más de la danza. Y si van critican todo y yo si voy a ver danza, si me

lleno el corazón perfecto, me da lo mismo de que lenguaje sea y si no digo, no me gustó nomás.

¿Cree que la vejez es discriminada?

-Yo creo que ahora es menos discriminada, depende del ámbito social en que te mueves, y depende de los ingresos que tú manejes, ahora hay lugares donde se trata muy mal el adulto mayor y hay gente que trata muy bien el adulto, depende de dónde te mueves y donde te relaciones, depende del grupo familiar que tengas depende de tus nietos, tus alumnos, depende de muchas cosas.

¿Cómo cree usted cómo ve la juventud a la vejez?

-¿Sabes qué? la juventud es bien ingrata, lo que pasa que no se dan cuenta que van a llegar a viejos, mira la vida se te va entre los dedos, rápidamente llega a la vejez de la danza, rápidamente, entonces hay mucha gente que no se da cuenta de eso, y cuando son jóvenes hacen como burla de eso, deberían tener la intuición de no burlarse, pero resulta que lo hacen.

Lo digo porque siento que, a la gente con más experiencia, con más edad antiguamente se le respetaba mas

-Lo que pasa que en Chile no se respeta nada, ni los edificios, nada. Todo es joven, todos creen que los jóvenes deben estar vigente y resulta que la experiencia la da la mayor cantidad de años que uno vive y mayor cantidad de cosas que uno ha hecho.

ENTREVISTA A A.L.B

¿A qué edad y que empezó a bailar?

- ¿A qué edad empecé a bailar? A los nueve años entré por primera vez a una sala de danza de ballet clásico con la maestra Conchita Nolia Ferrada en la ciudad de Concepción.

¿Por qué llegó a la danza, cuál fue su motivación?

-Porque entré al conservatorio a estudiar piano, y cuando estaba en mi clase de piano, vi una clase de ballet y encontré que era maravilloso, me enamoré del movimiento, de la música de la estructura de la clase, y pedí la posibilidad de entrar a tomar una clase y si yo podía cambiarme de piano a ballet.

¿Cuáles fueron los diferentes estilos o técnicas de danza en las cuales se desarrolló mayormente?

-Bueno, en una primera etapa, me desarrollé todo lo que fue el ballet clásico. A los 13 años, llegó la maestra Belén Álvarez a Concepción, que llegó con un ballet moderno-contemporáneo e incursioné en ese estilo y ahí me enamoré de todo lo que era el moderno y contemporáneo y desde entonces me dedico al moderno con un poco, un poco más libre, un moderno que va tendiendo al contemporáneo.

¿En qué ámbitos profesionales se desarrolló en relación a la danza? (ballet, independiente, solo interprete, coreógrafo, director, profesor...)

-Bueno, partí en el ballet contemporáneo de la Universidad de Concepción que estaba dirigido por la Belén. Pertencí a ese elenco en toda mi adolescencia, entonces llegué con el maestro Paco Mairena. Estuve trabajando con él cómo seis años y también en conjunto con la maestra Ingeborg Cruce, que fue maestra de

contemporáneo fue una maestra de Graham excelente que tuve alrededor de los 18 a los 26 años y de ahí me dediqué al modern jazz que estuve con la maestra Ester Vergara y Fernando Beltramí incursionando también todo lo que era el contemporáneo. Entonces, me estuve dedicando a perfeccionar la técnica del moderno-contemporáneo en conjunto con el ballet que estuve con la maestra Ximena Pino y con el maestro Octavio Cintolesi.

Estuviste siempre en una compañía, siendo mayormente intérprete.

-Si permanentemente estuve en algún grupo, una compañía de danza.

Ahora eres coreógrafa, hiciste clases

-Cuando tenía 26 años, me corte un tendón, motivo por el cual no pude seguir bailando y tuve que cambiar toda mi pasión, la tuve que cambiar hacia la educación y la formación y descubrí que en realidad todos tenemos un objetivo de vida y mi objetivo era la formación, formar bailarines formar intérpretes y hacer que la gente disfrutara la danza y aprendiera a apreciar este arte para tener un público instruido en el tema y así mejorar la danza en Chile, yo creo que ese fue mi mayor objetivo. Tuve la opción de dar clases en la escuela moderna de música y en la Universidad de Chile en los años noventa, noventa y cinco, y ahí descubrí mi

verdadera vocación, que era formar un grupo de danza juvenil que pudieran llegar a ser profesionales sin dejar sus estudios tradicionales.

¿En qué ámbito se sentía más cómodo?

-Como profesora, claramente como maestra. Yo creo que llena todos tus espacios, toda tu creatividad, toda tu pasión, todo tu conocimiento, lo ves reflejados en tus alumnos y en tus discípulos, por lo tanto, el poder ver lo que estas desarrollando, es mucho más compensatorio pa una como maestra que bailar uno mismo y no poder ver lo que estás haciendo.

¿Cuándo empezó a sentir de manera más evidente la vejez? ¿Por qué?

-Uuuuhh, eso es una excelente pregunta. Un día escuche en la radio que decía, uno nota la vejez cuando se levanta en la mañana, si tú te levantas en la mañana y te duelen todos tus huesos es porque ya comenzó tu vejez, y la verdad es que hace unos años atrás hasta la fecha ya empiezas a notar los huesos las articulaciones, tienes que calentar el cuerpo para calentarte en la mañana, para poder levantarte te cuesta un poco al principio y a los tres minutos ya estas caminando bien y normal, ahí es cuando uno realmente cuando comienza la vejez. Gracias a Dios durante las clases no pasa, tu puedes seguir dando tus clases

puedes seguir bailando, puedes hacer millones de cosas, pero cuando paras ahí sí que ya vuelve nuevamente la vejez.

¿Qué cambios corporales siente que son más evidentes? ¿qué relación tienen estos cambios con la danza? ¿Sufrió alguna lesión en su carrera? ¿Eso repercute en su cuerpo hoy?

-Bueno claramente la gordura, o sea evidentemente ya no puedes tener el cuerpo que tenías a los 30, 40 años, o sea después de los 50 todo tu cuerpo y toda tu anatomía cambia. Bueno hay que ir aceptándola y hay que ir amando tu cuerpo amando tus arrugas amando tu pelo blanco. Yo creo que cada cosa llega como tiene que llegar en el momento preciso. Las canas te dan luminosidad, las arrugas no las ves porque empiezas con la presbicia entonces quedai top, entre viejos nos vemos regios, el problema es cuando te pones los lentes y te das cuenta que estas viejo. Entonces uno tiene que aprender a amarse y aprender a quererse y aceptarse como es y disfrutar la vida porque en el fondo el hecho que uno tenga más años te da, más experiencia te hace más entretenida te da otra calidad humana. Aprendes a trabajar desde otra perspectiva todo, todo en general, tienes más paciencia, eres más tolerante, o sea tiene muchas virtudes la vejez que cuando tu eres joven eres demasiado impaciente, inquieto e intolerante. Hay muchas cosas que no puedes hacer, tienes problema de elongación en ningún

caso, porque la elongación es una de las cosas que más mantienes en esta etapa y de la que más te preocupa, fortalecimiento corporal y la elongación básicamente son tus mayores potenciales a Ponte tu yo ya no puedo hacer un grand jete gigante y elevarme, tampoco puedo hacer 3 o 4 piruettes, pero si puedes hacer 1 o 2 piruettes dignas. Puedes saltar con medida esta edad. Y como te dije anteriormente, me corté un tendón, el tendón plantar delgado, motivo por el cual tengo un gemelo bastante delicado y lo tengo que cuidar. Esa fue la lesión más fuerte que tuve y que me fue penando durante mi vida porque cada vez que sobrecargo el cuerpo inmediatamente vuelve mi lesión. Aun me repercute en el cuerpo, permanentemente. O sea cuando tu tienes una lesión de esa magnitud permanentemente tienes que estar viendo y tienes que tener cuidado. Uno aprender a vivir con esto entonces sabes dosificar la cantidad de ejercicio y el cómo hacerlo

¿Qué otros cambios considera que han sido fundamentales con la edad?

