



**Facultad de Ciencias Sociales, Jurídicas y Económicas.**

**Escuela de Trabajo Social**

**“Significaciones de la vejez: Una aproximación desde mujeres adultas mayores que participan en Club de Adulto Mayor y Centro comunitario San José de la comuna de Cerrillos.”**

Tesis para optar al grado de Magister en intervención social Mención Familias.

Autor: Matías Pincheira Vega.

Docente Guía: Ruth del Canto Fernández.

Santiago de Chile

2018

## INDICE

Introducción .....	4
Planteamiento del problema.....	5
Envejecimiento en Chile.....	8
Feminización de la vejez.....	9
Objetivos.....	11
Supuestos .....	11
Pregunta de investigación.....	11
Justificación .....	12
Marco Teórico .....	13
Envejecimiento individual y Vejez.....	14
Perspectivas teóricas sobre vejez.....	15
Enfoques de envejecimiento .....	15
Los diferentes enfoques teóricos sobre el envejecimiento.....	16
Teorías psicológicas del envejecimiento.....	25
Teoría ciclo vital, Erickson.....	27
Envejecimiento Demográfico.....	28
Envejecimiento en Chile.....	31
Feminización de la vejez.....	34
La perspectiva de la vejez desde la vejez.....	37
Marco metodológico .....	41
Paradigma .....	41
Tipo de investigación.....	42
Diseño de la investigación .....	43
Población y muestra.....	43
Técnicas de recolección de datos.....	44
Tipo de muestra y criterios de selección de informantes claves.....	44
Pasos metodológicos .....	45
Unidades de Análisis y sujetos de estudio .....	46
Categorías de estudio .....	46
Análisis descriptivo al nivel de datos.....	49
Análisis teórico a nivel profundo.....	68

Conclusión. ....77  
Bibliografía.....80  
Anexos. ....83

## Introducción

La presente investigación está enfocada en dar a conocer los significados sociales, que las adultas mayores del Centro comunitario y Club de Adulto Mayor “San José” de la comuna de Cerrillos reconocen y con los cuales se identifican personalmente.

Se realizará una profunda indagación acerca de los diversos planteamientos teóricos que están relacionados al fenómeno de la vejez, con el fin de conocer las distintas perspectivas analíticas sobre vejez, ya sea desde una mirada biológica, psicológica, social y económica, entre otras.

Si bien la vejez es la fase última del ciclo vital individual del ser humano, y que por lo tanto ha sido parte intrínseca de la humanidad desde sus inicios, es relevante comprender que existen distintas vejezes y formas de observarla y vivirla. Elementos como la historicidad de cada sujeto, el contexto en el cual se desenvuelve son parte de cada particularidad de significados.

Es importante señalar además que la vejez es la fase final del desarrollo de las personas la cual todos viviremos de manera directa o indirecta, ya sea por la propia fase en la cual nos encontremos, o hacia donde nos dirigimos.

El propósito de la investigación es lograr comprender desde el propio relato de las adultas mayores el como reconocen y construyen su significado de vejez en su mismo escenario personal y de relaciones personales.

## Planteamiento del Problema.

La vejez usualmente es entendida en la sociedad moderna como aquella medición cronológica en la cual podemos demarcar la etapa de la vida en la que se encuentra una persona, por tanto, la cantidad de años vividos determina donde nos encontramos. Sin embargo, algunos especialistas del área de la gerontología afirman que la cantidad de años vividos no son suficientes como para determinar la ancianidad de un sujeto, si no que existen otros factores que son aún más determinantes tales como la edad física y biológica de una persona. Una persona de una edad avanzada se puede encontrar en mejores condiciones físicas y mentales que una de 30, es debido a eso que la vejez como concepto no se limita solamente a estándares cronológicos. (Delia, 2000, págs. 31-32)

A pesar de lo descrito anteriormente, la sociedad contemporánea se caracteriza por un modelo altamente competitivo, obligando a las personas a mantenerse vigentes y con plenas capacidades físicas y mentales. Es entonces que, a partir de esto, el adulto mayor se encuentra en desventaja por no cumplir con los parámetros de productividad que la sociedad moderna exige.

Las y los adultos mayores, en muchos casos se les excluye y se les considera no aptos para cumplir con los estándares exigidos por el modelo, segregándolos a un segundo plano, siendo considerados una carga, además de los estereotipos negativos, los que podrían dificultar la integración activa de estos a la sociedad.

Será adulto mayor, toda persona mayor de 60 años en el caso de Chile, y en los países desarrollados a partir de los 65 años cumplidos (Socgeriatria, 2015). Es bajo esta perspectiva donde se pueden visualizar el perfil de los adultos mayores de los tiempos actuales teniendo en consideración que pueden ser personas autónomas, sexualmente

activas, con ideas y proyectos de vida aún vigentes, y no necesariamente asociarlo a la pérdida de sentido de la vida o enfermedades.

Otro de los elementos para analizar que está presente dentro de la vejez, es el envejecimiento poblacional el cual ha sido un fenómeno que ha aumentado de forma acelerada en las últimas décadas, y ha evidenciado la realidad del momento en el que se encuentra la poblacional mundial.



(ONU, 2016)<sup>[66]</sup>

Como indica la gráfica anterior, el envejecimiento en la población mundial, es un fenómeno en constante aumento y crece aún más que la población de jóvenes. Según cifras de la ONU (Organización de las Naciones Unidas) se estima que hay 962 millones de personas de 60 años o más, eso quiere decir que más del 13% de la población pertenece a este rango etario. Asimismo, las proyecciones indican que esa cifra aumentará considerablemente para el año 2030, donde serán aproximadamente 1400 millones de personas de avanzada edad en el mundo. (ONU, 2016).

Algunos expertos en el área de la gerontología, han indicado que las raíces de este fenómeno están relacionadas con el aumento de la esperanza de vida, tal como lo menciona a continuación la autora Delia Sánchez.

*“La población anciana es la de más rápido crecimiento en la sociedad actual. Hasta la década de 1930, la expectativa de vida media al nacer no sobrepasaba, en ningún lugar del planeta, los 50 años de edad. Actualmente en los países desarrollados la expectativa de vida superar los 70 años y en algunos oscila entre los 80 años en especial al sector femenino.” (Delia, 2000).*

Sánchez, señala que el envejecimiento poblacional, es un fenómeno que va en constante crecimiento al igual que la esperanza de vida. Sin embargo y a pesar del aumento de la esperanza de vida, esto no es reflejo de mejores condiciones para los adultos mayores, ni acciones para la adecuada inclusión en la sociedad

Según como lo define la CEPAL (Comisión Económica Para América Latina y el Caribe), existen estándares para establecer en que categoría de envejecimiento se encuentra un país en específico y los ordena según la siguiente clasificación.

Envejecimiento Incipiente: Porcentaje total de población adulto mayor oscila entre 5% a 7% con expectativas de crecimiento al año 2050 de un 15% a 18%.

Envejecimiento moderado: Porcentaje total de población adulto mayor oscila entre 6% a 8% con expectativas de crecimiento al año 2050 superiores al 20%.

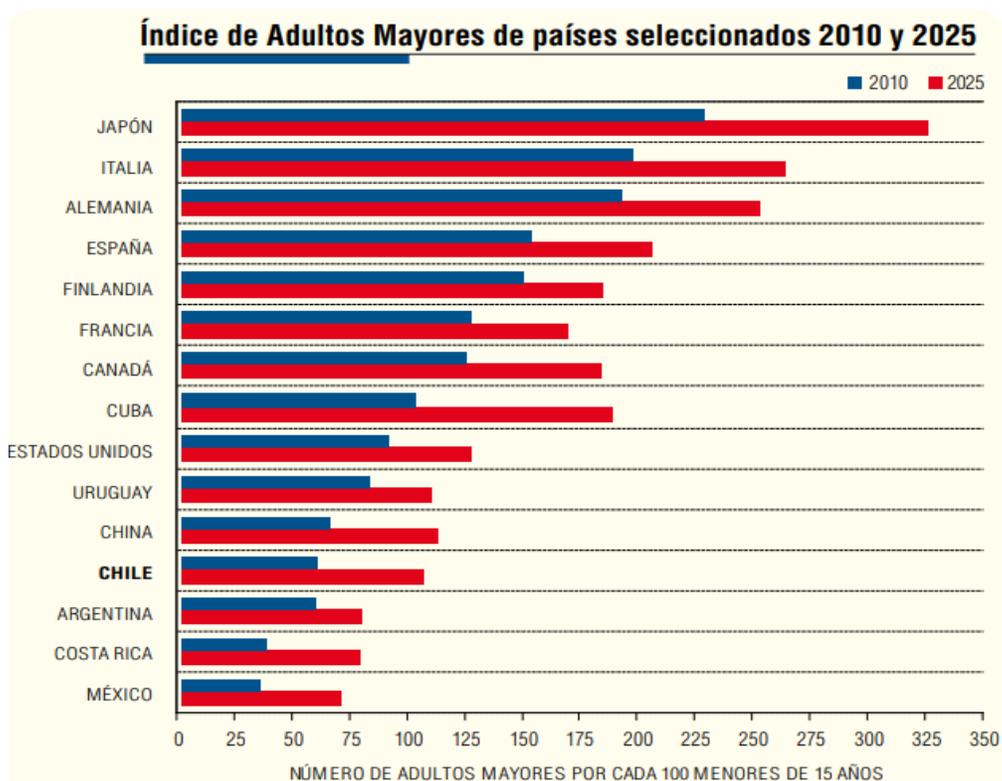
Envejecimiento moderado avanzado: Porcentaje total de población adulto mayor oscila entre 8% a 10% con expectativas de crecimiento al año 2050 de 25% a 30%.

Envejecimiento avanzado: Cuyos países se encuentran en la cúspide el envejecimiento poblacional, en Latinoamérica se encuentran Argentina y Uruguay, además de Cuba y otros países del Caribe (Antillas Neerlandesas, Barbados, Guadalupe, Martinica y Puerto Rico. (CEPAL, Poblacion, envejecimiento y desarrollo, 2004).

Según las clasificaciones que define la CEPAL, Chile estaría considerado dentro del grupo de países de “envejecimiento moderado avanzado”, debido al rápido y sostenido aumento de su población de 60 años o más.

## Envejecimiento en Chile.

En Chile, las cifras no son muy distantes de los datos entregados anteriormente. Para evidenciarlo de mejor manera, se presenta la siguiente gráfica la que corresponde a las perspectivas de población mundial donde podemos encontrar a Chile en el puesto número 3 de los países más envejecidos de la región, seguido de Cuba y Uruguay.



(INE,

2007).

Otro dato que sustenta el envejecimiento poblacional en Chile son las tasas de fecundidad las cuales han disminuido considerablemente en las últimas décadas. Según datos del

Banco mundial en Chile en el año 1970 la tasa de fecundidad era aproximadamente de 4,2 hijos nacidos por mujer, cifras que en la actualidad se encuentran bastante distantes ya que para el año 2015 se alcanza un promedio de 1.75 hijos nacidos por mujer. Dicho fenómeno, se debe a múltiples factores, siendo alguno de ellos, el acceso de la mujer a mayores posibilidades de desarrollo educacional, laboral, académico y profesional, sumado al control de su fertilidad, lo que repercute en las nuevas concepciones y maneras de construcción de familia en la que en muchos casos prevalece el desarrollo personal, profesional y laboral, antes que tener hijos.

Dentro de los factores que inciden en el aumento del envejecimiento poblacional están relacionado a la migración en algunos países del Caribe y latino américa los jóvenes son impulsados a emigrar en busca de nuevos horizontes para su desarrollo, y en el caso opuesto, los adultos mayores de otros lugares emigran a estos países en su etapa de jubilación, lo que concluye en una transición demográfica, aislando además de redes familiares a los adultos mayores que se quedan.

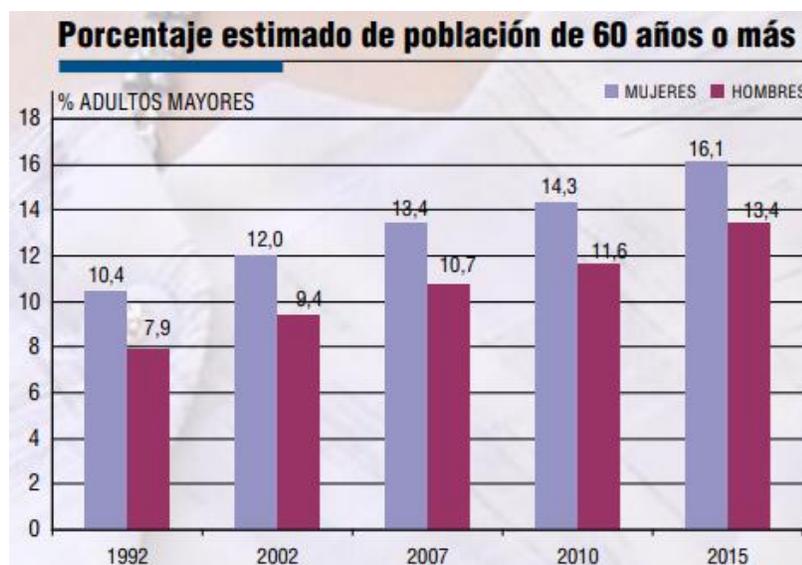
## Feminización de la vejez.

La “feminización de la vejez” implica que las mujeres tienen una esperanza de vida superior a los hombres en promedio de 5 años, lo que repercute en que el 55% de la población adulto mayor sea mujer. Sin embargo, estos 5 años demás, no van acompañados de mejores condiciones de vida, ya que existe una segregación de género. En el ámbito laboral el 51% de los hombres de 60 años o más se encuentra trabajando activamente en la esfera pública, versus un 30% de las mujeres, las que se ven relegadas a mantenerse en la esfera privada y en trabajos de segunda categoría y con remuneraciones más bajas que los hombres.

Conforme a la ley, se establece que el sueldo mínimo para personas mayores de 65 años es de \$192.230 pesos (25% menos que el sueldo mínimo). Sin embargo, la situación de

las mujeres es aún más adversa debido a que el sueldo real en mujeres de 65 años más bordea los \$160.000 mil o menos, según afirma (Marin, 2017).

En concordancia a los datos anteriores, es relevante otorgarle relevancia al fenómeno de la feminización de la vejez dado que porcentualmente las mujeres superan en cantidad y en esperanza de vida a los hombres, tal como lo indica la siguiente gráfica.



(INE, 2007).

La brecha salarial entre hombres y mujeres, se mantiene inclusive en la etapa de la vejez, entre otras discrepancias al respecto tales como la educación, lo económico, a nivel familiar y de proyecciones personales.

Es importante analizar el papel que se le otorga a la mujer dentro de la sociedad y más profundamente el rol que la mujer adulto mayor cumple o se pretende que cumpla. Se indagará acerca de las percepciones que tienen en cuanto a salud, tiempos de ocio, vida laboral, calidad de vida, entre otras. Asimismo, la matriz que fundamenta esta investigación a partir de los relatos de las adultas mayores pertenecientes al Club de Adulto Mayores de la comuna de Cerrillos, pretende indagar temas como el trabajo, la interacción que tienen con sus pares ya sea familia y amigos, además de la participación

y finalmente el significado que ellas le otorgan a la vejez a través de sus percepciones y vivencias personales.

## Objetivos.

### **General.**

Comprender los distintos significados que las adultas mayores del Club de Adulto Mayor de la comuna de Cerrillos le otorgan al concepto de vejez.

### **Específicos.**

- 1.- Describir el concepto de vejez con el cual las mujeres adultos mayores participantes de “club de adulto mayor” se sienten identificadas.
- 2.- Describir las ventajas y desventajas de la adultez mayor.
- 3.- Identificar los estereotipos y prejuicios que las mujeres adultas mayores reconocen y que están presentes en la sociedad hacia la visión de vejez.
- 4.- Identificar los obstaculizadores que entorpecen el proceso de inclusión de la vejez.

## Supuestos

Las adultas mayores participantes del Club de adulto mayor de la comuna de Cerrillos, poseen significados sociales positivos de la vejez, contribuyendo a su proceso de envejecimiento de manera saludable y activa.

## Pregunta de investigación

¿La construcción de distintos significados sociales de vejez, podría afectar el desarrollo de un buen envejecer?

## Justificación

Gran parte de la bibliografía estudiada entorno a la vejez tiene una connotación negativa, limitando hablar acerca de enfermedades maltratos, entre otros, conceptos que se relación de manera inmediata con la vejez, es por ello que la relevancia del estudio radica en reconceptualizar dicho concepto en base al sustento empírico de bibliografía, relatos, datos cuantitativos y cualitativos.

El tema de la vejez es de gran relevancia social, puesto que los indicadores señalan que Chile es un país que está envejeciendo, disminuyendo la tasa de natalidad y mortalidad, y aumentando la esperanza de vida, por lo que inmediatamente pasa a convertirse en un tema que engloba a todos de manera directa o indirecta, ya sea por vivencia personal, familiares, etc.

Otro de los ejes que sustenta la justificación de la investigación tiene relación con la diversidad de concepciones de vejez según como toque vivir este periodo a cada persona en su particularidad, teniendo en consideración factores tales como su historicidad, el contexto en el cual se desenvuelve, entre otros. Todos ellos factores que inciden o predisponen a una única y personal concepción de vejez.

Finalmente es pertinente la investigación por la falta de estudios en el lugar, y en los Club de adulto mayor en general, los cuales sean dirigidos a la interacción y opinión de los mismos sujetos de estudio, en el que el adulto mayor pueda expresar libremente sus opiniones, puntos de vista, y no estancarse en un significado social equívoco sin sustentos empíricos claros y fidedignos.

## Marco Teórico

En este apartado se abordarán con mayor profundidad las dimensiones que contempla la vejez y el envejecimiento, realizando la diferencia entre estos dos conceptos, además del enfoque individual y poblacional.

Se analizarán datos estadísticos acerca del fenómeno del envejecimiento poblacional en Chile y el mundo, explicando detalladamente sus causas y proyecciones. Para el caso de Chile, además se analizará la vejez desde una perspectiva de género, la que permitirá profundizar acerca de la feminización de la vejez y como este fenómeno aborda las esfera educacional, económica, laboral y social.

Se abordará el concepto de los significados en torno a la vejez y como estos le otorgan la construcción de diversos estereotipos negativos y/o positivos, pudiendo afectar una mirada inclusiva de la vejez.

Por último, se analizará desde las perspectivas de distintos autores, el envejecimiento positivo y activo, con el propósito de reconocer estrategias del buen envejecer y el aporte a la población, desde una mirada intergeneracional.

## Envejecimiento individual y Vejez

### **Institucionalidad.**

En Chile la entidad del Estado encargada de contribuir a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores es SENAMA (Servicio Nacional del Adulto Mayor).

SENAMA es un servicio público creado por medio de la promulgación de la Ley N° 19.828, el 17 de septiembre de 2002, la cual comienza sus funciones en enero de 2003. Esta se basa en atender de manera prioritaria las políticas públicas focalizadas hacia los adultos mayores, debido a los altos índices de envejecimiento demográfico.

Este servicio define como adulto mayor a toda persona de 60 años o más sin distinción de sexo.

Sus Objetivos Específicos son:

- Fomentar la integración y participación social efectiva de las personas mayores.
- Articular una red de servicios sociales dirigida a personas mayores en situación de vulnerabilidad y/o dependencia.
- Inducir un cambio cultural que promueva la valoración positiva de las personas mayores.
- Fortalecer la gestión territorial de SENAMA. (SENAMA, 2016).

Otro de los objetivos de SENAMA, es la creación de una mirada más inclusiva hacia la vejez, la cual busca lidiar con los estigmas que trae consigo esta etapa de la vida, todo esto

con la creación de programas, talleres, entre otros, los cuales permitan fortalecer aún más esa nueva mirada.

## Perspectivas teóricas sobre vejez

Según diversos autores, se puede señalar respecto de la vejez y el envejecimiento individual lo siguiente

*“El envejecimiento es un proceso que se vive desde el nacimiento y se caracteriza por diferentes cambios a niveles físicos, mentales, individuales y colectivos. Estos cambios definen a las personas cuando ya están mayores, pero se debe ver como un proceso natural, inevitable y no necesariamente ligado a estereotipos”.*  
(Rodríguez, 2011, pág. 15)

Como señala Rodríguez, el fenómeno del envejecimiento individual comienza desde el nacimiento (inclusive desde la gestación) y se refleja en los cambios físicos y mentales que el cuerpo proyecta con la prolongación del tiempo, es un proceso inherente en el desarrollo de la vida de todo ser humano.

No obstante, es importante señalar, que existen distintos enfoques que se desprenden del envejecimiento individual los cuales pretenden mirar este fenómeno desde diferentes perspectivas analíticas.

## Enfoques de envejecimiento

### **Enfoque Biológico.**

Este enfoque es con el cual comúnmente se asocia el envejecimiento, y tiene relación con la disminución de las capacidades físicas y orgánicas.

### **Enfoque Demográfico.**

Este enfoque se centra en distinguir a la tercera y cuarta edad. El primero de ellos corresponde a personas de 60 años o más, y el segundo a personas de 80 años o más, asumiendo en esta etapa pérdida de dependencia. Cabe recalcar que en los últimos años han aumentado considerablemente las personas de la cuarta edad debido al aumento de la esperanza de vida en hombres y mujeres.

### **Enfoque Socioeconómico.**

Al llegar a la tercera edad se asocia inmediatamente a un decrecimiento económico debido a la jubilación y al término de la edad productiva, por lo que algunas personas se ven obligadas a cambiar sus estilos de vida y además imposibilitados de cubrir oportunamente enfermedades y gastos asociados.

### **Enfoque sociocultural.**

Este enfoque busca analizar el cómo la sociedad percibe a los adultos mayores, en el caso de países del occidente se suele asociar a los adultos mayores con conceptos peyorativos, tales como que no son personas autónomas y que no se encuentran en una edad productiva.

## **Los diferentes enfoques teóricos sobre el envejecimiento**

Enfocados desde el aspecto teórico del envejecimiento, es importante examinar lo estipulado en relación a la vejez, analizando las distintas corrientes primordiales, que han dado lugar a la atención de algunos aspectos, tanto de estructura, así como de los aspectos micro-sociales. Acorde con Bravo (2014), se logra hallar un grupo prioritario de las teorías planteadas, en el transcurso del año 1960 así como del año 1970. Algunas, de estas teorías son catalogadas como: la teoría de la modernización, la teoría de la desconexión, la teoría

de la subcultura, además dentro de los planteamientos actuales, estipulados a partir del año 1980 como la misma teoría del curso de vida.

### **La “teoría de la desconexión”**

La teoría de la desconexión la determinan y desarrollan Cumming en el año de 1960 y, consecutivamente, SR. Cumming y Henry en el año de 1961, de acuerdo a la reflexión sobre cómo el progreso de la misma edad impacta en los mismos patrones de la interacción además de las creencias, actitudes así como de la orientación general de la vida del individuo. En síntesis, tal teoría establece que, en conformidad de que los sujetos ingresan en su fase última de vida, es decir, en el momento que aumenta la cercanía de su muerte, aumenta el desapego entre las personas mayores, lo que genera que las personas busquen aislarse. (Cumming, 1960).

A partir de una investigación sobre 211 personas, de entre 50 y 90 años, en Kansas, EEUU, Cumming (1960) señala que el individuo durante el envejecimiento comienza con un proceso de retirada de sus espacios sociales. Observa que la separación comienza en las personas a partir de los 60 años de edad con una autopercepción de disminución del espacio social y de las interacciones, que luego se acompaña de una disminución en la variedad, así como la cantidad de sus interacciones sociales. Por ello es importante indicar que causa cierto distanciamiento, no solo del entorno social sino de la desconexión del propio control normativo en la sociedad misma (Bravo, 2014).

Asimismo, la teoría delimitada de la desconexión estipula, además que, en diferentes culturas, así como de momentos históricos, el individuo y la sociedad se preparan y disponen, para el repliegue concluyente del sujeto a partir de determinado proceso progresivo y recíproco de su desconexión social, precede de la muerte (Bravo, 2014). Esto explica que muchos adultos mayores se hacen asociales y no quieren contacto con la

realidad convirtiéndose muchos en ermitaños y por ende pierden las ganas de vivir y disfrutar las bondades de la vida.

Por ende, para Bravo (2014) la vejez se entiende como parte de un retiro doble, ya que se involucra la sociedad, así como el sujeto por tanto la sociedad del individuo mismo. Por otra parte, el individuo minimiza la cantidad de roles que desempeña además de la variedad de sus relaciones y desenvolvimiento. Igualmente hay una decadencia en la misma intensidad de los que se quedan en el entorno del individuo.

De esta manera, Bravo (2014) señala que el adulto mayor asume paulatinamente la situación de desapego para la familia, por la probabilidad de buscar la sustitución en las propias funciones que ya no se ejecutan, así como reorganizar posiciones, roles, tareas, para la sociedad. Sin embargo, no se determina una definición estándar, el cual delimita la vejez en una etapa en que se experimenta un proceso determinado es decir el proceso de desconexión, de ahí la necesidad de que se organicen estrategias para evitar que el desapego sea prolongado y definitivo.

Por tanto se entiende que la desconexión de las relaciones sociales por parte del adulto mayor comienza a generar preocupación en su entorno familiar, pues se aísla, no busca conversar, estrechar vínculos familiares, de amistades, realizar actividades productivas, entre otros, por ello esto se determina en tal contexto la vejez como un grupo determinado de edades en que se halla la etapa última en el desarrollo humano mediante un proceso de desconexión social (Bravo, 2014).

De este modo, la desconexión social entiende un efecto causado por la vejez, por ello que sucede cierto aislamiento de su círculo social, así como desconexión con su entorno, además de dejar de hacer actividades o labores rutinarias en su medio social. En este sentido, el adulto mayor se prepara para la misma muerte, ya que se encuentra culminado su ciclo en el desarrollo humano. Es una medida instintiva de aislarse para esperar la muerte.

### **La teoría de la modernización.**

En otro aspecto se encuentra la teoría de la modernización, la cual se desarrolla por Donald Cowgill y el mismo Lowel Holmes en el año de 1972. De acuerdo con Bravo (2014), esta teoría fue estimada como una de las iniciales propuestas en términos teóricos que abarcan gran alcance en el estudio de la vejez misma. En ese sentido, el punto principal de esta teoría es el grado de innovación en variables independientes, a partir de los datos arrojados del propio nivel de desarrollo en ámbito tecnológico, así como de cambio social, urbanización y de transculturación u occidentalización. Las cuales dependerán de las discrepancias en la propia experiencia de decadencia entre las mismas sociedades las cuales son muy diversas (Cowgill, 1974).

De tal modo Cowgill (1974) redacta un artículo con la finalidad de extender, así como, desarrollar tal teoría iniciando desde una perspectiva transcultural, con el objetivo de clarificar tal conceptualización de modernización, además sus características principales. Por lo que la modernización es la propia transformación social, del modo de vida del individuo, la cual se genera de manera gradual, y parcial; en base a la tecnología, así como de instituciones locales. Además, de tradicional de los valores de la sociedad, en base a una establecida vida urbana que subiese en fuentes de energía inanimadas, asimismo se abarca un gran desarrollo en el aspecto tecnológico, y se establecen nuevos roles sociales, así como de perspectivas las cuales generan más eficacia y progreso (Cowgill, 1974).

Por tanto, la tecnología en su avance y auge ha dejado al adulto mayor rezagado, es decir, la globalización no ha incorporado al adulto mayor en sus procesos de cambio, de industrialización y generación de la riqueza, por tanto, la teoría de la modernidad impacta de forma negativa en la inclusión del adulto mayor en la sociedad por lo que se propicia su aislamiento.

