

Universidad Autónoma de Entre Ríos
Facultad de Humanidades, Artes y Ciencias Sociales
Licenciatura en Psicología

*Las relaciones interpersonales en personas mayores
jubiladas.*

Autora: Camila Yael Yanina García

Dirección: Graciela González

Tutora: Paula Hintermeister

Paraná, 21 de agosto de 2024



Este obra está bajo una licencia de Creative Commons
Reconocimiento-Compartirigual 4.0 Internacional

RIDA Repositorio Institucional
Digital Abierto



FHAyCS
Facultad de Humanidades,
Artes y Ciencias Sociales



FHAYCS

Facultad de Humanidades,
Artes y Ciencias Sociales

Licenciatura en Psicología

Las relaciones interpersonales en personas mayores jubiladas

Trabajo Final Integrador

AUTOR

García, Camila Yael Yanina

36.613.899

camilagarcia2014@gmail.com

DIRECTORA

Lic. González, Graciela

13.613.816

mgracie@hotmail.com

TUTORA

Lic. Tec. Hintermeister, Paula

36.011.538

pauu.ho8@hotmail.com

Paraná, Entre Ríos

2024

DEDICATORIAS

A mi mamá y papá, por brindarme la oportunidad de estudiar lo que yo quería.

A mi familia por apoyarme y darme fuerzas.

A mis amigos/as, que a pesar de la distancia siempre estuvieron.

A todos los que estuvieron en todos estos años, acompañando, apoyando, sosteniendo desde su lugar.

A mis amigos/as que esta hermosa carrera me dio.

AGRADECIMIENTOS

Tras el estudio y puesta en esta investigación, puedo decir que he crecido tanto profesional como personalmente. Ha sido una gran experiencia que tuvo sus momentos de aprendizaje, conocimiento, risas, así como sus momentos de miedos, incertidumbre, ansiedad, entre otros.

Por ello quiero agradecer a la tallerista y personas mayores que fueron entrevistadas, por hacerme sentir parte de dicho espacio y estar dispuestas a colaborar en todo lo que les proponía.

A mi directora y tutora por brindarme su tiempo, dedicación y acompañamiento.

A la FHAYCS-UADER, porque gracias a la Universidad Pública, pude estudiar.

Índice

Resumen	4
CAPÍTULO 1	5
INTRODUCCIÓN	5
Presentación	6
Justificación y relevancia de estudio	8
Planteamiento del problema	9
Objetivos de la investigación	9
Supuestos de investigación.....	9
Antecedentes	10
CAPÍTULO 2	14
MARCO TEÓRICO	14
Personas mayores	15
Jubilación	18
Relaciones interpersonales	20
CAPÍTULO 3	24
DISEÑO METODOLÓGICO	24
Tipo de diseño	25
Selección del contexto.....	25
Justificación de la elección de la unidad de estudio	25
Unidades de análisis	26
Unidades de información	26
Tipo de muestra.....	26
Técnicas de recolección de datos	26
Técnica de análisis de información	28
CAPÍTULO 4	30
ANÁLISIS Y DESCRIPCION DE LOS DATOS OPTENIDOS	30
Desarrollo de la investigación de campo.....	31
Resultados arrojados de las entrevistas	35
Percepción de las relaciones interpersonales.....	36
Análisis de las relaciones interpersonales con sus pares	40
Cambios entre las relaciones interpersonales antes y después de la jubilación.....	44
Las relaciones interpersonales como factor incidente en la calidad de vida	48

CAPÍTULO 5	50
CONCLUSIONES	50
BIBLIOGRAFÍA.....	55
ANEXOS	61

Resumen

El presente trabajo investiga cómo son las relaciones interpersonales en personas mayores jubiladas del taller de la memoria de PAMI, en la localidad de Videla, provincia de Santa Fe. El objetivo del mismo es describir cómo son las relaciones interpersonales en personas mayores jubiladas.

Se intentó especificar que entendían por estas los participantes del taller, analizar cómo son sus relaciones interpersonales con sus pares, también identificar los cambios producidos en las personas mayores con respecto a sus relaciones interpersonales antes y después de la jubilación.

El tipo de diseño del presente trabajo se basó en la metodología de investigación cualitativa, siendo una investigación de tipo descriptivo y transversal. La población estuvo constituida por personas mayores jubiladas, la muestra fue de 6 jubiladas, entre 60 y 71 años. Para realizar dicha investigación se utilizó como herramientas y técnicas de recolección de datos: la observación y administración de entrevistas semiestructuradas a las personas mayores que asisten al taller. Para el análisis de los datos recabados de las entrevistas se trabajó con el método de análisis de frases significativas.

A partir del análisis llevado a cabo, y considerando nuestro supuesto, se puede constatar que se produce un incremento en las relaciones interpersonales tanto familiar como social entre las personas mayores jubiladas que participaron en esta investigación.

Palabras claves: Personas mayores, jubilación y relaciones interpersonales (RI).

CAPÍTULO 1

INTRODUCCIÓN

Presentación

En la Facultad de Humanidades Autónoma de Entre Ríos se incluye la carrera de la Licenciatura en Psicología, donde se encuentra la asignatura de Psicología del Desarrollo III correspondiente al tercer año. Dicha materia nos permitió acercarnos a talleres lúdicos y recreativos con personas mayores, de los cuales nos llevamos una nueva mirada sobre los adultos y disfrutando su paso por los mismos. Aquí comienza nuestro interés por el tema, cuando surgieron ciertos decires por parte de algunos de los participantes del taller en concordancia a que sus relaciones interpersonales, luego de jubilados, habían tenido ciertos cambios, en algunos/as posibilitó a nuevos lazos familiares y en otros/as nuevas amistades.

En Argentina se concibe a la jubilación como el retiro de la actividad laboral por haber llegado a la edad estipulada, según lo determina la *Ley del Sistema Integrado de Jubilaciones y Pensiones* (Ley 24241 de 1993), en la cual se comienza a recibir una retribución económica. Esto se establece según las diferentes profesiones u oficios y no se da para todos a la misma edad, ya que, por ejemplo, para trabajadores de la Salud Mental y Educación Especial, el régimen jubilatorio se da a los 45 años, y para otros trabajadores como Empleados de Comercio y Trabajadores Rurales, el régimen es entre los 60 años en el caso de la mujer y 65 años en el caso del hombre.

La presente investigación se enfoca en cómo son las relaciones interpersonales en personas mayores jubiladas de un taller de la memoria de PAMI en la localidad de Videla, Santa Fe, correspondiente al año 2023. Dicho taller es coordinado por una psicóloga desde el año 2013, donde actualmente participan alrededor de 18 afiliados entre 60 y 73 años.

Entendiendo que la jubilación no se presenta para todos de la misma manera, es importante destacar que no significa el fin de la vida activa. Muchas personas encuentran nuevas oportunidades y propósitos en esta etapa, como iniciar nuevos proyectos, explorar hobbies, viajar, realizar voluntariado o incluso emprender un nuevo negocio.

Son muchos los informes y artículos que dan cuenta de la importancia de las relaciones interpersonales, pero encontramos pocos referidos a dicho tema. Rueda (2017) en su tesis de grado “**Calidad de vida en la vejez**” trae a colación lo que indicó la Sociedad Española de Gerontología y Geriátrica (SEGG, s.f):

Mejorando las relaciones sociales mejora nuestra salud. El estrés disminuye cuantas más y mejores relaciones sociales se tiene, en casa y fuera de ella. Comunicarse, hablar con los demás, salir de la casa, participar de actividades beneficia el sistema cardiovascular y el sistema inmunitario (p. 30).

Siguiendo con lo indicado por la SEGG (s.f) se sostuvo que “tener más años no tiene que significar desentenderse de lo que pasa alrededor, sino todo lo contrario, porque todas las personas mayores tienen conocimientos, opiniones y experiencias que aportar” (p.30).

Finalmente, Fingerman (2010) profesora de la Universidad de Purdue, Estados Unidos, especializada en estudios de Familia, Gerontología y Desarrollo, ubicó que “las personas mayores afirman tener mejores matrimonios, amistades más comprensivas y menos conflictos con sus hijos y hermanos en la vejez que en la juventud” (Fingerman, 2010, como se citó en Rueda, 2017. p. 30).

No obstante, en el imaginario social, incluso en las personas mayores, aparecen discursos en cuanto a que hay un empobrecimiento de las relaciones interpersonales después de jubiladas, considerando que, a partir de ese momento, se pierden todo tipo de relaciones tanto en el plano familiar como social. Por ende, consideramos y tenemos como propósito realizar un trabajo de campo en la localidad de Videla, provincia de Santa Fe, para investigar dicha temática.

En relación con los planos familiar y social, donde habría cierto empobrecimiento de las relaciones interpersonales, podríamos pensar algunas variables posibles con respecto al tiempo, género, profesión, dependencia emocional, prioridades cambiantes, entre otros. La primera que se refiere al tiempo “libre” tendrá que ver con que suele ser utilizado para las labores de la casa, a veces prefieren quedarse en sus hogares a escuchar radio y/o ver televisión alejándose de su entorno social, como así también utilizarlo para irse de viaje, recorrer nuevos lugares, etc. Por su parte, la segunda que hace al género, por ejemplo, respecto de los hombres, se suele pensar que hay mayores dificultades para socializar y generar nuevos lazos con respecto al género femenino, que tienen más facilidad para las mismas. La tercera de las mencionadas supone a la profesión, oficio u ocupación, ya que varían las relaciones interpersonales, según sea el caso. No es lo mismo quienes se han dedicado al comercio, a quienes han trabajado en el área contable o alguien que realizó su tarea en soledad. La dependencia emocional es una excesiva y permanente vinculación afectiva con otra persona, lo que conlleva a que el sujeto reduzca su capacidad de relación con los demás y su frecuencia de actividades de ocio con personas allegadas (Fenoy y Cristóbal, 2022, p.1). Por último, con relación a las prioridades, algunas personas mayores pueden buscar conexiones más profundas y significativas, mientras que otras pueden alejarse de relaciones que ya no satisfacen sus necesidades o intereses, por ejemplo.

Ahora bien, teniendo en cuenta estas cuestiones, nos preguntamos: ¿El empobrecimiento de las relaciones interpersonales se deberá a alguna de estas variables?, ¿Será que en parte hay un poco de cada una de ellas?, o ¿Tendrá más que ver con imaginarios sociales?. Son interrogantes que nos permitieron pensar la situación y que fueron una guía a la hora de realizar las entrevistas para poder analizar y/o conocer más acerca del tema.

Siguiendo los postulados de Iacub (2001), consideramos que no necesariamente hay un empobrecimiento al momento de la jubilación, sino que, por el contrario, se presenta como un momento de posibilidad para enriquecer las relaciones interpersonales, tanto en el plano familiar como social. El autor, en su libro **“Proyectar la vida”**, recupera el relato de personas mayores que participan de un taller llamado “Abuelos en acción”. María Elena de 66 años, dice “además estoy agradecida por haber encontrado un lugar donde me escuchan” (p. 90). Otro fue el de Nélida de 69 años, quien dice “se preocupan por mí, encontré amigos que a veces son más que la familia, ya que a veces la familia la tenés encima y no se van a preocupar tanto como las amistades” (p. 90). Consideramos que estos relatos ayudarán a la investigación, ya que podría pensarse cómo la relación con otros se enriquece, al punto de percibir el lugar y los vínculos que se forman, como algo que les genera bienestar y, porque no, cierta felicidad.