-La memoria, la memoria, básicamente la memoria, yo creo que a una se le olvida todo, a veces tu das secuencias y estás haciendo una secuencia y se te olvida lo que hiciste recién, entonces tienes que poner bastante más atención, pero también es bonito estar dedicada a esto, porque eso permite que tu mente este permanentemente activa.

Y emocionalmente, ¿cómo eres?. Algunos entrevistados han dicho que se ponen mas “blandos”.

-Emocionalmente, uno se pone mucho más tolerante entonces uno no busca tanto la perfección como es cuando eres adolescente. Cuando es joven que quieres que todo sea perfecto, uno con los años se va dando cuenta que la perfección es enemigo del humano, entonces las cosas tienen sus errores, siempre existe un delta y ese delta uno aprende a respetarlo. Cuando eres joven no te permites el delta del error, cuando maduras te das cuenta que es parte del ser humano. Entonces yo creo que por eso dicen que uno es más tolerante, es menos bruja, y en el fondo es porque aprendes a disfrutar más las cosas y tratas de que tus discípulos disfruten más de lo que están haciendo.

En cuanto a los cambios profesionales, ¿Cuándo notó la edad en su profesión?
¿Dejó de bailar? ¿Cuándo? ¿Cuándo fue su última función como interprete?

-¿Cuando note la edad en mi profesión? Yo creo que cuando llegan los alumnos nuevos y te dicen señora. Normalmente llega un momento en que todos te saludan te tratan por tu nombre, pero ya cuando a los niños les cuesta tratarte por tu nombre y decirte maestra o señora o profesora, es porque ya te empiezas a

sentir un poquito más adulta visualmente para el resto, porque una se ve siempre igual. ¿Cuándo dejé de bailar?... el año 1997, así yo bailando. Esa fue mi última función que tuve en la escuela moderna de música con el maestro Fernando Beltrami, que bailaba con un grupo que tenía él, y bueno fue una opción porque o me dedicaba a enseñar y formar una compañía o me dedicaba a bailar. Las dos cosas la verdad es que no son muy compatibles, porque tienes que dedicarle mucho tiempo si quieres bailar y además si quieres tener una compañía juvenil, tienes que trabajar mucho entonces son opciones en la vida.

¿Cómo enfrento la decisión de dejar en receso la carrera como interprete?

-Muy bien, no, muy bien, porque fue una opción personal. Cuando uno tiene una opción personal y te gusta más enseñar y crear no te gusta tanto ser interprete, disfrutas más creando.

¿Cómo enfrenta hoy su vida profesional?

-Bueno yo desde el 2007, estoy dedicada mi compañía, Compañía Movimiento Moderno, a la formación de bailarines y tratar de insertar a estos bailarines en el extranjero. He tenido bastante suerte al respecto, tengo muchos alumnos y discípulos bailando en el resto del mundo y también muchos que van bailan y

regresan y sigo absolutamente dedicada a la formación profesional de jóvenes apasionados de la danza.

¿Cómo ha cambiado su visión de la danza desde que comenzó a bailar a la época actual?

-La visión de la danza en todos estos años... pero es que es un cambio impresionante, o sea yo te diría que es como leer un libro y estar viendo una película 3D, así es de grande es el cambio. Si tu vez los bailes en los años 69, 70 cuando uno estaba viendo las primeras obras a temprana edad. Eran obras bastante simples hoy en día tú las verías y dirías ¿pero qué dificultad tiene eso? En esos años, para nosotros ver a la Margot Fontayne era una maravilla, pero hoy en día tú ves a una Sylvie Guillem y es, yo te diría, que hay un universo en la distancia técnica de ambas bailarinas. O sea claramente la tecnología ha influido y los medios han influido en el desarrollo del bailarín hoy en día, que se ha transformado en prácticamente un robot, o sea ¡hablando en el buen sentido de la palabra! En que los niños son capaces de hacer cosas que jamás en mi vida se me hubiera ocurrido a los 13, 14 años que pudiera existir. Esta inserción que hay de lo urbano, todo lo que ha aparecido de lo urbano, todo lo que tienes tú en la danza contemporánea con la tela, con circo, con técnicas de acrobacia, toda esa fusión que se ha generado ha hecho que los bailarines cambien totalmente el

concepto de lo que era la danza en mi infancia, y me gusta mucho mas, o sea veo que puedes aplicar todo lo que son las emociones en la esencia del teatro, la esencia del bailarín la esencia del intérprete, que es el sentir lo que tu estas mostrando, junto con toda esta tecnología corporal si se puede llamar, porque yo creo que es una tecnología corporal que los chicos han alcanzado.

¿Cuál eran los prejuicios que rodeaban entorno a la danza cuando decidió profesionalizarse como tal? ¿Usted cree que esos prejuicios han cambiado? ¿Han surgido otros?

-¡Oh! Eran tremendos, porque se suponía que uno se iba a morir de hambre, que uno no podía vivir de esto, porque cuando yo quise estudiar danza, no me dijeron que no porque no era profesión, entonces tuve que estudiar licenciatura en matemáticas y paralelamente seguir con mi danza, o sea tuve que entregar un titulo profesional en mi hogar, para demostrar que si era capaz de seguir adelante, un titulo el cual lo tengo guardado desde que egresé. Trabajé un año como licenciado en matemáticas y ahí me dediqué, única y exclusivamente a la danza.

Con los hombres... bueno para los hombres era bastante mas difícil, eran muy pocos los hombres que podían estudiar danza, porque los padres no los dejaban

estudiar danza, porque iban a ser gay, era todo un prejuicio social y un tabú lo que existiera la homosexualidad en esos años, estamos hablando en los años 70', 80', e que si existía, pero los niños estaban muy reprimidos. Yo creo que hoy en día los niños tienen una libertad de expresión tan grande que son capaces de vivir las experiencias que ellos quieren vivir, cuando, como y con quien quieren vivirla. Entonces esa libertad ha cambiado toda esa, ese prejuicio que había antes sobre la danza. Hoy en día tu vez niños estudiando danza, cosa que antiguamente eran muy pocos los niños que podían estudiar danza. Yo creo que esos prejuicios han cambiado absolutamente, han cambiado mucho. Hoy en día nadie tiene problema en recibir una pareja hetero, una pareja homosexual y en danza también tú ves en danza que hay, hay héteros y hay homosexuales y hay lesbianas también.