Por lo tanto, Cowgill (1974) razona cuatro diferentes variables como las de mayor importancia en la modernidad entre ellas se encuentra la tecnología que se aplica a la salud, además de la tecnología aplicada en materia económica como fuente de desarrollo, así como para la urbanización y en última instancia, educación de masa y alfabetización. En seguimiento con el autor, tales desarrollos y avances tecnológicos en materia de salud

generan alteraciones en la prolongación de la longevidad y en el declive de la propia fecundidad la cual conduce a un incremento en la cantidad de los adultos mayores (Cowgill, 1974). Así también, un aumento y auge de la tecnología en todas las dimensiones sociales en la competitividad intergeneracional específicamente en la propia disputa del trabajo, en que los adultos mayores son comprometidos a retirarse del propio mercado laboral como consecuencia, sus ingresos disminuirán de manera drástica, así como también su estatus y honor (Cowgill, 1974).

Ahora bien, un segundo aspecto planteado acerca de la modernización, es la tecnología empleada a producción para el desarrollo en materia económica, la cual implica nuevos aspectos en el entorno del trabajo, así como nuevas ocupaciones en el contexto urbano por lo que para Bravo (2014) no sólo impacta en la depreciación del propio estatus de los adultos mayores por la misma exclusión de ocupaciones, y labores más prestigiosas, sino que además los delimitan sin una función fundamental, la cual es el de suministrar una vocación a sus propios hijos en inicio de una transmisión intergeneracional de su oficio.

Además, el tercer aspecto en que se transforma el enfoque de la perspectiva de la vejez se encuentra la urbanización, la cual mantiene impactos grandes en la propia conformación familiar, ya que debe romper con el arquetipo de la familia desarrollada como una unidad doméstica, con el objetivo de incrementar la sostenibilidad de las generaciones, así generando distantes relaciones entre los mismos. (Bravo, 2014).

En este sentido es importante resaltar, a Bravo (2014) el cual destaca el desarrollo de la educación en el ámbito público, además de los programas de capacitaciones enfocados a los jóvenes generaría que las nuevas generaciones, es decir, los jóvenes obtengan nuevas habilidades, así como altos conocimientos en diferencia con generaciones pasadas. Por lo cual, en base a tal diferenciación se genera una diferencia en términos morales e intelectuales entre las generaciones, lo cual produce un declive en el propio estatus de los adultos mayores.

De esta manera, Bravo (2014) reflexiona que los cambios causados por la modernidad tienen la tendencia a reducir el estatus concerniente a los adultos mayores en el ámbito

social. En este sentido es interesante que se observa una misma relación espiral entre la modernización y la vejez, por lo que permite percibir que en un futuro los adultos mayores puedan favorecerse de las transformaciones producidas por la misma modernización lo que implica que los gobiernos y la sociedad misma adopten medias más inclusivas.

Por otro lado, no se encuentra evidencia de manera empírica que represente que el status de los adultos mayores siempre sea mayor en las mismas sociedades tradicionales (Bravo, 2014). Ahora bien, la teoría de la modernización se fundamenta en generalizaciones empíricas perfeccionadas iniciando por un factor único de variaciones y datos, es decir el cambio en el contexto social generado por la misma industrialización, determina que la modernización disminuye el estatus del adulto mayor. Asimismo, aumenta el prestigio de generaciones jóvenes, aunque él no desarrollar un relación en tal perspectiva generan que se fuercen las mismas conclusiones de los trabajos y teorías planteadas (Bravo, 2014).

Por ello la modernización representa un aspecto de importancia, ya que en este el adulto mayor experimenta una variedad de cambios externos que le afecta de manera directa ya sea a nivel laboral, social y cultural por ende el estatus moral del adulto mayor lo cual genera decaimiento y desapego social en conexión con otros aspectos. Los efectos de la globalización han sido estructurales en los adultos mayores de muchas sociedades en el mundo.

### **La teoría de la subcultura.**

Ahora bien, es importante delimitar este aspecto del enfoque y perspectiva de la vejez la teoría de subcultura la cual fue planteada en el año 1964 por Arnold Rose, quien realizó un estudio sobre la vejez en un contexto social, tomando en cuenta doce transformaciones que cruzan los adultos mayores en Estados Unidos. Por lo que concibe que los adultos mayores se encuentran sujetos a un proceso a nivel histórico de cambios de una etapa de edad en dirección a un grupo iniciando con su naturaleza como subcultura (Bravo, 2014).

Por ende, la subcultura misma se desarrolla en las sociedades en el momento que los miembros interactúan y se relacionan entre ellos aún más, que con individuos de otras

categorías. Lo cual, puede generarse por dos aspectos: uno de ellos es por la afinidad de los miembros, y la otra por encontrarse excluidos, de tal manera por la interacción de los demás grupos en un área primordial. (Bravo, 2014).

En tal sentido, se contempla que una parte significativa de la interacción de los adultos mayores muestran características sociales, culturales y políticas, es decir, la afinidad se rodea en torno a los aspectos educativos, intelectuales, entre otros, los cuales se traducen en las experiencias compartidas por los adultos mayores, así como además en cambios de sus labores en un ámbito de cambios a nivel social. Lo que expresa, la exclusión por parte de los grupos en edad más jóvenes se encuentra fundamentada en los factores planteados, encuadrada en la eficiencia y vinculada al mercado laboral demandado por la sociedad.

Por ende, de acuerdo con Bravo (2014), las personas mayores de edad tienen la tendencia de interactuar entre ellos, con un mayor rigor por lo que disminuye a su vez la misma interacción con grupos más jóvenes es decir de menor edad por lo que en consecuencia, se encuentran desarrollando una subcultura. En este sentido, en su totalidad no pueden ser atribuidos a una subcultura los comportamientos de los adultos mayores, así como además que esta la posibilidad haber diferencias en la misma iniciando por la posición social y económica, lugar de residencia, el estado de salud, y diversos aspectos, aunque no vincula tales asuntos como recapitulaciones para un análisis.

De igual modo, existen asuntos que hacen disminuir el propio desarrollo de una subcultura entras las cuales se encuentran las redes familiares, el desarrollo de los medios de comunicación, la permanencia en el mercado de trabajo. (Bravo, 2014).

De esta manera, Bravo (2014) plantea que la teoría de la subcultura se basa en el interés del adulto mayor, generado por la aparición de los domicilios, asilos, así como centros de jubilaciones; por lo que se generan comunidades nuevas basadas en edad. Por consiguiente, los adultos mayores crean la subcultura que se enfoca en círculos sociales afines, y separado de los grupos sociales actuales. Es decir, es más probable que un adulto mayor sienta más afinidad con otro adulto mayor, que con alguien joven debido a que

estos tienen más características en común y probablemente están pasando por los mismos procesos.

### **La teoría del curso de vida.**

Ahora bien, es importante establecer la teoría del curso de la vida, ya que guarda vital importancia con el enfoque y la perspectiva de la vejez. Por lo tanto, la teoría del curso de la vida posee un enfoque teórico y metodológico la cual razona en fuerzas sociales diversas que moldean el desarrollo de los mismos cursos de vida en términos individuales, así como colectivos, Es decir que deja abordar el estudio de la vinculación con las vidas individuales en el ámbito social. Este enfoque tiene sus orígenes en varias tradiciones disciplinares (Bravo, 2014).

Por tanto, la teoría del curso vital se circunscribe en lo desarrollado por Bengston, Burgess y Parrot en el año 1997, donde es una primera influencia que se halla, ya a principios del siglo XIX, en donde se expresa una observación integral con respecto a la pobreza en ámbito de estudios de la propia estructura familiar (Bravo, 2014).

Por otro lado, la teoría del curso de la vida tiene relación directa con el desarrollo de la teoría de la estratificación de la edad desarrollada por Riley, Johnson y Forner, en 1972, que pone de manifiesto la centralidad de la edad cronológica como estructuradora de las sociedades, como el impacto de las historias de vida en el curso de vida (Oddone y Lynch, 2008). Lo que indica que tal enfoque se encuentra conformado por diversas disciplinas además de diferentes corrientes teóricas, lo cual ha generado confusiones en una acometida “multidimensional” (Oddone y Lynch, 2008).

En este sentido, el curso de vida se fundamenta en cinco principios esenciales los cuales son el principio del desarrollo mismo a lo largo del tiempo, lo cual se refiere a la propia necesidad de mantener un enfoque de largo plazo en la misma investigación, la cual logra dar cuenta del cambio social, así como del desarrollo a nivel individual. Por otro lado, se encuentra el principio del tiempo y lugar, el cual sé que enfoca a la propia importancia de

los ámbitos y contextos de los sujetos, ya los moldea en las trayectorias (Oddone y Lynch, 2008).

Destacando también el principio del “timing” el cual se basa en la importancia misma del momento en el cual acontece un evento en la vida misma de cada individuo. Por otro lado, se añade el principio de las vidas interconectadas, las cuales se fundamentan en la propia interdependencia de las diversas trayectorias vitales. Asimismo, se encuentra el principio de agencia, en la que se intenta dar a conocer las actividades de los sujetos, muy lejos de tomarse como un resultado mero de influencias, así como de condicionamientos a nivel estructural. (Oddone y Lynch, 2008)

En tal enfoque del curso de vida, se sostiene de igual modo que a lo largo de tal ciclo de vida los sujetos van desarrollando sus propias diferencias y en la vejez tal heterogeneidad es importante con relación a las etapas más adelantadas como la misma infancia o la adolescencia. Por ende, las diferenciaciones se desarrollan gradualmente con los transcurridos del tiempo, asimismo con la acumulación de experiencias; dando resultados en que la edad comparte un efecto o aspecto progresivo de más heterogeneidad en los individuos (Bravo, 2014).

De tal manera pues que la vejez, desde este enfoque, es comprendido como una etapa interior del curso de la vida de los sujetos el proceso del envejecimiento no es un suceso idéntico para todos los sujetos, porque como se puntualizó, primeramente, nacen diferencias graduales según la clase, etnia, género, trayectorias, laborales, grado mismo de autonomía o así pues contexto ecológico, así como social donde coexistieron (Oddone, 1991). Es por ello mismo que el comprender la vejez como parte de un curso de vida accede comprenderla de una manera dinámica y de reacción manteniendo en cuenta su heterogeneidad.

## Teorías psicológicas del envejecimiento.

Dentro de esta perspectiva encontramos las teorías que explican el envejecimiento desde el ámbito de la psique humana, lo cual está íntimamente relacionado con lo afectivo y lo social. En este particular entre los antecedentes recogidos por Erickson (1963), encontramos la postura de Beauvoir presentada en su clásico libro titulado “La plenitud de Vida”, donde caracteriza el envejecimiento desde el ámbito psicológico, como la edad avanzada con sus consecuencias personales y sociales, explicando la relación del ser humano con el mundo y su propia historia en esta etapa de la vida. En una perspectiva diferente, Erikson (1963) amplía la mirada postulando y defendiendo la tesis de que se trata de un momento de la vida en la cual el individuo evalúa la integridad del Yo, revisando si ha alcanzado la realización personal y si puede sostener el sentido a la vida.

A esta perspectiva Moragas (2002) agrega una taxonomía que ayuda aclarar esta perspectiva. En primer lugar, está el anciano maduro, caracterizado como un individuo estable, bien integrado, que goza y disfruta de la vida sanamente. En segundo lugar, se encuentra el anciano pasivo, individuo desacoplado por voluntad propia, que prefiere una rutina baja de pocas actividades (como mecerse en una mecedora) y se encuentra satisfecho de poder descansar. Luego, en tercer lugar, está el anciano defensivo, rígido, muy activo, disciplinado, individualista que se integra en numerosas actividades, ya que no puede soportar la inactividad. En cuarto lugar, aparece el anciano colérico, que culpa constantemente a sus circunstancias y a los demás por no haberse realizado, responsabilizando a otros de sus frustraciones y limitaciones. Finalmente, el anciano autoagresivo, que se odia a sí mismo, se auto descalifica, sufre fuertes depresiones y se aísla constantemente.

Los tres primeros tipos se integran bien con la sociedad y desarrollan un envejecimiento exitoso, mientras que los dos últimos luchan en contra del envejecimiento y sus manifestaciones. La otra tendencia, es la que define el envejecimiento como un proceso, fundamentado en las explicaciones del desarrollo humano. Según lo expresa Moragas (2002), este proceso nunca se completa y cuando parece que el sujeto está más cerca de alcanzar los objetivos, se le plantean nuevas exigencias contradictorias que lo motivan y mueven su voluntad para actuar y continuar activo. Este enfoque teórico busca reconocer el dinamismo entre el medio ambiente, la situación y las reacciones del sujeto.

De acuerdo a lo explicado por Di Gigro (2002), la tendencia formulada por Erikson 1963 nace desde la teoría epigenética que describe una serie de fases del desarrollo de la personalidad relacionadas con variables psicosociales. Según este autor, el conflicto principal en la edad avanzada es el que se presenta entre las fuerzas de la generatividad y las fuerzas del estancamiento, el cual se resuelve satisfactoriamente atendiendo al grado de desesperación que maneja el individuo al intentar resolver este conflicto, lo que implica la aceptación responsable de la vida que eligió, la adaptación positiva frente al deterioro físico del organismo y la muerte inminente. El sustento de la tendencia de la vejez como proceso se hace desde el psicoanálisis, desde un enfoque individualista poniendo la mirada en la infancia del sujeto en cuestión, ya que es allí donde se puede identificar estructuraciones psicopatológicas que merman las capacidades cognitivas sensoriales y perspectivas, la creatividad y el comportamiento.

## Teoría ciclo vital, Erickson.

Para referirse a la “**vejez**” entenderemos que se refiere a una etapa más del ciclo vital del ser humano, y la cual ha sido interpretada desde distintas perspectivas según el periodo histórico y por las diversas culturas.

Desde la perspectiva analítica de Erik Erickson se puede señalar que el ser humano está constantemente evolucionando aprendiendo y desarrollando su ego, lo que se representa en las dos últimas fases del ciclo vital. Por una parte, la séptima fase o estadio que define Erickson como “Generatividad v/s estancamiento” se refiere a la manera en que la persona fue capaz de desarrollarse a sí mismo plenamente y es capaz de guiar y orientar a los demás (Hijos, nietos, etc.), Erickson se refiere a este estadio como un momento de superación y sensación de objetivos cumplidos en la vida de un ser humano, lo que desencadena en sensación de seguridad para afrontar la siguiente etapa o estadio.

En cuanto al último estadio, se define de la siguiente manera:

*“Se refiere al “Estadio VIII” -adultez tardía- como aquél que incluye a personas mayores de 60 años y busca una integralidad que resulta de la resolución de las crisis vividas en las etapas anteriores; aceptando a la vejez dentro del ciclo vital como única y propia; reconociendo sus fortalezas, debilidades y errores; viendo sus experiencias con positivismo; renunciado a lo que no se consiguió, y aceptando su vida con una gran virtud: la sabiduría”.* (Rodríguez, 2011, pág. 12).

Tal como se refiere Erikson, habla del ciclo vital del ser humano el cual comienza en la gestación, en cuanto a la vejez Erikson lo posiciona como la fase última de este ciclo en la cual la persona es capaz de contemplar en retrospectiva los aspectos positivos y negativos que fueron determinantes durante su vida y otorgarle significancia. Para Erikson

las personas que se encuentran en esta fase y tienen sensación de negatividad y desesperaciónes por no haber podido cumplir con sus expectativas durante su vida, lo que provoca una sensación de inseguridad, tristeza y decepción frente a la vida

No obstante, y en relación a la definición anterior se relaciona a la vejez, con la constante búsqueda de significado de la vida en relación a la sensación de objetivos cumplidos y que varía según la cultura y periodo histórico.

## Envejecimiento Demográfico.

El envejecimiento demográfico es el fenómeno que se produce en el crecimiento de la población de personas de 60 años o más, contrario al nacimiento de jóvenes menores de 15 años de edad. Cabe señalar, que este es un fenómeno de escala mundial el que obedece entre otros factores a las bajas tasas de natalidad y mortalidad y la migración. (BND, 2018)

**Natalidad:** Mide la frecuencia de los nacimientos ocurridos en un período en relación a la población total. Es el cociente entre el número medio anual de nacimientos ocurridos durante un período determinado y la población media del período. (CEPAL, 2006, pág. 253).

**Mortalidad:** Mide la frecuencia de las defunciones ocurridas en un período en relación a la población total. Es el cociente entre el número medio anual de defunciones ocurridas durante un período determinado y la población media de ese período. (CEPAL, 2006, pág. 253).

En el escenario mundial se estima que para el año 2050 una de cada cinco sea mayor de 60 años, lo que refleja que el envejecimiento demográfico es un fenómeno transversal, sin embargo, existen diferencias entre los países denominados desarrollados, en vías de desarrollo y los no desarrollados.

A) Países desarrollados: Noruega, Australia, Suiza, Países Bajos, Estados Unidos, Alemania, Nueva Zelanda, Canadá, etc.

- Tasas anuales de crecimiento: 0,25% (Negativo)
- Tasas de fecundidad: 1,6 hijos por mujer (No se alcanza el 2,1 necesario para el reemplazo generacional)
- Esperanza de vida: 76 años promedio.

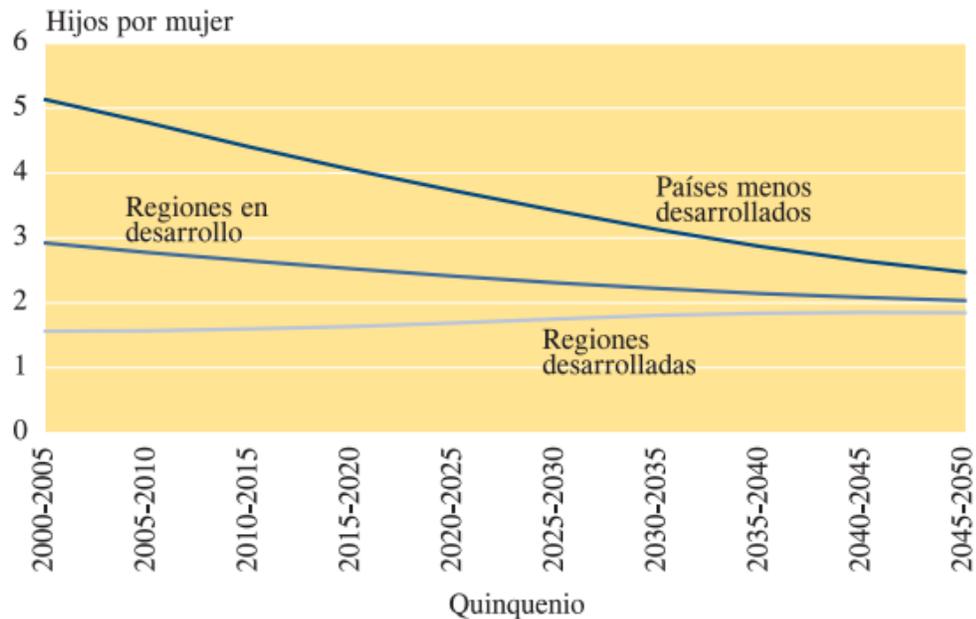
B) Países en vías de desarrollo: Argentina, Brasil, Chile, Uruguay, México, Colombia, etc.

- Tasas anuales de crecimiento: 1,5% (Considerable)
- Tasas de fecundidad: 2,9 hijos por mujer
- Esperanza de vida: 63.4 años promedio

C) Países no desarrollados: Afganistán, Angola, Bangladesh, Camboya, Haití, Nepal, etc.

- Tasas anuales de crecimiento: 2,4% (Muy elevado)
- Tasas de fecundidad: 5.1 hijos por mujer
- Esperanza de vida: 49.6 años promedio

*Tasa global de fecundidad según región 2000 – 2050.*



(El envejecimiento de la población mundial, 2002)

Existe una tendencia en los países más desarrollados en la baja de las tasas de fecundidad y mortalidad, esto debido entre otros factores al control de la natalidad, acceso a salud, y la cobertura de servicios básicos entre otros, lo que genera un escenario más amigable para vivir, lo que permite elegir y priorizar la forma de vida, y de conformación de familia.

Factores que inciden en la baja de nacimientos de niños.

- Valor monetario de tener un hijo
- Cambios en los valores y creencias.
- Retraso en la edad de concebir.
- Aborto.
- Proyecciones laborales (Abarcar desde enfoque de género).

## Envejecimiento en Chile

En el caso de Chile, según estadísticas de Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE), tiene un envejecimiento moderado avanzado, porque ha aumentado su esperanza de vida al nacer, ha disminuido aún más la tasa de natalidad y la de mortalidad, lo que significa que Chile tiene un adecuado funcionamiento de las políticas públicas y actuaciones concernientes a la salud, sin embargo, deben optimizarla en virtud de las situaciones que no logran superarse a nivel mundial, entre ellas están las limitaciones de movilidad y los tipos de demencia. Según las estimaciones del Banco Mundial, el porcentaje de población de más de 60 años de edad en Chile será del 16,1% para el año 2020, de 20,8% para el año 2030 y de 26,4% para el año 2050.

Estas tendencias implican que en la actualidad el enfoque preventivo es sin duda esencial para el estudio de cualquier país en lo que se refiere a la situación geriátrica, para prevenir el deterioro funcional. Según Fairweather (1991), el diagnóstico del anciano se ve dificultado por las peculiaridades que caracterizan la enfermedad geriátrica, cada uno de ellos es un ser humano único y, por lo tanto, su tratamiento debe atender a sus requerimientos especiales. A esto se agrega las condiciones adversas del entorno y la merma de su capacidad económica, lo cual puede limitar sus posibilidades de acceso a la salud. Por lo que las políticas sociales dirigidas a los ancianos en los diferentes países deben ofrecer atención integral, gratuita y localizada, a los fines de mantener una ancianidad más exitosa posible que promueva adecuadamente su estadía en esta vida.

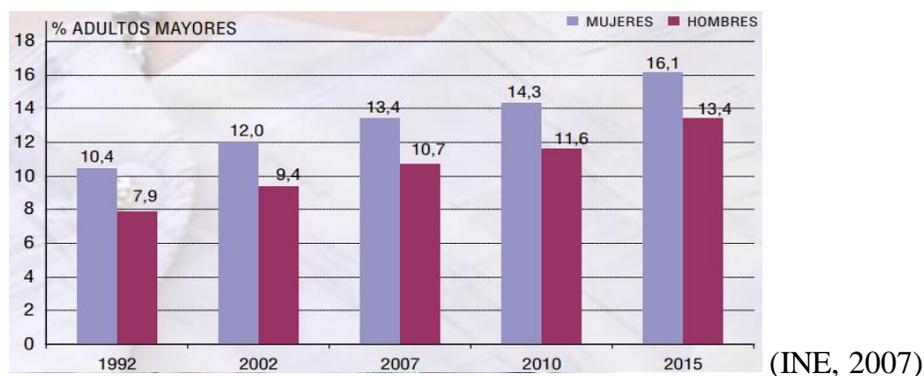
Ante esta realidad tal y como lo proponen Gutiérrez y Gutiérrez (2010), se deben diseñar y desarrollar programas de promoción de la salud del anciano para lograr a nivel político, la búsqueda de la igualdad en el ámbito de la salud. Esto exige destinar recursos a la preservación del nivel funcional a través de sistemas de rehabilitación y el desarrollo de las alternativas de la hospitalización. Deben promoverse el mejoramiento del estado

nutricional, evitar el sedentarismo, ejecutar acciones para el desarrollo funcional, establecer servicios comunitarios y estrategias de apoyo a los ancianos dependientes, buscando alternativas de institucionalización, apoyo médico y de subsistencia a los que permanecen en sus domicilios.

También deben idearse sistemas de prevención de riesgos de deterioro antes de que este ocurra o sea irreversible, para asegurar en la medida de las posibilidades un envejecimiento exitoso. Asimismo, favorecer a través de la educación para la salud, hábitos de vida sanos que propicien condiciones saludables de vida. En la actualidad una persona de 65 años puede esperar vivir ochenta o noventa años, por lo que en este momento histórico existe tiempo y recursos para mantener la calidad de vida y prolongar la llegada de su final. Hoy en día se sabe prevenir afecciones de pronóstico no fatal entre las gentes de edad avanzada pero lo que cuesta más es prevenir las enfermedades cardiovasculares, el cáncer o las enfermedades crónicas, por lo que se sugieren expandir los programas de prevención a los problemas más complejos y multidimensionales de la edad avanzada.

Tal y como se explicó anteriormente, conforme la población envejece y las tasas de mortalidad disminuyen, la prevalencia y duración de las enfermedades no fatales con secuelas incapacitantes aumentan, por lo que la investigación debe reorientarse a estas condiciones incapacitantes como la artritis de orden biológico, la demencia y la depresión de orden psicológico. En este sentido se hace necesario introducir el concepto propuesto por Warren (1996) de evaluación geriátrica, ya que el proceso incluye la evaluación multidimensional e interdisciplinaria, que conduce a la identificación de los problemas del paciente para un desarrollo de un plan de acción más consecuente con su realidad.

## Porcentaje estimado población de 60 años o mas



Otro de los puntos pertinentes para fines de esta investigación, refiere los niveles de participación que las y los adultos mayores presentan, siendo estos con porcentajes muy bajos, lo que incide en estas cifras son la privatización del ocio (leer, mirar TV, escuchar radio, etc.) lo que entorpece los espacios de esparcimiento y ganancias de capital social, sin embargo el manejo de las tecnologías y redes sociales está sirviendo como puerta para nuevos tipos de interacciones sociales las cuales van en aumento.

**¿Participa usted en alguna de las siguientes organizaciones?**  
Base: muestra 2013



► **El 70% de las personas mayores que participa en grupos religiosos o en organizaciones de adulto mayor asisten a ellas semanalmente.**

(SENAMA, Tercera encuesta Nacional de Calidad de vida en la vejez, 2013)

En el caso de Chile, es el descenso de las tasas de fecundidad y mortalidad que explican el cambio en la composición etaria de la población, con un aumento sostenido del número de personas adultas mayores que al 2008 superan los dos millones de personas. Ello ubica a nuestro país en un grupo denominado de envejecimiento avanzado con 10,2% de adultos mayores en el año 2000, un 12,4% al 2008 y con una proyección de 24,1% para el 2050.” (Cannobbio & Jeri, 2008, pág. 5).

## Feminización de la vejez.

Otro aspecto importante de resaltar dentro del estudio, tiene relación a la “Feminización de la vejez”, la cual responde al análisis de la vejez desde el género, vinculándolo de la siguiente manera.

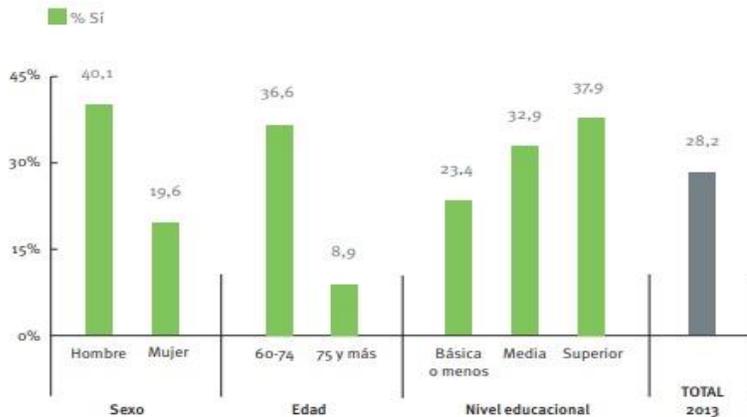
*“El sexo y la edad son, por utilizar los términos clásicos del funcionalismo sociológico, los dos determinantes básicos y universales del rol y del estatus de las personas, es decir, del papel y de la posición que detentan en el conjunto social. Hasta hace poco, esos dos simples datos servían a las ciencias sociales para predecir con una alta probabilidad algunas de los comportamientos más importantes de los individuos, como su posición familiar, su grado de autonomía económica o sus capacidades físicas.”* (Perez, 2000).