Por todo lo expuesto, nos proponemos especificar y analizar cómo son las relaciones interpersonales en las personas mayores jubiladas.

Justificación y relevancia de estudio

En los diferentes encuentros con las personas mayores que participaban de los talleres lúdicos y recreativos, pudimos identificar en sus relatos que sus relaciones interpersonales, luego de jubiladas, habían tenido ciertos cambios, en algunos/as posibilitó a nuevos lazos familiares y en otros/as nuevas amistades.

Es por esto que nos hemos preguntado por cómo son las relaciones interpersonales entre las personas mayores jubiladas, considerando el supuesto de que hay un enriquecimiento de estas tanto a nivel social como familiar.

De esta manera, esta investigación puede proporcionar datos relevantes que demuestren que generar y mantener relaciones interpersonales luego de la jubilación es un camino posible para una mejor calidad de vida.

Como futuras profesionales de la salud mental, nos parece importante que podamos estar en la constante búsqueda de información y brindar diferentes alternativas para así poder gestionar intervenciones que proporcionen bienestar y satisfacción a las personas mayores para fortalecer las relaciones interpersonales con sus pares y/o familia.

Nos encontramos en la necesidad de contribuir a fomentar un modelo de vejez que involucre nuevas perspectivas, desde un enfoque integrador y complejo. Esto en el sentido de apostar a una vejez,

compuesta por múltiples factores psicológicos, biológicos, ambientales y sociales, que a su vez está atravesado por una cultura y momento histórico.

Esta investigación brindará un aporte al campo académico, en especial al campo de la Gerontología y Psicogerontología, ya que se basará en indicar cómo son las relaciones interpersonales entre las personas mayores jubiladas, tema no muy abordado en los últimos años.

Planteamiento del problema

Interrogante de investigación

En base a lo anteriormente planteado proponemos la siguiente pregunta:

¿Cómo son las relaciones interpersonales en personas mayores jubiladas de un taller de la memoria de PAMI en la Localidad de Videla, Santa Fe?

Objetivos de la investigación

Objetivo general

- ✚ Describir cómo son las relaciones interpersonales en personas mayores jubiladas de un taller de la memoria de PAMI en la localidad de Videla, Santa Fe.

Objetivos específicos

- ✚ Especificar qué entienden por relaciones interpersonales los participantes del taller de la memoria de la Localidad de Videla, provincia de Santa Fe.
- ✚ Analizar las relaciones interpersonales en las personas mayores jubiladas con sus pares.
- ✚ Identificar los cambios producidos en las personas mayores con respecto a sus relaciones interpersonales antes y después de la jubilación.

Supuestos de investigación

El supuesto que guía el presente proyecto de TIF se centra en que existe un cierto enriquecimiento de las relaciones interpersonales en las personas mayores jubiladas, tanto a nivel familiar como social. Después de años de dedicación al trabajo y a las responsabilidades familiares, las personas mayores jubiladas a menudo tienen más tiempo libre para dedicarse a sí mismas, a las relaciones interpersonales, a reconectar con amigos y familiares, participar en eventos sociales y talleres. Esto les permite fortalecer las relaciones existentes, compartir experiencias, crear recuerdos compartidos y profundizar los lazos familiares y amistosos, percibiendo a sí una mejora en su calidad de vida.

Antecedentes

Como se ha mencionado con anterioridad en el presente proyecto, la temática de las relaciones interpersonales entre las personas mayores jubiladas, no es un tema lo suficientemente abordado.

En la búsqueda de antecedentes se encontró con muy poca información sobre el tema de estudio. Para elaborar el estado de debate del presente proyecto, citaremos fragmentos con información valiosa para nuestra problemática a estudiar, los cuales presentan resultados e información relevante que describiremos brevemente.

Desde la Universidad Autónoma de Entre Ríos, Paula Hintermeister defiende en 2018 la tesis **“Calidad de vida de las personas mayores, en relación al envejecimiento activo mediante la participación en talleres de ejercitación de la memoria”**. Su objetivo general ha sido analizar cómo opera en la calidad de vida de las personas mayores, en lo que se refiere al envejecimiento activo, la participación en los dispositivos de talleres de ejercitación de la memoria del programa UPAMI de la ciudad de Paraná, Entre Ríos.

Entre sus conclusiones nos presenta que los talleres promueven el envejecimiento activo, permitiendo que las personas mayores alcancen una mejor calidad de vida; los entrevistados consideran que los componentes que influyen en ella son, la salud física y mental, la sensación de bienestar, las relaciones sociales, el tiempo libre, el aprendizaje y condiciones económicas. Así, también nos indica que ...“la motivación principal de las personas mayores al asistir a estos talleres es buscar un espacio en donde establecer relaciones sociales y no tanto por el interés de ejercitar las funciones cognitivas”(p.4). Tomamos este aporte, ya que sostiene que las relaciones interpersonales son un elemento que tiene un impacto en la calidad de vida de las personas, siendo la principal motivación a la hora de asistir a un taller.

Asimismo, también desde nuestra institución educativa, M. Lujan Pérez presentó en 2017 su tesis titulada **“Características de las historias de vida de adultas mayores de Paraná”**. La autora se planteó, entre sus objetivos, describir las características de las historias de vida de adultas mayores que participan en talleres de memoria de diferentes organizaciones, entre ellas de UPAMI, en la ciudad de Paraná, a través de un estudio de sus narrativas vitales. Esta tesis nos ha resultado relevante, ya que concluye que los talleres de memoria son dispositivos de socialización que establecen nuevos vínculos y relaciones interpersonales, en los que además las personas mayores reflexionan sobre su vida.

Al referirnos a las relaciones interpersonales, estas pueden establecerse directamente en un espacio y tiempo determinado entre las personas mayores o también mediante las nuevas aplicaciones

tecnológicas como medio de comunicación. En lo que se refiere a esto, la investigación titulada **“Redes sociales y relaciones interpersonales en internet”** de Marqueza Cornejo y M. Lourdes Tapia, fue llevada a cabo en 2011 en la Universidad Nacional de San Luis. Su objetivo ha sido describir y analizar el comportamiento de las relaciones interpersonales profundizando en la comunicación y la innovación tecnológica. De esta forma, concluyeron que se considera necesario valorar desde la psicología el nuevo paradigma que presenta internet en nuestra cultura globalizada, para, desde la responsabilidad profesional, impulsar el uso de estrategias basadas en los nuevos medios de comunicación para promover cambios según la demanda, lo justifique.

Esta tesis nos resulta relevante, por lo que compartimos dicha postura respecto a que las nuevas tecnologías han venido a modificar los modos de relacionarnos, lo que de una u otra manera tiene un impacto en las relaciones interpersonales. Se encuentran casos en los que se vieron favorecidos y en otros en los que las personas mayores prefieren el encuentro para dialogar, con mates de por medio y por qué no jugar a las cartas, completar crucigramas, sopas de letras, etc.

En 2018, Claudia Troncoso y Nayadeth Soto, de la Universidad Católica de la Santísima Concepción, Chile, presentan **“Funcionalidad familiar, autovalencia y bienestar psicosocial de personas mayores”**. Las autoras se plantearon como objetivo relacionar la funcionalidad familiar con la autovalencia y el bienestar psicosocial de personas mayores pertenecientes a la comuna de Huechuraba, Santiago, Chile, durante el año 2016. En consecuencia, concluyen que existe una relación entre funcionalidad familiar y nivel de autovalencia, salud psicológica, relaciones interpersonales y entorno, debido a que aquellos que pertenecen a familias con una mejor dinámica interna, disfrutaban de una mejor calidad de vida. Tomamos este artículo para tenerlo en cuenta a la hora de analizar lo que pueda recopilar de las entrevistas, en cuanto a si las familias más funcionales son las que tienden a establecer mejores vínculos, o si no es así.

A continuación, desde la Universidad Nacional de Frontera, Perú, Diego Estrada et al., presentan en mayo de 2020, pero es aceptado en julio de 2020 su artículo **“La comunicación asertiva: una estrategia para desarrollar las relaciones interpersonales”**. El objetivo ha sido determinar la comunicación asertiva como estrategia para mejorar las relaciones interpersonales de los colaboradores de Nor Autos S.A.C. A través de un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo y no experimental, los resultados indicaron que el género femenino se comunica con frecuencia de manera asertiva a diferencia del género masculino que no es continuo; y con respecto a las áreas, todos se comunican, pero solo de forma laboral.

Agréguense a esto, que los autores retoman a Mendoza et al. (2020), quienes:

Sostienen que la comunicación interpersonal constituye uno de los pilares fundamentales de la existencia de la raza humana; las personas que mantienen relaciones interpersonales adecuadas contribuyen a la evolución de la calidad de vida de sí mismo y de los demás (p. 4).

Nos servimos de este artículo, para tener en cuenta que las mujeres tienden a comunicarse y relacionarse de manera directa con personas de su mismo sexo, teniendo en cuenta no solo aspectos laborales, sino familiares, sociales y afectivos. Así como también entendiendo que las RI suelen ser un indicador de calidad de vida de las personas, ya que generar y mantener vínculos con los otros posibilita el fortalecimiento de lazos entre la misma familia y la sociedad.

Presentamos desde el mismo país, **“La capacidad del perdón y los estilos de vida de gestión del conflicto como variables que afectan a la satisfacción de las relaciones interpersonales de los trabajadores del consorcio textil makitex de la ciudad de Arequipa en el año 2014”** de Maque Bedoya et al., tesis de grado presentada en la Universidad Católica de San Pablo, Perú en 2015. Los autores hacen una lectura de Stoerzer et al. (2009), quienes indican en sus conclusiones "que las mujeres tienden a ser más afectadas en las relaciones interpersonales cuando están en situaciones de conflicto en comparación que los varones" (p. 37). Tomamos esta tesis, para tener consideración respecto a que las relaciones interpersonales no suelen presentarse de la misma manera en mujeres que en los varones; estos últimos se desenvuelven con mayor flexibilidad ante situaciones de conflictos.

Por su parte y desde la Universidad Católica Luis Amigo, Colombia, Katherine López presentó en 2017 **“La importancia de los grupos de personas mayores para el mejoramiento de las relaciones interpersonales”**. La autora presenta una experiencia realizada con un grupo de mujeres adultas mayores en un barrio de la ciudad de Medellín, Colombia, donde se obtiene como conclusión la importancia de los grupos de socialización para el mejoramiento de las relaciones interpersonales, resultando un factor protector de su salud, tanto mental como física. Dada la relevancia de los grupos de socialización, consideramos oportuno establecer que estos se llevan a cabo en un contexto y lugar determinado, como por ejemplo un taller.

Finalmente, retomamos a M. Carmen Carbonell y M. Paz García, quienes presentaron su tesis titulada **“Análisis de las relaciones interpersonales y los conflictos en los centros residenciales para mayores”** desde la Universidad de Murcia, España en 2012. Se plantearon como objetivo primordial conocer y analizar las relaciones interpersonales y los conflictos entre mayores institucionalizados, así como, los efectos en la convivencia y en el clima residencial. En sus resultados se aprecia que las relaciones interpersonales que mantienen las personas mayores en el ámbito residencial son delimitadas. Ubicando que uno de los conflictos surge de la convivencia. Nos parece importante

retomar esta investigación para determinar cómo las relaciones interpersonales pueden verse afectadas ante conflictos o ante la imposibilidad de resolución de alguna situación, lo que da lugar a pensar que para una mejor calidad de las mismas se debe generar un ambiente propicio y de confianza.