Y en cuanto a los otros prejuicios, sobre lo económico, lo laboral.

-Bueno yo creo que en ese aspecto aún no hemos avanzado mucho. es una carrera bastante difícil económicamente, es una carrera que requiere de un trabajo intenso y dedicación exclusiva para poder generar ingresos en este medio porque la sociedad todavía no tiene la cultura de pagar arte, porque yo creo que permanentemente uno escucha, "¿y me vas a regalar la entrada?", o "¿Por qué tan cara la entrada?", o sea una entrada a un espectáculo de danza, no puede costar menos de \$10.000 pesos, no puede, porque el trabajo que hay detrás en la

creación de una obra, si lo medimos en tiempo, horas, minutos y segundos de trabajo que tiene un bailarín y una compañía para montar una obra y tú vas a dar una obra, vas a presentar una temporada que tenga 4 funciones, 5 funciones, en 5 funciones tu no financias el trabajo que hay detrás de esa obra, y más encima el ser humano pide descuento y entradas regaladas, en el fondo yo no puedo ir donde un doctor y decirle “¿me puedes atender gratis?”, sin embargo a la gente en el arte, permanentemente le piden, “¿regálame la entrada?” “¿me vas a dejar entrar?”

¿Y sobre otros prejuicios? ¿Crees que han surgido más?

-No, yo creo que no, yo creo que estamos avanzando. Desde el momento que nosotros tuvimos una libertad de expresión, cuando ya se genera esta libertad de expresión en todos los aspectos, o sea después de la dictadura, nosotros tuvimos una apertura de mente, que nos costó, nos costó mucho salir, no fue fácil, yo creo que sobre todo en Chile no fue fácil, pero hoy en día si tenemos la posibilidad de tener gente con una amplitud de criterio tremenda, sobre todo en los jóvenes, lo jóvenes son muy abierto de mente y son capaces de sobrellevar y sobre salir en todos los ámbitos, tanto en el artístico como en lo académico, entonces no creo que haya otro tipo de prejuicio. El único problema que tenemos hoy en día, es que tenemos que entregar cultura, tenemos que educar, a nuestra sociedad a consumir arte y consumir danza .

¿Cuáles eran las ideas que tenía de joven en torno a la vejez? ¿Y a la vejez en el baile? ¿Esas ideas han cambiado?

-Oh! Yo me imaginaba que sería una abuelita montblanc, ahí se nota en los años ¿viste? Era una propaganda que salía una viejita con un moñito, con un delantal y cocinando en una casa, la verdad es que es muy distinto ahora. Yo uso minifalda, uso short y ya tengo 55 años y me siento como si tuviera 30. La verdad es que es distinta la vejez hoy en día. Yo creo que, los 55 de ahora, eran como los 75 de antes, o sea ha habido una evolución de la vejez tremenda en que las personas ya estamos envejeciendo después de los 70 años, o sea todas las mujeres hoy en día antes de los 70 hace deporte, trotan, van al gimnasio, hacen danza, bailan tienen compañías adultas, tienes compañías con mujeres de 60 años, mujeres que bailan en todo el mundo, entonces la vejez ya tiene otra clasificación, tenemos que cambiar esto de la tercera edad a la cuarta edad, porque tenemos la primera, la segunda, la tercera y la cuarta edad.

Y ¿Cómo veías la vejez en la danza cuando eras joven?

-Yo creo que nunca tuve ese problema, porque tuve maestros como Paco Mairena, que el Paco bailó hasta que murió, el paquito estuvo siempre vigente. El paco

después de su infarto el paco seguía levantando, de hecho, una vez volvió de un infarto y me hizo un lift y yo le dije “¡Paco! ¡Paco! ¡No me subas!” y el dijo “señora yo voy a seguir bailando hasta que me muera”. Yo creo que esas vivencias tu no las olvidas y las vas asimilando, o sea yo creo que también voy a seguir bailando hasta que me muera, no me imagino sin dar clase o estar postrada en una cama ¡no! No me imagino, yo creo que voy a seguir como sea, en silla de ruedas, como sea, pero permanentemente voy a estar ligada y moviéndome y haciendo esta actividad.

¿Qué significa la vejez para usted? ¿Qué siente que ha perdido, que siente que ha aprendido?

-Conocimiento. Conocimiento, o sea yo creo que, aparte del conocimiento la felicidad de ver todo tu camino. Ver toda tu trayectoria, ver todo lo que has hecho, ver todos los problemas que has superado, como tu vida ha ido pasando por dificultades, momento tras momento y tú has sabido seguir adelante, yo creo que eso es un tremendo orgullo como persona llegara esta edad y decir “mira todo lo que he hecho hacia atrás”.

¿Qué sientes que has aprendido?

-Yo creo que lo que más he aprendido, es a tener paciencia y he tenido la fortuna de estar permanentemente ligada al arte y actualizándome en todo lo que es el arte, impregnándome tanto en la música como en la pintura que son mis grandes pasiones.

¿y que sientes que has perdido?

-No siento que haya perdido nada, siento que he ganado mucho peso eso si (se ríe)

¿Qué piensa sobre como se ve la vejez en nuestra sociedad comparado con otras?

-yo creo que hoy en día se ha perdido el respeto, no solo al adulto mayor, sino hacia el ser humano y hacia los espacios, yo creo que va por ahí el tema, mas que por la vejez. Bueno de todos modos la vejez de hoy en día es una vejez bastante activa, es una vejez que no se ve la vejez, ehh hay una aceptación de del adulto y hay un manejo del adulto sobre su vida. Antiguamente no existían estos clubes de ancianos y no existían estos paquetes de viajes de la tercera edad hoy en día la tercera edad tu ves los paseos de personas de 70, 80 años y tiene sus clubes y se juntan y viajan, y tiene toda una vida bastante activa versus antiguamente que la viejita estaba en la casa, la viejita estaba en la casa cuidando a los nietos y eso era lo que hacia la vuela. Hoy en día la abuela se va de viaje, hoy en día la abuela no está en la casa y tampoco está para cuidar los niños, o sea ese cambio en la

sociedad es bastante fuerte y ha traído consecuencias graves, en los niños porque antiguamente los niños estaban muy contenido por los abuelos y hoy en día los niños no tiene esa contención de los abuelos, yo creo que ese es un cambio notorio.

¿Tu sientes que la vejez actual se discrimina?

-No, no siento que se discrimine, todo lo contrario, siento que es mucho mas abierto, tienes precios para la tercera edad, filas para la tercera edad, asiento para la tercera edad, tienes muchos espacios para la tercera edad.

Y con respecto a la danza ¿crees que se le discrimina?

-por ejemplo a los 40, ya no tienes el cuerpo preparados para seguir ese ritmo y tus compromisos tampoco, porque a los 40 una persona ya tiene una familia, entonces una bailarina, por ponerte un caso, una mujer de 40 años ya tiene un hijo por lo menos de 10, 12 años ¿si? Por lo menos tiene un hijo, por lo tanto ya tiene una responsabilidad sobre ese hijo. Es poco viable que siga bailando si es padre o madre de familia es mucho mas práctico que esa persona desarrolle su actividad

a través de la enseñanza ¿y que le permite? Compaginar todo, entonces va por ahí el tema, no porque no pueda seguir bailando, porque puede seguir bailando si quiere, sino que tiene tantos compromisos que no le permiten seguir bailando, por lo tanto ya no puedes irte de gira, no puedes estar en esos ensayos extensos y largos para poder presentar una obra, yo creo que es eso ver bailar la generación del ayer es maravilloso, es maravilloso el trabajo que ellos hacen.