Siguiendo la idea de Pérez, se entiende que existen factores tales como el sexo y la edad los cuales determinarían la manera en la que estamos posicionados socialmente en sociedad, determinando los roles, autonomías y capacidades

En Chile más del 55% de la población adulto mayor corresponde a mujeres con una esperanza de vida casi 5 años superior a los hombres, como se mencionó anteriormente, la vejez en Chile se ve mayoritariamente feminizada, a pesar de eso, existe una segregación de género en cuanto al ámbito laboral, por ejemplo, puesto que según el estudio el 51% de los hombres mayores se encuentran trabajando formalmente versus un 30% de mujeres. Este indicador hace alusión a que las mujeres mayores en su mayor porcentaje se desenvuelven en la esfera privada y en trabajos no formales, lo que se evidencia en la siguiente gráfica:

**Durante el último mes y sin contar labores domésticas, ¿Ha realizado algún trabajo remunerado aunque fuera por unas horas?**

Base: muestra 2013



Principalmente los **hombres** y las persona entre 60 y 74 años son quienes **realizan trabajo remunerado.**

(SENAMA, Tercera encuesta Nacional de Calidad de vida en la vejez, 2013)

*“Un empleo bajo condiciones adecuadas, flexibles y equitativas, devienen otros impactos positivos en el bienestar subjetivo de las personas mayores, asociados a la valoración social que provee la definición de roles, al fortalecimiento de los sentimientos de autoconfianza, pertenencia y autonomía, así como a la conservación y/o potenciación de su funcionalidad.” (ComunidadMujer, 2016).*

Como se cita anteriormente, se evidencia que si el escenario laboral en el cual se desenvuelven las mujeres adultas mayores reuniese mejores condiciones, las cuales velen por la integridad en todo ámbito de la mujer como sujeto, se podrían aumentar mas potenciales a niveles emotivos, de autoestima, entre otros.

(SENAMA, Tercera encuesta Nacional de Calidad de vida en la vejez, 2013)

Si bien las mujeres tienen expectativas de vida mayores que los hombres, y el porcentaje de población femenina también es mayor, esto no se ve reflejado necesariamente en la

calidad de vida y en las condiciones salud. Por lo tanto, las mujeres viven más que los hombres, pero en peores condiciones.

### **Derechos humanos y vejez.**

*“Sin duda, la mujer adulta mayor se enfrenta a una discriminación multidimensional siendo las principales el etarismo y la discriminación por género. En el primer caso se observa que prácticas, significados e imaginarios sobre la vejez sitúan a las personas de edad avanzada en un nivel de menor valía y reconocimiento social en razón del deterioro físico y mental propio de esta etapa de vida y la dependencia que por sus condiciones llegan a presentar.” (Cardona, 2013)*

Haciendo alusión a la cita anterior se puede comprender que la mujer adulta mayor sufre discriminación multidimensionales, afectando el cómo es vista en los espacios públicos, el acceso a espacios políticos, violencias intrafamiliares, institucionales entre otros.

*“El estudio del envejecimiento femenino merece especial atención por sus profundas repercusiones: la edad multiplica y agrava la discriminación en la mujer. La desigualdad por condiciones de género debe ser un tema prioritario en las políticas públicas.” (DINAPAM & SENAMA, págs. 25-26)*

### **La perspectiva de la vejez desde la vejez.**

De acuerdo con Martín (2012) el significado social es la imagen que se tiene acerca de un concepto, en este caso de la vejez y que pudiera afectar e incidir significativamente en la forma en que las personas envejecen y como viven esta etapa de la vida. Por ejemplo, una persona puede tener una actitud condicionada por las creencias culturales que se tienen

del proceso del envejecimiento en una época determinada. Se crea un significado social de la vejez que impacta ya sea negativa o positivamente en la vida del adulto mayor.

Hay elementos positivos y negativos para la formación del significado social de la vejez, por ejemplo, entre los positivos se tiene que mientras más viva una persona es señal de fortaleza, de salud, en la capacidad de mantener una vida activa lo que inspira admiración, respeto en la sociedad. Se percibe la vejez como fuente de sabiduría, tiempo para la reflexión y de disfrutar en tranquilidad el tiempo que queda.

Por otro lado, también hay elementos negativos que alientan el significado social del concepto. De acuerdo con Martin (2012) los elementos negativos que se le pueden atribuir a la vejez y reforzar el significado social es la vulnerabilidad que se asocia a la vejez, la soledad, la debilidad y pérdida de facultades físicas y mentales. Se relaciona con valores como la dignidad humana, el prestigio personal y la libertad. Se ha asociado la vejez con el sufrimiento por la salud y falta de autonomía para la toma de decisiones.

En tal sentido, los significados sociales se van formando en torno a un grupo específico y por ende incide de forma directa en la formación de actitudes, expectativas, creencias, valores, entre otros en los grupos donde se forman. Lo resaltante de estos significados sociales es que pueden incidir de forma amplia en las conductas de los involucrados y en sus aspectos emocionales.

En el caso de la vejez las sociedades van creando conceptos, creencias y estereotipos que inciden en el desarrollo y vida social de estos individuos adultos mayores.

En este sentido se halla la perspectiva de la vejez desde la vejez- enfatizando que es importante tener en consideración los diferentes elementos que se encuentran en juego para visualizar desde un enfoque psicosocial la vejez. Añadiendo que esta última describe a representaciones sociales mismas, significados y memoria colectiva, por lo que se vincula con la conformación de equivalencias, ya que todos estas terminologías o conceptos consignan a los propios grupos y a la misma cultura. Esto consigna a los propios intercambios físicos, así como los intercambios simbólicos entre los sujetos y a cómo se

toman como movimientos colectivos prácticas, creencias añadiendo que asimismo remite a la sociedad pensante o, al propio pensamiento de la sociedad. (Ramos, Meza, y Ortega, 2008)

Ahora bien, la vejez es la propia expresión de una sociedad la cual ha cambiado de manera acelerada, destacando los últimos 20 o 30 años. Pasando desde un mundo o sociedad mucho más sólida en valores, tradiciones, así como prácticas sociales, por lo que se ha llegado a otro que se fundamenta en la propia flexibilización ética además de social. En este sentido es importante resaltar la siguiente cita:

*Las identidades no se caracterizan por tener la posibilidad de conformar un Yo que perdure el tiempo suficiente para ser el mismo durante muchos años. Las personas cambian constantemente de empleo, inician y rompen relaciones interpersonales constantemente y cada vez es más difícil contar con un futuro posible a largo plazo, puesto que la sociedad plantea la movilidad como un elemento casi ya indispensable para encontrar empleo o desarrollar alguna profesión (Ramos et al, 2008, p.28).*

Dentro de este marco, se señala que se ha cambiado la propia perspectiva desde las identidades que se caractericen en la búsqueda de la conformación de un “Yo” que perdure a lo largo del tiempo lo suficiente para encontrarse de igual manera a través de los años detallando que es constante el cambio ya sea de empleos de relaciones todo concerniente y sujeto a las delimitaciones impuestas por los parámetros sociales que plantean la continua movilidad para encontrar empleos o desarrollar asimismo una profesión. (Ramos et al. 2008)

Teniendo en cuenta la perspectiva planteada, se observa que han quedado “atrás” divisas narrativas así como formas o modelos de vida de los adultos mayores de ahora, por lo mismo se comprende la constante referencia en el pasado lo que los adultos mayores aluden una vida con mayor solidez, de diferenciación con una duración y lentitud en el tiempo mismo añadiendo la de seguridad, de vivirla tal cual está por parte de los ahora adultos mayores, por lo que se ha transcurrido de este modo a una etapa de flexibilidad y

fragilidad así como de riesgos constantes. Por ende, el autor expresa que, se "lleva a considerar de manera interdependiente la psicología del desarrollo y la psicología social, asumiendo que la primera estudia los cambios a través de la vida, en tanto que la segunda centra su interés en las interacciones sociales" (Dulcey, 2010, p.208).

Esto lleva a tomar en cuenta de forma interdependiente la psicología del desarrollo mismo y la psicología a nivel social, tomando que la primera estudia los propios cambios a través de la vida, en con relación a la segunda la cual se centraliza en su principal interés en las mismas interacciones sociales. Por lo que se alude así a una psicología social misma en base al envejecimiento propio que vinculen las perspectivas, de maneras críticas de la psicología social, así como de la psicología del desarrollo mismo, examinándolos y conceptualizando diversos términos.

## Marco metodológico

Se presenta a continuación, el marco metodológico de este estudio a partir de los objetivos propuestos.

Mediante el análisis de los puntos expuestos y las respectivas categorías de análisis, se pretende lograr la comprensión de los procedimientos en que se desarrollara el proceso investigativo.

## Paradigma

El paradigma se entenderá como el método o forma de ver el mundo y construir ciencia dentro de la investigación, es decir, establecer cuáles serán los parámetros y lineamientos del proceso de investigación. En este caso la investigación tendrá un paradigma “interpretativo”.

Según este paradigma, existen múltiples realidades construidas por los actores en su relación con la realidad social en la cual viven. Por eso, no existe una sola verdad, sino que surge como una configuración de los diversos significados que las personas le dan a las situaciones en las cuales se encuentra. La realidad social

es así, una realidad construida con base en los marcos de referencia de los actores. (Ramirez, Arcila, Buritica, & Castrillon, 2004, pág. 71)

Como se define en la cita anterior, el paradigma interpretativo construye las realidades según la realidad social en la cual los sujetos viven. En este caso particular, la investigación centrará su atención en la percepción que los adultos mayores tienen sobre la vejez, los atributos de ser adultos mayores, y posibles avances o obstaculizadores que permitan una real inclusión social versus el “significado social” construido por la otra parte de la sociedad, esto claramente significara un choque de perspectivas conceptuales y simbólicas, debido a la manera diferente en que divisan el fenómeno.

## Tipo de investigación

La presente investigación corresponde al tipo cualitativo, debido a que se analizarán las opiniones y puntos de vistas de las personas involucradas en la misma. Su principal objetivo es conocer la manera en que las adultas mayores del club de adulto mayor de Cerrillos construyen un “Significado social” para la vejez desde su propia perspectiva. Todo esto permitirá comprender el universo estudiado y su relación con la situación actual.

Mediante la realización de un proceso descriptivo se podrán establecer las características más resaltantes y explicar de manera detallada los factores que poseen mayor influencia en el problema estudiado. A su vez, un estudio transversal se caracteriza por realizar una medición a una determinada población en un momento determinado, esto quiere decir que, permite identificar el concepto de vejez con el cual las mujeres adultos mayores participantes de “club de adulto mayor” se sienten identificadas, analizar los aspectos positivos y negativos de la vejez en comparativa a otras etapas de la vida, identificar los estereotipos y prejuicios que las mujeres adultas mayores reconocen y que están presente

en la sociedad hacia la visión de vejez e identificar los obstaculizadores que entorpecen el proceso de inclusión de la vejez.

## Diseño de la investigación

El diseño correspondiente a la investigación es del tipo descriptivo, a través de su uso de logrará recabar la mayor cantidad de información relacionada al conocimiento de la manera en que las adultas mayores del club de adulto mayor de Cerrillos construyen un “Significado social” para la vejez

Durante el proceso de indagación se estudiarán fuentes bibliográficas relacionadas y se cruzarán con trabajos empíricos, logrando obtener información de utilidad para alcanzar los objetivos planteados. Luego de culminada la presente investigación, se podrá continuar con un trabajo del tipo cuantitativo, correspondiente a un nivel de profundidad más complejo.

Para cumplir con el proceso de investigación de campo, se realizarán entrevistas en profundidad semiestructuradas, y se revisarán las bibliografías relacionadas con el tema. Toda la información obtenida será procesada y analizada, con la finalidad de generar información de provecho para brindar posibles soluciones a la problemática planteada.

## Población y muestra

La población está constituida por todo el universo que puede ser estudiado, esta puede ser infinita o finita, dependiendo directamente de la cantidad de personas involucradas y la saturación de la información. Esta población puede ser segmentada y tomar para su estudio una muestra, la función de esta es trabajar con una parte de la población y extrapolar los resultados al total, logrando ofrecer posibles soluciones a la problemática planteada. En tal sentido, este estudio se llevará a cabo en una institución denominada Club de Adulto Mayor Cerrillos, con una población de 25 adultos mayores. Se aplicó un muestreo no probabilístico e intencional para obtener una muestra de 8 adultos mayores de sexo femenino.

## Técnicas de recolección de datos

Toda investigación requiere de información que sea de utilidad, con la finalidad de desarrollar los puntos de interés, con confiabilidad y celeridad. Para alcanzar esta meta se aplicó la técnica de la entrevista semiestructurada para obtener la información que permitiese la obtención de categorías de análisis en el contexto de estudio. En este sentido, se realizaron entrevistas a los adultos mayores de sexo femenino que conforman la muestra.

## Tipo de muestra y criterios de selección de informantes claves.

- Mujeres.
- Adultas mayores.
- Participantes en el Club de adulto mayor de la comuna de Cerrillos
- Aceptar voluntariamente a participar en el estudio

## Pasos metodológicos

Planificación de la Investigación.
<b>Gabinete I: Inicio de la Investigación</b> Búsqueda y análisis de la información bibliográfica.
<b>Terreno I: Diálogo con profesionales encargados del Club de adulto Mayor de la Municipalidad de Cerrillos.</b>
<b>Gabinete II: Elaboración del Marco Teórico.</b> Búsqueda, selección y redacción de antecedentes teóricos y empíricos.
<b>Gabinete III: Validación de instrumentos.</b> Entrevistas validadas por académicos de la Universidad Católica Silva Henríquez y SENAMA
<b>Terreno II: Aplicación entrevistas.</b> Entrevistas en profundidad a 8 personas adultas mayores
<b>Gabinete V: Transcripción escrita de las entrevistas grabadas en audio.</b>
<b>Gabinete VI: Análisis de datos.</b> Lectura y análisis inicial de las entrevistas. Codificación y categorización.

Establecimiento de categorías y subcategorías.
<p><b>Gabinete VII: Análisis de la información y elaboración del informe final.</b></p> <p>Elaboración de la triangulación (Relatos adultas mayores, investigador, elementos teóricos)</p> <p>Análisis y obtención de las conclusiones</p> <p>Edición e impresión de Investigación para el Informe Final</p>

## Unidades de Análisis y sujetos de estudio

**Unidad de análisis:** Significados sociales otorgados a la vejez por parte de las adultas mayores del Club del Adulto Mayor de la comuna de Cerrillos.

**Sujeto de estudio:** Adultas mayores del Club del Adulto Mayor de la comuna de Cerrillos.

**Objeto de estudio:** Significados sociales otorgados a la vejez por parte de las adultas mayores del Club del Adulto Mayor de la comuna de Cerrillos.

**Sujetos o Informantes claves:**

Adultas mayores del Club del Adulto Mayor de la comuna de Cerrillos.

## Categorías de estudio

**Definición conceptual:**

Las **categorías**, han sido elaboradas por el investigador a partir del material bibliográfico recopilado en el transcurso de este estudio. A su vez, estas categorías para una mayor comprensión, se han dividido en ejes temáticos.

Las **subcategorías**, por su parte, han sido elaboradas a partir del análisis de los distintos informantes claves.

- **Eje temático Numero 1: Trabajo y actividades cotidianas**

**Categoría N° 1: Ingresos y actividades cotidianas**

**Ingreso:** Se refiere a todo tipo de ingreso monetario que perciba la adulta mayor.

Por otra parte, se definirá **actividades cotidianas** a toda actividad no remunerada que la adulta mayor realiza fuera y dentro del hogar, ya sea con fines recreativos o actividades propias que debe realizar a diario.

- **Eje temático Numero 2: Club de adulto mayor y centro comunitario “San José”**

**Categoría 1: Participación de las adultas mayores en el Club de Adultos Mayores y centro comunitario “San José”.**

Se entiende esta categoría como toda actividad que realizan las adultas mayores en el Club de Adultos Mayores y centro comunitario “San José”, como asimismo el tiempo de participación que poseen.

---

**Categoría 2: Percepción de las adultas mayores de su participación en el Club de Adultos Mayores y centro comunitario “San José”**

Refiere a la opinión que poseen las adultas mayores de su participación en el Club de adultos mayores, y la valoración que le dan al espacio como aporte al desarrollo personal y social.

- **Eje temático Numero 3: Significados sociales de la vejez.**

**Categoría 1: significados sociales que las adultas mayores le otorgan a la etapa de la vejez**

Se entenderá como la representación personal de como las adultas mayores del club de adulto mayor “San José”, visualizan la etapa de la vejez. Vista desde su propios miramientos y por otra parte, desde la mirada que piensan del como la sociedad visualiza la vejez.

**Categoría 2: Proceso de inclusión de los adultos mayores.**

Se entenderá como las opiniones que las adultas mayores tienen referente a los obstaculizadores que perciben en la sociedad, y en su mensaje con respecto a lo que dirían a las futuras generaciones

- **Eje temático Numero 4: Genero y vejez**

**Categoría 1: Roles establecidos de acuerdo a la historia de vida de las adultas mayores del Club de adulto mayor y centro comunitario “San José”**

Se entenderá como la percepción del valor que tiene para las adultas mayores los aportes realizados por ella al sustento del hogar, las distribuciones de roles dentro del grupo familiar, (dueña de casa, rol proveedor), entre otros.

## **Categoría 2: Participación en espacios de recreación y uso tiempo libre de las adultas mayores en relación a los adultos mayores hombres.**

Se entenderá como los roles que se establecen dentro del hogar, específicamente cuales son los adoptados por la adulta mayor participante, y que hacen alusión a su propia perspectiva de género.

### **Análisis descriptivo al nivel de datos.**

Se establece una línea de análisis, que da respuesta a los objetivos de la investigación, los cuales dan lugar a ejes temáticos, que estructuraron las preguntas realizadas a las adultas mayores, sujetos de estudio. Cada eje temático a su vez se contiene de categorías y subcategorías, las cuales son nutridas por sus relatos. Al ser una investigación cualitativa, emergen discursos que amplían la mirada aproximándonos a la *comprensión de las distintas significaciones de la vejez* otorgados por las adultas mayores pertenecientes al Centro comunitario y club San José, de la comuna de Cerrillos.

En primera instancia se analizarán los discursos de las participantes entregando una descripción de la realidad social de las adultas mayores, para luego profundizar en un análisis que triangula los datos emanados desde los discursos con la teoría y la interpretación del investigador.

**Respuesta al objetivo específico: Describir las actividades cotidianas realizadas por las adultas mayores pertenecientes al centro comunitario y club San José, de la comuna de Cerrillos.**

La relevancia de describir las actividades cotidianas de las adultas mayores pertenecientes al club San José, radica en comprender los distintos significados otorgado a la vejez, pues observa la forma en que las adultas se relacionan con el mundo, desde la totalidad de actividades identificadas: ya sean remuneradas, y no remuneradas, uso de tiempo libre,

emergiendo desde los discursos, actividades homogéneas y otras completamente diversas, mostrando una multiplicidad que enriquece la descripción del fenómeno social, unidad de estudio de la presente investigación.

**Eje temático: Trabajo y Actividades cotidianas; Categoría: Ingreso y actividades cotidianas; Subcategoría 1: Tipo de ingreso; Subcategoría 2: Uso del tiempo libre.**

#### **Subcategoría1: Tipo de ingreso.**

En cuanto a su relación con el mundo laboral, se identifican diversas formas de mantención económica. Cinco de las entrevistadas refiere actividades remuneradas, dos con pensión y una refiere a trabajo del marido como sustento exclusivo:

En cuanto a las actividades remuneradas, como aporte al sustento del hogar, refieren:

*'...tengo una amiga que tiene un negocio y yo los lunes, los miércoles y los viernes yo le ayudo en la mañana cuando ella no está, yo le atiendo el negocio, hago ensaladas, limpio y todo eso' (Entrevista 1: 2)*

*Soy microempresaria tengo un taller en mi casa, con mi marido hacemos prestación de servicios, confeccionamos uniformes a empresas' (Entrevista 5:2)*

*'No, bueno si, es que yo no lo veo como un trabajo, casi porque no hago mucho, con mi esposo vendemos carbón y miel entonces nos llegan las bolsitas y todo a la misma casa y uno tiene que levantarse a abrir la puerta no más (risas)' (Entrevista 3:2)*

*'...él es el que trabaja, pero yo igual me muevo, hago mis cosas, tengo una maquina en la casa y arreglos de ropa, hago cortinas y todo lo que tiene que ver con costuras'* (Entrevista 1:2)

Dos de ellas no reconocen trabajo remunerado, sus ingresos se relacionan con pensiones. Una de ellas refiere pensión de invalidez, y la otra refiere pensión social y de carabineros.

*'No, yo estoy en la casa no más, no trabajo...Si, yo tengo una pensión, pero es de las más bajas que dan, es una caracha no más, pero mi esposo el que ya falleció hace 5 años ya , él era jubilado de carabineros, entonces esa es como la pensión más grande con la que yo vivo'* (Entrevista 6:2,4)

Solo una entrevistada reconoce trabajo exclusivo de su marido.

*'No, no mi marido es el que trabaja...Él es jubilado de carabineros, pero ahora trabaja en los taxis que van al aeropuerto'* (Entrevista 7:2,4)

También es reconocido el aporte de hijos de manera ocasional y pago por el cuidado de sus nietos.

### **Subcategoría: Uso del tiempo libre.**

Contiene actividades recreativas/no recreativas, en que las adultas mayores ocupan su tiempo libre, entre ellas cabe mencionar: actividades relacionadas al ocio y actividades recreativas que vayan en pro del desarrollo personal, físico, intelectual y espiritual

La totalidad de las entrevistadas refieren realizar trabajo doméstico, como parte de sus actividades cotidiana .Una de ellas refiere:

*Sí, soy dueña de casa, como trabajo en la casa, me encargo además de tener que hacer el almuerzo todos los días, el aseo y un sinfín de cosas de casas.* (Entrevista 5:6)

*Soy dueña de casa, salgo a comprar, voy a la iglesia dos veces por semana, aahh y cuido a mi nieta igual.* (Entrevista7:8)

La mitad de las entrevistadas refiere cuidados de nietos/as como actividades cotidianas que se suman al trabajo doméstico y/o al trabajo remunerado.

*Lo que le dije, trabajo 3 días a la semana atendiendo el negocio de mi amiga, y en las tardes cuido a mi nieta, bueno y tener todo limpio y cuando llegue mi marido y mi hija, tenerle la comida. (Entrevistada 2:8)*

*A bueno cuando cuido a la Amandita, que casi todos los días me la pasa a dejar mi hija. Yo le hago el desayuno, vemos tele y después la voy a dejar a jardín, después no la veo hasta que la voy a buscar, en ese rato yo hago mis cosas, hago aseo, almuerzo, aseo... (Entrevista 1:8)*

En cuanto al desarrollo físico, intelectual y espiritual, las entrevistadas refieren actividades ligadas a la gimnasia, especialmente zumba, yoga, estar informadas (lectura de libros), tejido. Una de ellas indica que no le alcanza el tiempo para realizar todas las actividades extra que ella desea.

*A las que vengo yo, las de gimnasia, es que son las que alcanzo a venir, yo trabajo todo el día, entonces no puedo. (Entrevistada 5:13)*

La actividad más recurrente fue la gimnasia valorada por los beneficios físicos y por compartir con sus vecinos en actividades diferentes:

*Ya, los de zumba obvio, esos son los que más me gustan, aparte de que sirven por que uno se cuida. (Entrevista 1:14)*

También es valorado el tiempo de descanso en casa, ver teleseries, hacer sus cosas, dormir: en su contrario también se valora el socializar en espacios deportivos, de conversaciones, visitas, salidas entre otras:

*Cuando nos juntamos hacer la convivencia, organizar actividades para la navidad. (Entrevista 1: 14)*

En el camino a la comprensión de los distintos significados de vejez, referidos por las adultas mayores, sujetos de estudio, podemos mencionar que se relacionan con el mundo

laboral directamente, solo una de ellas reconoce que el sustento económico es propio del rol del marido. Las diversificaciones de los tipos de ingresos se relacionan con; atención de negocio, microempresa, cuidado de nietos/as, venta de productos, costuras; Pensiones, sociales y de carabineros, jubilaciones; trabajo exclusivo del hombre. En cuanto al **Uso del tiempo libre**, incluyen actividades como participación en el CAM, pasear, acudir a la iglesia, y otros tipos de actividades ligadas al desarrollo personal.

Por otra parte el trabajo doméstico, el cual es reconocido por la totalidad de las entrevistadas como una de sus labores principal, señalando de manera explícita, el trabajo exclusivo de su género; cuidado de nietos/as; desarrollo físico, intelectual y espiritual; descanso en casa; y salidas, visitas, paseos.

Siendo la investigación un estudio dirigido específicamente a mujeres es que se observan dichas actividades desde una perspectiva de género, con el propósito de describir de manera densa el fenómeno social de la vejez mirada desde las distintas significaciones de los sujetos de la investigación.

**Eje temático: Género y vejez; Categoría 1: Roles establecidos de acuerdo a la historia de vida de las adultas mayores del Club de adultos mayores “San José”; Subcategoría 1: Percepción de los roles de género establecidos dentro del grupo familiar de la adulta mayor:**

**Subcategoría 1: Percepción de los roles de género establecidos dentro del grupo familiar de la adulta mayor:**

Cabe destacar que el eje temático de género, no estructura preguntas directas, sino más bien indaga mediante cuestionamiento de tipo de actividades realizadas y el uso del tiempo libre. En el discurso subyace un evidente lenguaje que relaciona los roles preconcebidos respecto a la realización de dichas actividades.

Respecto a la percepción de los roles de género, adultas mayores consideran dentro del desarrollo de actividades cotidianas, principalmente ideas relacionadas en el apoyo que brindan a sus hijos en el cuidado de sus nietos y tareas domésticas.