CAPÍTULO 2

MARCO TEÓRICO

En esta sección se presentarán las categorías más relevantes que consideramos, serán de guía para llevar a cabo esta investigación y que servirán de respuesta a la pregunta planteada.

Personas mayores

El estudio se enmarca desde la Gerontología como campo interdisciplinario que estudia el proceso de envejecimiento, la vejez como una etapa de la vida y el envejecimiento poblacional, más específicamente desde la *Psicogerontología* que “estudia la salud mental del sujeto envejeciente y envejecido en sus aspectos psicodinámicos, cerebral – orgánicos, cognitivos y vinculares” (Zarebski, 2007, p. 16), es que se concibe el término persona mayor.

Este término se refiere a un sujeto que ha alcanzado una edad avanzada en relación con la esperanza de vida promedio de una determinada población. Sin embargo, es importante tener en cuenta que la definición exacta de persona mayor puede variar según el contexto cultural, social y legal en el que se utilice.

En la Convención Interamericana sobre Derechos Humanos de las Personas Mayores se define como persona mayor “... aquella de sesenta años o más, salvo que la ley interna determine una edad base menor o mayor, siempre que esta no sea superior a los sesenta y cinco años. Este concepto incluye, entre otros, el de persona adulta mayor” (Estados Miembros de la Organización de los Estados Americanos, 2015, Art. 2).

De acuerdo con el texto de la convención y lo que proponen las autoras Roque y Fassio (2016), en cuanto a este término, se plantea que hay variantes entre los 60 y 65 años, pero es en esa franja cuando se considera el momento de ingreso a la vejez. Enfatizando, de este modo, la concepción de personas mayores como titulares de derechos y no objeto de las políticas asistenciales. Por estas razones, a partir de ahora se utilizará el término persona mayor, ya que engloba una perspectiva de género que convierte el término en universal y aplicable a todas las personas sin perjuicio de las identidades de género.

Aunque nos posicionamos desde el término anteriormente mencionado, cabe destacar que podríamos usar adulto/a mayor para referirse en la presente investigación, ya que, es otra forma de referirse al sujeto viejo. Pero como lo hemos indicado con anterioridad, sostenemos dicha posición respecto al campo de la Gerontología y Psicogerontología en las cuales se habla de persona mayor, la cual se sustenta desde un posicionamiento teórico y epistemológico, basándonos en bibliografía actualizada sobre el tema, además que, incluye la perspectiva de derechos y diversidad.

No obstante, debemos tener presente que se ubicaron diferentes formas de nominar a esta franja etaria a lo largo de la historia, las diversas culturas se han referido al sujeto viejo mediante diversos términos como por ejemplo anciano/a, señor/a, senil, entre otros, y más recientemente jubilado/a, adulto/a mayor y persona mayor. Hubo una evolución en lo que respecta a las imágenes e imaginarios sociales, de lo que se conoce como vejez y el significado que conlleva ser viejo/a en la sociedad en la que estamos inmersos. Por lo tanto, la construcción social de lo que es y/o implica la vejez y el envejecimiento no se produce aisladamente, sino dentro de un contexto histórico, económico, político y social.

En la mayoría de los países del mundo se está experimentando un aumento en el número y la proporción de personas mayores. Esto evoca lo que se denomina *envejecimiento poblacional*, el cual es un fenómeno demográfico que se refiere al incremento en la proporción de personas mayores en una población, especialmente en comparación con otros grupos de edades más jóvenes. Este proceso se produce debido a dos factores fundamentales: el aumento de la esperanza de vida y la disminución de la tasa de natalidad (Roque y Fassio, 2016, p. 19).

Si nos remitimos a los datos demográficos, de acuerdo con los datos del INDEC - Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas 2022:

En 1914, la mitad de la población del país tenía hasta 20 años y la de 60 años y más representaba el 4%. Casi un siglo después (2010) la edad mediana alcanzó los 30 años y la población de 60 años y más ascendió al 14,3% (p. 3).

En otras palabras, el envejecimiento de la población es un fenómeno demográfico global que se está produciendo debido a la mejora de las condiciones de vida, los avances en la atención médica y el aumento de la esperanza de vida. Producto de las políticas públicas y asistenciales que se establecieron y organizan en torno a esta población. Esto ha llevado a un aumento significativo en el número de personas mayores en muchas sociedades, lo que plantea desafíos y oportunidades en diversos entornos, como la atención médica, el bienestar social, la planificación urbana y la seguridad económica.

Hasta el momento, se ha justificado el posicionamiento del presente proyecto de TIF desde el campo de la Gerontología y Psicogerontología, que sostienen dicha categoría de persona mayor, a la que hemos optado para referirnos. De igual modo, hablamos de las diferentes nominaciones respecto a la etapa de la vejez y, por último, se menciona lo que es el envejecimiento poblacional.

Ahora, comenzamos a identificar lo que se entiende por vejez y envejecimiento, teniendo en cuenta que, a lo largo del tiempo, la construcción del término envejecimiento y la conceptualización de la vejez han evolucionado desde una perspectiva socio-histórico-cultural y política.

Roqué y Fassio (2016), sostienen:

El envejecimiento en términos individuales es un proceso que se inicia con el nacimiento y finaliza con la muerte, razón por la cual se refiere a su carácter inexorable y progresivo... La vejez es una etapa que no se define solo por un dato cronológico, sino que involucra también, la construcción social que de ella se realiza en cada momento histórico (p.15).

A partir de las ideas de las autoras anteriormente mencionadas, se considera que la vejez es una de las etapas más variable en la vida, ya que está atravesada por diversos factores tanto psicológicos como biológicos, ambientales y sociales, lo que involucra también una cultura y un momento histórico concreto. El envejecimiento como proceso se puede experimentar de diversas maneras, por ejemplo, de conformidad con las diversas formas de vivir y con la combinación de factores anteriormente mencionados.

En las últimas décadas del siglo XX, se fue estableciendo el *paradigma del curso de la vida*, este superador de las teorías del envejecimiento y del ciclo vital. Se considera el desarrollo humano como un fenómeno multidimensional, biológico, psicológico y social, que engloba las diferentes esferas en las que se desarrolla la existencia (Yuni, 2011, p. 20). Esta perspectiva reconoce que la vida de una persona se desarrolla en diferentes etapas, cada una con características y desafíos propios, en la cual algunas capacidades pueden aumentar hasta una edad avanzada, mientras que otras pueden disminuir con el paso del tiempo, esto según cada persona y situación.

Este paradigma fue condición de posibilidad de emergencia de la Psicogerontología debido a que, este campo interdisciplinario, se ocupa del envejecimiento normal y de la salud mental del sujeto envejeciente en cada uno de sus aspectos y formas de abordaje (Zarebski, 2005, pàrr.4).

Teniendo en cuenta los cambios socio históricos- culturales como variables que, desde este enfoque, inciden en el envejecimiento, podemos ubicar que el ciclo vital de una persona es un continuo donde no es posible dividir de manera tajante en etapas, ya que de ser así adjudicamos a cada una de ellas una serie de expectativas y esperables que si no se cumplen quedarían del lado de lo patológico.

Siguiendo a Urbano y Yuni (2014), estos indican que en el ciclo de la vejez:

...el sujeto realiza una re-visión evaluativa de los acontecimientos vividos hasta el presente. Esta re-visión de lo vivido tendrá como objetivo el intentar comprender la propia experiencia de vida a fin de intentar interpretar el sentido de aquello ganado a partir de lo perdido. La posibilidad de extraer ganancias de las pérdidas dependerá del bienestar subjetivo que sienta el sujeto y de la sensación de esperanza que surja frente a aquello que se presente como no adquirido (p.98).

Siguiendo con lo que nos proponen los autores, el sujeto realiza una revisión de aquellos sucesos que ha experimentado a lo largo de su vida, para de este modo hacer una interpretación de aquellas ganancias como pérdidas. El bienestar subjetivo de cada persona es fundamental, ya que determinará cómo actuar ante aquellas pérdidas que se fueron dando a lo largo de toda la vida de las personas mayores.

Teniendo en cuenta nuestra postura respecto al uso del término persona mayor y del paradigma del curso de la vida, pasemos a ubicar la jubilación.

Jubilación

En los últimos tiempos, el tema de la jubilación ha despertado interés, sobre todo ante los acelerados cambios demográficos y el aumento de la expectativa de vida. Este proceso no se da para todos de la misma manera, en el mismo tiempo ni en las mismas condiciones, por lo que cada sujeto tendrá su forma particular de sobrellevar dicho evento. Para que las personas mayores sobrelleven este proceso de la mejor manera posible, se requiere de un abordaje integral y de una intervención gerontológica.

Ahora bien, este concepto remite al proceso o etapa, según diferentes definiciones, en el cual los sujetos cesan de su actividad laboral.

Hernández (2009) plantea:

Desde el punto de vista social y profesional, la jubilación es la situación a la que pueden acceder las personas que, atendida la circunstancia de la edad, cesaron voluntaria o forzosamente en su trabajo profesional por cuenta ajena o por cuenta propia; es el término del desempeño de tareas laborales remuneradas, a causa de la edad (p.63).

Una persona jubilada es, entonces, aquella que, una vez alcanzada una edad estimada, cesa de sus actividades laborales remuneradas, ya sea de manera voluntaria o involuntaria. Sin embargo, existen otras opciones para jubilarse, tales como las moratorias previsionales que se fundamentan en dos

legislaciones: Ley 24.476 (modificada en 2005) y Ley 26.970 (de 2014), conocida como jubilaciones de amas de casa.

La presente medida se encuentra en concordancia con la Ley N.º 24.347 del *Sistema Integrado de Jubilaciones y Pensiones*, la cual establece que: “Las amas de casa que decidan incorporarse voluntariamente al Sistema Integrado de Jubilaciones y Pensiones lo harán en la categoría mínima de aportes, pudiendo optar por cualquier otra categoría superior” (Art 1).

Respecto de esta opción para jubilarse, Pizarro (2020) plantea:

El tipo de reforma previsional que encaminaron las moratorias permitió visibilizar a aquellos disgregados y excluidos, pero sobre todo a un sector prácticamente olvidado: aquellas mujeres que se desarrollaron silenciosamente en el trabajo de cuidado y doméstico no remunerado durante toda su vida activa (p.83).

La misma posibilitó reconocer a aquellas mujeres que durante toda su vida han desempeñado el cuidado y las tareas del hogar, tareas que forman parte de un trabajo no valorado y no reconocido como tal, ya que en su mayoría conllevan gran parte del tiempo de la persona.

Cada país establece la edad jubilatoria para cada profesión, oficio y trabajo, según corresponda a cada caso. De este modo, por ejemplo, profesionales de la salud se jubilan a los 55 años, y un empleado de comercio, a los 65 años, entre otros, siempre y cuando cuenten con los años de aporte correspondientes.

Como hemos indicado, hay una edad que la determina, pero si seguimos a Leturia (1998), este nos dice es “... un proceso que comienza mucho antes de los 65 años, antes del momento de salida del mercado laboral, y que se prolonga hasta bastante más allá de ese momento” (p.2). Siguiendo al autor, entonces la jubilación tiene que ver con un proceso que hace el sujeto previo al retiro laboral y luego del mismo. Por lo que se encuentran casos donde las personas mayores a lo largo de su vida van generando expectativas sobre este proceso, de cómo seguir, qué cosas hacer, etc. Y, por otro lado, tenemos jubilados que se encuentran con un momento incierto, oscuro, de total desesperación.