ENTREVISTA A J.O.

¿A qué edad y que empezó a bailar?

-Empecé a estudiar danza cuando tenía como 16 años. Antes de eso había hecho de teatro, y en teatro había expresión corporal, movimiento, un poco de danza. O sea, hacia teatro, yo aquí, digamos en un grupo comunitario, no es que estudiara teatro en realidad. Y entonces existía eso. Y de repente me empezó a interesar la danza, y me inscribí en una academia, a la que nunca fui, o sea solamente me inscribí porque ocurrió que cuando iban a empezar las clases, vi un aviso en el que decía que la universidad de Chile y el conservatorio de la Chile abrían un curso para varones, y quede, pero era una carrera que no me acomodaba mucho porque tenía como un componente súper fuerte de técnica académica todos los días, y un

par de veces a la semana había danza moderna. Yo había llegado a la danza también, porque había visto el Ballet Nacional bailar un par de veces, que no era ballet precisamente igual había visto ballet, pero lo que más me intereso, me llamo más la atención, fue la danza moderna.

¿Por qué llegó a la danza, cuál fue su motivación?

-Eso que te acabo de contar, pero principalmente una relación súper fuerte con el movimiento y el ritmo y la danza.

¿Cuáles fueron los diferentes estilos o técnicas de danza en las cuales se desarrolló mayormente?

-Bueno en la escuela, mientras estuve en la escuela ahí, un componente bien grande de técnica moderna, ya después, yo después empecé a estudiar, me cambié de carrera y me metí a estudiar lo que se llamaba instructor en danza, que era lo que se llamaba pedagogía en danza infantil y después instructor de danza. Porque viene la época en que las pedagogías salen de la Universidad de Chile,

entonces no podía seguirse llamando así, entonces se llamó “instructor en danza”. Bueno y ahí teníamos técnica moderna, diariamente, y teníamos técnica Graham, y teníamos algo que se llamaba técnica primitiva, que era afro, improvisación. Entonces yo pase la carrera, un poco haciendo eso, haciendo como, trabajando con esos procesos de técnica. En medio, cuando iba como en segundo año, yo tenía una profesora que se llamaba Barbara Uribe, y me invitó a un grupo donde ella bailaba, por una petición mía, conozco a Sara Vidal, y empiezo a trabajar ahí en el taller de danzas antiguas con Sara Vial. Bailé con ella varios años, y me aprendí como un repertorio que tenia ver con, especialmente con danzas del renacimiento, pavana, gallarda, gallarda incluía eso que se llama la volta, canarias, passo mezzo, como las danzas que aparece en la orquesografía de Arvö y también las danzas que aparecen en el catálogo de danza de Carosso y Negri. Bueno eso fue una experiencia que a mí me marcó mucho, y con eso también, ahí en esa época, paso a integrar un grupo que creó Nelson Avilés, que es una idea de Nelson Avilés, que se llamaba Andanzas, donde bailamos ahí con la Nuri Gutes, Verónica Varas, Nelson Avilés, y otros compañeros egresados de la Chile.

¿En qué ámbitos profesionales se desarrolló en relación a la danza? (ballet, independiente, solo interprete, coreógrafo, director, profesor...)

-En diferentes ámbitos así, bueno en el taller de danzas antiguas, Andanzas, también el Grupo de Danza Espiral, cuando se llamaba grupo de Danza Espiral y no se llamaba Compañía Espiral, también en el, por muy poco tiempo en este grupo que dirige Ricardo Palma, que se llama, Pucará, también, y en la danza no independiente, también he trabajado, pero no como bailarín, como coreógrafo en el BANCH, como entrenador y profesor de danza moderna en el BAFONA, pero como intérprete en ese ámbito así.

Entonces mayormente fuiste intérprete.

-En mi carrera útil como bailarín si, fui interprete.

¿Y en qué ámbitos te sentías más cómodo?

-Yo creo... Por lo que siento ahora, creo que me tengo que haber sentido muy cómodo como intérprete, no se, me gustaba, me gustaba y hacía todo lo que había que hacer, o sea entrenamiento diario, y ensayos diariamente, y no faltar nunca, entonces eso, yo siento que me gustaba, era mi pasión, fue mi pasión durante mucho tiempo. Creo que, fue muy importante en mi vida actual esa herencia que tengo, que tiene que ver con ser intérprete.

¿Cuándo empezó a sentir de manera más evidente la vejez o la edad adulta?

¿Por qué?

-Ahora tengo 55 años, y algo me empezó a pasar cuando tenía como 36, o sea cuando comienzas a bailar, algo está bien, claro, tenía 19, 20 años, ¡fantástico! 22, 23, pero de algún momento empiezas a sentir que, y eso se nota claramente cuando a ti te piden, cuando te toca que bailas con gente que es mucho más joven que tú, ahí uno empieza a tener como cierta, como a mirar el carnet un poco. La resistencia es diferente, como que la fuerza es diferente. Pero al mismo tiempo tienes como, una cierta madurez a nivel interpretativo, que es diferente también. Pero yo empecé a sentir como cuando tenía 36 años, la necesidad de tal vez, no bailar así con esa forma de entrenamiento, con esa forma de dedicación que requería ¿no?

¿Qué cambios corporales siente que son más evidentes? ¿qué relación tienen estos cambios con la danza? ¿Sufrió alguna lesión en su carrera? ¿Eso repercute en su cuerpo hoy?

-Hay una cosa que tiene que ver con el estado físico, con cuanto tienes que entrenar para mantenerte en forma, creo que tiene que ver eso, principalmente.

Uno pierde un poco de elasticidad y flexibilidad también con el tiempo, y más adelante empiezas a tener como cierto, que tal vez tiene que ver con lo que son enfermedades profesionales, no, como con las articulaciones algo un poco de dolor, algunas sensaciones extrañas dependiendo de los que hagas. Esto me di cuenta eso si cuando ya era profe no cuando estaba bailando.

¿Y sufrió alguna lesión durante la carrera?

-Así importante, nunca nunca. Mira, una vez me esguince el dedo gordo del pie

Y otra me esguince el dedo chico, y algún desgarro. Pero lesiones lesiones, nunca.

¿Y eso, repercute en tu cuerpo hoy en día?

-NO, no, no, no.

¿Qué otros cambios considera que han sido fundamentales con la edad?

-El temperamento y la visión que tengo de la danza ahora, el carácter, el carácter frente a determinadas situaciones que tienen que ver con la danza también, que tienen que ver con el cuerpo en el estado de la danza. Me he vuelto más flexible mentalmente, creo, y me he vuelto más empático, con, creo que si ahora me tocara hacer, desarrollar la labor de interprete, en relación a mis pares, creo que sería más empático. No sería tan fiero.

En cuanto a los cambios profesionales, ¿Cuándo notó la edad en su profesión?
¿Dejó de bailar? ¿Cuándo? ¿Cuándo fue su última función como interprete?