Respecto al cuidado de sus nietos le otorgan un significado de apoyo al desarrollo laboral de sus hijos:

*Mmmm, ¿cuidar a mi nieta?, es como ahora paso más tiempo en casa, la puedo cuidar, para que mi hija pueda trabajar. (Entrevista 2:6)*

También ese apoyo se traduce, en una ayuda económica, tomando un rol de cuidadora:

*'... quizá no me puedo mover como antes, ya no salgo a trabajar, y vera que estoy casi todo el día en la casa, pero que pasa si nadie tiene para cuidar a mi nieto, eso a mi hijo se significaría un gasto, pero aquí está la abuela, y como yo, muchas, eso' (Entrevista7:34)*

La totalidad de las entrevistadas asume un rol activo en las tareas domésticas, algunas de ellas como rol exclusivo del género, así mencionan:

*'Cocino todos los días, los 365 días del año...' (Entrevista 2:14)*

*'Bueno tener todo ordenado y limpio cuando llegue mi marido y mi hija, tenerle la comida' (Entrevista2:8)*

También destacan ideas que describen diversas formas de significados respecto a la relación con sus maridos, algunas manifiestan tener una buena relación, pero que de igual manera les gusta salir de casa. Otras que sienten empatía que los hombres que siguen saliendo de casa a trabajar:

*'..., bueno y mi marido también po, que él trabaje, bueno que él me dice que si no trabaja se aburriría en la casa, pero igual a mi me da pena que trabaje tanto a esta edad' (Entrevista 1:24)*

Se suma a esta percepción, los límites impuestos por cónyuges de las adultas, en el desarrollo de actividades fuera del ámbito privado. Una de las entrevistadas menciona:

*‘Mi marido era un viejo cascarrabias, no le gustaba nada, y andaba enojado todo el día entonces yo prefería no molestarlo, y mucho menos se me iba a ocurrir invitar a alguien a la casa po, pero ahora ya no, puedo hacer todo eso, y me encuentro que estoy bien’.*

(Entrevista6:25)

Otras mencionan, relaciones con sus hijos tensionadas por sentirse evaluada en sus acciones:

*‘... muchas veces son muy ingenuos, como es una, o creen por ejemplo porque me dan algo de plata pueden hacer y deshacer con una’* (Entrevista 8:23)

Se destaca además el *trabajo femenino* como sustento para el hogar ‘...y que vieran cómo son las cosas, que algunas viejas trabajan para parar la olla...’ (Entrevista 8:29)

Una de las entrevistadas tensiona el estereotipo de abuela, ella menciona que NO tiene nietos, y que NO necesita el asiento, menciona no sentirse identificada:

*‘... yo no tengo nietos y tampoco me siento menos realizada por no ser abuela, es cosa de mis hijos si quieren o no, para mí ha sido lo mismo no más’* (Entrevista 5:17)

Al observar el trabajo y las actividades cotidianas desde la perspectiva de género, se puede describir que el significado se construye en primer lugar en función de la cantidad de labores realizadas. Asumen dos o más roles como labores permanentes, sumando en muchos casos un tercer rol; Se identifica el rol de doble de cuidadoras, cuidado de sus nietos/as como apoyo al desarrollo profesional y económico de sus hijos. Segundo lugar, sus relaciones dentro del grupo familiar: describen la relación con sus maridos variando de buenas relaciones, empatía por las agotadoras jornadas laborales de los hombres hasta situaciones obstaculizadoras para su desarrollo personal. Así también muestran tensiones con sus hijos ya mayores, sintiéndose evaluada en sus acciones. Finalmente se tensiona el

estereotipo de abuela, con nietos y cansada, desde un discurso que demuestra que no se siente representada por esta idea de vejez.

Es preciso sumar al análisis descriptivo la interacción de las adultas mayores con el club de adultos San José, espacio de interacción social que aporta desde la relación con otras/os, experiencias que enriquecen la construcción de significados sociales respecto a la vejez.

**Respuesta al objetivo específico: Describir significados respecto a la participación de las adultas mayores en el centro comunitario y club San José.**

**Eje temático: club de adulto mayor; Categoría 1: Participación de las adultas mayores en el Club de Adultos Mayores “San José”; Subcategoría: Tipo de participación; Categoría 2: Percepción de las adultas mayores de su participación en el Club de Adultos Mayores “San José”; Subcategoría: Aporte al desarrollo personal y social.**

#### **Subcategoría. Tipo de participación.**

El trabajo físico, convoca a las participantes del club a reunirse, la mayoría de las entrevistadas destaca gimnasia, zumba y yoga como el principal tipo de participación, algunas de ellas derivadas del consultorio.

*‘Yo empecé viniendo a gimnasia y hasta el momento esa es la que más me gusta y vengo siempre’ (Entrevista 6:12)*

*‘Bueno varias aquí llegamos por lo mismo, haciéndonos un control en el consultorio, me encontraron que tenía que hacer más ejercicio, que era muy sedentaria’ (Entrevista 7:12)*

Indican varias de ellas que esa fue la excusa pero que luego fueron valorando las conversaciones, reuniones, planificación de viajes, es decir la interacción con pares. Se puede identificar que varias de las participantes valoran el hecho de interactuar con sus vecinas, relevando el tipo de participación en: salir tener amigos, invitar a gente, asistir a paseos, conversación de temas comunes entre otros. Algunas mencionan:

*‘Empecé a ir a las clases de yoga, que es más calmado al ritmo de uno no mas emmm, pero a mí lo que más me gusta es cuando nos vemos de paseo’ (Entrevista 7:14)*

*'Si, eso es lo que más me gusta, lo encuentro entretenido, juntarse con más gente a conversar cosas que a uno le interesa y que tenemos en común, me gusta harto'* (Entrevista 3:18)

**Subcategoría: Aporte al desarrollo personal y social.**

El espacio de interacción, club social de adultos mayores, se percibe como un espacio que entrega beneficios a nivel físico, emocional y de interacción con otros.

En cuanto a lo físico, se valora el cambio en el peso, cambiar el sedentarismo, hacer algo con el cuerpo. Acciones que las conectan con el centro comunitario, ampliando su entorno y red social.

*'Una tiene que hacer algo por este pobre cuerpo y levantarse y he conocido harta gente linda la verdad eso, eso lo valoro harto'* (Entrevista 7:18)

*Yo he bajado harto de eso con la gimnasia...además me sirve para salir del taller, del trabajo un rato y distraerme, vengo aquí están mis amigas que me he hecho en este tiempo y comparto con mi hermana en algo diferente.* (Entrevista 5: 15)

Es valorado el espacio del club de adultos mayores, como un espacio de encuentro, un espacio para compartir, tener compañía, conocer gente nueva, salir de la rutina diaria.

*'Se puede decir que encontré lo que yo estaba buscando, yo entiendo que mis hijos tengan sus vidas, con sus familias, y está bien, yo me siento orgullosa de que estén como ahora, pero una quiera o no, después se va sintiendo sola, imagínense de pasar a vivir a una casa llena de niños chicos de ruidos de llantos a estar sola. Yo aquí encontré ya no sé, divertirme salir un rato y conocer a otras personas'* (Entrevista 8; 14)

Otras vecinas llegan al espacio por consejo de otras que han participado y relacionan la asistencia a los talleres comunitarios con un cambio positivo en los estados de ánimo.

*'...yo siempre me encontraba con ella cuando me la encontraba, y un día me dijo, Elisa, te veo media tristonera y me invito para que viniéramos para acá. Yo al principio no quería, no no no decía yo, ir y conocer apuros vejestorios, en ese momento no quería nada más*

*que estar en mi casa no más, pero hasta que me convenció, vinimos y aquí me tiene (risas)*  
(Entrevista 6:10)

La interacción en el espacio, del club de adultos mayores crea lazos de amistad entre las vecinas.

*Uuuuuu harto harto, con decirle que yo antes no tenía amigas, o sea y veía a esta señora en la calle y la saluda en la calle no más por cortesía no más, porque muchos años viviendo cerca, pero vecinas no más, yo no las conocía, con decirle que ni el nombre le sabía a la mayoría, entonces como decirle, me sirve para conocer a mis propias vecinas y pasarla bien po....para hacer más llevadero el día, no se'* (Entrevista1:16)

Se releva el tener un espacio distinto a la casa, como una forma de salir de la rutina: *'Como pa salir un poquito más yo creo, yo estoy de recién acá y he ido a tres paseos y lo hemos pasado todas muy bien'* (Entrevista 4:16)

La comprensión de los distintos significados de vejez, desde la interacción con otros nos aporta una aproximación al concepto, en el sentido de desarrollo integral de las participantes, desde estados emocionales, físicos y de conexión con redes de socialización, ampliando el espacio de acción de las adultas mayores sujetos de la presente investigación.

**Respuesta al objetivo específico: Identificar significados respecto a su propia vejez y como es construida socialmente.**

**Eje temático: Significados sociales de la vejez; Categoría 1: Significados sociales que las adultas mayores le otorgan a la etapa de la vejez: Subcategoría 1: Percepción que las adultas mayores tienen respecto de su propia vejez: Subcategoría 2: Percepción que las adultas mayores tiene de la etapa de la vejez a partir de como la han construido la sociedad.**

Se profundiza en los distintos significados, sumando a la observación de sus actividades cotidianas, como son construidas desde una perspectiva de género, participación en

espacios comunes, se añade la observación e identificación de la percepción que tienen de su propia vejez y cómo esta se ha ido configurando desde la visión de la sociedad.

**Subcategoría: Percepción que las adultas mayores tienen respecto de su propia vejez:**

El discurso de las adultas mayores, resalta la normalidad de la etapa vivida, se mira con retrospectiva y se tiene la convicción de haber hecho las cosas bien. Algunos relatos refieren a las emociones de alegría, a sentirse felices con sus vidas.

*'Yo me describo como alguien alegre y con mis 68 años y todo, yo me siento plena y feliz'*  
(Entrevista 1:20)

*'Yo me siento feliz que es lo más importante, no tengo un marido cascarrabias (risas) nos llevamos muy bien y no tenemos grandes problemas. Me siento bien físicamente dentro de lo que se puede, yo creo que, yo siento que estoy bien'* (Entrevista 3:22)

*'Yo personalmente creo que la vejez de vivirse a concho, si uno lo piensa y aunque suene feo, ya es la última etapa de la vida, yo lo miro de esa manera y eso que no soy tan vieja, pero eso, vivirlo vivirlo lo más que se pueda mientras se pueda'*. (Entrevista 2:18)

Se considera que es una etapa más y que también depende de la percepción que se tengan de ellas mismas:

*'... yo creo que tiene que ver con el rollo que cada uno tiene en la cabeza, si pensai que te vas a convertir en una viejita toda caga. Disculpa la palabra, pero esa es la idea nadie te va a sacar de la cabeza, entonces si te mantienes firme, activa, haciendo cosas no tiene por qué afectarte, o no tanto'* (Entrevista 1:22)

Una de las entrevistadas, opina desde su experiencia de vida, reconociendo que los otros puede que tengan otra idea, ella refiere un estado emocional de soledad y sufrimiento, contrastando los relatos anteriores:

*'Es un momento difícil en la vida, con mucha soledad y sufrimiento, querámoslo o no, la gente a nuestro lado se comienza a ir, y si no es uno es el que está al lado, pero encuentro*

*yo que lo importante cuando pasan esas cosas es reinventarse y ponerse de pie de nuevo'*  
(Entrevista 6:18)

Estado que la misma entrevistada menciona que se transforma, reinventándose y que parte de su despertar se atribuye a la participación en el club de adulto mayor.

Se mira con retrospectiva, sus otras etapas y se considera que se han hecho las cosas bien. Significan la vejez con el cumplimiento de metas. Algunas de las entrevistadas mencionan:

*... pero mire, yo ahora miro para atrás y veo que he hecho hartas cosas, le di lo mejor que pude a mis hijos, ellos ahora son profesionales, me siento bien para disfrutar a mi nieta, siento que he hecho hartas cosas pero que también ahora a mis 68 años como le dije, puedo seguir haciendo más cosas'* (Entrevista1: 20)

*... he hecho todo lo que en algún momento me propuse, durante toda mi vida me he cuidado en lo que como, en moverme un poquito más, y las recompensas las veo ahora, yo no estoy enferma de nada, no te tengo dolores de nada ni nada, me siento una niña todavía.* (Entrevistada 2:20)

Se asocia este mirar atrás con la emoción de tranquilidad:

*Me siento tranquila, siento que con mi marido hemos hecho lo mejor posible por darle claro, lo mejor a nuestros hijos, que al final, es lo más importante, mi hijo mayor es contador, el que sigue abogado, y mi hija hace como dos años se tituló de enfermera, están todos trabajando, tienen buenos trabajos y los criamos como buenas personas a los tres. Así que eso, como feliz, tranquila y ahora estoy sin muchas preocupaciones.*  
(Entreviada7:23)

Una de las entrevistadas menciona que los adultos mayores, sufren por las bajas pensiones, se añora tiempo pasados por la compañía de los hijos, pero también se valora el tiempo libre y la tranquilidad.

*'...ahora una está sola, igual ahora una valora la tranquilidad de estar en su casa y preocuparse de vivir no más'.* (Entrevista 8:19)

También es relevado el hecho de seguir siendo productiva, que su vida no ha cambiado

*'...mi vida no ha cambiado mucho, es decir, yo sigo trabajando y me siento bien haciéndolo...'* (Entrevista 5:17)

Se asocia, la utilidad con la dependencia de sus hijos:

*'Mi hija el otro día me decía que yo no sabría qué hacer si yo no estuviera, ella es grande ya, tiene su casa, su familia, pero dice que igual depende de mí para que le cuide la Amandita o me dice, oye mami voy a ir a tomar once, oye mami almorcemos juntas, entonces todo eso a mí me hace sentir que todavía sirvo'* (Entrevista 1:20)

*'Yo lo veo por cómo me ve mi familia, mis cercanos, que todos dependen mucho de mí, de mi tiempo, de mi plata, de mi disposición, yo creo que a mí me ven como alguien útil...'* (Entrevista 2: 26)

### **Subcategoría 2: Percepción que las adultas mayores tiene de la etapa de la vejez a partir de como la han construido la sociedad.**

El tema más relevante es el significado construido hacia la vejez, como una etapa en que los sujetos necesitan ayuda para realizar sus labores. La percepción de las adultas mayores es en su mayoría contraria, pues indican incluso que son indispensables o todavía útiles, que sus hijos dependen aun de ellos, en consejos y cuidados de sus nietos. Idea, o significado de *necesitar de otros* se ve reforzada según la mayoría de los relatos por los medios de comunicación especialmente la televisión:

*'Bueno siempre muestran en la tele, ayayai la viejita que vive sola, ayayai la viejita que no tiene nada que comer y se come el colchón, ayayayai la viejita que abandonada, entonces muestran tanto eso que creen que todos somos viejas cagas, que no se po, poco menos que no podemos caminar y no es así como son las cosas, ustedes pueden ir acá abajo, esa cancha inmensa que le hicieron a los cabros pa que jueguen a la pelota y nunca*

*veo a nadie, puros cabros malos, tomando y fumando, en cambio nosotras aquí no faltamos nunca y somos hartas, y siempre estamos haciendo algo, entonces yo creo que se ve mal'* (Entrevista 1:26)

*'Se mira con mucho prejuicio algunas veces, de que una siempre necesita de alguien más y que prácticamente una es inútil'* (Entrevista 4:28)

*Como eso como que una al cumplir los 60 años automáticamente se convierte en alguien que no es capaz como en alguien que siempre está necesitando la ayuda de los demás o también se ve como el pobre viejito que no tiene que comer, y en mi caso tampoco es así, yo me siento bien trabajando y lo voy hacer hasta donde me dé el cuero'* (Entrevista 5:23)

Así también, hay discursos que resaltan el hecho que la sociedad, debe entender que una persona de 60 años está en perfectas condiciones para realizar sus actividades:

*'...yo creo que ahora más que nunca la gente entiende que una persona de 60 años fácilmente puede estar en todos sus cabales para hacer algo...'* (Entrevista 3:31)

Se describe la vejez como una vejez que está cambiando que ya no se ven esas viejitas grises, sino que se observan entre ellas como felices, más conectadas, más informadas.

*'...no me imagine nunca, que iba a tener un celular por ejemplo y ahora hasta mando whatsapp, hablo por videos con mis hijas, igual no te digo que domino todo, pero me defiendo'* (Entrevista 3:27)

Se siente empatía por las situaciones de miserias de quienes reciben pensiones bajas y se agradece el tener la suerte de recibir mejores pensiones (carabineros), y presentar mejores condiciones de vida. Uno de los relatos considera que el sistema de pensiones nunca cambiara.

*Uuuu hay algunas personas que las pasan muy re mal, en el sentido de las pensiones y todo eso que es puro robo no más, que se llenan los bolsillos unos pocos y uno la sufre, por ese lado como de la plata encuentro que está mal, y desgraciadamente parece que siempre va a ser así'* (Entrevista 8:16)

Se identifican significados respecto a su propia vejez, la cual es percibida mayoritariamente como etapa normal, se evidencia una disposición alegre para vivir la vejez, se mira de forma retrospectiva y con la sensación de haber cumplido con las metas propuestas y con proyección activa de que todavía quedan cosas por hacer. Se relacionan también estados de ánimo de tristeza y abandono, pobreza, pero con una mirada de esperanza y de reinventarse. Significado que contrasta con el construido socialmente, que según su interpretación asocia a la vejez con carencia, ya sea física, emocional, familiar y social. Estereotipos de vulnerabilidad que son negadas por las adultas mayores, indicando que aún se sienten activas, que aun su familia depende de ellas, asociado a sentirse útiles. Se considera que la vejez ha ido cambiando y seguirá cambiando y que hoy se sienten más conectadas que nunca y con energías de vivir la vida con mayor tranquilidad.

Es preciso agregar los obstaculizadores y facilitadores en el proceso de inclusión social de las adultas mayores para completar la observación y descripción del fenómeno, unidad de análisis del presente estudio.

**Respuesta al objetivo específico: Identificar obstaculizadores y facilitadores en los procesos de inclusión de la vejez.**

**Eje temático: Significados sociales de la vejez; categoría 2: Procesos de inclusión de la vejez; subcategoría 1: obstaculizadores del proceso de inclusión social de las adultas mayores; subcategoría 2: Facilitadores del proceso de inclusión social de las adultas mayores; subcategoría 3: Opinión orientada a las futuras generaciones.**

**Subcategoría 1: obstaculizadores del proceso de inclusión social de las adultas.**

Se distinguen como obstaculizadores del proceso de inclusión social principalmente. El deterioro del cuerpo, como un limitador a la realización de actividades diarias

*‘Creo que, aunque uno a veces tenga muchas de ganas de hacer cosas y de andar para aquí para allá, el cuerpo a veces no acompaña mucho, yo sufro de la espalda, si cuando hago zumba hago lo que puedo no más, pero agacharme por ejemplo o caminar mucho rato a mí me revienta’ (Entrevista 1: 24)*

*'Podrían ser los años yo creo, que igual uno ya no tiene las mismas energías que tenía antes, a veces yo prefiero quedarme en la casa que salir a cualquier lado'* (Entrevista 3:25)

*Al menos a mí lo que más me complica de la edad, es lo que tiene que ver como con lo del cuerpo, yo sufro con mi dolor de espalda, con decirle que algunas veces prefiero no abrir mi negocio y quedarme acostada hasta más tarde'* (Entrevista 4:24)

También uno de los discursos releva la idea de menos ingresos económicos al grupo familiar:

*'Bueno por ejemplo como yo ya no trabajo tanto como antes tengo menos plata, aunque nosotros no tenemos tantos gastos, no pagamos arriendo porque la casa es nuestra...pero igual me gustaría quizás tener un poquito más...'* (Entrevista 2:24)

Se ve como obstaculizador también la idea de la muerte, cercana y ver partir a los coetáneos:

*Lo más malo yo creo es ver partir a los otros, bueno uno también entiende que le va quedando menos, pero una se muere y ya no sabe más po, pero una que queda aquí, ver como la otra persona ya no está, y sentir ese vacío, es fome'* (Entrevista 6:25)

A pesar de sentir el cambio físico, consideran que aún pueden y hacen cosas útiles, siendo un obstaculizador la manera en que se observa a la vejez como carga para el grupo familiar y para la sociedad en general

*'Aquí el problema lo tienen los que lo ven a uno como una carga, que creen que no puedo hacer las cosas solas, o que creen que una anda todo el día empestilladas...'* (Entrevista 2:28)

El prejuicio, sobre la etapa es vista como un obstaculizador en la inclusión de las adultas mayores a la sociedad, se relaciona que esa mirada te hace ver como una inútil:

*Se mira con mucho prejuicio algunas veces, de que una necesita de alguien más y que prácticamente una es inútil'* (Entrevista 4:28)

Uno de los discursos destaca como obstaculizador al proceso de inclusión, la falta de respeto de las nuevas generaciones, perdiéndose el valor de la experiencia de los/las adultas/os mayores:

*'La falta de respeto encuentro yo, los jóvenes ya no le tienen respeto delante de los mayores y no valoran todo lo que uno sabe o que pude seguir haciendo, les importa trabajar, trabajar, ganar plata y uno como en ese escenario le entorpece el camino no más'* (Entrevista, 7:32)

Se repite en los discursos, como obstaculizador a los medios de comunicación que crean estereotipos de abuelos/as, abandonados/as y carentes, las participantes no se sienten identificadas con esa realidad. También se ve como limitante las pensiones, consideradas mediocres lo que frena los procesos de inclusión de las adultas/os mayores

*'Lo que yo creo que un tema es lo de las pensiones tan mediocres que a la gente no le alcanza para nada, pero eso ya es mas de arriba, de los gobiernos, no de la gente'* (Entrevista 3:1)

*'Es un conjunto de todo, la tele, las personas, los mismos viejos y al final tienen un discurso que anda de boca en boca y al final los mismos viejas se la terminan por creer'* (Entrevista 8: 27)

## **Subcategoría 2: Facilitadores del proceso de inclusión social de las adultas mayores**

Los facilitadores del proceso de inclusión, incluyen percepciones de tener más tiempo libre, disminución de las jornadas laborales, libertad de hacer, menos responsabilidad, sensación de tener mayor experiencia para apoyar a su grupo familiar, entre otras cosas.

*‘Adoro el todo el tiempo libre que tengo, porque hago lo que de verdad quiero, yo por ejemplo trabajo a veces, pero me levanto diciendo, ooohhh, que ganas de ir a trabajar, no, pero si en la tarde quiero ir a distraerme y bailar un ratito o quedarme en la casa viendo mis teleseries, que esas son las cosas que me gusta hacer y ahora si quiero, pedo quedarme todo el día haciéndolo’ (Entrevista, 2:24)*

También se valora como facilitador del proceso, poder estar tranquilos, compartir más con sus maridos que están jubilados, no tener que viajar largas distancias para ir a trabajar

*‘Vivir más tranquila, creo yo que es positivo, es que para mí el hecho de no tener que ir al centro o cualquier lado a trabajar, estar aquí en mi casa y trabajar en algo que a mí me gusta’ (Entrevista, 4:21)*

El tiempo libre es valorado, por el descanso y la tranquilidad, pero también como un espacio de compartir, conocer gente, divertirse, hacer amigos, entre otros:

*‘... yo venir acá, antes era como impensado, todo el día encerrada en el taller, pero como que ahora salir más, y relacionarme con más gente a parte de mi esposo, me agrada, yo no tengo amigos a parte de los que me hecho acá’ (Entrevista, 5:21)*

### **Subcategoría 3: Opinión orientada a las futuras generaciones.**

La tercera subcategoría, incluida dentro de la categoría 2: Procesos de inclusión de la vejez. Responde como una manera de rescatar significados desde la vejez, considerando formas de ampliar la mirada del concepto, es decir contar con elementos que disminuyan los obstaculizadores mencionados y potencien los facilitadores, dando cabida a un proceso de inclusión coherente con la realidad de las adultas mayores pertenecientes al centro comunitario y club de adultos mayores ‘San José’

Las principales ideas emergidas de los discursos se relacionan con; Acercarse a los abuelos/as, conocer su opinión, respetarlos en su sabiduría; se aconseja llevar una vida sana, sin excesos, cuidarse y disfrutar de la vida; se aconseja respetar a todos, independiente de su condición si yo quiero recibir lo mismo; fortalecer los lazos

familiares, para no llegar solo a la vejez; no basarse en opiniones externas, ser como realmente se es; que no le arrebaten la felicidad; disfrutar de su juventud:

*‘Que no sean tan prej de tener algunos de sus abuelos, pregúntele que opina, y ciosos, todos, hasta usted va a llegar a tener 70 años, entonces yo le diría que así a usted le gustaría que lo trataran mal cuando viejo o si le gustaría que creyeran que para todo necesitan que alguien le ayude, y ver si de esa manera se dan cuenta y dejan de ser así’* (Entrevista, 4:33)

*‘Que conozcan, que valoren, que conversen con sus abuelos, si tiene la oportunidad, yo haría que todas esas personas que tienen una mala opinión, y los invitaría y que vieran como son las cosas...’* (Entrevista, 8:29)

*‘Yo le diría al menos lo que he hecho yo, tratar de tener una vida sin tantos excesos porque después te pasan la cuenta y tener o contar con el apoyo de la familia o amigos para no estar tan solo’* (Entrevista, 3:33)

Finalmente, se da respuesta al objetivo de identificar obstaculizadores y facilitadores en el proceso de inclusión social de las adultas mayores, eje que nos proporciona una mirada integral de los significados otorgados por los sujetos de la investigación al concepto o constructo de vejez. Entre los obstaculizadores, se releva el deterioro del cuerpo, pero se tensiona con la idea social de que no son capaces de realizar sus actividades cotidianas, la mayoría de las adultas se considera activa y con proyecciones. Los facilitadores identificados se relacionan con la sensación de tiempo libre, de disfrutar de estar en casa, de no tener responsabilidades y realmente realizar las actividades que ellas escojan. Se finaliza agregando orientaciones para las futuras generaciones y como pueden aportar a un desarrollo de una vejez plena, destacan el hecho de respetar al anciano, de considerar su opinión y valorar consejos; además orientan a los jóvenes a disfrutar la vida, sin excesos, pues el tiempo cobra la cuenta, pero se centran en la idea de disfrutar y de ser lo que realmente sientan para alcanzar la felicidad.

## Análisis teórico a nivel profundo

La línea de análisis siguiente, considera la triangulación entre: análisis nivel de dato, interpretación del investigador y teoría considerada en el marco teórico y nuevas teorías que ayuden a la comprensión del fenómeno estudiado, dando así respuesta a la comprensión de los significados otorgados por las adultas mayores, del club ‘San José’, al concepto de vejez.

**OBJETIVO GENERAL:** Comprender los distintos significados de vejez que le otorgan las adultas mayores del Club de Adulto Mayor de la comuna de Cerrillos.

**OBJETIVO ESPECIFICO:** Describir las actividades cotidianas realizadas por las adultas mayores pertenecientes al centro comunitario y club San José, de la comuna de Cerrillos.

**EJE: TRABAJO Y ACTIVIDADES COTIDINAS.**

**EJE: GÉNERO Y VEJEZ.**

En el camino a la comprensión de los distintos significados de vejez, referidos por las adultas mayores, sujetos de estudio, podemos mencionar que se relacionan con el mundo laboral directamente, solo una de ellas reconoce que el sustento económico es propio del rol del marido. Las diversificaciones de los tipos de ingresos se relacionan con; atención de negocio, microempresa, cuidado de nietos/as, venta de productos, costuras; Pensiones, sociales y de carabineros, jubilaciones; trabajo exclusivo del hombre. .

En cuanto al **Uso del tiempo libre**, incluyen actividades como participación en el CAM, pasear, acudir a la iglesia, y otros tipos de actividades ligadas al desarrollo personal.

Por otra parte el trabajo doméstico, el cual es reconocido por la totalidad de las entrevistadas como una de sus labores principal, señalando de manera explícita, el trabajo exclusivo de su género; cuidado de nietos/as; desarrollo físico, intelectual y espiritual; descanso en casa; y salidas, visitas, paseos. Como se señalo anteriormente.

.

Al observar el trabajo y las actividades cotidianas desde la perspectiva de género, se puede describir que el significado se construye en primer lugar en función de la cantidad de labores realizadas. Asumen dos o más roles como labores permanentes, sumando en muchos casos un tercer rol; Se identifica el rol de doble de cuidadoras, cuidado de sus nietos/as como apoyo al desarrollo profesional y económico de sus hijos. Segundo lugar, sus relaciones dentro del grupo familiar: describen la relación con sus maridos variando de buenas relaciones, empatía por las agotadoras jornadas laborales de los hombres hasta situaciones obstaculizadoras para su desarrollo personal. Así también muestran tensiones con sus hijos ya mayores, sintiéndose evaluada en sus acciones. Finalmente se tensiona el estereotipo de abuela, con nietos y cansada, desde un discurso que demuestra que no se siente representada por esta idea de vejez.