Siguiendo con lo planteado en el párrafo anterior, respecto a los diferentes modos de llegar a la jubilación, Alpizar (2011) retoma a Sánchez (2000), quien ubica que es “cambio de la adultez y adultez tardía; como una transición que puede estar acompañada de inestabilidad y que incluye cambios en las funciones sociales de la persona” (p.18); supone ciertas modificaciones en los hábitos, tiempo libre, actividades y relaciones interpersonales que se tenían y a las que deberá ir reestructurando. A su vez, se pueden presentar inestabilidades en relación con el estado de ánimo, funciones sociales y hábitos propios de las modificaciones que acarrea ser jubilado.

De este modo, la jubilación implicaría una amplia gama de cambios y tareas en las personas mayores; uno de ellos se centra en lo que respecta a mi tema de interés: las relaciones interpersonales. Estas pueden verse afectadas en algunos casos o, por el contrario, fortalecidas con el paso a la jubilación.

Relaciones interpersonales

Las relaciones interpersonales desempeñan un papel fundamental en la vida de las personas mayores jubiladas, tal cual como lo indica Sandoval (2018), debido a que “estar con otras personas de la misma edad genera interacción y ayuda a mantenerse activo física y mentalmente a los adultos mayores” (p. 1). Después de años de trabajo y dedicación a sus carreras u oficios, muchas personas llegan a la jubilación con un deseo renovado de conectarse con los demás y establecer relaciones significativas.

La jubilación puede ser un momento de transición en la vida de una persona, y es común que las rutinas y las interacciones sociales cambien significativamente. Al dejar atrás el entorno laboral, es posible que las personas mayores jubiladas se enfrenten a la pérdida de contactos diarios con colegas y compañeros de trabajo. Esto puede llevar a sentimientos de aislamiento o soledad si no se abordan adecuadamente.

Cornejo y Tapia (2011) exponen que las relaciones interpersonales se encuentran en constante transformación, las cuales “consisten en la interacción recíproca entre dos o más personas. Involucra destrezas sociales y emocionales que promueven las habilidades para comunicarse efectivamente, el escuchar, la solución de conflictos y la expresión auténtica de uno mismo” (p. 224).

Son variados los prejuicios y estereotipos que se adjudican a las personas mayores, pero uno de ellos tiene que ver con que, a medida que van envejeciendo, se van disminuyendo las relaciones interpersonales. Por el contrario, Martínez (2010) ubica que “las relaciones interpersonales mejoran cuando la gente se va haciendo mayor. Esta paz se debe, según investigadores norteamericanos, a diversos factores: una mejor regulación emocional y la perspectiva de un tiempo limitado de vida, en el caso de los ancianos” (p. 1).

Iacub y Sabatini (2007) en su texto “**Psicología de la mediana edad**”, retoma a Carstensen y Charles (2007) quienes “han propuesto que las explicaciones que se han brindado acerca de la disminución de las relaciones sociales en la vejez se han basado más en ideas y estereotipos en muchos casos incorrectos que en hallazgos de investigación” (p. 39). Este texto es relevante, ya que da cuenta de investigaciones realizadas en distintos países, y que “han demostrado que las personas mayores poseen una vida social muy activa, disponen en su mayoría de redes amplias y suficientes, se encuentran satisfechos con el apoyo del que disponen e incorporan nuevos vínculos durante esta etapa de la vida”

(Arias, 2004; Arias y cols., 2009; Arias y Polizzi, 2010; Fernández Ballesteros, 2009, citado por Iacub, 2007, p.39).

La presente situación puede ser consecuencia de la aplicación del modelo de *apoyo social*, el cual sostiene que “la participación activa en los espacios sociales y la integración familiar y comunitaria incrementan el bienestar y elevan la calidad de vida” (Arias, 2009, p.149).

En ese sentido, la participación puede propiciar un incremento en lo que son *las redes de apoyo* y, por tanto, esto permitiría un incremento del apoyo o soporte social, que según Lacruz y Gómez (1998) es la “percepción subjetiva y personal del sujeto, a partir de su inserción en las redes, de que es amado y cuidado, valorado y estimado y de que pertenece a una red de derechos y obligaciones” (como se citó en Arias, 2009, p.148).

A través de las técnicas seleccionadas para dicha investigación, es que puedo dar respuesta a cuáles son los efectos que la red de apoyo tiene en la calidad de vida de las personas mayores, si es que estas personas mayores lo consideran así.

A modo de síntesis y siguiendo los autores, participar de actividades mejora la calidad de vida de las personas, enriqueciendo las relaciones sociales que se van dando a lo largo de toda la vida y que se relacionan con la sensación de bienestar y la calidad de vida. El modo de implicarse con los otros y el entorno aumenta el bienestar de las personas y la red de apoyo, posibilitando así un mejor proceso de envejecimiento en las personas mayores.

Es por esto que nos ha permitido articular la importancia de las relaciones interpersonales como un factor que incide en la *calidad de vida en el envejecimiento luego de la jubilación*. De acuerdo a la definición de la Organización Mundial de la Salud (1995) se entiende por dicha categoría “la percepción que tiene una persona sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, estándares y preocupaciones” (OMS, 1995, como se citó en Fernández y Rojo, 2011, p.19). Es un concepto de amplio alcance que está atravesado de forma compleja por la salud física de la persona, su estado fisiológico, el nivel de independencia, sus relaciones sociales y la relación que tiene con su entorno. Sin embargo, cada individuo evalúa su calidad de vida de manera distintiva, y esto se debe a su vivencia, valores y deseos (Fernández y Rojo, 2011, p. 20).

En palabras de Fernández y Rojo (2011), la calidad de vida es un constructo que tiene que analizarse bajo el doble enfoque objetivo y subjetivo. Los aspectos objetivos tienen que ver con la red familiar y social, salud, ocio y tiempo libre, entre otros, pueden ser observables y medibles. Por ejemplo, en lo que se refiere a la red familiar y social, evaluar quienes, qué cantidad y con qué frecuencia son visitados. Por otra parte, los aspectos subjetivos tienen que ver con la forma en que la persona valora y

percibe esos aspectos objetivos en lo que se refiere a su influencia en su vida cotidiana, por lo que “estos indicadores se basan en el modelo de bienestar subjetivo, constructo que puede ser aproximado por medidas de satisfacción, felicidad, afectos positivos, afectos negativos “(Michalos 1986; Diener 2006; Sirgy et al. 2006, como se citó en Fernández y Rojo, 2011, p. 342).

Esta forma de entender el concepto de calidad de vida supone que es el sujeto quien hace una valoración de lo que considera sea un determinante de su calidad de vida, que a su vez es diferencial, debido a que el contexto y sistema de valores de cada persona es diferente. Por otra parte, es complejo y, en este sentido, en el informe del Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (2021) nombra un aspecto más, el social. Esto incluye las políticas públicas que se establecen, programas sociales y pensiones contributivas para garantizar la mejora de la calidad de vida de las personas mayores, desde el papel de sujetos activos en la sociedad.

En síntesis, siguiendo con las autoras mencionadas, “la calidad de vida es un constructo global y multidimensional que requiere ser evaluado objetiva y subjetivamente” (Fernández y Rojo, 2011, p.108). La garantía de una mejor calidad de vida en la vejez es una responsabilidad gubernamental, social, comunitaria e individual. Por lo que es importante que todos los actores que forman parte de la sociedad participen plenamente en la planificación e implementación de estrategias y acciones para esta franja etaria. Para una evaluación se debe tener en cuenta que es individual, heterogénea y subjetiva, lo que una persona puede considerar como fundamental para obtener una buena calidad de vida, para otra puede no ser importante.

Añade a esto ciertos factores que influyen en la misma, tales como el bienestar subjetivo y la participación, entre otros. Respecto al primero, se trata de un aspecto subjetivo y es un elemento esencial en la calidad de vida, así como de la participación activa en diversas actividades, talleres, reuniones vecinales, sindicatos, entre otros. Se trata de una sensación de bienestar que puede derivarse de mantenerse activos, participar, establecer relaciones interpersonales de calidad, etc.

Zamarrón (2006) lo define de la siguiente manera:

El bienestar subjetivo es la evaluación que una persona hace de su vida en términos cognitivos (referidos a la evaluación del sujeto sobre su vida) y emocionales (referidos al estado de ánimo del sujeto). (...) El bienestar subjetivo está constituido por tres elementos fundamentales: satisfacción con la vida, afecto positivo y niveles bajos de afecto negativo (p. 6).

En conclusión, el bienestar subjetivo es un componente fundamental de la calidad de vida y puede tener lugar como consecuencia de la participación activa en actividades, talleres, entre otras.

Siguiendo la participación, este puede ser otro de los factores que influyen en la calidad de vida, ya que la presencia, comunicación e interacción con otros tienen consecuencias en diversos aspectos de la vida. En tanto, se presenta como uno de los cambios en las RI de las personas mayores jubiladas, ya que algunos disponen de otros tiempos, gustos e intereses que los llevan a participar en diversos espacios.

Concretamente, es “la capacidad que tienen los individuos de intervenir hasta la toma de decisiones en todos aquellos aspectos de su vida cotidiana que los afectan e involucran” (Gascón y Browne, 2012, p.16).

Es decir, que cada persona tiene la capacidad de decidir lo que le beneficia y lo que cree que le ayuda a su bienestar. Sobre esto, encontramos en las personas mayores entrevistadas que la participación en diversas actividades, tales como el taller, folclore, gimnasia, eventos religiosos, entre otros, propicia la constante actividad con otros individuos, generando bienestar tanto físico como psíquico.

CAPÍTULO 3

DISEÑO

METODOLÓGICO

Tipo de diseño

El diseño del presente TIF (Trabajo Final Integrador) se basó en la metodología de investigación cualitativa “se enfoca en comprender los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con su contexto” (Sampieri, 2014, p.358).

Esta modalidad se interesa por la vida de las personas, que incluye el comportamiento, interacciones, acciones, sentidos e historia, de tal modo que interpreta a todos ellos de forma situada, es decir, ubicándolos en el contexto particular en el que tienen lugar.

En palabras de Salgado (2007), esta metodología “...es más flexible y abierto, y el curso de las acciones se rige por el campo (los participantes y la evolución de los acontecimientos), de este modo, el diseño se va ajustando a las condiciones del escenario o ambiente” (p.72).

El diseño de esta investigación es de carácter descriptivo y transversal:

Descriptivo: Debido a que el fin de esta investigación es describir un fenómeno en su contexto, donde se “busca especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice” (Hernández, 2014, p.92).

Esto es observar a las personas en su entorno natural y cotidiano, sus acciones y comportamientos, escuchando y analizando lo que manifiestan, con el fin de obtener información sobre el fenómeno a investigar, a saber “describe tendencias de un grupo o población” (p.92).

Transversal: De acuerdo con el autor antes mencionado, los diseños de investigación transversal recopilan datos en un solo momento. Su propósito es describir variables y examinar su incidencia e interconexión en un momento concreto.