-Me da la impresión que fue como en esa época, a los 36. A pesar que antes de eso, bueno, un par de año antes había ido a Estados Unidos y había tenido la oportunidad de tomar, yo aún estaba bailando y tuve una beca y me fui a Estado Unidos, bueno aquí bailar es difícil, bueno como en toda parte del mundo, pero aquí es difícil, a mí se me hacía difícil, porque para poder bailar, yo tenía que trabajar dando clases. Entonces como que alguna manera invertía tiempo en lo que yo quisiera hacer en la docencia, que era lo que me gustaba, pero en ese momento me gustaba bailar. Y me fui a Estados Unidos y ahí pude entrenarme con varias clases en el día, como con 4 clases en el día y me sentía ahí, en un momento me sentí con un potencial técnico súper fuerte, pero ya estaba queriendo

dejar de bailar ahí, pero me sentí que eso era importante ahí. Peor yo siento que los 36 años fueron bien decisivo.

¿Cuándo fue su última función?

-Bueno, yo he bailado ahora hace poco, también po. Me tocó diferente, pero fue hace como dos años tres años, porque cuando yo cumplí 50 años, Andrés Cárdenas me ofreció un proyecto que se llamaba SINCUESTA, que era una obra donde reunía personas, como intérpretes de diferentes edades. Había una mujer de 70, un hombre de 50 y algo, un joven cercano a los 20 años y una mujer más adulta cerca de los 30 años. Y ahí me toco bailar una vez, claro con algo súper propio de la edad no, como un lenguaje que estaba construido para esa idea.

Y antes de esa función ¿Cuándo fue su última función de una compañía?

-Tiene que haber sido por ahí en el año 90, 92, 93º tal vez 94, con funciones con el espiral. Es que hay un momento que el núcleo, que éramos como 12 personas, hay un momento en que la Manuela se enferma, Rodrigo Fernández con la Valentina se van a México, otra compañera con su marido se va a vivir a Argentina porque él trabajaba para una ONG, y el grupo se desarticula. Yo creo que esas fueron las últimas funciones.

¿Seguiste bailando en otras cosas?

-Bailé en otras cosas, pero de forma, así como esporádica, no había una sistemática aparición de funciones.

¿Cómo enfrento la decisión de dejar en receso la carrera como interprete?

-No fue tan así en mi caso porque yo hacía clases, pero si de alguna manera influyó muy fuerte el retiro de la Joan de hacer clases, porque en el momento en que se enferma la Manuela me dice “¿sabes qué? Yo no voy a continuar haciendo clases, así que...” igual yo hacía clases, pero la idea de que me enfrentara yo con el curso avanzado de ahí del Espiral donde iba a entrenarse gente que eran bailarines. Esa creo que una decisión que enfrente primero, de una manera bien temerosa, y con el paso de los años fui adquiriendo más confianza y más placer.

¿Cómo enfrenta hoy su vida profesional?

-Con mucho gusto ahora, porque estoy haciendo clases y he descubierto en el rol de la docencia, alejado de algo que hice por muchos años que era la

administración académica, me ha devuelto las ganas de trabajar en danza. Yo había estado durante muchos con, haciendo esta labor que poco quieren hacer, que significa administrar la docencia y me parece que ahora estoy en una etapa que estoy muy grato, es muy agradable, la paso bien siento que el clima que me desenvuelvo es súper apropiado y grato para mí. Siento el cariño de los estudiantes, siento hartito eso ahora, ahora hace unos 5 años atrás.

¿Cómo ha cambiado su visión de la danza desde que comenzó a bailar a la época actual?

-Yo aprendí danza un tanto, entre otras formas, así con el rigor y la sangre, como un poco con golpe con retos así, y ahora siento que la cuestión no es tan así en estos momentos. Entonces hay que adaptarse al contexto, yo empecé a estudiar danza donde los enclaves era muy pocos, y pequeños entonces la gente que quería acceder a esto tenía que sacrificarse mucho, tenía que estudiar mucho también para poder estar y exigía un compromiso y una dedicación, en una especie de sacerdocio, porque eran poco, era un poco más hermético. Ahora con la mercadización de las artes como que ha variado un poco el espectro de estudiantes con el que tú te encuentras. Ahora si tienes dinero puedes estudiar, aunque no tengas condiciones, puede uno estudiar entonces la visión de profe tiene que ser más amplia, tienes que poder entender que lo quiere hacer esa

persona. No todos quieren ser la otra persona y ser bailarín, como otros no, hay algunas que esta la que le interesa bailar sentado sin tener que transpirar mucho y a los que gusta eso.

¿Cuál eran los prejuicios que rodeaban entorno a la danza cuando decidió profesionalizarse como tal? ¿Usted cree que esos prejuicios han cambiado? ¿Han surgido otros?

-Yo creo que yo no sentí mucho prejuicio, sentí situaciones encontradas al respecto. Lo que más sentí por parte de mi familia de mi madre, pensaba que la profesión era un, su aspecto económico iba a ser deficitario para mí para siempre y creo que eso, frente a eso me tuve que enfrentar.

¿Y frente a los prejuicios de la sexualidad de bailarín?

-Si, pero no fue como tema, nunca lo sentí. por lo menos no me lo hicieron notar.
Si evidentemente existe.

¿Crees que esos prejuicios han cambiado?

-Yo creo que no se si han cambiado. A mí lo que me hizo convencerme mucho de la cuestión de que no era tan importante, cuando ingreso a la danza, yo pensé que todos eran gays, yo era, todos eran gay. Me doy cuenta que la danza no hay tanto gay, que en el teatro hay más gay (se ríe). En el teatro están todas las locas juntas y parece que no lo fueran, pero eso creo que eso no fue un gran tema. También puede ser que le hecho que cuando yo estudio danza, estudio en la época de la dictadura y había una cosa bien oculta, cachay que vine a conocer el fausto cuando yo tenía 21 años, pero a los 21 años. Antes yo había estudiado danza y mis compañeros habían hablado.

Y en cuanto a los prejuicios económicos ¿han cambiado?

-No po, la gente piensa que con la danza, es una profesión con la que no puedes sobrevivir.

¿Y cree que han surgido otros prejuicios aparte?

-Creo que el prejuicio principal es que la gente piensa que la danza es una actividad para hacer mientras me caso, en las mujeres, y en el caso de los hombres es ser además de tu profesión, haces danza.

¿Cuáles eran las ideas que tenía de joven en torno a la vejez? ¿Y a la vejez en el baile? ¿Esas ideas han cambiado?

-bueno yo estoy en una etapa en la que me pregunto estas cosas, y el otro día conversando con unos amigos, con un amigo que tienen más años que yo, estábamos en una reunión social y hablábamos un poco que es lo que uno piensa cuando tú eres joven, como que la vejez es una etapa donde la personas esta como muy con una minusvalía intelectual, corporal, pero yo a medida que me acerco a esa edad estoy viendo que me siento igual joven que antes, desde el punto de vista mental, no desde el punto de vista corporal. De repente me doy cuenta que me quiero agachar y quiero estirarme y he perdido como ciertas capacidades, pero creo que hay algo que sí me parece importante de esta edad, es poder observar la etapa de la juventud desde esta perspectiva, la etapa que me tocó vivir cuando yo era joven y que veo que están viviendo mucho de los estudiantes de los cuales yo trabajo, y me da la posibilidad de observar lo bella que es la juventud, lo bello que son los cuerpos jóvenes, lo bello que son las personas jóvenes, lo abierto de mente, lo fantástico que es la juventud, lo

observadora, y creo que eso de alguna manera me ha generado este grado de empatía que tengo con los estudiantes, y siento que me hace bien a mí, y les hace bien a ellos.