El significado de la vejez, entendido desde las actividades de las adultas mayores, nos acerca a su vida cotidiana, el mundo de la vida (Schutz, 1972) en el que se suceden las interpretaciones de su realidad social. Se muestra que la mayoría de las mujeres entrevistadas se mantiene activas laboralmente, sin embargo, sus labores en su totalidad no son formales, siendo parte del 70% de mujeres mayores de 60 años que desarrollan

actividades en el ámbito privado, trabajo en casa. En este sentido se comprende que se establezcan situaciones de doble rol o incluso triple rol, pues los hombres siguen saliendo de la casa para desarrollarse laboralmente mientras son ellas las que asumen el rol del trabajo del hogar, asumiendo incluso responsabilidades de sus hijos adultos como el cuidado de sus nietos/as. La Feminización de la adultez, nos indica que la mirada de las políticas se debe centrar en el apoyo a la labor femenina, pues según datos estadísticos de SENAMA, la cantidad de mujeres no asegura una mayor calidad de vida, y es este aspecto significa que realizar, por ejemplo, trabajos remunerados por horas, más el cuidado de nietos/as, más las labores de aseo, cocina compra, deteriora la salud de las adultas mayores, siendo producto de una segregación a las mujeres al mundo privado.

El grupo de mujeres, sujetos de estudio, son parte de 118,4% que participa en club de adultos mayores, por lo que los tipos de actividades realizadas, incluyen deporte, yoga, gimnasia, entre otras actividades que son significadas positivamente como aporte a la calidad de vida de las adultas mayores, pertenecientes al club de adulto mayor San José de Cerrillos.

Otros de los puntos interesantes dentro del relato de las mujeres participantes, tiene relación con la incorporación de tecnología en su cotidianidad, puesto que como algunas manifiestan, hace años atrás era impensado el uso y acceso a las tecnologías. Dentro de las que más destacan en los relatos de las adultas mayores es el uso de la plataforma Whatsapp, el cual les permite conectarse con sus familiares a distancia, además recalcan el hecho de “mantenerse informado con lo que pasa”, situación que permite interpretar que son personas preocupadas que procuran mantenerse actualizadas.

Siguiendo a Bravo y su perspectiva de la vejez en cuanto a modernización, menciona que los cambios en las tecnologías y las formas de construir sociedad en la actualidad y en un futuro funcionarían en forma de espiral y en paralelo con la vejez, por lo que se vería favorecido para este último grupo y que implicaría en que los gobiernos y la sociedad en general adopten medidas más inclusivas en forma paralela a al avance de la modernización.

<b>OBJETIVO GENERAL:</b> Comprender los distintos significados de vejez que le otorgan las adultas mayores del Club de Adulto Mayor de la comuna de Cerrillos.
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO:</b> Describir significados respecto a la participación de las adultas mayores en el centro comunitario y club San José. <b>EJE: CLUB DE ADULTOS MAYORES.</b>
La comprensión de los distintos significados de vejez, desde la interacción con otros nos aporta una aproximación al concepto, en el sentido de desarrollo integral de las participantes, desde sus estados emocionales, físicos y de conexión con redes de socialización, ampliando el espacio de acción de las adultas mayores sujetos de la presente investigación.

La vida cotidiana nos aporta en la construcción de significados respecto a la vejez, sin embargo, al aproximarnos a sus interacciones sociales aumenta el acercamiento al concepto, pues es en las interacciones, en la intersubjetividad que se comprende la realidad social (Schutz, 1972). Las adultas mayores como revisamos anteriormente, consideran que es en el espacio del taller donde pueden salir de sus rutinas, pueden construir conversaciones de temas comunes y pueden organizar salidas que aumentan su visión de mundo. La construcción de su mirada positiva hacia la vejez, los beneficios en su desarrollo tanto, físico como emocional y social, muestran que mediante la creación de grupos es que se fortalece la mirada a la vejez, como una etapa en la que se pueden seguir proyectando. Es decir, la teoría de la desconexión, que indica que los adultos mayores tienden a aislarse y a desconectarse de los espacios sociales, no cobra relevancia dentro del grupo de adultas mayores de la comuna de Cerrillos, pues se indica que gracias a tener más tiempo libre pueden darse el tiempo de participar y que esta participación ha transformado de manera positiva su aislamiento del ámbito privado. El club de adultos mayores y la interacción que se produce apertura el concepto de vejez, conformando la idea de vejez con la posibilidad de planificar, organizar a futuro y disfrutar la vida.

Otro de los aspectos relevantes y que se condice con un enfoque teórico de envejecimiento es la teoría de la sub-cultura, la que según la idea planteada por (Bravo, 2014) indica que los grupos que se encuentra sujetos a un proceso a nivel histórico y que comparten en si características comunes, inician naturalmente una subcultura. Esto último se ve reflejado

en los relatos cuando las adultas mayores sienten atracción o interés por pertenecer a el club de adulto mayor, puesto que, según ellas mismas, se sienten identificadas con gran parte de las otras integrantes, ya sea por sus vivencias, historias de vidas similares, o por gustos y temas de conversación en común.

Dicho enfoque de la subcultura se basa en que los adultos mayores suelen agruparse en esta etapa de la vida puesto que además comparten entre sí, ser excluidos por parte de los grupos de edad más joven, encuadrado en el discurso de este último grupo el cual se basa en la eficiencia física vinculada al mercado laboral, entendido como uno de los factores más importantes de la sociedad actual. En este sentido es importante detenerse en la particularidad de los casos estudiados, puesto que 2 de las entrevistadas cumplían una jornada laboral bastante extensa, sumado además a los que haceres domésticos los cuales asumían como propios, se concluye en poco tiempo para poder asistir al Club de adulto mayor, limitándose a participar en las actividades que se adaptaran a su tiempo a pesar de que las entrevistadas mencionaban que les gustaría integrarse más. La idea anterior hace alusión a que este grupo minoritario de adultos mayores aún se encuentra cumpliendo las expectativas que la sociedad moderna exige en su modelo de participación basado en la productividad laboral, lo que limita la inversión de tiempo en el Club de adulto mayor.

Finalmente se concluye que es mucho más probable que un adulto mayor sienta afinidad con otro adulto mayor al relacionarse, que, con alguien más joven, debido a que comparte más características en común, con su propio grupo etario y además se encuentran viviendo los mismos procesos

**OBJETIVO GENERAL:** Comprender los distintos significados de vejez que le otorgan las adultas mayores del Club de Adulto Mayor de la comuna de Cerrillos.

**OBJETIVO ESPECIFICO:** Identificar significados respecto a su propia vejez y cómo es construida socialmente.

**EJE: SIGNIFICADOS SOCIALES DE LA VEJEZ.**

Se identifican significados respecto a su propia vejez, la cual es percibida mayoritariamente como etapa normal, se evidencia una disposición alegre para vivir la vejez, se mira de forma retrospectiva y con la sensación de haber cumplido con las metas propuestas y con proyección activa de que todavía quedan cosas por hacer. Se relacionan también estados de ánimo de tristeza y abandono, pobreza, pero con una mirada de esperanza y de reinventarse. Significado que contrasta con el construido socialmente, que según su interpretación asocia a la vejez con carencia, ya sea física, emocional, familiar y social. Estereotipos de vulnerabilidad que son negadas por las adultas mayores, indicando que aún se sienten activas, que aun su familia depende de ellas, asociado a sentirse útiles. Se considera que la vejez ha ido cambiando y seguirá cambiando y que hoy se sienten más conectadas que nunca y con energías de vivir la vida con mayor tranquilidad.

Se puede observar tensión en la conformación de significados. Desde la perspectiva personal, se entiende generalmente como una etapa más, que se vive con tranquilidad, realizando las mismas labores, algunas consideran tener más tiempo, otras que apenas alcanzar a participar en los talleres, pero la visión es de un significado activo y proactivo, versus la idea social de no servir, de pobreza y enfermedad. Aquí se pueden entender dos enfoques contrapuestos, que confluyen en el discurso de las entrevistadas. Por una parte, se entiende, que dependerá de las experiencias, personales, de lo que han construido a lo largo de su vida, en cómo será la vida en la vejez, es decir que si se cuidan, si crean lazos con sus familias, tendría a lugar una vejez que no tiene por qué parecerse a los estereotipos, queda de manifiesto en uno de los discursos que depende de cómo ellas mismas perciben la vejez, será la realidad que se manifieste. En este sentido la teoría del curso de la vida explica la concordancia entre las diferencias o las diversas formas de envejecimiento, dependiendo del tipo de vida, de las experiencias de infancia, juventud y adultez; en contraste las adultas mayores perciben que son vistas de manera homogénea, siendo la televisión, el medio que aporta para aumentar la creencia, pues muestran la vejez desde

un enfoque biológico y socioeconómico que no identifica a las adultas mayores sujetos de la investigación.

Se puede evidenciar que en varios relatos las entrevistadas juzgan a la televisión como uno de los principales reproductores de estas concepciones de vejez, las que finalmente repercuten en el significado social más coherente para el resto de la sociedad, según palabras de las mismas entrevistadas. Dicho enfoque sociocultural impuesto engloba en ellas conceptos peyorativos para entender la vejez, ya sea desde el punto de vista de decadencia económica, física y mental, esta última según gran parte de las entrevistadas tiene un peso bastante grande puesto que, según ellas mismas, sienten que la sociedad las percibe como personas que no son capaces de valerse por sí mismas, y que siempre necesitaran de la supervisión o acompañamiento de otro.

Para enfocarse puntualmente en el significado de vejez que las entrevistadas postulan, se podría recurrir a los conceptos teóricos propuestos por Erickson en su teoría del ciclo vital, cuando menciona que el estadio VIII, de adultez tardía, visualiza a la vejez como aquella etapa en la cual la persona es capaz de mirar en retrospectiva y sentirse conforme con el cumplimiento de metas, reconociendo además a la vejez como una etapa única y propia la cual tiene a lo largo de su desarrollo, fortalezas, debilidades y errores, finalmente asumiendo la vida con altura de miras y sabiduría. Este último concepto resalta en varios de los relatos, resaltando en los mismos relatos su estado de vigencia y actividad proactiva dentro del hogar, puesto que como ellas mismas dicen, sienten que tienen grandes responsabilidades en sus hombros, ya sea el apoyo a sus hijos, sus nietos, y el correcto funcionar del hogar, todos estos elementos que han sido capaz de ir trabajando durante toda su vida y que finalmente les otorga la sabiduría que ellas mismas ven y sienten como propia y además sintiendo que es lo que la sociedad proyecta en ellas.

A pesar de que las entrevistadas en su gran mayoría no relacionan su significado de vejez con los estereotipos que ella mismas identifican, son bastante autocríticas en cuanto a su proceso, señalando que con el paso del tiempo inevitablemente el cuerpo se va

degenerando, y que probablemente sus motivaciones de realizar algún tipo de actividad en específico no son las mismas.

Concluyendo este último eje analítico, las entrevistadas no sustentan su significado de vejez con el de los estereotipos, sin embargo son capaces de dar cuenta de los procesos degenerativos del cuerpo, no obstante mencionan que la vejez no se limita solo al cuerpo ya que, las experiencias, sabiduría, libertad de elegir, la tranquilidad entre otros conceptos son los que las definen de mejor manera su vejez, pasando de esta manera a un segundo plano el envejecimiento basado en lo biológico y socioeconómico.

<b>OBJETIVO GENERAL:</b> Comprender los distintos significados de vejez que le otorgan las adultas mayores del Club de Adulto Mayor de la comuna de Cerrillos.
<b>OBJETIVO ESPECIFICO:</b> Identificar obstaculizadores y facilitadores en los procesos de inclusión de la vejez.
<b>EJE TEMÁTICO: SIGNIFICADOS SOCIALES DE LA VEJEZ.</b>
Finalmente, se da respuesta al objetivo de identificar obstaculizadores y facilitadores en el proceso de inclusión social de las adultas mayores, eje que nos proporciona una mirada integral de los significados otorgados por los sujetos de la investigación al concepto o constructo de vejez. Entre los obstaculizadores, se releva el deterioro del cuerpo, pero se tensiona con la idea social de que no son capaces de realizar sus actividades cotidianas, la mayoría de las adultas se considera activa y con proyecciones. Los facilitadores identificados se relacionan con la sensación de tiempo libre, de disfrutar de estar en casa, de no tener responsabilidades y realmente realizar las actividades que ellas escojan. Se finaliza agregando orientaciones para las futuras generaciones y como pueden aportar a un desarrollo de una vejez plena, destacan el hecho de respetar a los ancianos, de considerar su opinión y valorar consejos; además orientan a los jóvenes a disfrutar la vida, sin excesos, pues el tiempo cobra la cuenta, pero se centran en la idea de disfrutar y de ser lo que realmente sientan para alcanzar la felicidad.

La conformación del significado del concepto de vejez, se amplía considerando los obstaculizadores y facilitadores en los procesos de inclusión, pues se observa el fenómeno en su contexto, ya sea individual, familiar y social. En este sentido de igual manera se tensiona el significado. Pues si bien se presenta como principal obstaculizador el deterioro del cuerpo, y como este no acompaña en las labores que desearían realizar, sus discursos

siguen indicando a los obstaculizadores, sociales, es decir, ideas sobre la vejez, sobre su baja capacidad de lograr sus actividades versus la idea de tener todos los cabales para realizar todas las tareas que se proponen.

Estamos observando una generación de abuelas que bordea los 60 años, que se sienten activas y que a pesar de sus dolores participan activamente a los talleres de inclusión social, pero sienten la exclusión solo por el hecho de cumplir 60 años y ese estereotipo, es que o llaman prejuicio, malos tratos.

Se considera por parte del investigador que el hecho de incluir una pregunta sobre las futuras generaciones, amplía aún más el concepto de vejez, pues se entregan claves para construir una vejez que respete la diversidad de historias, diversidad de intereses, y que se ajuste a los tiempos modernos (uso de Whatsapp) y principalmente, como mencionan la mayoría de las entrevistadas, que procuren ser felices y disfrutar cada etapa.

En tal enfoque del curso de vida, se sostiene de igual modo que a lo largo de tal ciclo de vida los sujetos van desarrollando sus propias diferencias y en la vejez tal heterogeneidad es importante con relación a las etapas más adelantadas como la misma infancia o la adolescencia. Por ende, las diferenciaciones se desarrollan gradualmente con los transcurridos del tiempo, asimismo con la acumulación de experiencias; dando resultados en que la edad comparte un efecto o aspecto progresivo de más heterogeneidad en los individuos (Bravo, 2014).

## Conclusión.

Los principales hallazgos develados a lo largo de la investigación, ya sean en la construcción de significados de vejez, o en la relación que los sujetos crean entre sí y la importancia que le dan al club de adulto mayor, dan respuesta a los objetivos de la investigación.

En primer lugar, es importante recalcar la idea que la realidad social es variable, y que cada sujeto vive su vida de una manera distinta, más allá de compartir rasgos en común como vivir en un mismo barrio o que sus condiciones socioeconómicas sean iguales o similares, no significa que condicionaran estrictamente su forma de pensar o vivir la vejez en este caso en específico.

Es importante señalar que hablar de un concepto universal de vejez es un tanto utópico y errado, debido a que como se describe anteriormente los contextos, vivencias, historias de vida y maneras de interpretar el mundo son distintas y particulares en cada individuo.

En el transito de la investigación se indago en diferentes formas de interpretar o visualizar esta etapa de la vida llamada vejez, algunos teóricos intentan darle un enfoque a nivel biológico, generalmente hablando de los aspectos degenerativos que conlleva en el cuerpo el inevitable paso del tiempo, mientras que otros hablan en el sentido de socioeconómico, haciendo alusión a que con el pasar de los años nos vamos convirtiendo en sujetos los cuales no pueden responder a los distintos canon establecidos por la sociedad moderna, entendiendo esta última como la productividad laboral a grandes rasgos. Sin embargo y a lo largo de la investigación se puede concluir que no podemos hablar de “vejez”, si no que debemos abrir nuestras fronteras y entender que el termino para poder entenderlo de mejor manera seria referirse a “vejeces”, en base al sustento que se indica más arriba, debido a que la construcción de vejez personal, puede reunir elementos teóricos de ambas partes.

Otro punto de los cuales es importante mencionar es el tipo de vejez en el cual la persona como sujeto único e irreplicable se siente identificado o que perfectamente construye para sí mismo, dejando de lado todo estereotipo o prejuicio que pueda existir en base a la vejez.

A lo largo del proceso de entrevistas hacia las adultas mayores se evidencia muchas veces que dichos significados sociales ajenos a ellas, referentes a la vejez se encuentran equivocados o simplemente no se condicen con el cómo ellas se sienten identificadas.

Es importante señalar, además, que durante el proceso de análisis descriptivo, se concluye que el fenómeno de género y los roles se encuentra presente en al menos el 90% de las entrevistadas, asumiendo como propias las labores domésticas, de crianza y de trabajos de segunda categoría, siempre manteniéndose en la esfera de lo privada limitando algunas veces la posibilidad de ampliar ciertos horizontes. Es interesante al momento de analizar que ciertos patrones se reproducen desde temprana edad, algunas mujeres asumiendo que dejaron de lado toda actividad productiva desde que se casaron, este punto marca un nivel de auge en el cómo percibimos a las mujeres y es más, incluyendo también el cómo este grupo de mujeres se visualiza a sí mismas, normalizando roles y características las cuales no debiesen gozar de particularidad por cada sexo, puesto que cada persona debiese tener la posibilidad de elegir cual es el camino que desea.

Volviendo al tema central de la investigación, se concluye que la sociedad debe ser la responsable de generar una mirada inclusiva con la vejez, construyendo de esa manera una cultura del envejecimiento, basada en la tolerancia y el respeto sin importar distinción de edad, color, entre otros, tal como lo postulan las mismas participantes de la investigación.

Finalmente es importante recalcar desde el trabajo social, que los profesionales en formación y egresados, posean conocimientos básicos de vejez y envejecimiento, y aquellos que trabajen con personas mayores que profundicen sus conocimientos en la disciplina de la gerontología para identificar, aportar e intervenir desde la especialización en el tema que lo amerita. Desde el trato, los tipos de intervención, derechos de las

personas mayores, trabajar por la cultura del envejecimiento, considerando una sociedad para todas las edades.

Inclusión social.

## Bibliografía

Bravo, F. (2014), "Aproximaciones teóricas al estudio de la vejez y el envejecimiento". VIII Jornadas de Sociología de la UNLP. Ensenada, Argentina. En Memoria Académica. Disponible en: [http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.4547/ev.4547.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.4547/ev.4547.pdf).

Cannobbio, L., & Jeri, T. (2008). *Estadísticas sobre las personas adultos mayores. Un análisis de género*. Santiago.

Cardona, L. (2013). Feminización de la vejez: Una aproximación a los derechos humanos de las mujeres adultas mayores. *Dfensor*, 18-19.

Cowgill, D. (1974), "*The aging of populations and societies*", The Annals of the American Academy of Political and Social Science.

CEPAL. (2004). *Población, envejecimiento y desarrollo*. San Juan: Cepal.

CEPAL. (2006). *Definición de indicadores geográficos*. Santiago: Cepal.

ComunidadMujer. (2016). Mujer y trabajo: Los retos que plantea la feminización de la vejez en Chile. *Serie ComunidadMujer*, 11.

Delia, C. (2000). *Gerontología Social*. Buenos Aires: Espacio.

Di Giglio, Gabriela (2002). Envejecimiento normal y patológico, la sexualidad en la vejez. Facultad de Psicología y Ciencias sociales de la Universidad de Flores, Argentina.  
DINAPAM, & SENAMA, I. (s.f.). *Políticas Públicas sobre envejecimiento en los países del cono sur*.

(2002). *El envejecimiento de la población mundial*. Merida.

Hernandez Sampieri, R., Fernandez, C., & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.

INE. (2007). *Adulto Mayor en Chile*. Santiago.

INE. (2007). *Enfoque estadístico, Adulto mayor en Chile*. Santiago: INE.

Marin, C. (2017). *Adultos mayores: La fuerza laboral del futuro*. Santiago: Cámara chilena norteamericana de comercio.

Martin, M. (2012). *Representaciones y significados acerca de la vejez*. Barcelona, España. Universidad de Cataluña

Martinez, J., & Muñoz, D. (2008). *Aproximación teórico-metodológica al imaginario social y las representaciones colectivas: apuntes para una comprensión sociológica de la imagen*. Manizales: Universidad de Manizales.

Oddone, J. y Lynch G. (2008). “Las memorias de los hechos sociohistóricos en el curso de vida”. En: *Revista argentina de sociología*. Año 6 n° 10. Buenos Aires: Consejo de Profesionales en Sociología.

ONU. (2016). *Envejecimiento*. Obtenido de <http://www.un.org/es/sections/issues-depth/ageing/index.html>

Perez, J. (2000). La feminización de la vejez. *Revista Catalana de Sociologia*, 6.

Ramirez, L., Arcila, A., Buritica, L., & Castrillon, J. (2004). *Paradigmas y modelos de investigacion*. Bogota: Fundacion universitaria Luis Amigo.

Ramos, J., Meza, A. Y Ortega, M. (2008), "Una perspectiva sobre la vejez. Experiencia de aprendizaje desde un programa de atención. A perspective on aging. Learning experience from a care programme". *Revista de Educación y Desarrollo*

Rodriguez, K. (2011). *Vejez y envejecimiento*. Rosario: Universidad del Rosario.

SENAMA. (2016). *Servicio Nacional del Adulto Mayor*. Obtenido de <http://www.senama.gob.cl/servicio-nacional-del-adulto-mayor>

SENAMA. (2013). *Tercera encuesta Nacional de Calidad de vida en la vejez*. Santiago.

SENAMA. (s.f.). *Glosario gerontologico*.

Socgeriatria. (1 de Octubre de 2015). *Dia internacional del adulto mayor*. Obtenido de <https://www.socgeriatria.cl/site/?p=168>

## Anexos.

<b>Primer acercamiento y contextualización</b>
Nombre: Juana
Edad: 68 años
Estado civil: Casada
¿Con quién habita actualmente?: Esposo, cuida diariamente de su nieta

### **INV ¿Actualmente se desempeña laboralmente?**

ENT Emmmm si, se podría decir que si, bueno, mi marido es el que trabaja y el que trae la plata a la casa también po, pero yo igual me muevo, hago mis cosas, tengo una maquina en la casa y hago arreglos de ropa, hago cortinas y todo lo que tiene que ver con la costura.

### **INV ¿Usted entonces con las labores que desempeña genera algunos ingresos?**

ENT. Si, claro no es una millona pero alcanza para cuando estamos mas apretados con mi marido, yo con eso puedo comprar el pan, si quiero puedo invitar a mi nieta al mall a comerse un helado y no le tengo que andar pidiendo limosnas a nadie.

No es mucho lo que se gana, si al final, yo le hago trabajos a los propios vecinos no mas, yo tengo un cartel afuera de mi casa y se acercan a que le haga los arreglos.

### **INV. En cuanto a las actividades que usted realiza cotidianamente, aparte claro de asistir al club de adulto mayor, ¿Qué otras actividades desarrolla comúnmente?**

ENT. Bueno como te dije yo participo aca y hago hartas actividades, osea, paseo que organizan yo voy, pal campo, a un lago, a la playa, yo voy, no me gusta estar encerrada. Aquí vengo a las clases de zumba que son 2 veces a la semana, y también nos juntamos

aveces para conversar no mas, yo igual le digo a las chiquillas que la mayoría son mis amigas, que vayan a mi casa o yo a la de ellas y hacemos algo.

**INV. Cuando se encuentra al cuidado de su nieta.**

ENT. A bueno cuando cuido a la Amandita, que casi todos los días en la mañana me la pase a dejar mi hija, yo le hago el desayuno, vemos tele un rato y después la voy a dejar al jardín, después no la veo hasta que la voy a buscar, en ese rato yo hago mis cosas, hago aseo, el almuerzo, y después nose, me acuesto un ratito o veo la tele hasta que después la tengo que ir a buscar y si, aveces salimos al mall que nos gusta a las dos, o a veces vamos donde mis amigas y ella me acompaña, no tiene ningún problema.

---

**En relación con el Centro de Adulto Mayor “Pablo Suarez”**

**INV. ¿Cuánto tiempo lleva participando en el CAM?**

ENT: Yo, ya serán dos años que vengo aquí más menos, pero al principio solo venía a las clases mas de deporte digamos, después me fui metiendo a otras cosas.

**INV: ¿Cómo llego o conoció el CAM?**

ENT: aaaah, lo que pasa es que yo soy diabética, entonces un día en un control que me fui hacer al consultorio la enfermera me dijo que estaba un poquito pasada de peso, un poquito harto (jajaja) y me pregunto si yo hacia algún deporte, y le dije que nada po, para que le iba a mentir, y bueno obvio como ellas saben dónde uno vive porque en el computador les

aparece todo, me dijo que había una sede vecinal donde hacían hartos talleres de todo tipo y vine po, me meti a los talleres de zumba y ya hace dos años mas menos de eso

**INV. Bueno usted me conto que participa en los talleres de zumba, pero ya a modo general ¿Cuáles son los talleres o actividades que a usted le llaman mayormente la atención?**

ENT. Ya, los de zumba obvio, esos son los que mas me gustan, aparte de que sirven para que uno se cuida, a mi me gusta venir porque la paso bien aquí, saltando, gritando y haciendo cuanta payasa senos ocurra con las chiquillas, uno la pasa bien. Y otro seria cuando nos juntamos para hacer las convivencias, organizar las actividades para la navidad, dia del niño, nose, todo eso, me gusta todo lo que tenga que ver en juntarse una pelotonera de gente a pasarlo bien, reírse, por ultimo pa echar la talla un rato.

**INV. En relación a lo que me dice. ¿En que le ha aportado en su vida participar en el CAM?**

ENT: Uuuuuuh, harto harto, con decirle que yo antes no tenia amigas, osea yo veía a esta señora en la calle y la saludaba por cortesía no mas, por que mucho años viviendo cerca, pero vecinas no mas yo no las conocía, con decirle que ni el nombre le sabia a la mayoría, entonces como decirle, me sirve para conocer a mis propias vecinas y pasarlo bien po, que es lo mas importante, yo cuando vengo para aca, o me junto con las chiquillas se me pasa la tarde volando, no me doy ni cuenta y ya llega mi marido, para eso yo diría, para hacer mas llevadero el dia, nose.

---

**En relación con los significados sociales y percepción de las adultas mayores.**

**INV. ¿Qué piensa acerca de la vejez?**

ENT. Que es una etapa mas no mas, y que todos queramos o no, si o si lo tenemos que vivir, algunos les cuesta mas que otros aceptarlo no mas, pero es inevitable.

**INV. ¿De que manera describiría usted su propia vejez?**

ENT. Yo me describo como alguien alegre, y con mis 68 años y todo, yo me siento plena, feliz. No sabría bien como explicarle, pero mire, yo ahora miro para atrás y veo que he hecho hartas cosas, le di lo mejor que pude a mis hijos, ellos ahora ya son profesionales, me siento bien para disfrutar a mi nieta, siento que he hecho hartas cosas pero que también ahora a los 68 como le dije, puedo seguir haciendo mas cosas.