Selección del contexto

El terreno donde se llevó a cabo la investigación es la localidad de Videla, provincia de Santa Fe, específicamente, en el taller de la memoria correspondiente a PAMI, en el centro de jubilados y pensionados de Videla.

Justificación de la elección de la unidad de estudio

Consideraré al taller de la memoria correspondiente a PAMI, del centro de jubilados y pensionados; debido a que en la localidad solo se encuentran dos talleres destinados a las personas mayores, uno que

se desarrolla en el SUM comunal y el elegido para esta investigación, debido a que tenía contacto con la coordinadora de dicho taller.

Unidades de análisis

Las personas mayores jubiladas del taller de la memoria perteneciente a PAMI de la localidad de Videla, provincia de Santa Fe.

Unidades de información

Se entrevistó a la tallerista del taller de la memoria, con el fin de recolectar información sobre el mismo y la institución.

Tipo de muestra

La investigación se realizó en la localidad de Videla, provincia de Santa Fe, con personas mayores que participan del taller de la memoria de PAMI en el Centro de Jubilados.

En la localidad se dictan dos talleres de la memoria actualmente, uno de ellos es gestionado por la comuna local, mientras que el otro es el que he llevado a cabo las entrevistas para dicha investigación.

La muestra ha sido significativa y no probabilística, ya que no todos los integrantes de la población tuvieron la misma posibilidad de formar parte de la muestra, debido a que eran aproximadamente 18 personas (participantes del taller). Quienes participaron en dicha muestra fueron 6 jubiladas, entre 60 y 70 años. En relación al nivel educativo, se ha constatado que tres de ellas han completado la educación primaria, mientras que las tres restantes poseen una educación terciaria. En lo que respecta al nivel socioeconómico, todas de clase media.

Además, fue intencional porque se tomaron criterios de selección. Esta se hizo evitando generalizaciones y buscando tratar la temática en profundidad. Los criterios de selección de la muestra han sido:

- ❖ Que sean personas mayores jubiladas.
- ❖ Que deseen participar voluntariamente de las observaciones y entrevistas.

Técnicas de recolección de datos

A propósito de la recolección de datos, esta “ocurre en los ambientes naturales y cotidianos de los participantes o unidades de análisis. En el caso de seres humanos, en su vida diaria: cómo hablan, en qué creen, qué sienten, cómo piensan, cómo interactúan, etcétera” (Hernández, 2014, p. 397).

Por lo que, la técnica de recolección de datos se fundamentará en base tanto al tipo de diseño, como al planteo de interrogante que rige este trabajo a desarrollar.

Como principal técnica, se implementaron entrevistas semiestructuradas.

Las *entrevistas semiestructuradas* “se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información” (Hernández, 2014, p.403).

Se determina de antemano la información relevante que se desea obtener. Se formulan preguntas abiertas brindando la oportunidad de obtener más datos de la respuesta, lo cual posibilita la conexión y el avance de los temas, y a su vez requiere de una gran atención por parte del investigador para poder encauzar y estirar los temas.

En este caso, las preguntas de las entrevistas fueron atendiendo a la línea de las categorías teóricas propuestas. Estas categorías anticipatorias se establecieron en primera instancia con el propósito de abordar el problema de investigación, teniendo en cuenta que a partir del trabajo de campo quizás surjan o se tengan que modificar las planteadas.

En el primer acercamiento al taller de la memoria de PAMI, correspondiente al Centro de Jubilados y Pensionados de Videla, la tallerista nos presentó a las participantes. En lo cual se tuvo la palabra para presentarles quienes éramos, por qué estábamos ahí, cuál era nuestro objetivo y qué haríamos.

Luego de este encuadre, se preguntó a la tallerista si podíamos quedarnos a presenciar dicho taller, en lo cual su respuesta fue sí, sin ningún tipo de problema. Durante el transcurso del tiempo, observamos interactuar y conversar tanto con las participantes como con la tallerista, quien muy amablemente estaba a su disposición para responder a cualquier inquietud que desee tener. La clase culminó pactando día y horario en el cual los visitaríamos para comenzar con las entrevistas propiamente dichas.

Las entrevistas a las personas mayores del taller fueron realizadas en el aula del Centro de Jubilados y Pensionados de Videla, encontrándonos entrevistadas y entrevistadora (Camila). Se realizaron tres entrevistas en un encuentro y tres más en otro, es decir, un total de seis entrevistas, cada una de ellas con una persona mayor por vez, las cuales fueron grabadas con el consentimiento de las entrevistadas.

Las preguntas que fueron de guía para desarrollar las entrevistas semiestructuradas fueron planificadas teniendo en cuenta los objetivos de dicha investigación. En consecuencia, se inició indagando sobre la edad, tiempo de participación y motivaciones al taller, a que se han dedicado laboral o profesionalmente, de qué se han jubilado y cómo ha sido ese proceso. Pero más concretamente, ¿qué entienden por relaciones interpersonales?, y ¿cómo eran sus vínculos antes y después de jubilarse?

Una vez realizadas todas las entrevistas, se procedió a desgravar las mismas. En dicho proceso, se fueron considerando y poniendo énfasis en ciertas cuestiones que, en el desarrollo de las entrevistas, no llegaron a tomar cierta connotación.

Técnica de análisis de información

En el análisis de los datos, la acción primordial consiste en la recolección de datos no estructurados, a los cuales les proporcionamos una estructura. Los datos son sumamente diversos, que se componen de observaciones del investigador y narraciones de los participantes (Hernández, 2014, p.418).

Análisis de la entrevista:

Para el análisis de los datos obtenidos, tomamos el discurso textual de las personas mayores en las entrevistas, recurriendo al método de análisis de *frases significativas* para responder a nuestro objetivo general que tiene que ver con: describir cómo son las relaciones interpersonales en personas mayores jubiladas de un taller de la memoria de PAMI en la localidad de Videla, Santa fe. Esto será respondiendo a nuestros objetivos específicos que tienen que ver con: 1) especificar qué entienden por relaciones interpersonales los participantes del taller de la memoria de la localidad de Videla, provincia de Santa Fe, 2) analizar las relaciones interpersonales de las personas mayores jubiladas con sus pares y 3) identificar los cambios producidos en las personas mayores con respecto a sus relaciones interpersonales antes y después de la jubilación.

En relación con Díaz y Badano (s.f), se usan categorías temáticas para describir e interpretar el texto. También se usan modos para crear categorías de sentido a partir de conceptos cercanos a la experiencia, unidades de significación para crear categorías de sentido “... se habla de algo-temas, pero lo que se dice está ligado a un significante, y no a otro, para esa persona en esa instancia de enunciación que tiene que ver con el espacio que le brindamos” (p.3),”.... estos significantes, oraciones cortas, expresiones en las que se identifica el sentido y se personaliza el punto de vista, es el corazón del análisis” (p. 3).

Al decir de los autores, este tipo de análisis nos permitirá ubicar cuál es el punto de vista de las personas en cuestión, en tanto aspiramos a desarrollar un análisis de las narraciones con total

prudencia, definiendo temas y categorías para su desarrollo. Esto posibilitó poder ubicar la singularidad de cada persona mayor en lo que se refiere a sus dichos y/o maneras de entender los vínculos.

De esta manera, el análisis de las entrevistas fue configurado en frases significativas que fueron producto de lo que relataron las personas mayores, con lo cual se fue delimitando teniendo en cuenta los objetivos de la presente investigación.

Se identificaron los aspectos más relevantes de la entrevista, basados en la identificación de frases significativas, así como de los comentarios e impresiones por parte de las entrevistadas durante la misma. Luego de analizar múltiples casos en los cuales ya no se encontró información novedosa, lo que se conoce como saturación, el análisis concluye.

CAPÍTULO 4

ANÁLISIS Y DESCRIPCION DE LOS DATOS OPTENIDOS

Desarrollo de la investigación de campo

Primer acercamiento al campo de investigación

En un primer momento de acercamiento al campo de investigación, se contactó vía telefónica con la tallerista del taller de la memoria de PAMI, de la localidad de Videla, Santa Fe, en la cual se informó el motivo y objetivo de dicha llamada. Como resultado, se pactó una fecha y horario para que podamos asistir a dicho taller. Es importante señalar que unos meses antes, en un encuentro con la tallerista, ya que hemos tenido cierta afinidad, habíamos comunicado que estábamos en proceso de iniciar el TIF. Por lo tanto, le informamos acerca del tema y ella, con gran amabilidad, puso en disposición su espacio para el desarrollo del mismo.

En el primer encuentro presencial, como hemos indicado en el apartado anterior, (dimensión de técnica de recolección y análisis de los datos) la tallerista dio detalles y puso en contexto dicho taller del cual formamos parte, dando cuenta de los inicios del mismo, miembros que forman parte de la institución, de donde surgen las propuestas, actividades que se llevan a cabo, entre otros datos.

A continuación, damos cuenta de dicha información que se recaba de ese primer encuentro (presencial) y la que sumamos al indagar en internet sobre dicha institución.

Centro de Jubilados y Pensionados Nacionales de Videla

En la página oficial de PAMI (2024), encontramos que el 13 de mayo de 1971 se creó el Instituto Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados, más conocido como Programa de Asistencia Médica Integral (PAMI), con el fin de brindar atención médica, social y asistencial a una población específica, los adultos mayores. Está presente en todo el país y cuenta con más de 650 oficinas en capitales, ciudades y pueblos de todas las provincias argentinas. Alcanza alrededor de 4.800.000 de afiliados, entre jubilados y sus familiares a cargo, discapacitados, pensionados y veteranos de Malvinas.

Cuenta con 38 Unidades de Gestión Local (UGL) que son quienes coordinan a las distintas Agencias de Atención de una determinada región, las cuales son más de 600.

En la Ciudad de San Justo, provincia de Santa Fe, se encuentra la agencia de atención o dependencia, donde se realizan todos los trámites y solicitudes que necesite la persona mayor. En la misma se puede consultar por el Centro de Jubilados más próximo a su domicilio, siendo más de 5000 distribuidos en todo el país, para de este modo aprovechar las diferentes propuestas que brindan. El Centro de Videla forma parte de uno de ellos.

En un comunicado de la página oficial de esta misma entidad (2015), a través de su red social facebook, se expresa que los Centros de Jubilados y Pensionados son un lugar de encuentro, donde se puede disfrutar entre pares, las variadas actividades que se ofrecen en forma gratuita y que se encuentran en todo el país.

El centro de jubilados de Videla fue creado el 30 de noviembre del año 1992. Dentro de sus funciones principales, actualmente y desde sus inicios siempre han sido las mismas, se realizan trámites ante PAMI y ANSES para jubilados y pensionados nacionales, como así también el alquiler de elementos ortopédicos. Cuenta con una comisión directiva que, en coordinación con PAMI, lleva a cabo la planificación de acuerdo con las actividades. Las propuestas que se encuentran en dicha institución bajaron desde PAMI, en la cual luego la institución presentó diferentes proyectos a cargo de los talleristas y profesionales que lo iban a llevar a cabo. Hoy en día cuentan con entrega de semillas, pedicura, peluquería, belleza de rostro y uñas, taller de la memoria y clases de gimnasia. Es de destacar que estas últimas dos propuestas son las que más frecuentan los afiliados.

Podemos pensar los Centros de Jubilados y Pensionados Nacionales como instituciones destinadas a la promoción y prevención de la salud, en tanto se generan propuestas y acciones destinadas a la comunidad que permite la participación activa de los mismos en diversas actividades lúdicas y recreativas, de cuidados e higiene personal.