¿Cuáles eran las ideas que tenía de joven en torno a la vejez? ¿Y a la vejez en el baile? ¿Esas ideas han cambiado?

-Cuando era muy chico, yo pensaba, ojalá no cumpla 40 años, y cuando cumpla 40 años me voy a suicidar al tiro, eso pensaba yo cuando tenía 8 años. Cuando cumplí 40 años, fue una etapa súper importante para mí, porque estaba haciendo unos estudios de posgrado, y me sentía absolutamente pleno y recordaba eso. Y posteriormente y ahora pienso aun, lo único que me hace un poco de ruido con esta historia de la vejez y la edad, es que este país tiene un sistema social tan como las huevas, que la vejez significa para todos, pobreza. Y eso es lo que me preocupa y me preocupa desde que tengo 20 años también, creo que en eso no ha cambiado mucho mi visión entorno a la vejez.

¿Y en cuanto a la vejez en la danza?

-Yo, la verdad es que con la edad que tengo ahora, a los 55 años, yo he llegado a formar parte de una elite de personas donde te consultan cosas, no me he sentido desplazado ni apartado, sino al contrario, me he sentido súper considerado, y bien considerado. Como que no tengo, no he sentido discriminación.

I

Igual, personalmente siento que hay un tema en cuanto a la edad, dentro de nosotros los bailarines. Muchos dejan la danza a los 40.

-Yo creo que el problema es cuando a los 40, haces el rol que hiciste a los 20, y si quieres parecer de 18 y bailar como si parecieras de 18, creo que ahí está el problema.

¿Qué significa la vejez para usted? ¿Qué siente que ha perdido, que siente que ha aprendido?

-Yo siento que, yo no tengo rollos con la vejez, creo que es una preparación para muerte. Desde siempre, desde que llegamos acá, el camino es transitar hacia a la muerte, por lo tanto, me da un poco de susto eso la cuestión económica y la perdida de ciertas capacidades, productos de enfermedades como el Alzheimer, me da un poco de susto, pero no es el hilo conductor de mis pensamientos.

¿Qué siente que ha perdido y lo que ha ganado o aprendido?

-He perdido como a ciertas capacidades físicas, te digo ya, la forma, pero he ganado como experiencia. Creo que lo principal es como en experiencia respecto a todo, como a la visión, en que enfocar mis decisiones, mi trabajo, mis perspectivas. Eso he ganado.

¿Qué piensa sobre como se ve la vejez en nuestra sociedad comparado con otras?

-Yo tengo, bueno hace nos 20 años, unos 30 años atrás, existía una cultura sobre la corporalidad, bien diferente como a la que hay ahora. Ahora hay programas para los adultos mayores, hay actividades que pueden realizar y que contribuyen a un mejor pasar en la vida adulta, yo veo que cada vez es más común, cada vez más común que existan actividades para el adulto mayor. Mira yo guio las prácticas de docencia allá en la Moderna, y acabo de tener una reunión con una persona de Fundación Las Familias, que es una fundación que tiene el gabinete

de lo que se llama la primera dama, lo que tenía que hacer este, el hijo de la Bachelet, ¿no ves que le estaba a cargo de eso? En el gabinete de la primera dama de gobierno, que en este no hay primera dama, tiene una fundación La Familia, y me han propuesto que las prácticas, que a mí me pareció estupendo, las hicieran con adultos mayores, porque se ha descubierto que tienen mayor compromiso, más constancia, los procesos son más sistemáticos, y los resultados, también, son mucho más potenciados.

CUADRO DE CATEGORÍAS

CATEGORIA	SUBCATEGORIA	CODIFICACIÓN
1. INICIO DE LA VEJEZ	1.1. SEÑALES DE LA VEJEZ	X.P. "Noté a la edad cuando no pude bailar porque no se me mejoro una lesión y no pude seguir bailando y ahí terminé como intérprete y empecé la docencia." O.B." Por ejemplo, cuando yo tenía 42 podía mostrar 20 veces el mismo paso cuando tienes 60,65 muestras una vez y agarras al más dotado y pides que lo

		<p>muestre o tuve varios ayudantes, ¿me entiendes? así o sea así en la danza, yo creo que hay que ser inteligente no hay hacer experimentos geriátricos”</p> <p>A.B.” Uno nota la vejez cuando se levanta en la mañana, si tú te levantas en la mañana y te duelen todos tus huesos es porque ya comenzó tu vejez, y la verdad es que hace unos años atrás hasta la fecha ya empiezas a notar los huesos las articulaciones, tienes que calentar el cuerpo para calentarte en la mañana, para poder levantarte te cuesta un poco al principio y a los tres minutos ya estas caminando bien y normal, ahí es cuando uno realmente cuando comienza la vejez”</p> <p>J.O “-Cuando te toca bailar con gente que es mucho más joven que tú, ahí uno</p>
--	--	--

		<p>empieza a tener cierta, como a mirar el carnet un poco, la resistencia es diferente, la fuerza es diferente, pero al mismo tiempo tienes como, una cierta madurez a nivel interpretativo, aunque es diferente también, pero yo empecé a sentir cuando tenía como 36 la necesidad de tal vez no bailar así con esa forma de entrenamiento y esa forma de dedicación que requería ¿no?”</p>
	<p>1.2. TRANSFORMACIONES CORPORALES</p>	<p>X.P. “ahora lo que uno ve físicamente es que falta elongación tiene dificultades para saltar”</p> <p>“Cambios evidentes..., bueno son obvio ¿cierto?, se sube un poquito de peso, menos elasticidad, pero las ganas están.</p> <p>O.V. “La falta de fuerza, la falta de fuerza es lo más evidente uno pierde musculatura la edad te hace perder musculatura, esa</p>

		<p>es la parte más dramática, porque, o sea, no puedes hacer lo que podías haber hecho cuando joven”</p> <p>A.L.B. "la verdad es que hace unos años atrás hasta la fecha ya empiezas a notar los huesos las articulaciones, tienes que calentar el cuerpo para calentarte en la mañana, para poder levantarte te cuesta un poco al principio y a los tres minutos ya estas caminando bien y normal”</p> <p>“Bueno claramente la gordura, o sea evidentemente ya no puedes tener el cuerpo que tenías a los 30, 40 años, o sea después de los 50 todo tu cuerpo y toda tu anatomía cambia”</p> <p>“tienes problema de elongación en ningún caso, porque la elongación es una de las cosas que más mantienes en esta etapa y de la que más te preocupa, fortalecimiento corporal y la elongación</p>
--	--	--