Mi hija por ejemplo el otro día me decía que no sabría que hacer si yo no estuviera, ella es grande ya, tiene su casa su familia, pero dice que igual depende de mi, para que le cuide a la Amandita o me dice oye mami voy a ir a tomar once, oye mami el domingo almorcemos juntas, entonces todo eso a mi me hace sentir que todavía sirvo.

**INV. Puntualmente, ¿Usted como definiría esta etapa de la vida?.**

ENT. Como te dije al principio yo creo que tiene que ver con el rollo que cada uno tiene en la cabeza, si pensai que te vas a convertir en una viejita toda caga, disculpa la palabra pero esa idea nadie te la va a sacar de la cabeza, entonces si te mantienes firme, activa, haciendo cosas no tiene porque afectarte, o no tanto.

**INV. ¿Que aspectos positivos y negativos cree usted que tiene la vejez, con respecto a etapas anteriores?.**

ENT. Empecemos por lo mejorcito primero (risas), yo ahora tengo mucho tiempo para hacer mis cosas, bueno yo no lo hago, pero si quisiera yo me podría levantar tarde todos

los días, quedarme flojeando viendo tele, emmmmm, bueno también ahora como nuestros hijos ya están mas grandes y se fueron de la casa y mi marido trabaja nos alcanza mejor la plata, mi hija a veces me da una platita por cuidar a la Amandita, aunque yo no le cobro pero ella igual me da, mas lo que gano con lo de las costuras, tenemos como para andar bien, no una vida de lujo como quisiéramos todos, pero vivimos bien y nos podemos dar un gustito de vez en cuando. Bueno y lo malo seria yo creo que aunque uno a veces tenga muchas ganas de hacer cosas y de andar de aquí y para allá el cuerpo a veces no acompaña mucho, yo sufro de la espalda, si cuando hago zumba hago lo que puedo no más, pero agacharme por ejemplo o caminar mucho rato a mi me revienta, y aunque quisiera hacer mas cosas no puedo, bueno y mi marido también po, que el trabaje, bueno que el me dice que si no trabaja se aburriría en la casa, pero igual me da pena que trabaje tanto a esta edad.

---

**En relación con los estereotipos que las adultas mayores perciben en la sociedad y obstaculizadores para su plena integración**

**INV. ¿Cómo cree usted que la sociedad observa a los adultos mayores?**

ENT. Bueno siempre muestran en la tele, ayayai la viejita que vive sola, ayayai la viejita que no tiene nada que comer y se come el colchón, ayayai la viejita que abandonada, entonces muestran tanto eso que creen que todos somos viejas cagas, que nose po, poco menos que no podemos caminar, y no es asi como son las cosas, usted puede ir aquí abajo, esa cancha inmensa que le hicieron a los cabros para que jueguen a la pelota y nunca veo a nadie, puro cabros malos, tomando y fumando, en cambio aquí nosotras no faltamos nunca y somos hartas, y siempre estamos haciendo algo, entonces yo creo que se ve mal.

**INV. ¿Qué cree usted que obstaculiza o entorpece el proceso de inclusión de la vejez a la sociedad?.**

ENT. Bueno como le dije, yo creo que todos vemos la tele, y si siempre están diciendo todos los días que la viejita esto, que lo otro, no no, la abuelita esto, casi como si fueran niños, pero yo no lo veo, osea, no me veo a mi misma de esa forma, yo cuido a mi nieta, yo cocino, yo salgo, hago hartas cosas.

**INV. ¿Qué le diría a las futuras generaciones para llegar a tener una buena vejez?**

ENT. Primero que todo, que no sean faltos de respeto con sus papás ni con sus abuelos, que ellos son personas grandes y siempre van a querer lo mejor para ellos, y bueno también, cuidarse harto en lo que hacen, comer bien, hacer ejercicio y que no dejen de pasarlo bien po, si para eso es la vida

<b>Primer acercamiento y contextualización</b>
Nombre: Cecilia
Edad: 61 años
Estado civil: Casada
¿Con quién habita actualmente?: Esposo, hija y nieta

### **En relación a trabajo y actividades cotidianas**

**INV: ¿Actualmente se desempeña laboralmente?**

ENT. Si, pero no todos los días, tengo una amiga que tiene un negocio y yo los lunes los miércoles y los viernes la ayudo en la mañana cuando ella no esta, yo le atiendo el negocio, hago ensaladas, limpio y todo eso.

**INV: ¿Esa actividad que me comenta, la realiza de manera remunerada?**

ENT: Sipo, me pagan po, yo antes trabajaba con ella de lunes a sábado, pero encontré que era mucho y al final quedaba muy cansada, entonces acordamos que 3 días y me dijo que si, igual ahora gano menos, si voy menos días, pero alcanza para darme vuelta durante el mes, yo igual si o si tengo que trabajar porque mi esposo es jardinero, entonces no gana mucho, pero entre lo que ganamos los dos tenemos para vivir bien.

**INV: ¿Realiza alguna actividad que no sea remunerada?**

ENT: Mmmmm ¿cuidar a mi nieta?, es que ahora como yo paso mas tiempo en la casa la puedo cuidar para que mi hija pueda trabajar, mi hija trabaja en el mall y llega como a las 21:30 a la casa, entonces yo todo ese rato la cuido, igual yo me divierto con ella toda la tarde, para mi no es un problema, pero si da hartoo trabajo (risas)

**INV: Aparte de asistir al CAM, ¿Qué otras actividades realiza cotidianamente?**

ENT: Lo que le dije, trabajo 3 días a la semana atendiendo el negocio de mi amiga, y en las tardes cuido a mi nieta, bueno y tener todo ordenado y limpio cuando llegue mi marido y mi hija, tenerle la comida.

---

### **En relación con el Centro de Adulto Mayor “San Jose”**

**ENT: ¿Cuánto tiempo lleva participando en el CAM?**

INV: Uuuuuf no me acuerdo, es que antes esto era una cede vecinal no mas y yo desde que era cede participo, igual antes no se hacían todas estas cosas que se hacen ahora, pero por ejemplo el CAM lleva como 5 años, y yo participe desde que se instalo, y eso que era la mas lola (risas).

**ENT: ¿Bueno usted me dice que comenzó a participar de hecho antes que existiera, pero en primer momento, como llego ?**

INV: Bueno es que yo llevo como 15 años trabajando en el negocio con mi amiga, y que queda aquí en frente el negocio, y bueno obvio uno todos los años atendiendo a la misma gente uno ya se hace conocidos, no necesariamente amigos, pero ya empieza a ubicar a toda la gente, y empezó como para organizar los viajes que de la misma municipalidad entregaban unas platas, entonces yo comencé a participar porque me quedaba aquí cerca, iba gente que yo conocía, y bueno mas adelante se fueron incorporando mas cosas, los talleres de cocina, de tejido, de yoga y todas las cosas que tenemos ahora.

**INV: Y de todas esas actividades que usted me nombro, ¿Cuál es la que le llama mayormente su atención?**

ENT: Las de zumba y yoga son las que mas me gustan, porque cocina no estoy ni ai (risas), cocino todos los días, todo el día los 365 dias del año, entonces no, cocina no no no, pero los mas deportivos como de moverse y eso me gustan hartito.

**INV: ¿En que le ha aportado en su vida participar en el CAM?**

ENT: De todo, nos da momentos muy buenos y muy malos, hemos visto fallecer a unas compañeras y es fuerte, es doloroso que se vaya alguien con la que una comparte hartito y por tanto tiempo, pero tiene cosas muy buenas también, sirve para que nos distraigamos, hagamos deporte y compartir po.

---

## **En relación con los significados sociales y percepción de las adultas mayores**

**INV: ¿Qué piensa de la vejez?**

ENT: Yo personalmente creo que la vejez se debe vivir a concho, si uno lo piensa, y aunque suene feo ya es la última etapa de la vida, yo lo miro de esa manera y eso que no soy tan vieja, pero eso, vivirlo vivirlo lo más que se pueda mientras se pueda.

**INV: ¿Cómo describiría su propia vejez?**

ENT: Feliz, yo me siento feliz por como estoy y me siento ahora, siento que he hecho todo lo que en algún momento me propuse, durante toda mi vida me he cuidado en lo que como en moverme un poquito más, y las recompensas la veo ahora, yo no estoy enferma de nada, no tengo dolores ni nada, me siento una niña todavía.

**INV: ¿Cómo describiría esta etapa de su vida?**

ENT: Como la parte en que yo puedo hacer lo que quiera, que ya no tengo tantas obligaciones, y en que yo un día puedo decirle a mi amiga, oye sabi que hoy no me quiero levantar, así que no ire a trabajar. Y lo otro que yo le digo a mi hija, que a mi a esta edad ya nadie me va a venir a vender gato por liebre, una con la edad se va poniendo más cascarrabias, más vieja, todo lo que usted quiera, pero uno va aprendiendo, entonces eso me gusta, que mi hija por ejemplo me pregunte a mi antes de hacer algo, siento que ella sabe que yo se, ¿Me entiende?

**INV: ¿Qué aspectos positivos y negativos contempla la vejez?**

ENT: Bueno como yo por ejemplo ya no trabajo tanto como antes tengo menos plata, aunque nosotros no tenemos tantos gastos, no pagamos arriendo porque la casa es nuestra, la luz, el agua también nos sale poquito, y mi hija igual aporta en la casa, pero igual me

gustaría quizás tener un poquito mas, bueno que eso siempre es lo que uno quiere, uno nunca se conforma y siempre quiere tener un poquito mas, y lo bueno, mmmmm, yo encuentro que tiene mas cosas buenas que malas, osea esta lo de la plata y que quizás la misma gente quizás te vea mal, pero por ejemplo yo ahora adoro todo el tiempo libre que tengo, porque hago lo que de verdad quiero, yo por ejemplo trabajo aveces, pero no me levanto diciendo ooooh, que ganas de ir a trabajar, no, pero si en la tarde quiero ir a distraerme y bailar un ratito, o quedarme en la casa viendo mis teleseries, que esas son cosas que a mi me gustan hacer y ahora si quiero, puedo quedarme todo el dia haciéndolo.

---

### **En relación con los estereotipos que las adultas mayores perciben en la sociedad y obstaculizadores para su plena integración**

**INV: ¿Como cree usted que la sociedad visualiza a la vejez?**

ENT: Yo lo veo por como me ve mi familias, mis cercanos, que todos dependen mucho de mi, de mi tiempo, de mi plata, de mi disposición para hacer las cosas, al menos yo creo que a mi me ven como alguien útil, igual aquí hemos hecho estas conversaciones, y sipo, la vez pasada hablamos de como nos ven los demás, y hablamos de lo que muestran en la tele, yo igual le encuentro razón, como que hacen que la gente piense que todas somos pobres, o que necesitamos ayuda para hacer nuestras cosas, y nopo, tu vez aquí que todas andan felices, alguna les cuesta moverse un poquito mas que a otra, pero en general, bien.

**INV: ¿Qué cree usted que dificulta el proceso de inclusión a la vejez?**

ENT: Aquí el problema lo tiene los que lo ven a uno como una carga, que creen que no puedo hacer las cosas solas o que creen que una anda todo el dia empastillada, esas personas son el problema, porque si yo no cuestiono al cabro de 20 años, porque el me

tiene que cuestionar a mi, al final es un poquito de respetarse entre todos, si es facilito, pero en la practica a algunos les cuesta un poco entenderlo.

**INV: ¿Qué le diría usted a futuras generaciones para tener una buena vejez?**

ENT: Nada po lo que te dije, que tienen que respetar a la persona que tienen al lado, sea viejo, joven, flaco, alto, eso da lo mismo, porque si yo quiero que me traten bien, tengo que ser igual, y al final el cabro jovencito que tu vei ahora a las salidas del colegio, todos ellos van a tener mi edad en su momento.

<b>Primer acercamiento y contextualización</b>
Nombre: Raquel
Edad: 68 años
Estado civil: Casada
¿Con quién habita actualmente?: Esposo.

**INV: ¿Actualmente se encuentra trabajando?**

ENT: No, bueno si, es que yo no lo veo como un trabajo casi, porque no hago mucho, con mi esposo vendemos carbón y miel, entonces nos llegan las bolsitas y todo a la misma casa y uno tiene que levantarse abrir la puerta no más (risas)

**INV: Esa es entonces la fuente de ingresos de la casa.**

ENT: Si, mi esposo tiene una buena jubilación gracias a dios entonces nos alcanza bien porque somos los dos solos no mas, no tenemos grandes gastos.

**INV: Aparte de lo que me menciona. ¿Realiza alguna otra labor no remunerada? (cuidado de nietos por ejemplo)**

ENT: No no, yo a mis nietos los veo muy a lo lejos, igual que a mis hijas, ellas viven todas en Viña, entonces es muy de vez en cuando que nos vemos.

Emmmm, yo creo que ser dueña de casa, pero como le dije, donde somos los dos solitos, no gastamos mucho y tampoco desordenamos mucho, entonces no es mucho lo que hacemos tampoco, vivimos mas bien relajados los dos.

-----  
-----

**En relación con el Centro de Adulto Mayor y Centro comunitario “San José”**

**INV: ¿Cuánto tiempo llevar participando en el CAM “San José”?**

ENT: Yo creo que unos 3 años serán ya

**INV: ¿Como llego al CAM?, como supo de la existencia de este.**

ENT: Por una vecina mia, que yo la veía que iba casi todos los días, yo la veía salir siempre de la casa con buzo y después llegaba toda transpirada (risas), hasta que un día le pregunte po, que para donde iba, y me dijo que en la sede de Pablo Suarez hacían actividades para el adulto mayor y después vine con ella misma para aca.

**INV: ¿Qué tipo de actividades le menciono?**

ENT: Que habían talleres para hacer ejercicio, que es era al que mas gente iba, que por la muni habían contratado a una profe y que ella dirigía las clases, me dijo también de los talleres de yoga que los hacen bien tempranito en la mañana, y otros como de reunirse a hablar de nose que, de eso me acuerdo mas menos de lo que había.

**INV: ¿De esos talleres, cual es el que mas llama su atención?**

ENT: El de gimnasia todo el rato.

**INV: ¿De que manera ha aportado en su vida el CAM?**

ENT: Harto, de hartas formas, me sirve para salir de mi casa, yo en mi casa descanso harto y con mi esposo nos llevamos bien pero igual me gusta salir y rodearme de otra gente me entiende.

**INV: ¿Entonces usted lo que mas valora es relacionarse con mas gente?**

ENT: Si, eso es lo que mas me gusta, lo encuentro entretenido, juntarse con mas gente a conversar cosas que a uno le interesa y que tenemos en común, me gusta harto

---

**“En relación con los significados sociales y percepción de las adultas mayores”**

**INV: ¿Qué piensa acerca de la vejez?**

ENT: Emmm, que es una linda parte e inevitable parte de la vida, que si uno esta preparado lo puede enfrentar de la mejor manera, si tiene gente, una familia que lo acompañe, la salud, lo puede enfrentar sin problemas.

**INV: ¿Cómo describiría usted su propia vejez?**

ENT: Yo me siento feliz que es lo importante, no tengo un marido cascarrabias (risas), nos llevamos muy bien y no tenemos grandes problemas. Me siento bien físicamente dentro de lo que se puede, yo creo que, yo siento que estoy bien.

**INV: ¿Qué aspectos positivos y negativos tiene la vejez?**

ENT: Depende, es como lo que me preguntaste delante, si uno llega bien a la vejez, y esta preparado para lo que viene, va a ser bueno.

Yo como bueno podría decirte que me encanta estar en la casa con mi esposo, que el no tenga que trabajar y ver que el pueda estar aquí conmigo, disfrutar su casa, y nose que este tranquilo, yo así lo veo en el. Y negativo podría ser los años yo creo, que igual uno ya no tiene las mismas energías que tenia antes, aveces yo prefiero quedarme en la casa que salir a cualquier lado. Mi hija por ejemplo siempre me dice que las vayamos a ver y yo le digo que no que no, que vengan ellas, y mi marido poco menos que me pesca de un ala y me lleva para allá, y claro cuando estoy allá ya estoy maravillada po si Viña es tan lindo, pero eso, como que a veces cuesta hacerse las ganas.

**“En relación con los estereotipos que las adultas mayores perciben en la sociedad y obstaculizadores para su plena integración”.**

**INV: ¿Cómo cree que la sociedad visualiza a la vejez?**

ENT: Depende de cada uno, porque la vejez de ahora no es la misma que un par de años atrás. Yo no me imagine nunca que iba a tener un celular por ejemplo, y ahora mando hasta whatsapp, hablo por video con mis hijas, igual no te digo que domino todo, pero me defiendo.

**INV: Entonces usted dice que los adultos mayores de cierta forma han ido evolucionando.**

ENT: Totalmente, ahora uno hace mas cosas, esta mas conectado y pendiente de lo que pasa po, es que sabe otra cosa, uno ahora es adulto mayor desde los 60 años, yo me acuerdo que a los 60 estaba claro mejor que ahora, pero que a mi me dijeran que ya era “adulta mayor” para mi era terrible, claro ahora me da lo mismo, pero como que eso al principio es medio incomodo.

**INV: ¿Cuales cree usted que son los obstaculizadores que podrían dificultar el proceso de inclusión de la vejez?**

ENT: Yo no lo veo como que estemos excluidos, todo lo contrario, yo creo que ahora mas que nunca la gente entiende que una persona de 60 años fácilmente puede estar en todos sus cabales para hacer algo, lo que yo creo que es un tema es lo de las pensiones tan

mediocres que a la gente no le alcanza para nada, pero eso ya es mas de arriba, de los gobiernos, no de la gente.

**INV: ¿Qué le diría a las futuras generaciones para llegar a tener una buena vejez?**

ENT: Yo le diría al menos lo que he hecho yo, tratar de tener una vida sin tantos excesos porque después te pasan la cuenta, y tener o contar con el apoyo de la familia o amigos para no estar tan solo

<b>Primer acercamiento y contextualización</b>
Nombre: Doris
Edad: 61 años
Estado civil: Soltera
¿Con quién habita actualmente?: Hermana

**INV: ¿Actualmente se encuentra trabajando?.**

ENT: Si, yo trabajo, tengo una verdulería en mi casa.

**INV: ¿Trabaja todos los días?**

ENT: No, de lunes a viernes abro como desde las 09:00 hasta las 15:00 mas o menos

**INV: ¿Usted es la única fuente de ingresos del hogar?**

ENT: No, mi hermana también trabaja, ella trabaja alla en una empresa cerca del Mall Plaza Oeste, esta en lo que es el casino, en eso trabaja ella.

**INV: ¿Aparte de asistir aquí al CAM, que otro tipo de actividades realiza?**

ENT: Mmmmm, yo no salgo mucho la verdad, cuando no estoy aquí estoy en mi casa, no me gusta mucho salir, y si quiero juntarme con alguien, con alguna de las chiquillas, prefiero que ellas vengan a mi casa que yo a la de ellas.

---

### **En relación con el Club de Adulto Mayor “San Jose”**

**INV: ¿Cuánto tiempo llevar participando en el CAM “San Jose”?**

ENT: De este año no mas, como de Marzo mas menos

**INV: ¿Como conoció y llego al CAM?**

ENT: Aaaaah, es que la cede donde nos juntamos queda justo al lado de mi casa, yo sabia que se reunía la gente aquí pero no sabia bien aquí, yo veía a las viejitas, veía que venían los niños chicos los sábados, otros venían como hacer esa cuestión de karate, que hasta mi casa se escucha como gritan, y en una de esas se me ocurrió venir a darme una vuelta y aquí estoy po, desde Marzo claro.

**INV: ¿Y de todas las actividades que realizan aca, cual es la que llama mas su atencion?**

ENT: Yo como que estoy en todas un poquito, trato de venir aveces a las clases de gimnasia, pero como yo sufro de la espalda, me cuesta un poco por eso no vengo tanto, pero como me queda al lado al lado de mi casa vengo a darme a una vuelta a comadrear un ratito (risas)

**INV: ¿De que manera ha aportado en su vida el CAM?**

ENT: Como para salir un poquito mas yo creo, yo estoy de recién aca y ya he ido a 3 paseos y lo hemos pasado todas muy bien

---

**“En relación con los significados sociales y percepción de las adultas mayores”**

**INV: ¿Qué piensa acerca de la vejez?**

ENT: No mucho la verdad, yo siempre he sido sola vivo, yo toda la vida he vivido con mi hermana y somos las dos no mas, ninguna tiene hijos o pareja, además de que somos de Victoria, de allá del sur, entonces acá en Santiago tampoco tenemos mas familia.

**INV: Entonces no nota mucha diferencia.**

ENT: Nopo la verdad es que no, todo igual que siempre no mas.

**INV: ¿Cómo describiría usted su propia vejez?**

ENT: Normal, sin grandes preocupaciones

**INV: ¿Qué aspectos positivos y negativos tiene la vejez?**

ENT: Al menos a mi lo que mas me complica de la edad es lo que tiene que ver con lo del cuerpo, yo sufro con mi dolor de espalda, con decirle que algunas veces prefiero no abrir mi negocio y quedarme acostada hasta mas tarde.

**INV: ¿Y como aspecto positivo?**

ENT: Vivir mas tranquila creo yo que es positivo, es que para mi el hecho de no tener que ir al centro o a cualquier lado a trabajar es tranquilidad, estar aquí en mi casa y trabajar en algo que a mi me gusta

**“En relación con los estereotipos que las adultas mayores perciben en la sociedad y obstaculizadores para su plena integración”.**

**INV: ¿Cómo cree que la sociedad visualiza a la vejez?**

ENT: Se mira con mucho prejuicio algunas veces, de que una siempre necesita de alguien mas y que prácticamente una es inutil.

Yo le dije que tenia dolores con mi espalda, pero no significa que no me pueda mover, yo atiendo mi negocio, le pago a un vecino para que me acompañe a Lo Valledor a comprar mi mercadería, yo hago mis cosas, mi hermana igual trabaja bueno que ella es menor, pero igual las dos hacemos nuestras cosas

**INV: ¿Cuales cree usted que son los obstaculizadores que podrían dificultar el proceso de inclusión de la vejez?**

ENT: Eso, que la gente ve con muy malos ojos a la gente mayor

**INV: ¿Qué le diría a futuras generaciones para llegar a tener una buena vejez?**

ENT: Que no sean tan prejuiciosos, todos, hasta usted va a llegar a tener 70 años, entonces yo le diría que a si a usted le gustaría que lo trataran mal cuando viejo o si le gustaría que creyeran que para todo necesita que alguien le ayude, y ver si de esa manera se dan cuenta y dejan de ser asi.

<b>Primer acercamiento y contextualización</b>
Nombre: Teresa
Edad: 62 años
Estado civil: Casada
¿Con quién habita actualmente?: Esposo y 3 hijos

**INV: Actualmente usted se desarrolla laboralmente**

ENT: Si, soy microempresaria, tengo un taller en mi casa con mi marido, hacemos prestación de servicios, confeccionamos uniformes a empresas

**INV: Realiza alguna actividad no remunerada**

ENT: Si, soy dueña de casa, como trabajo en la casa, me encargo además de tener que hacer el almuerzo todos los días, el aseo y un sinfín de cosas de casa

**INV: Aparte de asistir el CAM, que otras actividades realiza.**

ENT: Mis hermanas viven cerquita, aquí como a dos cuadras por Ongolmo, con ellas salgo hartito, vamos al mall a pasear, a tomarnos una cosita, cualquier cosa. Nosotros somos todas del sur, y somos las únicas que viven aquí en Santiago, entonces no tengo mas familia que ellas al menos aquí, pero tenemos una muy buena relación.

-----  
-----

### **En relación con el Centro de Adulto Mayor y Centro comunitario “San Jose”**

**INV: ¿Cuánto tiempo lleva participando en el CAM?**

ENT: Yo.... Recién no mas, como de Mayo que vengo.

**INV: ¿Cómo llego al CAM?, ¿Cómo supo de el?**

ENT: Por mi hermana, que vive aquí al ladito, y le dijeron que hacían clases de zumba, y yo nunca podía por la hora porque era en la tarde y yo trabajo, pero aquí con el horario me quede perfecto.

Me dijo que escuchaba música y veía señoras salir con buzo, vinimos a preguntar y nos dijeron de las clases, que eran gratis y dos veces por semana, entonces decidimos venir las tres para ver que tal y a mi al menos me ha gustado hartito.

**INV: De las actividades que se realizan en el CAM, cuales son las que llaman mayormente su atención.**

ENT: A las que vengo yo, las de la gimnasia, es que son las que alcanzo a venir, yo trabajo todo el dia entonces no puedo venira las 3 de la tarde por ejemplo a yoga, o al de manualidades, me gustaría pero a mi los tiempos no me dan.

**INV: ¿De que manera ha aportado en su vida, participar en el CAM?**

ENT: De buena manera po, yo he bajado harto de peso con la gimnasia, y voy al consultorio y me hicieron una dieta, haciendo las dos cosas estoy re bien, aparte que me sirve para salir del taller, del trabajo un rato y distraerme, veo aquí a mis amigas que me he hecho en este tiempo, y comparto con mi hermana en algo diferente.

---

### **En relación con los significados sociales y percepción de las adultas mayores**

**INV:¿Qué piensa acerca de la vejez?**

ENT: Mmmmm, yo tengo mis opiniones con eso, yo al menos si a mi me preguntan, mi vida no ha cambiado mucho, es decir yo sigo trabajando y me siento bien haciéndolo, me gusta tener plata para arreglar mi casa, comprarme mis cosas, comer las cosas que me gustan, darse unos gustos al final po, pero que pasa, uno ya cumple los 60 años y altiro como que ya creen que una cambia y se convierte en la viejita, en la abuelita, como que altiro ya la encasillan y pasai a ser viejo, yo igual encuentro que eso esta mal, porque hasta el trato ya es diferente, yo ahora no digo nada pa no generar atados me entiende, pero no estoy de acuerdo.

**INV: ¿De qué manera usted describiría su propia vejez?**

ENT: Como te digo, para mi es casi lo mismo, yo trabajo porque me gusta hacerlo y me siento capaz de hacerlo sin problemas, yo igual por ejemplo, yo no tengo nietos y tampoco me siento menos realizada por no ser abuela, es cosa de mis hijos si quieren o no, para mi ha sido lo mismo no mas.

**INV: ¿Qué aspectos positivos y negativos conlleva la vejez con respecto a etapas anteriores?**

ENT: Como negativo, mmmm a mi me carga que me encasillen con algo en lo que no me siento, que digan uuuy que tierna la abuelita, o que apenas me suba al metro me den el asiento, nose, yo se que la gente lo hace por sin ninguna maldad, pero no me gusta que me miren asi, y como positivo seria, emmmmmm, a eso claro, yo venir aca, antes era como impensado, todo el dia encerrada en el taller, pero como que ahora salir mas, y relacionarme con mas gente aparte de mi esposo me agrada, yo no tengo amigos aparte de las que me he hecho aca, eso.

**En relación con los estereotipos que las adultas mayores perciben en la sociedad y obstaculizadores para su plena integración**

**INV: ¿Cómo cree usted que la sociedad visualiza a la vejez?**

ENT: Como eso, como que uno al cumplir los 60 años automáticamente se convierte en alguien que no es capaz, como en alguien que siempre esta necesitando la ayuda de los demás, o también se ve como el pobre viejito que no tiene que comer, y en mi caso tampoco es asi, yo me siento bien trabajando y lo voy hacer hasta donde me de el cuero.

**INV: ¿Cuáles son los obstaculizadores que usted visualiza, que entorpecen el proceso de inclusión de la vejez?**

ENT: Mmmm... la gente te ve mal, es lo que te decia, yo no siento que sea bueno o como para incluir en la sociedad que se hable tanto del adulto mayor que aquí y lo otro, hay gente que no se siente asi.