Esta idea constituye una extensión de lo propuesto en la Organización Panamericana de la Salud (2023), donde se expresa “el abordaje de Promoción de la Salud implica una manera particular de colaborar: parte de las diferentes necesidades de la población, fomenta sus capacidades y sus fortalezas, empodera, es participativa, intersectorial, sensible al contexto y opera en múltiples niveles” (p.1).

En efecto, el taller que forma parte de esta investigación, surgió desde una propuesta que se originó desde PAMI, al comprender que impulsar este tipo de acciones fortalece a que las personas mayores estén en actividad y de esta forma puedan de este modo generar una mejor calidad de vida. Es factible inferir que, al interrogar acerca de su llegada al taller, nos informaron que lo llevaban a cabo con el fin de ejercitar su memoria, mantenerse activos y así también por los vínculos que se habían establecido.

Participación en el taller

La presente investigación se enfoca en cómo son las relaciones interpersonales en personas mayores jubiladas del taller de la memoria de PAMI en la localidad de Videla, Santa Fe, correspondiente al año 2023. Dicho taller surgió como una propuesta de PAMI, en la cual se presentó un proyecto que fue aprobado y puesto en funcionamiento en el año 2013. Es coordinado por una psicóloga desde sus inicios, donde actualmente participan alrededor de 18 afiliadas femeninas entre 60 y 73 años.

El taller de memoria no es una categoría a analizar primariamente, sino que solo es el campo donde se realiza esta investigación, pero creemos necesario desarrollar este punto porque los resultados dan cuenta que después de la jubilación, la participación en talleres amplía las RI.

Nos parece importante señalar que la participación y concurrencia en este tipo de espacios de personas mayores es cada vez más habitual, teniendo en cuenta la edad avanzada. Por consiguiente, esto se correlaciona con lo que Roque y Fassio (2016) denominan *envejecimiento poblacional*, el cual es un fenómeno demográfico que se refiere al incremento en la proporción de personas mayores en una población, especialmente en comparación con otros grupos de edades más jóvenes. Este proceso se produce debido a dos factores fundamentales; el aumento de la esperanza de vida y la disminución de la tasa de natalidad (p.19).

En otras palabras, el envejecimiento de la población es un fenómeno demográfico global que se está produciendo debido a la mejora de las condiciones de vida, los avances en la atención médica y el aumento de la esperanza de vida. Producto de las políticas públicas y asistenciales que se establecieron y organizan en torno a esta población, incluyendo como ya hemos indicado, los Centros de Jubilados y Pensionados Nacionales, como instituciones de promoción y prevención de salud.

Desde una visión general de como inicio el taller de la memoria, no fue por una demanda de la comunidad, sino por parte de un programa que vino desde PAMI.

De hecho, cuando se interrogó acerca de cómo llegaron al taller nos comentaban que:

“Por qué me parece que cuando yo iba integraba la Comisión del Centro jubilado, nos invitaron para ir a ese taller. El primer año me parece, las primeras clases, no fui, fui después cuando me empezaron a decir que era muy lindo, que hace ahí fui. Del escuchar, del boca a boca” (Entrevistada 1)

“Por qué acá mi vecina me invitó y me enganché” (Entrevistada 2)

“Porque unas mujeres me incentivaron para ir” (Entrevistada 3)

“..me enteré a través del informe, que publicó la radio, publicó la comuna, que estaban los talleres”
(Entrevistada 6)

Esto nos hace reflexionar sobre que, si bien los espacios no fueron creados por iniciativa de la propia comunidad de personas mayores, las instituciones de la localidad generan propuestas para esta franja etaria, visibilizando su participación activa en este tipo de propuestas. A demás, hemos averiguado que en el otro taller (dictado en el zoom comunal), también hay gran participación de personas mayores. Lo que nos hace reflexionar lo siguiente:

La apuesta desde estas instituciones, podríamos suponer, es desde el enfoque del envejecimiento activo, manteniéndolos activos y no solo en forma física, sino también mental, en la cual se “busca fomentar la participación de las personas mayores en la sociedad y en todos los ámbitos, dotándoles de mayor independencia y dignidad, pero sobre todo dándoles el valor que se merecen” (Atenzia, s.f. párr. 7).

Continuando con la información que nos brinda este Blog de Atenzia (Líderes en atención social y sanitaria en remoto) (s.f), nos indican que:

De este modo, los talleres de estimulación de la memoria para personas mayores sirven para fortalecer e incluso mejorar nuestras habilidades permitiendo así una mayor autonomía e independencia e incluso nos permitirán prevenir o ralentizar la aparición o desarrollo de ciertas patologías que afectan al cerebro (párr. 4).

Por lo tanto, así como este enfoque permite la participación activa de las personas mayores en diferentes ámbitos, como pueden ser educativos, sociales, recreativos, entre estos los talleres de estimulación de la memoria. El cual se basa en el reconocimiento de los Derechos Humanos de las personas mayores y en lo que se refiere a los cinco principios de las Naciones Unidas: independencia, participación, dignidad, cuidado y autorrealización.

Roque y Fassio (2016) nos indican:

El paradigma de los derechos humanos establece principios como los de inclusión social, autonomía, participación de las personas mayores en la vida social y en los organismos que les competen directamente, el fortalecimiento y la universalización de la seguridad social, la dignidad, la mejora de la calidad de vida, la cultura del buen trato y el envejecimiento positivo entre otras cuestiones. En síntesis, este paradigma busca garantizar el bienestar integral de las personas mayores (p.4).

Segundo y tercer encuentro: desarrollo de las entrevistas propiamente dichas

Para abordar la categoría relaciones interpersonales, en el mes de agosto del año 2023, hemos realizado seis entrevistas a personas mayores. La muestra fue en mujeres jubiladas entre 60 y 70 años, debido a que no participan hombres en el taller. Cuatro de ellas han sido jubiladas con la moratoria por amas de casa, otra por docencia y la otra por portera.

Para llevar a cabo las entrevistas y observación, hemos solicitado el consentimiento de las personas mayores y de su tallerista para poder grabar y hacer anotaciones.

Consideramos por motivos de confidencialidad no dar nombres de las personas mayores y la tallerista que han formado parte de la muestra, nos referiremos a ellas como entrevistada 1,2,3,4,5,6.

A continuación se exponen las entrevistas y observaciones llevadas a cabo en el taller de la memoria de PAMI, de la localidad de Videla, Provincia de Santa Fe.

 Entrevistada 1

 Entrevistada 2

 Entrevistada 3

 Entrevistada 4

 Entrevistada 5

 Entrevistada 6

Resultados arrojados de las entrevistas

En cuanto a la categoría relaciones interpersonales:

Para evaluar dicha categoría se llevaron a cabo entrevistas semiestructuras, esto quiere decir, que si bien planificamos una guía de preguntas como eje disparador, en el momento se fueron dando otras, permitió que sea más fluida la misma y que las personas mayores puedan expresarse.

Teniendo en cuenta la definición de relaciones interpersonales, las cuales “consisten en la interacción recíproca entre dos o más persona. Involucra destrezas sociales y emocionales que promueven las habilidades para comunicarse efectivamente, el escuchar, la solución de conflictos y la expresión auténtica de uno mismo” (Cornejo y Tapia, 2011, p.224), es posible identificar en sus respuestas: la palabra vínculo se utiliza como sinónimo de RI, la comunicación con otras personas, la ausencia de

conflictividad, el estar bien con las partes, el bienestar y afectos positivos, entre los más sobresalientes.

Percepción de las relaciones interpersonales

Hemos indicado que el proceso de jubilación conlleva ciertos cambios como los nombrados en el marco teórico del presente trabajo, uno de ellos tiene que ver respecto a las relaciones interpersonales. En esta investigación nos propusimos como objetivo general describir cómo son las relaciones interpersonales en personas mayores jubiladas de un taller de la memoria de PAMI en la localidad de Videla, Santa Fe.

Por lo que, como parte de la misma, especificaremos que entienden por relaciones interpersonales las personas mayores jubiladas. Este objetivo tiene como fin concretar la significación peculiar que tienen los vínculos para estas personas.

Es importante señalar que, aunque he llevado a cabo una división de ejes con el fin de facilitar el análisis y lectura del mismo, la complejidad de la temática puede resultar insuficiente.

Al investigar dicha categoría, pudimos apreciar en sus respuestas ciertas frases que se repetían en cada una de las respuestas de las personas mayores en relación a la misma, por lo que hemos agrupado en función de ciertas frases significativas.

Retomando el marco teórico, las relaciones interpersonales se refieren a cómo las personas se relacionan entre sí y para con sus pares. Entonces, ¿qué entienden por estas?.

De acuerdo con esto, podemos dar cuenta de que la mayoría de las entrevistadas sabían a qué nos referíamos con dicha categoría, en palabras de ellas, nos dicen:

“Las que mantenemos, digamos, a diario, charlando con la persona que se te cruza en el camino”
(Entrevistada 5)

“La amistad es un es un vínculo, entre otras personas, que se hace llevadera” (Entrevistada 6)

A continuación, especificamos que entienden por las mismas las personas mayores que han formado parte de la investigación:

Asociados a otros

En primera instancia, se puede inferir que las RI son conexiones que se establecen entre las personas. Comprendemos de esta manera, la interacción mutua entre las partes, las cuales pueden adoptar diversas formas y niveles de intimidad, de acuerdo con aquellas más o menos cercanas.

“Si, si son las relaciones que establecemos con otras personas, hay vínculos que resultan positivos, que son buenos, de compañerismo que tenemos mucha amistad y otras nos resultan un poco menos cercanos, pero que también establecemos un tipo de relación, viste” (Entrevistada 1)

“Si es una unión entre, o relación entre dos personas que se pueden caracterizar familiar y amistad. Yo pienso que me relaciono bien, bien” (Entrevistada 3)

Entienden que los vínculos que mantenemos varían en su cercanía; algunos son más estrechos y otros más distantes, reflejando la diversidad de relaciones en nuestro entorno.

Asociados a buenas relaciones

Las relaciones interpersonales pueden ser consideradas como buenas o desfavorables, dependiendo de diversos factores, tales como la calidad de la interacción, el impacto en el bienestar emocional y físico de los individuos involucrados, así como de si contribuyen positiva o negativamente al crecimiento personal y social. Por lo tanto, para ellas:

... ”hay vínculos que resultan positivos, que son buenos, de compañerismo que tenemos mucha amistad y otras nos resultan un poco menos cercanos, pero que también establecemos un tipo de relación, viste” (Entrevistada 1)

“Y los vínculos..son buenos xq hice muchas amistades nuevas ya que concurre a todos los talleres” (Entrevistada 2)

“Que son buenos, conmigo son buenas, al igual que mi familia” (Entrevistada 1)

Las buenas relaciones fomentan el apoyo mutuo y la comunicación efectiva, permitiendo, de este modo, que se vayan estableciendo nuevas vinculaciones entre las personas.

Asociados a la ausencia de conflictos

Por otra parte, comprenden que los vínculos están asociados a estar bien con la otra persona, lo que les asigna la característica de ausencia de conflictos, en tanto por su naturaleza pacífica y libre de conflictos entre las partes.