		<p>básicamente son tus mayores potenciales a Ponte tu yo ya no puedo hacer un grand jete gigante y elevarme, tampoco puedo hacer 3 o 4 piruettes, pero si puedes hacer 1 o 2 piruettes dignas. Puedes saltar con mesura esta edad”</p> <p>J.O. “Uno pierde un poco de elasticidad y flexibilidad también con el tiempo, y más adelante empiezas a tener como cierto, que tal vez tiene que ver con lo que son enfermedades profesionales, no, como con las articulaciones algo un poco de dolor, algunas sensaciones extrañas dependiendo de los que hagas. Esto me di cuenta eso si cuando ya era profe no cuando estaba bailando.”</p> <p>“De repente me doy cuenta que me quiero agachar y quiero estirarme y he perdido como ciertas capacidades”</p>
--	--	---

<p>2. TRANSFORMACION DE LA PROFESION</p>	<p>2.1. CAMINO PROFESIONAL POSTERIOR A LA VEJEZ (docencia y generacion del ayer)</p>	<p>X.P “Hoy la enfrento con mucha alegría con muchos proyectos y siempre pensando que ojalá tenga vida para terminarlos.”</p> <p>“El yoga me salvó de un momento en que ya creía que la cuestión iba a terminar y como siempre me mandan mensajes de arriba y me mandaron el yoga y me salvó, es decir que el yoga que yo hago, es ayuda física mental y por eso que tú te sientes de otra forma entonces puedes, como estás haciendo otro ejercicio, te da elongación te sientes con más vitalidad, te sientes más feliz”</p> <p>“Claro que si pues muy discriminada, yo he trabajado mucho en mi vida y durante los 20 años que estuve trabajando, muy bien con toda mi alma me sentí discriminada en un momento y tuve</p>

		<p>que retirarme”</p> <p>“Mira, Martin ehh... es un regalo que me han mandado y yo siento que ese regalo es para que yo lo forme y sea lo última que haga y para mí no lo digo en son de pena sino que lo digo como que bendición tenerlo”</p> <p>“Haber... con la vejez he perdido la potencia porque yo daba muchas clases y ahora no tengo la fuerza para darlas, pero que he ganado, he ganado tanta sabiduría que de repente yo misma estoy en clases y estoy diciendo bah! mira que bueno! Qué ejercicio maravilloso y yo misma me sorprendo de lo que estoy haciendo”</p> <p>O.V. “Yo ahora dejé todo, Di clases hasta el año pasado y tuve un problema de salud. Tuve un cáncer y me tuvieron que operar y yo me retiré y ya no, ya cumplí ya no tengo posibilidad de...Hay que saber</p>
--	--	---

		<p>retirarse dignamente”</p> <p>“por ejemplo cuando yo tenía 42 podía mostrar 20 veces el mismo paso cuando tienes 60, 65 muestras una vez y agarras al más dotados y pides que lo muestre o tuve varios ayudantes”</p> <p>“tuve la obligación de ver danza contemporánea y que reciben un poco de plata y no tienen ni para traje ni para ni iluminación ni para bailarines ni nada, y yo iba y me sentaba y decía ya tengo que ir y empezaba a hacer frío y empezaba a hacer calor y yo decía “que hago cuando podría estar leyendo en mi casa”.</p> <p>A.L.B. ” Entonces uno tiene que aprender a amarse y aprender a quererse y aceptarse como es y disfrutar la vida porque en el fondo el hecho que uno tenga más años te da, más experiencia te hace más entretenida te da otra calidad</p>
--	--	--

		<p>humana.”</p> <p>“Aprendes a trabajar desde otra perspectiva todo, todo en general, tienes más paciencia, eres más tolerante, o sea tiene muchas virtudes la vejez que cuando tú eres joven eres demasiado impaciente, inquieto e intolerante”</p> <p>“La memoria, la memoria, básicamente la memoria, yo creo que a una se le olvida todo, a veces tu das secuencias y estás haciendo una secuencia y se te olvida lo que hiciste recién, entonces tienes que poner bastante más atención, pero también es bonito estar dedicada a esto, porque eso permite que tu mente este permanentemente activa”</p> <p>“Emocionalmente, uno se pone mucho más tolerante entonces uno no busca tanto la perfección como es cuando eres adolescente. Cuando es joven que</p>
--	--	---

		<p>quieres que todo sea perfecto, uno con los años se va dando cuenta que la perfección es enemigo del humano, entonces las cosas tienen sus errores, siempre existe un delta y ese delta uno aprende a respetarlo”</p> <p>“Normalmente llega un momento en que todos te saludan te tratan por tu nombre, pero ya cuando a los niños les cuesta tratarte por tu nombre y decirte maestra o señora o profesora, es porque ya te empiezas a sentir un poquito más adulta visualmente para el resto, porque una se ve siempre igual”</p> <p>“Bueno yo desde el 2007, estoy dedicada mi compañía, Compañía Movimiento Moderno, a la formación de bailarines y tratar de insertar a estos bailarines en el extranjero”</p> <p>J.O “estoy haciendo clases y he</p>
--	--	--

		<p>descubierto en el rol de la docencia, alejado de algo que hice por muchos años que era la administración académica, me ha devuelto las ganas de trabajar en danza”</p> <p>“estoy en una etapa que estoy muy grato, es muy agradable, la paso bien siento que el clima que me desenvuelvo es súper apropiado y grato para mí. Siento el cariño de los estudiantes, siento hartito eso ahora, ahora hace unos 5 años atrás”</p> <p>“yo he llegado a formar parte de una elite de personas donde te consultan cosas, no me he sentido desplazado ni apartado, sino al contrario, me he sentido súper considerado, y bien considerado”</p> <p>“Por lo que siento ahora, creo que me tengo que haber sentido muy cómodo como intérprete, no se, me gustaba, me gustaba y hacía todo lo que había que</p>
--	--	--

		<p>hacer (...) fue muy importante en mi vida actual esa herencia que tengo, que tiene que ver con ser intérprete”</p> <p>“-El temperamento y la visión que tengo de la danza ahora, el carácter, el carácter frente a determinadas situaciones que tienen que ver con la danza también, que tienen que ver con el cuerpo en el estado de la danza”</p> <p>“Me he vuelto más flexible mentalmente, creo, y me he vuelto más empático,”</p> <p>“-Bueno, yo he bailado ahora hace poco, también po. Me tocó diferente, pero fue hace como dos años tres años, porque cuando yo cumplí 50 años, Andrés Cárdenas me ofreció un proyecto que se llamaba SINCUENTA, que era una obra donde reunía personas, como intérpretes de diferentes edades”</p>
--	--	---

		<p>“pero creo que hay algo que sí me parece importante de esta edad, es poder observar la etapa de la juventud desde esta perspectiva, la etapa que me tocó vivir cuando yo era joven y que veo que están viviendo mucho de los estudiantes de los cuales yo trabajo, y me da la posibilidad de observar lo bella que es la juventud”</p>
	<p>2.2. ENFRENTAMIENTO DEL CAMBIO PROFESIONAL (fluido, sin arrepentimiento)</p>	<p>X.P. “deje de bailar cuando tenía 40 años, era el momento ya como para pensar en dejar, pero, me llego del cielo una lesión, deje de bailar, ¿y dije que hago? Y ahí va la pedagogía”</p> <p>“Con mucha pena, fue con mucha</p>