Y lo positivo yo creo como conocer gente nueva, abrirse a otras cosas, para mi la gente que venía aca, es pura gente que no tenia nada que hacer en la casa, pero estaba mal, yo me divierto aca, me sirve

**INV: ¿Qué le diría a las futuras generaciones para llegar a tener una buena vejez?**

ENT: Que no se basen en una opinión de afuera para ser como quieren ser, no todos los cabros son buenos pal carrete, y no todos los viejos no sirven pa na, es mas esa mi idea, cada uno es feliz como se siente, nadie tiene derecho de arrebatarte eso po

<b>Primer acercamiento y contextualización</b>
Nombre: Elsa
Edad: 66

Estado civil: Viuda
¿Con quién habita actualmente?: Sin acompañantes

**En relación a trabajo y actividades cotidianas.**

**INV ¿Actualmente se encuentra trabajando?**

ENT: No, yo estoy en la casa no mas, no trabajo.

**INV: ¿Recibe algún tipo de aporte? (Pension, aporte de parientes, etc).**

ENT: Si, yo tengo una pension, pero es de las mas bajas que dan, es una caracha no mas, pero mi esposo, que el ya fallecio hace 5 años ya, el era jubilado de carabineros, entonces esa es como la pension mas grande con la que yo vivo.

**INV: ¿Que labores realiza cotidianamente, que no sean remuneradas?**

ENT: Bueno, yo cuido a mi nieta casi todos los días, mi yerno me la viene a dejar todas las mañanas y yo la voy a dejar al jardín de aquí al frente, y eso, todos los días la cuido, y el aseo aquí en la casa, que tampoco es mucho.

---

**En relación con el Club de Adulto Mayor y Centro comunitario “San Jose”**

**INV: ¿Cuánto tiempo lleva participando en el CAM?**

ENT: Mmmmmm, serán unos 5 años ya, mas menos como el mismo tiempo en que mi esposo fallecio.

**INV: ¿Cómo llego o conocio el CAM?**

ENT: Mi vecina Alvarita me invito, resulta que después que falleció mi marido yo entre como en una depresión por así decirlo, bueno no tanto como que me quería morir yo también, pero sí estaba muy apenada y desanimada, y esta señora que yo le digo, que es mi vecina de enfrente, yo siempre conversaba con ella cuando me la encontraba, y un día me dijo, Elsitita, te veo media tristonita, y me invito que viniéramos para acá. Yo al principio no quería, no no no decía yo, ir y conocer puros vejstorios, en ese momento no quería nada más que estar en mi casa no más, pero hasta que me convenció, vinimos y aquí me tiene. (risas).

**INV: De todas las actividades y talleres que se realizan dentro del CAM. ¿Cuáles son las que llamas mayormente su atención?**

ENT: Yo empecé viniendo a la gimnasia, y hasta el momento esa es la que más me gusta y vengo siempre.

Igual a veces organizamos reuniones y planificamos algunas salidas y viajes, que eso me gustan mucho, al principio no iba por lo mismo, donde no conocía a casi nadie, que iba andar leyendo sola por allá, pero al final me ha resultado bastante entretenido.

**INV: ¿En qué ha aportado en su vida participar en el CAM?**

ENT: Uuuuuh, mucho, como le dije cuando mi esposo falleció yo no quería hacer nada, poco menos que me quería ir con él, o quedarme en la casa esperando morirme. Yo aquí gane amigas de verdad que me saben escuchar y acompañar, tengo casi todos los días cosas que hacer, igual a mí me da como cosa decirlo, pero a veces me siento capaz de hacer más cosas que cuando estaba mi esposo en vida. Yo antes no salía nada, estaba en la casa no más y mi mundo era eso. Yo valoro mucho el poder estar acá, y le estoy tremendamente agradecida a mis compañeras.

## **En relación con los significados sociales y percepción de las adultas mayores**

**INV: ¿Qué piensa acerca de la vejez?**

ENT: Mmmm, te lo diré en base a mi experiencia, y no con como veo a las demás.

Es un momento difícil en la vida, con mucha soledad y sufrimiento, querámoslo o no, la gente a nuestro lado se empieza a ir, y si no es uno es el que esta al lado, pero encuentro que yo que lo importante cuando pasan esas cosas es reinventarse y ponerse de pie de nuevo, y darse cuenta de lo que uno tiene igual, yo ahora miro y pienso ojala ojala poder seguir disfrutando de mi nieta, de mis hijas que son lo que mas quiero. Cada una lo vive como quiere.

**INV: ¿Usted como describirá su propia vejez?**

ENT: Como te dije po, yo soy alguien que en un momento especifico por decirlo lo paso mal y estuvo mal, pero también me supe poner de pie y salir adelante.

**INV: ¿Qué cambios puede observar desde la muerte de su esposo?**

ENT: Sacando todo lo malo, y lo triste de que el allá fallecido, yo ahora rescato que me reinvente, ahora hago todo lo que en su momento no hacía, salir, tener amigas, invitar gente a la casa.

Mi marido era un viejo cascarrabias, no le gustaba nada y andaba enojado todo el dia, entonces yo preferia ni molestarlo, y mucho menos se me iba a ocurrir invitar alguien a la casa po, pero ahora ya no, puedo hacer todo eso, y me encuentro que estoy bien.

**INV: ¿Qué aspectos positivos y negativos tiene la vejez?**

ENT: Lo mas mas malo yo creo es ver partir a los otros, bueno uno también entiende que ya le va quedando menos, pero uno se muere y ya no sabe nada mas po, pero una que queda aquí, ver como la otra persona ya no esta, y sentir ese vacio, es fome.

Emmmmmm que mas, aaaaah, los achaques po, a esta edad una ya se va enfermando mas, se da cuenta que ya no puede hacer las cosas tan fácil como antes, o de frento ya no teni ganas de hacer tanta weba.

**INV: ¿Y positivo?**

ENT: Emmmm, no cambia mucho te dire, yo desde que me case que no trabajo, como que siempre me dedique a ser dueña de casa no mas, pero yo creo que hacer las cosas sin tanta responsabilidad yo creo, que si quiero salir yo salgo, no teni hijos de por medio que andar cuidando, eso yo creo.

---

**En relación con los estereotipos que las adultas mayores perciben en la sociedad y obstaculizadores para su plena integración.**

**INV: ¿Cómo cree usted que la sociedad mira a la vejez?**

ENT: Mal mal, totalmente mal, a mi me carga y se los digo a las chiquillas aca, lo conversamos, el otro dia fui a Maipu a pagar el agua, y tenia que sacar un papel para pagar po, y le pido a una de las niñas que atienden alla, y me dice que ella me ayuda que no tiene ningún problema abuelita, como le dije yo, yo que sepa no soy tu abuelita y tampoco tengo que aguantar que me estes hablando como si yo fuese tonta, yo lo único que quiero es que me ayudes a sacar el papel porque no veo bien, pero que no piense que soy tonta o que me faltan palos pal puente.

**INV: ¿Siente que se les trata diferente?**

ENT: De todas maneras, yo se que quizás la niña tenia la mejor de las intenciones en ayudarme, pero no es la forma, y como eso miles de ejemplos mas.

Se ve como que uno es tontita y que necesita ayuda para todo, yo en mi casa tengo todo ordenado y no tengo a alguien que me ayude lo hago yo, mi hija me confía a su hija para que yo se la cuide, y nunca gracias a dios he tenido algún problema, asi que no tienen porque tratarme como si yo no fuera capaz, si eso es, que creen que uno no es capaz.

**INV: ¿Que cree usted que entorpece el proceso de inclusión en sociedad de los adultos mayores?**

INV: Lo que decías tu mismo, yo creo que a los adultos mayores como se les dice ahora, se les trata distinto y hasta se les discrimina algunas veces, yo gracias a dios no tengo la necesidad de trabajar por la pensión de mi esposo, porque con la mía no me alcanzaría para nada, pero algunas tienen esa no mas y de verdad que es miserable, y esas mismas personas después tienen que andar trabajando en cualquier cosa para poder vivir, yo creo que eso esta muy mal.

**INV: Finalmente, ¿Qué le diría usted a las futuras generaciones para tener una buena vejez?.**

ENT: Que disfruten harto su juventud, que sean responsables en sus decisiones, que no hagan las cosas a tontas y a locas sin pensar, y portarse bien, pa que al final cuando ya sean viejitos, tengan gente a su lado que los quiera.

<b>Primer acercamiento y contextualización</b>
Nombre: Raquel
Edad: 65
Estado civil: Casada
¿Con quién habita actualmente?: Esposo y dos hijos.

### **En relación a trabajo y actividades cotidianas**

**INV: ¿Actualmente se desempeña laboralmente?**

ENT: No, mi marido es el que trabaja.

**INV: ¿En que trabaja?**

ENT: El es jubilado de carabineros, pero ahora trabaja en los taxis que van para el aeropuerto.

**INV: ¿El sueldo de el es el único sustento de la casa?**

ENT: No, nosotros también tenemos unas cabañas en Curanipe, allá en la playa que dejan algo, ahora en estas fechas es medio flojo, ahora por ejemplo las cabañas como hace 1 mes que no se arriendan. Yo aparte recibo una pensión, y bueno mis hijos también, los

dos ya están trabajando, son profesionales los dos, y de vez en cuando se pronuncian con algo (risas).

**INV: ¿Que otras actividades realiza que no sean remuneradas?**

ENT: Soy dueña de casa, salgo a comprar, voy a la iglesia dos veces a la semana, aaah y cuido a mi nieto igual, yo tengo 3 hijos, y Carlitos que es el mayor, el ya no vive en la casa, pero yo le cuido a mi nieto algunos días en la semana.

---

**En relación con el Club de Adulto Mayor y Centro comunitario “San Jose”**

**INV: ¿Cuánto tiempo lleva participando en el CAM?**

ENT: Poquito, yo creo que como unos 5 meses mas o menos, si como de Abril mas o menos.

**INV: ¿Y cómo llego al CAM, como supo que existía?**

ENT: Bueno varias aquí llegamos por lo mismo, haciéndome un control en el consultorio me encontraron que tenia que hacer mas ejercicio, que era muy sedentaria, y yo además de tener diabetes, sufro de las caderas, entonces me dijeron que me tenia que mover un poquito mas, y la enfermera que es amiga de mi hija también, me dijo que en el comunitario de aca hacían talleres de pilates, gimnasia, yoga y otras cosas, y como en la casa me insistieron tanto me vine a inscribir, perdón, vine no mas, si aquí uno tiene que venir no mas.

**INV: Y de todas las actividades que aquí se realizan ¿Cuáles son las que mas despiertan su interés?**

ENT: A mi las que mas me deberían importan son las de gimnasis (risas) pero no me gustan mucho, es que me cuesta seguir el ritmo a las demás, a mi me cuesta un poquito mas, pero ahora como hace dos semanas que empecé a ir a las de Yoga que es mas calmado y al ritmo de uno no mas, emmmm, pero a mi lo que mas mas me gusta es cuando nos vamos de paseo, mi marido me reta, pero yo le digo si no me sacai pa ningún lado no me queda de otra que salir con los vejstorios no mas (risas). Eso es lo mas entretenido, porque vamos tanta gente que cuando una ya se sube al bus ya va muerta de la risa.

**INV: ¿De que manera ha aportado en su vida participar en el CAM?**

ENT: Como le dije, a mi me trajeron obligada para aca (risas), no no no, obligada no, pero vine porque me lo recomendaron y creo que fue bueno hacer caso, porque yo enserio que era muy sedentaria, y todavía lo soy, es que a mi me encanta estar acostada hasta tarde, dormir hasta que ya no pueda dormir mas.

**INV: Entonces lo que mas valora es de cierta manera, tener la instancia para moverse y salir.**

ENT: Si, de todas maneras, yo veo a mi marido que por ejemplo se levanta a las 05:00 de la mañana, pero a el le gusta, dice que si no trabaja, se muere en la casa, y yo soy todo lo contrario, por mi estaría toda el día acostada caletita hasta que el llegara (risas), pero claro, una tiene que hacer algo por este pobre cuerpo y levantarse, y he conocido harta gente linda la verdad, eso, eso lo valoro hartoo.

## **En relación con los significados sociales y percepción de las adultas mayores**

**INV: ¿Qué piensa o como observa la vejez?**

ENT: Mmmmmm yo, como yo lo veo mmmmmm, para mi es algo del cuerpo no mas, como que siempre va a pasar y todo en su momento se hecha a perder, a mi si me preguntas si me afecta decir mi edad, o que me digan abuela, me da exactamente lo mismo, pero pienso que es una etapa mas con cosas buenas y malas.

**INV: ¿Cómo describiría su propia vejez?**

ENT: Feliz, simplemente eso, feliz.

Me siento tranquila, siento que con mi marido hicimos lo mejor posible por darle claro, lo mejor a nuestros hijos, que al final es lo mas importante, mi hijo mayor es contador, el que lo sigue es abogado, y mi hija hace como dos años que se titulo de enfermera, están todos trabajando, tienen buenos trabajos, y los criamos como buenas personas a los tres. Asi que eso, como feliz, tranquila, y ahora estoy sin muchas preocupaciones.

**INV: Al respecto de lo que me decía hace un rato, ¿Qué aspectos positivos y negativos usted nota en esta etapa de la vida?**

ENT: Yo al menos lo veo mas que nada por lo del cuerpo, que ya no te responde como uno quiere, yo creo que eso es donde uno mas va notando que se esta poniendo viejo, mi marido por ejemplo también tiene diabetes, pero el es como militar para la comida y los remedios, se cuida harto, yo no tanto soy mas floja, pero eso, los achaques del cuerpo es como lo que mas me complica a mi.

**INV: ¿Y cómo aspectos positivos?**

ENT: Tranquilidad mas que nada, una ya crio ya, no me tengo que andar preocupando que el niño coma, que vaya al colegio, que le vaya bien en el colegio, aveces no mas con mi nieto, pero no es siempre, yo a mi hijo le dejo bien claro que el es el papá que el lo tiene que criar y educar, yo lo puedo ayudar todo lo que quiera, pero lo otro a mi no me corresponde, yo ya crie.

Yo ahora en ese sentido me siento tranquila, como que una vive no mas ahora, no se planifica tanto.

**En relación con los estereotipos que las adultas mayores perciben en la sociedad y obstaculizadores para su plena integración**

**INV: ¿Cómo cree usted que la sociedad observa a la vejez?**

ENT: Yo veo que mis hijos a mi me respetan hartito, a mi y a mi marido, yo he escuchado que en otros lados los hijos barren con los papás aquí menos mal no es así, porque si fuera se van cagando en todo caso (risas).

**INV: ¿Cuáles son los obstaculizadores que usted visualiza, que entorpecen el proceso de inclusión de la vejez?.**

ENT: La falta de respeto encuentro yo, los jóvenes ya no le tienen el respeto de antes de los mayores, y no valoran todo lo que uno sabe o que puede seguir haciendo, les importa trabajar trabajar, ganar plata, y uno en ese escenario, como que le entorpece el camino no mas.

**INV: ¿Qué le diría a las futuras generaciones para llegar a tener una buena vejez?**

ENT: Mmmmmm que sean respetuosos con la persona que tienen al lado, si es joven o viejo, solo por el hecho de ser persona, todos sirven y merecen respeto, todos sirven, yo

quizás no me puedo mover como antes, ya no salgo a trabajar y vera que estoy casi todo el dia en la casa, pero que pasa si nadie tiene para cuidar a mi nieto, eso a mi hijo le significaría un gasto, pero aquí esta la abuela, y como yo, muchas, eso.

<b>Primer acercamiento y contextualización</b>
Nombre: Pilar
Edad: 71 años
Estado civil: Viuda
¿Con quién habita actualmente?: Sola

**INV ¿Actualmente se desempeña laboralmente?**

ENT No, yo no trabajo, estoy en la casa no mas

**INV ¿De donde provienen sus ingresos en su casa?**

ENT: Yo tengo una pensión de invalidez que se llama, por mi reumatismo, yo ya hace muchos años que no puedo trabajar, para mi agarrar hasta el control de la tele me genera dolores, por eso tengo esa pensión.

**INV. Aparte de asistir al club de adulto mayor, ¿usted que otras actividades realiza normalmente?**

ENT. Yo aquí vivo sola, entonces no es mucho lo que se tiene que hacer, yo mas que nada me preocupo de que este todo ordenado y limpio, mmmmm cocinarme para mi no mas y cuidar a mis gatitas (risas), que me hacen compañía.

---

**En relación con el Centro de Adulto Mayor y centro comunitario “San José”**

**INV. ¿Cuánto tiempo lleva participando en el CAM?**

ENT: Yo, vengo hace hartoo tiempo ya, de cuando era centro comunitario no más, ahora con el tiempo le han ido agregando mas cosas, pero yo vengo buuuuu, como hace 8 años

**INV: ¿Cómo llego o conoció el CAM?**

ENT: Es que tantos años viviendo sola, sin ninguna compañía mas que mis gatitos, al final una se termina aburriendo aquí sola en la casa, entonces quería hacer algo mas, aunque sea una cosita poca decía yo, y mi amiga del negocio de aquí, ella es como bien movida en ese sentido, conoce a todas las personas de aquí, me dijo si quería venir, y pa que le dije yo si con suerte agarro la escoba pa barrer, pero me dijo que no solo hacían

cosas de gimnasia, también había club de tejido, de manualidades, o que se juntaban no mas a copuchar un rato, me anime y la acompañe po.

**INV. De todos esos talleres que usted me menciona. ¿Cuáles son los que llaman mayormente su atención?**

ENT. Como le dije a mi por los dolores que tengo en mi cuerpo se me hace casi imposible participar de muchas cosas, bailes, gimnasia y esas cosas, a mi me gustaría porque se que hace bien y veo como las chiquillas saltan y se rien, pero yo no puedo, yo a lo que vengo aquí es mas como a conversar un ratito, igual de a poquito estoy aprendiendo cosas nuevas, por ejemplo el taller de tejido que hacen hartas cosas bonitas, y después las chiquillas las venden algunas o las regalan, en eso participo yo

**INV. ¿Y de qué manera ha aportado en su vida participar en el CAM?**

ENT: Se puede decir que encontré lo que yo estaba buscando, yo entiendo que mis hijos tengan sus vidas, con sus familias, y esta bien, yo me siento orgullosa de que estén como están ahora, pero una quiera o no, después se va sintiendo sola, imagínese de pasar a vivir en una casa llena de niños chicos de ruidos de llantos, a estar sola. Yo aquí encontré ya nose, divertirme salir un rato y conocer a otras personas

---

**En relación con los significados sociales y percepción de las adultas mayores.**

**INV. ¿Qué piensa acerca de la vejez?**

ENT: Uuuuuf hay algunas personas que lo pasan muy re mal, en el sentido de las pensiones y todo eso que es un puro robo no mas, que se llenan los bolsillos unos pocos y uno las sufre, por ese lado como de la plata encuentro que esta mal, y desgraciadamente parece que siempre va a ser asi.

Igual los tiempos han cambiado, los viejitos de antes no son los mismos que ahora (Risas) y eso va a seguir cambiando, bueno yo no tanto, pero yo veo que las chiquillas que vienen para aca andan felices y con muchas ganas de hacer muchas cosas, como que no se están quieta, yo también, a mi me gusta siempre leer, estar informada de lo que pasa y me gusta opinar sabiendo de lo que estoy hablando

**INV. ¿De que manera describiría usted su propia vejez?**

ENT: Mmmmmm, encuentro yo que no es malo pero si antes era mejor, tener a los hijos en la casa y disfrutarlos, ahora una esta sola, igual ahora una valora la tranquilidad de estar en su casa y preocuparse de vivir no mas.

**INV. ¿Que aspectos positivos y negativos cree usted que tiene la vejez, con respecto a etapas anteriores?.**

ENT. Yo antes me sentía con mas energías, no me aburría tanto, bueno igual han pasado sus años y el cuerpo no acompaña tanto, pero como eso, en lo mas negativo. Mmmmm y como positivo sería que una ya con los años se hace como mas fuerte creo yo, como con mas experiencia, yo se que a veces mis hijos o hasta mis nietos me dicen, ya ya mamita bueno, lo que usted diga, como creyendo que una se queda tranquila con eso, nose si pa dejarla feliz a una o no pelear más, pero yo se como son las cosas y ellos mismos se dan cuenta y después me andan pidiendo disculpa, no mamita, si usted tenia razón, o me anda buscando para conversar conmigo

---

**En relación con los estereotipos que las adultas mayores perciben en la sociedad y obstaculizadores para su plena integración**

**INV. ¿Cómo cree usted que la sociedad observa a los adultos mayores?**

ENT. Mire, con lo que le dije de mis hijos le respondo a su pregunta, muchas veces son muy ingenuos de como es una, o creen por ejemplo que porque me dan algo de plata pueden hacer y deshacer con lo que yo haga.

**INV: ¿Aquí en el CAM, han tenido estas conversaciones?**

ENT: Si, el otro dia vino una niña de nose donde y conversamos de eso, algunos le echaban la culpa que la gente anda muy agresiva, o que una no sirve para nada, otros le echan la culpa a lo que muestran en la tele, yo creo que es un conjunto de todo, todo apunta a que uno es tonto, uno es malo o que simplemente no sirve, y están super equivocados.

**INV. ¿Qué cree usted que obstaculiza o entorpece el proceso de inclusión de la vejez a la sociedad?**

ENT. Eso, es un conjunto de todo, la tele, las personas, los mismos viejos, al final tienen un discurso que anda de boca en boca y al final los mismos viejos se la terminan por creer.

**INV. ¿Qué le diría a las futuras generaciones para llegar a tener una buena vejez?**

ENT. Que conozcan, valoren y conversen con sus abuelos, si tienen la oportunidad de tener alguno de sus abuelos pregúntele que opina, yo haría que todas esas personas que tienen como una mala opinión, yo los invitaría y que vieran como son las cosas, que algunas viejas trabajan pa parar la olla, que hay viejas que opinan, que salen, que se divierten, que no crean lo primero que le ponen en frente, y sobre todo no ser soberbios.

MATRIZ DE ANALISIS POR ENTREVISTA.

Eje temático N°1: Trabajo y actividades cotidianas

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°1	Ingreso y actividades cotidianas	Tipo de ingreso de las adultas mayores	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mi marido es el que trabaja y el que trae la plata a la casa también (2)</li> <li>- Igual me muevo, hago mis cosas todo lo que tiene que ver con costuras (2)</li> <li>- Le hago trabajo a los propios vecinos (4)</li> <li>- Mi hija a veces me da una platita por cuidar a la Amandita (24)</li> </ul>
		Actividades recreativas o de uso del tiempo libre y actividades cotidianas no recreativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Paseos al campo, la playa (6)</li> <li>- De zumba obvio. (14)</li> <li>- Y lo otro sería cuando nos juntamos hacer la convivencia, organizar actividades.(14)</li> <li>- Cuido a mi nieta, yo cocino, yo salgo, hago hartas cosas (28)</li> <li>-</li> </ul>

Eje temático N°2: Club de Adulto Mayor “San José”

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°1	Participación de las adultas mayores en el Club de Adultos Mayores “San José”.	Tipo de participación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yo participo aca y hago hartas actividades, osea, paseo que organizan yo voy (6)</li> <li>- Nos juntamos a conversar / Que las chiquillas vayan a mi casa o yo ir a las de ellas (8)</li> <li>- Clases de deporte (Zumba), después me fui metiendo a otras cosas (10)</li> <li>- Nos juntamos para hacer convivencias, organizar actividades (14)</li> <li>- Todo lo que tenga que ver en juntarse una pelotonera de gente (14)</li> </ul>
	Percepción de las adultas mayores de su participación en el Club de Adultos Mayores “San José”	Aporte al desarrollo personal y social	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A mi me gusta venir porque lo paso bien aquí (14)</li> <li>- Pasarlo bien, reírse, por último, echar la talla un rato (14)</li> <li>- Yo antes no tenía amigas, osea yo veía a esta señora en la calle y la saludaba por cortesía no más. (16).</li> <li>- Me sirve para conocer a mis propias vecinas y pasarlo bien (16)</li> <li>- Para hacer mas llevadero el día (16)</li> </ul>

Eje temático N°3: Significados sociales de la vejez

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
-------------	-----------	---------------	------------------

N°1	Significados sociales que las adultas mayores le otorgan a la etapa de la vejez:	Percepción que las adultas mayores tienen respecto de su propia vejez:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es una etapa no mas, y que todos queramos o no, si o si lo tenemos que vivir, algunos les cuesta mas que otros aceptarlo pero es inevitable (18)</li> <li>- Me describo como alguien alegre, y con mis 68 años y todo, yo me siento plena, feliz (20).</li> <li>- Veo que he hecho hartas cosas, le di lo mejor que pude a mis hijos (20)</li> <li>- A los 68, puedo seguir haciendo cosas (20)</li> <li>- Mi hija depende de mi, me hace sentir que todavía sirvo (20)</li> <li>- Si te mantienes firme, activa, haciendo cosas, no tiene porque afectarte, o no tanto (22)</li> <li>- Ahora tengo mucho tiempo para hacer mis cosas (24)</li> <li>- Aunque uno a veces tenga muchas ganas de hacer cosas y de andar de aquí y para allá el cuerpo a veces no acompaña mucho (24)</li> <li>- Quisiera hacer mas cosas, pero no puedo (24)</li> </ul>
		Percepción que las adultas mayores tienen de la etapa de la vejez a partir de como la han construido la sociedad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bueno siempre muestran en la tele, ayayai la viejita que vive sola, ayayai la viejita que no tiene nada que comer y se come el colchón, ayayai la viejita abandonada, entonces muestran tanto eso que creen que todas somos viejas cagas (26)</li> <li>- Que no podemos caminar (26)</li> <li>- Yo creo que se ve mal (26)</li> </ul>
	Proceso de inclusión de los adultos mayores.	obstaculizadores del proceso de inclusión social de los adultos mayores:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Si pensai que te vas a convertir en una viejita toda caga, disculpa la palabra, pero esa idea nadie te la va a sacar de la cabeza (22)</li> <li>- Bueno siempre muestran en la tele, ayayai la viejita que vive sola, ayayai la viejita que no tiene nada que comer y se come el colchón, ayayai la viejita abandonada, entonces muestran tanto eso que creen que todas somos viejas cagas (26)</li> </ul>
		Opinión orientada a las futuras generaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No sean faltos de respeto con sus papás ni con sus abuelos, que ellos son personas grandes y siempre van a querer lo mejor para ellos. (20).</li> <li>- Cuidarse harto (Alimentación y actividad física) (30).</li> <li>- Que no dejen de pasarlo bien po, si para eso es la vida (30).</li> </ul>

#### Categoría N°4: Genero y vejez.

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°1	Roles establecidos de acuerdo a la historia de vida de las adultas mayores del Club de adultos mayores "San José"	Percepción de los roles de genero establecidos dentro del grupo familiar de la adulta mayor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mi marido es el que trabaja y el que trae la plata a la casa también po (2).</li> <li>- Yo igual me muevo, hago mis cosas, tengo una maquina en la casa y hago arreglos de ropa, hago cortinas y todo lo que tiene que ver con costura (2)</li> <li>- Cuido a la Amandita casi todos los días (8)</li> <li>- En ese rato yo hago mis cosas, hago aseo, el almuerzo (8)</li> <li>- No me doy ni cuenta y ya llega mi marido del trabajo (16)</li> <li>- Mi hija depende de mi para que le cuide a la Amandita (20)</li> <li>- Mi marido, me da pena que el trabaje tanto a esta edad (24)</li> </ul>

			- Yo cuido a mi nieta, yo cocino, yo salgo, hago hartas cosas (28)
--	--	--	--

Eje temático N°1: Trabajo y actividades cotidianas

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°2	Ingreso y actividades cotidianas	Tipo de ingreso de las adultas mayores	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tengo una amiga que tiene un negocio y yo los lunes los miércoles y viernes la ayudo en las mañanas (2)</li> <li>- Ahora gano menos, pero me alcanza para darme vuelta (4)</li> <li>- Yo si o si tengo que trabajar, mi esposo es jardinero, entonces no gana mucho.</li> <li>- Mi hija igual aporta en la casa.</li> </ul>
		Actividades recreativas o de uso del tiempo libre y actividades cotidianas no recreativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuidar a mi nieta</li> <li>- Tener todo ordenado y limpio cuando llegue mi marido y mi hija, tenerle la comida (8)</li> <li>- Zumba y yoga (14)</li> <li>- Yo cocino todos los días. (14)</li> <li>- Quedarme en la casa viendo las teleseries (24)</li> </ul>

Eje temático N°2: Club de Adulto Mayor “San José”

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°2	Participación de las adultas mayores en el Club de Adultos Mayores “San José”.	Tipo de participación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zumba y yoga (14)</li> <li>- Los deportivos como de moverse (14)</li> <li>- Bailar (24)</li> </ul>
	Percepción de las adultas mayores de su participación en el Club de Adultos Mayores “San José”	Aporte al desarrollo personal y social	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Momentos buenos y malos, hemos visto fallecer a unas compañeras y es fuerte, es doloroso (16)</li> <li>- Sirve para que nos distraigamos, hagamos deporte y compartir po (16)</li> </ul>

Eje temático N°3: Significados sociales de la vejez

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°2	Significados sociales que las adultas mayores le otorgan a la etapa de la vejez:	Percepción que las adultas mayores tienen respecto de su propia vejez:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Personalmente creo que la vejez se debe vivir a concho (18)</li> <li>- Vivirlo lo mas que se pueda mientras se pueda (18)</li> <li>- Yo me siento feliz por como estoy y me siento ahora, siento que he hecho todo lo que en algún momento me propuse (20)</li> <li>- No estoy enferma de nada, no tengo dolores ni nada, me siento una niña todavía</li> <li>- Yo puedo hacer lo que quiera, ya no tengo tantas obligaciones (20)</li> <li>- Uno va aprendiendo, entonces eso me gusta, que mi hija por ejemplo me pregunte a mi antes de hacer algo, siento que ella sabe que yo se ¿Me entiende? (22)</li> <li>- Ya no trabajo tanto como antes (24).</li> <li>- Adoro el tiempo libre que tengo (24)</li> <li>- Hago lo que de verdad quiero (24)</li> </ul>
		Percepción que las adultas mayores tiene de la etapa de la vejez a partir de como la han construido la sociedad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Todos dependen de mi, de mi tiempo, de mi plata, de mi disposición para hacer las cosas, al menos yo creo que a mi me ven como alguien útil (26)</li> <li>- Lo que muestran en la tele, yo igual le encuentro razón, como que hacen que la gente piense que todas somos pobres, o que necesitamos ayuda para hacer nuestras cosas (26)</li> <li>- Aquí el problema lo tiene los que lo ven a uno como una carga, que creen que no puedo hacer las cosas solas (28)</li> </ul>
	Proceso de inclusión de los adultos mayores.	obstaculizadores del proceso de inclusión social de los adultos mayores:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lo que muestran en la tele, yo igual le encuentro razón, como que hacen que la gente piense que todas somos pobres, o que necesitamos ayuda para hacer nuestras cosas (26)</li> <li>- Aquí el problema lo tiene los que lo ven a uno como una carga, que creen que no puedo hacer las cosas solas (28)</li> </ul>
		Opinión orientada a las futuras generaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tienen que respetar a la persona que tienen al lado, sea viejo, joven, flaco, alto, eso da lo mismo, por que si yo quiero que me traten bien, tengo que ser igual (30)</li> </ul>

Categoría N°4: Genero y vejez.