Todo bien, yo no tengo problema con ninguno” (Entrevistada 1)

Sí, no, tengo problema, normal” (Entrevistada 2)

“Porque no tengo problema con nadie, ni con los vecinos” (Entrevistada 3)

“No todo bien y si a mí algo no me cae bien yo lo trago, no lo vuelvo” (Entrevistada 4)

“Yo en realidad no tengo problema de relacionarme con nadie, no se me dificulta. No no noto diferencia ni nada, yo con todos soy igual” (Entrevistada 6)

“Bueno, porque se lleva bien, hay buena comunicación y bueno, porque estamos muy unidos, no hay mala comunicación, no hay mala onda se charla todo” (Entrevistada 6)

Entendemos que esta manera de entender los vínculos está relacionada con que no tienen problemas en relacionarse con los demás, lo que les permite establecer y mantener una comunicación efectiva. Asimismo, en estas relaciones, la ausencia de conflictos no implica necesariamente la falta de desacuerdos, ya que es natural que existan diferencias de opinión y puntos de vista entre las personas. Sin embargo, lo que distingue a estas relaciones es la forma en que se abordan y resuelven estos desacuerdos, priorizando el respeto mutuo, la colaboración y la búsqueda de soluciones constructivas.

Bienestar subjetivo

Al investigar cómo y de qué forma entienden las relaciones interpersonales, las personas mayores otorgan diferentes significados. No obstante, en todos los casos aparece un factor en común: el bienestar subjetivo, la felicidad, el sentirse acompañados por esos vínculos que mantienen a diarios con su familia, amigos y pares.

En palabra de ellos, las relaciones interpersonales significan:

“Sí, sí me hace sentir bien, porque tengo más amistades, poder charlar un rato con ellos es lo mejor”
(Entrevistada 2)

“La comunicación y con mucho amor. Amor, porque te sentís ahí con el grupo, no sé cómo decirte, re amorosos. Y es reírse y reírse” (Entrevistada 3)

“Los vínculos, estoy re feliz mira. Estoy rodeada de gente hermosa. Agradezco a dios por todo”...
“..bueno algo hermoso, estar bien con todos...” (Entrevistada 4)

“Los vínculos, estoy re feliz mira. Estoy rodeada de gente hermosa. Agradezco a dios por todo”
(Entrevistada 4)

“Para mí son maravillosas, que quieres que te diga, no, no, no sabría vivir sin relacionarme con los demás. O soy muy charleta, muy cara rota (risas), pero para mí está mejor que puede llegar a existir”
(Entrevistada 5)

En algunos casos, esta sensación de bienestar se ha originado mediante el aprendizaje, en otros, con los vínculos que mantienen y, por otro lado, en mantenerse activos.

En definitiva, Zamarrón (2006) enfatiza:

Los factores intervinientes en el bienestar subjetivo en las personas mayores son la salud, las relaciones sociales, el ocio, así como también aquello asociado al optimismo, la satisfacción con su vida, el humor, la risa, los estados de ánimo positivos, la capacidad de afrontar los acontecimientos adversos (Zamarrón, 2006, como se citó en Hintermeister, 2018, p.42).

Análisis de las relaciones interpersonales con sus pares

Todos los seres humanos a lo largo de la vida generamos vínculos con otros, en primer lugar, en la familia y luego, a medida que transitamos por otros espacios institucionales o comunitarios, incluimos amigos, ya sea de la escuela, del club, del barrio y del trabajo entre otros contextos, en los que habitualmente se generan relaciones que pueden llegar a ser significativas (Arias y Soliverez, p.2)

Al indagar sobre los vínculos entre las personas mayores jubiladas del taller de la memoria de la localidad de Videla con sus pares, se pueden tener en cuenta las relaciones familiares, de amistad, con vecinos, entre otros, que son de ayuda o apoyo para estas.

Esto se correlaciona con lo que expone Arias (2009) sobre la *red de apoyo social*.

... está conformada por un conjunto restringido de relaciones familiares y no familiares que brindan alguna o varias formas de apoyo. Si bien la persona no recibe permanentemente estas ayudas, puede disponer de ellas en situaciones críticas y fundamentalmente para desarrollar soluciones creativas frente a conflictos y problemas (pp.149-150).

Para poder analizar las relaciones interpersonales entre sus pares, lo que sería su red de apoyo social, la cual incluye familia, amigos, vecinos y compañeros de otras actividades que realizan, en el caso de que hagan, hemos indagado acerca de cómo es su vínculo con cada uno de ellos.

Por lo general, las personas mayores se relacionan con un grupo social más o menos amplio que incluye la familia, los amigos, el vecino, entre otros. Los mismos pueden variar en función de la confianza que le genera ese vínculo, cierta afinidad para hablar determinados temas, así como también los intereses compartidos.

A continuación se presentan los tipos de vínculos que las personas mayores indicaron:

Familiares

La familia suele ser el principal elemento de sustento y confianza para las personas mayores, aunque no suceda en todos los casos, ya que encontramos casos en los que no tienen relación o directamente ese sustento nos lo da otra persona.

Con el examen de las entrevistas, se ha constatado que para estas personas, la familia constituye el principal vínculo a fin de establecer una relación emocional. Entendemos de este modo que encuentran mayor seguridad y comodidad en dichas personas.

“Si, con la familia tenes mucha más confianza que con los amigos, con la familia”, “No, porque a veces me parece que más confianza con la familia. Sí en los amigos muchas veces les contas muchas cosas, que algunos no. Pero la familia para todo” (Entrevistada 1).

“Todo bien, no te voy a decir que no tenemos problemas porque vos también los tendrás. Pero somos muy compañeros y tenemos mucha comunicación. Yo no sé cómo hacen los que viven peleando, no podría, que aburrido. Es tan sano tener comunicación”, “Problemas personales con mis hijas”.

(Entrevistada 2)

“Y lo más seguro siempre es la familia. Porque el resto del entorno por ahí es de desconfiar, la familia” (Entrevistada 6)

Amistades

Las relaciones interpersonales pueden entablarse con los amigos/as, que, en tanto, son esenciales y de gran apoyo para aquellos que llegan a una edad avanzada. Podemos encontrar aquellos vínculos que se mantienen desde la infancia, adolescencia u aquellos que se van estableciendo a corto plazo, debido a la concurrencia a clubes, instituciones, talleres, entre otros.

Tal como sostiene Álvarez (2022), “las relaciones de amistad verdadera se pueden convertir en uno de los vínculos afectivos más fieles. Los mayores establecen desde la juventud amistades que pueden llegar a durar toda la vida. Otras, en cambio, se quedan por el camino” (pàrr.22).

“ La única parte que voy a veces a conversar es de otra amiga, pero unos mates, un rato y nada más”(Entrevistada 1).

“Muy bien. Muy bien. Tenemos una peña de matrimonios que nos juntamos todos los meses y cenamos”. Nos reíamos, hablamos tanto al pedo que sabemos quedarnos hasta las tres de la mañana”

(Entrevistada 3)

En el discurso de las entrevistadas, se constata que este tipo de vínculos se encuentra en su mayoría asociado al conjunto de amigos y amigas que se establecieron a partir de la concurrencia, algún tipo de actividad o talleres que llevan a cabo. Podemos considerarlos como vínculos a corto plazo, ya que se establecieron a partir de las actividades recientes que llevan a cabo y no de aquellas amistades que se establecen desde la juventud.

Comunitarios

Estas son las conexiones que se establecen dentro de una comunidad o grupo social más amplio, como vecinos, compañeros de clubes o grupos religiosos, y pueden contribuir al sentido de pertenencia y apoyo dentro de la comunidad.

Los vínculos con los vecinos podemos considerarlos secundarios, pero no menos importantes que los anteriormente mencionados. Este tipo de vínculo establece la comunicación con aquellos que están más cercanos al domicilio, pero en ocasiones también nos encontramos con que tienen ciertas diferencias; por lo tanto, no tienen demasiada afinidad. En palabras de las entrevistadas:

“Todo bien, yo no tengo problema con ninguno. Si alguno se enoja, yo paso, lo saludo, igual, yo para eso no tengo drama. No soy rencorosa. Me gusta compartir” (Entrevistada 1)

“Viste, yo no tengo vecinos acá” (Entrevistada 1)

“Bien. Pero voy a contarte, tengo la cocina ahí atrás y ni me entero lo que pasa al frente, pero no soy de esas que viven de un vecino al otro, yo en mi casa. Por ahí es la manera de llevarte bien con los vecinos” (Entrevistada 2).

“Suelo hablar mucho acá con la vecina, cualquier cosita ya nos buscamos para charlar”.
(Entrevistada 2).

Nos encontramos con la realidad de que establecen vínculos, pero no tan habituales, o que en ciertos casos tienen algún problema personal; por lo tanto, es muy escaso el intercambio y comunicación.

En resumidas cuentas, tras analizar los vínculos entre las personas mayores entrevistadas con sus pares, nos encontramos con que estas destacan a la familia como el principal sustento de comunicación debido a cierta afinidad y confianza hacia ellos para hablar ciertos temas. Los vínculos de amistad son menos habituales, pero importantes para las entrevistadas, especialmente aquellos que se establecieron a raíz de su participación en el taller de la memoria y, por último, aquellos que se derivan de la cercanía de sus viviendas, en los que indican en su mayoría que son pocos frecuentes, porque no tienen vecinos a su alrededor o porque tienen diferencias personales.

Estos son solo algunos ejemplos de los tipos de vínculos que pueden darse en las RI. Es importante tener en cuenta que las relaciones interpersonales son diversas y pueden abarcar una amplia gama de contextos y dinámicas, y que los vínculos pueden evolucionar con el tiempo en función de las experiencias y las interacciones entre las personas involucradas.

En fin, dado que hemos comprendido y concordado con lo planteado por Arias (2009) que la red de apoyo social es un factor fundamental en el bienestar de las personas mayores entrevistadas, debemos tener en cuenta que no necesariamente será necesario en todos los casos, sino que la funcionalidad y efectividad de la red debe ser considerada de conformidad con cada caso (pp.152-3). Del mismo modo, cabe aclarar que, si bien la familia es el principal sustento de comunicación para estas personas, no es la excepción en todos los casos.

Cambios entre las relaciones interpersonales antes y después de la jubilación

“La jubilación provoca cambios sociales, económicos y familiares en la vida de las personas que llegan al final de su vida activa como trabajadores o profesionales” (Moragas, 2007 como se citó en Hernández, 2009, p.76).

Como hemos indicado en el capítulo 2, respecto a los diferentes modos de llegar a la jubilación, Alpizar (2011) retoma a Sánchez (2000), quien ubica que es “cambio de la adultez y adultez tardía; como una transición que puede estar acompañada de inestabilidad y que incluye cambios en las funciones sociales de la persona” (p.18); supone ciertas modificaciones en los hábitos, tiempo libre, actividades y relaciones interpersonales que se tenían y a las que deberá ir reestructurando. A su vez, se pueden presentar inestabilidades en relación con el estado de ánimo, funciones sociales y hábitos propios de las modificaciones que acarrea ser jubilado.

Nos parece importante poder ubicar en primer lugar las significaciones que le brindan a la jubilación las personas mayores entrevistadas, teniendo en cuenta que, en función de cómo estas comprendan a la misma, serán los cambios que puedan observar en relación a sus RI antes y después de dicho acontecimiento. Por ende, damos cuenta de ello:

Significaciones sobre la jubilación

Como sabemos, la jubilación es un momento significativo en la vida de cada sujeto y, como resultado, puede adquirir diversos significados en función de las experiencias, valores y aspiraciones personales. Podría significar un merecido descanso después de años de trabajo, momento para disfrutar y explorar nuevos intereses. En otros casos, puede ser un período de reflexión y autoexploración de aquello que le brinda bienestar y desea seguir manteniéndolos o no.