		<p>pena, pero pronto pude superarlo cuando se me ocurrió que podía enseñar y empecé con niños y después con adultos, incluso enseñé hasta vedette de cabaret”</p> <p>O.V.” Cuando fui bailarina, me sentía súper cómoda, además tenía roles súper interesantes como solista, semisolista y que se yo en el Balcka porque él dijo que yo tenía facilidades para dar clases, y yo dije, bueno estoy preparándome para el futuro y siempre di clases de danza clásica, di c. Llegó un ruso, lo trajo la Malucha Solari a la universidad y él empezó a dar metodología de la danza clásica y yo lo tomé, fuera de todo lo que yo hacía, y ahí di clases de metodología, la Ximena Pino fue mi alumna también y varias personas más, bien entretenido fue”</p> <p>“¿sabes lo que pasaba? Depende la edad de uno. O sea, yo bailé hartoo hartoo,</p>
--	--	--

		<p>todos los roles habidos por haber y cuando ya no podía más me dieron la posibilidad de ser maestra, ¿me entiendes?, o sea hay cosas que uno puede o sea uno a los 42 no puede bailar como bailaba a los 20 o a los 15 o los 14 como yo empecé, entonces uno dice, bueno ya bailé todo ahora me toca otra cosa y tuve la suerte de que me dieran la posibilidad”</p> <p>A.L.B ” bueno fue una opción porque o me dedicaba a enseñar y formar una compañía o me dedicaba a bailar. Las dos cosas la verdad es que no son muy compatibles, porque tienes que dedicarle mucho tiempo si quieres bailar y además si quieres tener una compañía juvenil, tienes que trabajar mucho entonces son opciones en la vida”</p> <p>“Muy bien, no, muy bien, porque fue una opción personal. Cuando uno tiene</p>
--	--	--

		<p>una opción personal y te gusta más enseñar y crear no te gusta tanto ser interprete, disfrutas más creando.”</p> <p>J.O “No fue tan así en mi caso porque yo hacía clases, pero si de alguna manera influyó muy fuerte el retiro de la Joan de hacer clases, porque en el momento en que se enferma la Manuela me dice “¿sabes qué? Yo no voy a continuar haciendo clases, asi que...” igual yo hacía clases, pero la idea de que me enfrentara yo con el curso avanzado de ahí del Espiral donde iba a entrenarse gente que eran bailarines. Esa creo que una decisión que enfrente primero, de una manera bien temerosa, y con el paso de los años fui adquiriendo más confianza y más placer”.</p>
3.CAMBIOS DE	3.1.CAMBIOS	X.P.” La visión de la danza para mi creo q

<p>LA MIRADA HACIA SU REALIDAD</p>	<p>VISION DE LA DANZA (lenguaje y los prejuicios)</p>	<p>es la misma ¿sí? O sea, todo lo que influye para bien de la danza moderna en el ballet, se agradece por lo tanto si yo pudiera seguir, seguiría con la misma línea con más, integrando por supuesto, más sentimientos, más verdad en sentimientos de la danza moderna.”</p> <p>O.V. “algo falla en Chile, no sé qué, ni quiero ser ni profeta, ni nada, algo está mal estructurado para la danza, creo yo.”</p> <p>A.L.B” La visión de la danza en todos estos años... pero es que es un cambio impresionante, o sea yo te diría que es como leer un libro y estar viendo una película 3D, así es de grande es el cambio”</p> <p>J.O.” Yo aprendí danza un tanto, entre otras formas, así con el rigor y la sangre, como un poco con golpe con retos así, y ahora siento que la cuestión no es tan así</p>
--	---	---

		<p>en estos momentos. Entonces hay que adaptarse al contexto”</p>
	<p>3.2.CAMBIOS EN LA VISION DE LA VEJEZ</p>	<p>X.P. “Y claro que estas ideas han cambiado, totalmente ni un joven se sueña viejo, nunca pensé si iba a ser vieja pobre o vieja rica, no, eso no estaba en mi”</p> <p>“Ya mira tiempo atrás, una mujer de 70 ya estaba lista sentadita en un sillón, hoy día es una lola, hace clases hace de todo, esa es la diferencia de épocas, pero igual hoy se discrimina se discrimina la vejez.”</p> <p>“Ahora la vejez, ¡uuy que difícil! Es aceptarla saber que ya falta poco, para volver a lo mejor, volver a reencarnarse que lindo ¿ah?”</p> <p>O.V. “¡Ah! La vejez, ¿sabes lo que pasa? cuando uno es joven y ha visto poco tiene otra capacidad de ver las cosas”</p>

		<p>“¿Sabes lo que pasa? Yo a los 14 años me sentía vieja, ¿me entiendes? Es una cosa de no sé, yo me sentí muy madura, no sé, no tengo problemas con la edad, no tengo problemas con la edad ni ahora tampoco que soy vieja de verdad.”</p> <p>“la juventud es bien ingrata, lo que pasa que no se dan cuenta que van a llegar a viejos, mira la vida se te va entre los dedos, rápidamente llega a la vejez de la danza, rápidamente, entonces hay mucha gente que no se da cuenta de eso, y cuando son jóvenes hacen como burla de eso, deberían tener la intuición de no burlarse, pero resulta que lo hacen.”</p> <p>A.L.B ” Yo me imaginaba que sería una abuelita Montblanc, ahí se nota en los años ¿viste? Era una propaganda que salía una viejita con un moñito, con un delantal y cocinando en una casa, la</p>
--	--	--

		<p>verdad es que es muy distinto ahora. Yo uso minifalda, uso short y ya tengo 55 años y me siento como si tuviera 30”</p> <p>“La verdad es que es distinta la vejez hoy en día. Yo creo que, los 55 de ahora, eran como los 75 de antes, o sea ha habido una evolución de la vejez tremenda en que las personas ya estamos envejeciendo después de los 70 años”</p> <p>“voy a seguir bailando hasta que me muera, no me imagino sin dar clase o estar postrada en una cama ¡no! No me imagino, yo creo que voy a seguir como sea, en silla de ruedas, como sea, pero permanentemente voy a estar ligada y moviéndome y haciendo esta actividad.”</p> <p>“Conocimiento. Conocimiento, o sea yo creo que, aparte del conocimiento la felicidad de ver todo tu camino. Ver toda tu trayectoria, ver todo lo que has hecho, ver</p>
--	--	--

		<p>todos los problemas que has superado, como tu vida ha ido pasando por dificultades, momento tras momento y tú has sabido seguir adelante, yo creo que eso es un tremendo orgullo como persona llegara esta edad y decir “mira todo lo que he hecho hacia atrás”.</p> <p>J.O.” Yo tengo, bueno hace nos 20 años, unos 30 años atrás, existía una cultura sobre la corporalidad, bien diferente como a la que hay ahora.”</p> <p>“se ha descubierto que tienen mayor compromiso, mas constancia, los procesos son más sistemáticos, y los resultados, también, son mucho mas potenciados.”</p> <p>“Yo siento que, yo no tengo rollos con la vejez, creo que es una preparación para muerte. Desde siempre, desde que llegamos acá, el camino es transitar hacia a la muerte, por lo tanto, me da un poco de</p>
--	--	--

		<p>susto eso la cuestión económica y la pérdida de ciertas capacidades, productos de enfermedades como el Alzhimer, me da un poco de susto, pero no es el hilo conductor de mis pensamientos.”</p>
--	--	--