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
-------------	-----------	---------------	------------------

Nº2	Roles establecidos de acuerdo a la historia de vida de las adultas mayores del Club de adultos mayores “San José”	Percepción de los roles de genero establecidos dentro del grupo familiar de la adulta mayor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuidar a mi nieta para que mi hija pueda trabajar (6)</li> <li>- Tener todo ordenado y limpio cuando llegue mi marido y mi hija, tenerle la comida (8)</li> <li>- Cocino todos los días (14)</li> </ul>
-----	---	--	--

Eje temático N°1: Trabajo y actividades cotidianas

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
Nº3	Ingreso y actividades cotidianas	Tipo de ingreso de las adultas mayores	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Con mi esposo vendemos carbón y miel (2)</li> <li>- Mi esposo tiene una buena jubilación. (4)</li> </ul>
		Actividades recreativas o de uso del tiempo libre y actividades cotidianas no recreativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ser dueña de casa (7)</li> <li>- Prefiero quedarme en la casa que salir a cualquier lado (25)</li> <li>- <i>Manejo de tecnologías</i> (27)</li> </ul>

Eje temático N°2: Club de Adulto Mayor “San José”

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
Nº3	Participación de las adultas mayores en el Club de Adultos Mayores “San José”.	Tipo de participación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El de gimnasia todo el rato (14)</li> <li>- Salir y rodearme de otra gente (16)</li> <li>- Juntarse con mas gente a conversar cosas que a uno le interesa y que tenemos en común (18)</li> </ul>
	Percepción de las adultas mayores de su participación en el Club de Adultos Mayores “San José”	Aporte al desarrollo personal y social	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Me sirve para salir de mi casa, yo en mi casa descanso harto y con mi esposo nos llevamos bien pero igual me gusta salir y rodearme de otra gente (16)</li> <li>- Lo encuentro entretenido (18)</li> </ul>

Eje temático N°3: Significados sociales de la vejez

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°3	Significados sociales que las adultas mayores le otorgan a la etapa de la vejez:	Percepción que las adultas mayores tienen respecto de su propia vejez:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No es mucho lo que hacemos, vivimos mas bien relajados los dos (7)</li> <li>- Es una linda e inevitable parte de la vida, que si uno esta preparado lo puede enfrentar de la mejor manera, si tiene gente, una familia que lo acompañe, la salud, lo puede enfrentar sin problemas (20)</li> <li>- Me siento feliz que es lo importante (22)</li> <li>- Me siento bien físicamente dentro de lo que se puede, yo creo que, yo siento que estoy bien (22)</li> <li>- Como que a veces cuesta hacerse las ganas (25)</li> <li>- La vejez no es la misma que un par de años atrás (27)</li> <li>- Ahora uno esta mas conectada y pendiente de lo que pasa po (29)</li> </ul>
		Percepción que las adultas mayores tiene de la etapa de la vejez a partir de como la han construido la sociedad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yo creo que ahora mas que nunca la gente entiende que una persona de 60 años fácilmente puede estar en todos sus cabales para hacer algo (31)</li> </ul>
	Proceso de inclusión de los adultos mayores.	obstaculizadores del proceso de inclusión social de los adultos mayores:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yo creo que es un tema es lo de las pensiones tan mediocres que a la gente no le alcanza para nada, pero ya es mas de arriba, de los gobiernos, no de la gente (31)</li> </ul>
		Opinión orientada a las futuras generaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tener una vida sin tantos excesos (33)</li> <li>- Contar con el apoyo de la familia o amigos para no están tan solo (33)</li> </ul>

Categoría N°4: Genero y vejez.

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°3	Roles establecidos de acuerdo a la historia de vida de las adultas mayores del Club de adultos mayores "San José"	Percepción de los roles de genero establecidos dentro del grupo familiar de la adulta mayor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ser dueña de casa (7)</li> <li>- Que el no tenga que trabajar y ver que el pueda estar aquí conmigo, disfrutar su casa (25)</li> </ul>

Eje temático N°1: Trabajo y actividades cotidianas

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°4	Ingreso y actividades cotidianas	Tipo de ingreso de las adultas mayores	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yo trabajo, tengo una verdulería en mi casa (2)</li> <li>- Mi hermana también trabaja (6)</li> </ul>
		Actividades recreativas o de uso del tiempo libre y actividades cotidianas no recreativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yo no salgo mucho la verdad, cuando no estoy aquí estoy en mi casa, no me gusta mucho salir, y si quiero junarme con alguien, con alguna de las chiquillas prefiero que ellas vengan a mi casa que yo a las de ellas (8)</li> <li>- Yo atiendo mi negocio, - voy a comprar mercadería, hago mis cosas (29)</li> </ul>

Eje temático N°2: Club de Adulto Mayor "San José"

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°4	Participación de las adultas mayores en el Club de Adultos Mayores "San José".	Tipo de participación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trato de venir a las clases de gimnasia, pero como yo sufro de la espalda, me cuesta un poco por eso no vengo tanto (14)</li> <li>- Vengo a darme una vuelta, a comadrear un rato (14)</li> </ul>

	Percepción de las adultas mayores de su participación en el Club de Adultos Mayores "San José"	Aporte al desarrollo personal y social	- Salir un poquito mas, yo estoy recién aca y ya he ido a 3 paseos y lo hemos pasado todas muy bien (16)
--	--	--	--

Eje temático N°3: Significados sociales de la vejez

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°4	Significados sociales que las adultas mayores le otorgan a la etapa de la vejez:	Percepción que las adultas mayores tienen respecto de su propia vejez:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Normal, sin grandes preocupaciones (22)</li> <li>- A mi lo que mas me complica de la edad es lo que tiene que ver con lo del cuerpo (24)</li> <li>- Vivir mas tranquila creo yo que es positivo, es que para mi el hecho de no tener que ir al centro o a cualquier lado a trabajar es tranquilidad, estar aquí en mi casa y trabajar en algo que a mi me gusta (26)</li> </ul>
		Percepción que las adultas mayores tiene de la etapa de la vejez a partir de como la han construido la sociedad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se mira con mucho prejuicio algunas veces, de que una siempre necesita de alguien mas y prácticamente una es inútil (28)</li> <li>- Tengo dolores con mi espalda, pero no significa que no me pueda mover (29)</li> <li>- La gente ve con muy malos ojos a la gente mayor (31)</li> <li>- Creen que para todo necesita que alguien lo ayude (33)</li> </ul>
	Proceso de inclusión de los adultos mayores.	obstaculizadores del proceso de inclusión social de los adultos mayores:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La gente ve con muy malos ojos a la gente mayor (31)</li> <li>-</li> </ul>

		Opinión orientada a las futuras generaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Que no sean tan prejuiciosos.</li> <li>- ¿Le gustaría que creyeran que para todo necesita que alguien le ayude, y ver si de esa manera se dan cuenta y dejan de ser así. (33)</li> </ul>
--	--	--	---

**Categoría N°4: Genero y vejez.**

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°4	Roles establecidos de acuerdo a la historia de vida de las adultas mayores del Club de adultos mayores "San José"	Percepción de los roles de genero establecidos dentro del grupo familiar de la adulta mayor.	-

**Eje temático N°1: Trabajo y actividades cotidianas**

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°5	Ingreso y actividades cotidianas	Tipo de ingreso de las adultas mayores	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Soy microempresaria, tengo un taller en mi casa con mi marido, hacemos prestación de servicios, confeccionamos uniformes a empresas (2)</li> </ul>
		Actividades recreativas o de uso del tiempo libre y actividades cotidianas no recreativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Soy dueña de casa (4)</li> <li>- Yo trabajo todo el día entonces no puedo venir a las 3 de la tarde por ejemplo a yoga, o al de manualidades, me gustaría pero a mi los tiempos no me dan (13)</li> <li>- Hacer almuerzo todos los días y un sinfín de cosas de casa (4)</li> </ul>

**Eje temático N°2: Club de Adulto Mayor "San José"**

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°5	Participación de las adultas mayores en el Club de Adultos Mayores "San José".	Tipo de participación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A las de gimnasia (13)</li> <li>- Yo trabajo todo el día entonces no puedo venir a las 3 de la tarde por ejemplo a yoga, o al de manualidades, me gustaría, pero a mi los tiempos no me dan (13)</li> </ul>
	Percepción de las adultas mayores de su participación en el Club de Adultos Mayores "San José"	Aporte al desarrollo personal y social	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yo he bajado hartito de peso con la gimnasia (15)</li> <li>- Me sirve para salir del taller, del trabajo un rato y distraerme (15)</li> <li>- Comparto con mis amigas y hermanas en algo diferente (15)</li> <li>- Conocer gente nueva, abrirse a otra cosas, para mi la gente que venía acá es pura gente que no tenía na que hacer en la casa, pero estaba mal, yo me diviero acá, me sirve hartito (25)</li> </ul>

Eje temático N°3: Significados sociales de la vejez

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°5	Significados sociales que las adultas mayores le otorgan a la etapa de la vejez:	Percepción que las adultas mayores tienen respecto de su propia vejez:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yo sigo trabajando y me siento bien haciéndolo (17)</li> <li>- No me siento menos realizada por no ser abuela (19)</li> <li>- Salir mas y relacionarme con más gente aparte de mi esposo me agrada (21)</li> </ul>
		Percepción que las adultas mayores tienen de la etapa de la vejez a partir de como la han construido la sociedad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Creen que uno cambia y se convierte en la viejita, en la abuelita, como que al tiro ya la encasillan y pasai a ser viejo, yo igual encuentro que esto esta mal, porque hasta el trato ya es diferente (17)</li> <li>- Como que uno al cumplir los 60 años automáticamente se convierte en alguien que no es capaz, como en alguien que siempre esta necesitando la ayuda de los demás, o también se ve como el pobre viejito que no tiene que comer (23)</li> <li>-</li> </ul>
	Proceso de inclusión de los adultos mayores.	obstaculizadores del proceso de inclusión social de los adultos mayores:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La gente te ve mal (25)</li> <li>- No siento que sea bueno o como para incluir en la sociedad que se hable tanto del adulto mayor que aquí y lo otro, hay gente que no se siente así (25)</li> </ul>
		Opinión orientada a las futuras generaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No basarse en una opinión de afuera para ser como quieren ser (27)</li> <li>- Cada uno es feliz por como se siente y nadie tiene derecho de arrebatarle eso po (27)</li> </ul>

Categoría N°4: Genero y vejez.

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°5	Roles establecidos de acuerdo a la historia de vida de las adultas mayores del Club de adultos mayores "San José"	Percepción de los roles de genero establecidos dentro del grupo familiar de la adulta mayor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Soy dueña de casa, me encargo además de tener que hacer el almuerzo todos los días, el aseo y un sinfín de cosas de casa (4)</li> <li>- Yo no tengo nitos y tampoco me siento menos realizada por no ser abuela (19)</li> </ul>

Eje temático N°1: Trabajo y actividades cotidianas

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°6	Ingreso y actividades cotidianas	Tipo de ingreso de las adultas mayores	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yo tengo una pensión, pero es de las mas bajas que dan (4)</li> <li>- Mi esposo, que el ya falleció como hace 5 años ya, el era jubilado de carabineros, entonces esa es como la pensión mas grande con la que yo vivo (4)</li> </ul>
		Actividades recreativas o de uso del tiempo libre y actividades cotidianas no recreativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yo cuido a mi nieta casi todos los días (6)</li> <li>- El aseo aquí en la casa, que tampoco es mucho. (6)</li> <li>- Salir, invitar gente a la casa (22)</li> <li>- Siempre me dedique a ser dueña de casa no más (28)</li> </ul>

Eje temático N°2: Club de Adulto Mayor “San José”

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°6	Participación de las adultas mayores en el Club de Adultos Mayores “San José”.	Tipo de participación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Empecé viniendo a la gimnasia, y hasta el momento esa es la que mas me gusta y vengo siempre (12)</li> <li>- Organizamos reuniones y planificamos algunas salidas y viajes (13)</li> <li>- Salir, tener amigas, invitar gente a la casa (22)</li> </ul>
	Percepción de las adultas mayores de su participación en el Club de Adultos Mayores “San José”	Aporte al desarrollo personal y social	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yo siempre conversaba con ella cuando me la encontraba, y un día me dijo, Elsitita, te veo media tristonita, y me invito a que viniéramos para acá. (10)</li> <li>- Yo aquí gane amigas de verdad que me saben escuchar y acompañar, tengo casi todos los días cosas que hacer (15)</li> <li>- Me siento capaz de hacer mas cosas que cuando estaba mi esposo en vida (15)</li> <li>- Yo valoro mucho el poder estar acá, y le estoy tremendamente agradecida a mis compañeras (15)</li> <li>- Ahora rescato que me reinvente, hago todo lo que en su momento no hacía (22)</li> </ul>

Eje temático N°3: Significados sociales de la vejez

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°6	Significados sociales que las adultas mayores le otorgan a la	Percepción que las adultas mayores tienen respecto de su propia vejez:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es un momento difícil en la vida, con mucha soledad y sufrimiento, querámoslo o no la gente a nuestro lado se empieza a ir (18)</li> <li>- Lo importante cuando pasan esas cosas es reinventarse y ponerse de pie de nuevo (18)</li> </ul>

	etapa de la vejez:		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cada uno lo vive como quiere (18)</li> <li>- Lo pasé mal, pero me supe poner de pie y salir adelante (20)</li> <li>- Me reinvente, ahora hago todo lo que en su momento no hacía (22)</li> <li>- Los achaques po, a esta edad una ya se va enfermado más, se da cuenta que ya no puede hacer las cosas tan fáciles como antes, o de frentón ya no teni ganas de hacer tanta weba (26)</li> <li>- Hacer las cosas sin tanta responsabilidad (28)</li> </ul>
		Percepción que las adultas mayores tiene de la etapa de la vejez a partir de como la han construido la sociedad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se ve como que una es tontita y que necesita ayuda para todo (30)</li> <li>- <b>PENDIENTE SITUACION MAIPU</b></li> <li>- No tienen porque tratarme como si yo no fuera capaz, si eso es, que creen que uno no es capaz (33)</li> <li>-</li> </ul>
	Proceso de inclusión de los adultos mayores.	obstaculizadores del proceso de inclusión social de los adultos mayores:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yo creo que a los adultos mayores como se les dice ahora, se les trata distinto y hasta se les discrimina algunas veces (33)</li> <li>- Gracias a dios tengo la pensión de mi esposo, porque con la mía no me alcanzaría para nada, pero algunas tienen esa no mas y de verdad que es miserable, y esas mismas personas después tienen que andar trabajando en cualquier cosa para poder vivir, yo creo que eso esta muy mal (33)</li> </ul>
		Opinión orientada a las futuras generaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disfruten harto su juventud (37)</li> <li>- Portarse bien, pa que al final cuando ya sean viejitos, tengan gente a su lado que los quiera (37)</li> </ul>

**Categoría N°4: Genero y vejez.**

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°6	Roles establecidos de acuerdo a la historia de vida de las adultas mayores del Club de adultos mayores "San José"	Percepción de los roles de genero establecidos dentro del grupo familiar de la adulta mayor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No, yo estoy en la casa no más, no trabajo (2)</li> <li>- Yo cuido a mi nieta casi todos los días (6)</li> <li>- Mi marido era un viejo cascarrabias, no le gustaba nada y andaba enojado todo el día, entonces yo prefería ni molestarlo (23)</li> <li>- Yo desde que me case que no trabajo, como que siempre me dedique a ser dueña de casa no más (28)</li> <li>- Yo gracias a dios no tengo la necesidad de trabajar por la pensión de mi esposo, porque con la mía no me alcanzaría para nada (35)</li> </ul>

**Eje temático N°1: Trabajo y actividades cotidianas**

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
-------------	-----------	---------------	------------------

N°7	Ingreso y actividades cotidianas	Tipo de ingreso de las adultas mayores	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mi marido es el que trabaja, es jubilado de carabineros, pero trabaja en los taxis que van para el aeropuerto. (2y4)</li> <li>- Tenemos unas cabañas en Curanipe, allá en la playa que dejan algo(6)</li> <li>- Yo aparte recibo una pensión (6)</li> <li>- Mis hijos de vez en cuando se pronuncian con algo (6)</li> </ul>
		Actividades recreativas o de uso del tiempo libre y actividades cotidianas no recreativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Soy dueña de casa, salgo a comprar (8)</li> <li>- Voy a la iglesia dos veces a la semana (8)</li> <li>- Cuido a mi nieto (8)</li> <li>- A mi me encanta estar acostada hasta tarde, dormir hasta que ya no pueda dormir mas (16)</li> </ul>

Eje temático N°2: Club de Adulto Mayor "San José"

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°7	Participación de las adultas mayores en el Club de Adultos Mayores "San José".	Tipo de participación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Empecé a ir a las de Yoga (14)</li> <li>- Pero a mi lo que mas me gusta es cuando nos vamos de paseo (14)</li> </ul>
	Percepción de las adultas mayores de su participación en el Club de Adultos Mayores "San José"	Aporte al desarrollo personal y social	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eso es lo mas entretenido, porque vamos tanta gente que cuando una ya se sube al bus ya va muerta de la risa. (14)</li> <li>- Me lo recomendaron y creo que fue bueno hacer caso, porque yo enserio que era muy sedentaria. (16)</li> <li>- Hacer algo por este pobre cuerpo y levantarse (18)</li> <li>- He conocido harta gente linda la verdad, eso, eso lo valoro harto (18)</li> </ul>

Eje temático N°3: Significados sociales de la vejez

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°7	Significados sociales que las adultas mayores le otorgan a la etapa de la vejez:	Percepción que las adultas mayores tienen respecto de su propia vejez:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para mi es algo del cuerpo no mas (20)</li> <li>- Los achaques del cuerpo es lo que mas me complica a mi (25)</li> <li>- Es una etapa mas no mas, con cosas buenas y malas (20)</li> <li>- Feliz, simplemente eso, feliz (22)</li> <li>- Me siento tranquila (23)</li> <li>- Ahora estoy sin muchas preocupaciones (23)</li> <li>- Uno vive no mas ahora, no se planifica tanto (28)</li> <li>- Ya no salgo a trabar y vera que estoy casi todo el día en la casa, pero que pasa si nadie tiene para cuidar a mi nieto, eso a mi hijo le significaría un gasto, pero aquí esta la abuela, y como yo, muchas (34)</li> </ul>
		Percepción que las adultas mayores tienen de la etapa de la vejez a partir de como la han construido la sociedad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los jóvenes ya no le tienen el respeto de antes a los mayores (32)</li> <li>- No valoran todo lo que uno sabe o que puede seguir haciendo (32)</li> </ul>
	Proceso de inclusión de los adultos mayores.	obstaculizadores del proceso de inclusión social de los adultos mayores:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los jóvenes ya no le tienen el respeto de antes a los mayores (32)</li> <li>- No valoran todo lo que uno sabe o que puede seguir haciendo (32)</li> </ul>
		Opinión orientada a las futuras generaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Que sean respetuosos con la persona que tienen al lado, si es joven o viejo, solo por el hecho de ser persona, todos sirven y merecen respeto (34)</li> </ul>

Categoría N°4: Genero y vejez.

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°7	Roles establecidos de acuerdo a la historia de vida de las adultas mayores del Club de adultos mayores "San José"	Percepción de los roles de genero establecidos dentro del grupo familiar de la adulta mayor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Soy dueña de casa (8)</li> <li>- Cuido a mi nieto (8)</li> <li>- Mi marido me reta, pero yo le digo si no me sacai pa ningún lado, no me queda de otra que salir con los vejestorios no mas (14)</li> <li>- Yo veo a mi marido que por ejemplo se levanta a las 05:00 AM, pero a el le gusta, dice que si no trabaja se muere en la casa, y yo soy todo lo contrario, por mi estaría todo el día acostada calentita hasta que el llegara (18)</li> <li>- Yo ya crie (27)</li> </ul>

			- Que pasa si nadie tiene para cuidar a mi nieto, eso a mi hijo le significaría un gasto, pero aquí esta la abuela (34)
--	--	--	---

Eje temático N°1: Trabajo y actividades cotidianas

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°8	Ingreso y actividades cotidianas	Tipo de ingreso de las adultas mayores	- Tengo una pensión de invalidez que se llama, por mi reumatismo (4)
		Actividades recreativas o de uso del tiempo libre y actividades cotidianas no recreativas	- Me preocupo de que este todo ordenado y limpio (6) - Cocinar (6) - Cuidar a mis gatitas que me hacen compañía (6) - Me gusta siempre leer, estar informada de lo que pasa (17)

Eje temático N°2: Club de Adulto Mayor "San José"

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°8	Participación de las adultas mayores en el Club de Adultos Mayores "San José".	Tipo de participación	- Vengo a conversar un ratito (12) - Igual de a poquito estoy aprendiendo cosas nuevas, por ejemplo el taller de tejido que hacen hartas cosas bonitas (12)
	Percepción de las adultas mayores de su participación en el Club de Adultos Mayores "San José"	Aporte al desarrollo personal y social	- Encontré lo que yo estaba buscando (14) - Yo aquí encontré ya no se, divertirme, salir un rato y conocer a otras personas (14)

Eje temático N°3: Significados sociales de la vejez

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°8	Significados sociales que las adultas mayores le otorgan a la etapa de la vejez:	Percepción que las adultas mayores tienen respecto de su propia vejez:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Una valora la tranquilidad de estar en su casa y preocuparse de vivir no más (19)</li> <li>- Yo antes me sentía con mas energías (21)</li> <li>- Han pasado los años y el cuerpo no acompaña tanto (21)</li> <li>- Uno con los años se hace mas fuerte, con más experiencia (21)</li> <li>- Algunas personas lo pasan muy re mal, en el sentido de las pensiones y todo eso que es puro robo no mas y uno la sufre(16)</li> <li>- Igual los tiempos han cambiado, los viejitos de antes no son los mismos que ahora y eso va a seguir cambiando (17)</li> </ul>
		Percepción que las adultas mayores tiene de la etapa de la vejez a partir de como la han construido la sociedad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muchas veces son ingenuos de cómo es una (23)</li> <li>- La gente anda muy agresiva, o que una no sirve para nada, otros le echan la culpa a lo que muestran en la tele, yo creo que es un conjunto de todo (25)</li> <li>- Todo apunta a que uno es tonto, uno es malo o que simplemente no sirve, y están super equivocados (25)</li> </ul>
	Proceso de inclusión de los adultos mayores.	obstaculizadores del proceso de inclusión social de los adultos mayores:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es un conjunto de todo, la tele, las personas, los mismos viejos, al final tienen un discurso que anda de boca en boca y al final los mismos viejos se la terminan por creer (27)</li> </ul>
		Opinión orientada a las futuras generaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Que conozcan, valoren y conversen con sus abuelos (29)</li> <li>- Pregúntele que opina (29)</li> <li>- Que no crean lo primero que le ponen en frente, y sobre todo no ser soberbios (29)</li> </ul>

Categoría N°4: Genero y vejez.

Entrevistas	Categoría	Subcategorías	Temas Emergentes
N°8	Roles establecidos de acuerdo a la historia de vida de las adultas mayores del Club de adultos mayores "San José"	Percepción de los roles de género establecidos dentro del grupo familiar de la adulta mayor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Me preocupo de que este todo ordenado y limpio (6)</li> <li>- Mis hijos creen que por que me dan algo de plata pueden hacer y deshacer con lo que yo haga (23)</li> <li>- Algunas viejas trabajan para parar la olla (29)</li> </ul>