Es necesario tener en cuenta que la interpretación de la jubilación varía de un sujeto a otro, lo cual permite que este período de vida sea tan singular y diverso como cada sujeto que lo experimenta.

Los hallazgos evidencian que no existe una gran disparidad entre el momento previo y la jubilación, aunque, en el relato de la mayoría de las personas mayores, se puede apreciar el factor económico como el psicológico. Nos parece importante señalar de nuevo que la mayoría de las personas mayores que participan del taller están jubiladas con la moratoria más conocida, como *la jubilación por amas de casa*.

Factor Económico

El factor económico es el principal factor que indicaron las personas mayores, ya que tiene que ver con pasar a cobrar una retribución económica por todos sus años de trabajo u oficio.

En palabras de ellas, encontramos:

“Y si, yo ya dependía más de lo mío, viste, cuando tenés tu plata, dependes menos del otro”
(Entrevistada 1)

“Voy a tener plata” (Entrevistada 2)

“Si bueno, me llego plata, porque nosotros, mi marido trabajaba mucho en el norte y a veces iba todo bien y a veces costaba” (Entrevistada 4).

Se puede apreciar la importancia que cobra este factor para estas personas mayores, ya que es el primer aporte económico que reciben por todos sus años de dedicación, en el caso de aquellas que fueron jubiladas con la moratoria por ama de casa. Esto le corresponde según la Ley N.º 24.347 del *Sistema Integrado de Jubilaciones y Pensiones*, el cual establece que: “Las amas de casa que decidan incorporarse voluntariamente al Sistema Integrado de Jubilaciones y Pensiones lo harán en la categoría mínima de aportes, pudiendo optar por cualquier otra categoría superior” (Art.1).

A pesar de que es una asistencia económica significativa, en sus discursos se puede constatar una cierta insatisfacción en lo que se refiere al monto, ya que deben efectuar una evaluación de sus gastos para de ese modo llegar a fin de mes. Esto en palabras de ellas:

“Si, como vamos no es para tirar manteca al techo pero bueno sirve” (Entrevistada 2)

Como hemos podido investigar, la jubilación mínima actualmente no supera los \$110.000, monto que, teniendo en cuenta la situación actual del país, no alcanza para satisfacer las necesidades básicas, mucho menos para poder darse los gustos en salidas a comer, viajes, compras, entre otros.

Factor Psicológico

Otro de los factores en la jubilación tiene ver con lo psicológico, el cual tiene que ver con “el grado de afecto que las personas sientan por su trabajo, el grado de entrega a él, o hasta qué punto ansien las actividades de ocio” (Belkis, 2001, como se citó en Campuzano, 2009, p.11).

En las entrevistas hemos cuestionado a qué se han dedicado laboralmente y profesionalmente las entrevistadas. En cuanto a esto, nos encontramos en el discurso de aquellas que consideran que su jubilación se debe al oficio durante tantos años como amas de casa.

En palabras de ellas:

“Laboralmente, bueno, yo bueno, siempre fui ama de casa” (Entrevistada 1)

“Me he dedicado laboralmente de ama de casa, las tareas del hogar” (Entrevistada 2)

“Fui portera siempre, pero también tenía algunos trabajitos de empleada doméstica, salía hacer casas y bueno las labores del hogar que es un trabajo más” (Entrevistada 3)

“Y que las labores del hogar es un trabajo, que casa, que hijos, que todo y más cuando te pones vos en la cabeza” (Entrevistada 4)

“Siempre cuidé anciano y después ama de casa” (Entrevistada 6)

Hernández (2009) se refiere al profesor Moragas (1989), quien destaca que “el significado y las características del trabajo en la sociedad contemporánea están experimentando cambios evidentes” (p.67).

Nos parece relevante poder ubicar este significado particular que adquiere la jubilación en estas personas mayores, ya que consideran que la jubilación percibida actualmente es motivo de todos sus años dedicados a las labores del hogar.

Ahora bien, dicho lo anteriormente mencionado respecto a los significados que le asignan las personas mayores en esta investigación, pasemos a identificar los cambios producidos en las personas mayores con respecto a sus relaciones interpersonales antes y después de la jubilación.

Cambios entre las RI antes y después de la jubilación

Como hemos indicado en el marco teórico, la jubilación puede ser un momento de transición en la vida de una persona, y es común que las rutinas y las interacciones sociales cambien significativamente.

Alpizar (2011) retoma a Sánchez (2000), quien ubica que la jubilación es el “cambio de la adultez y adultez tardía; como una transición que puede estar acompañada de inestabilidad y que incluye cambios en las funciones sociales de la persona” (p.18); supone ciertas modificaciones en los hábitos, tiempo libre, actividades y relaciones interpersonales que se tenían y a las que deberá ir reestructurando.

La jubilación supone una transición significativa en la vida de una persona, y puede afectar las RI de diversas maneras. Al analizar las entrevistas, pudimos percatarnos de que las personas mayores consideran que los cambios más significativos en sus vínculos están en relación con:

Cambios asociados al tiempo

Estos pueden verse plasmados en mayor disponibilidad del tiempo, lo que de alguna manera les permite pasar más horas en sus hogares, como así también decidir, irse de viaje o hacer cualquier actividad. Actividades que, antes de ser jubiladas, quizás no podían realizarse, ya que llevaban la mayor parte del tiempo en su trabajo o en el caso de las amas de casa, donde el mayor número de tiempo era destinado a las tareas del hogar y cuidados de hijos, padres, entre otros.

En palabras de ellas:

“.. ahora tengo más tiempo, tengo más tiempo, estoy en la casa, no salgo a vender” (Entrevistada 1)

“..tengo mucho más tiempo para hacer un viaje, si tengo que irme unos días por ahí no tengo horarios, dispones de otro tiempo” (Entrevistada 6)

Una idea similar puede encontrarse en Hernández (2009), quien nos indica lo siguiente:

...supone la posibilidad de dedicarse a actividades diferentes, de recuperar el tiempo a compartir con el cónyuge y el resto de la familia, la perspectiva de hacer cosas que siempre se han querido hacer y para las que antes no se encontraba la oportunidad o el momento, de gestionar adecuadamente el tiempo libre y el ocio, haciendo que éste sea creativo (p.65).

Como hemos mencionado, uno de los cambios que indican las entrevistadas es que disponen de mayor tiempo, tanto para disfrutar de sus hogares, como para planificar viajes, entre otros. Asimismo, nos señalaron que disponen de más tiempo para sus familias. En ocasiones se podía apreciar en dichos discursos un cierto reproche porque, debido a cumplir con sus tareas, se perdía eventos importantes como los actos escolares, cumpleaños, etc.

“Si, sigue igual todo, igual, sí, igual. Pero si tengo más tiempo para la familia, los nietos me llaman abuela, vamos a tu casa a comer. Bueno, vamos de la abuela” (Entrevistada 1)

“Como que ahora tengo más tiempo para estar con mis hijas, nietos pero ellos también lo hacen al tiempito” (Entrevistada 3)

“Antes de jubilarme, bueno, ahí sí, ahí sí me tengo que reprochar un montón de cosas, porque la docencia lamentablemente me quitó muchísimo tiempo, muchísimas cosas de las chicas...”
(Entrevistada 5)

Cambios asociados a la participación

Otro de los cambios que nos indicaron es en cuanto a que participan de diversas actividades que les generan bienestar, tanto por los vínculos que se establecieron como por estar compartiendo un momento con sus compañeros.

En palabras de ellas:

“Lunes y miércoles voy al gimnasio, los jueves el taller, después todos los días el 6 de diciembre hace 23 años que voy a rezar el rosario a las 15:00 de la tarde, Jesús Misericordioso” (Entrevistada 1)

“Sí, tengo gimnasia y arranqué yoga ahora también” (Entrevistada 2)

“Hago gimnasio dos veces por semanas y práctico folklores una vez por semana” (Entrevistada 5)

Podemos percatarnos de que para estas personas mayores, el estar activos, participar en todo lo que les brinde bienestar y sea de su deseo, es consecuencia de los vínculos que encontraban en esas actividades, ya que los impulsa a asistir y en varios casos, como nos lo indicaron, la lluvia no es un impedimento para perderselo.

Nos encontramos, asimismo, cuando indagamos sobre si el taller tuvo algún impacto en sus vidas, con las siguientes respuestas:

“Si, en mi forma de relacionarme con mis compañeros, mejoró o me di cuenta de que desde que voy al taller tengo más amigas” (Entrevistada 1)

“Si capaz que más amistades, si” (Entrevistada 2)

“Si porque hay mucha charla y eso me gusta. Hablamos de los viajes, las actividades, etc”
(Entrevistada 3)

Esto nos hace pensar cómo participar en diversas actividades, mejora y fortalece los vínculos entre las personas, por lo menos, es lo que nos lo indican. En tanto, se van estableciendo nuevos vínculos, que llevan a que puedan compartir otro espacio, como hemos escuchado, ya que algunos grupitos comparten otras actividades juntas.

Las relaciones interpersonales como factor incidente en la calidad de vida

En resumen, a partir de todo lo analizado anteriormente, podemos pensar las relaciones interpersonales en las personas mayores como un factor incidente en la calidad de vida. Esta idea constituye una extensión de lo propuesto por la Organización Mundial de la Salud (2002), en la cual se entiende por

dicha categoría “la percepción que tiene una persona sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, estándares y preocupaciones” (OMS, 1995, como se citó en Fernández y Rojo, 2011, p.19). Es un concepto de amplio alcance que está atravesado de forma compleja por la salud física de la persona, su estado fisiológico, el nivel de independencia, sus relaciones sociales y la relación que tiene con su entorno. Sin embargo, cada individuo evalúa su calidad de vida de manera distintiva, y esto se debe a su vivencia, valores y deseos (Fernández y Rojo, 2011, p. 20).

“Sí, sí me hace sentir bien, porque tengo mas amistades, poder charlar un rato con ellos es lo mejor”
(Entrevistada 2)

“La comunicación y con mucho amor. Amor, porque te sentís ahí con el grupo, no sé cómo decirte, re amorosos. Y es reírse y reírse” (Entrevistada 3)

“Si porque hay mucha charla y eso me gusta. Hablamos de los viajes, las actividades, etc.”
(Entrevistada 4)

“Para mí son maravillosas, que quieres que te diga, no, no, no sabría vivir sin relacionarme con los demás. O soy muy charleta, muy cara rota (risas), pero para mí está mejor que puede llegar a existir”, “Vuelvo a lo mismo por lo que lo que yo ando, todo lo que charló con la gente, mis actividades, incluyendo el taller. Porque todo eso me lleva a que yo me sienta bien con la gente, con todo el mundo, porque yo sé que puedo charlar con todo el mundo sin tener problemas, sin tener un rencor dentro ” (Entrevistada 5)

A partir de lo expuesto por ellas, se puede constatar que los vínculos tienen un impacto significativo en su calidad de vida. Entendiendo que perciben a los mismos como algo beneficioso para sus vidas, ya que los hacen sentir bien estar y compartir con otras personas, ya sea una conversación, una actividad, un viaje, entre otros.

CAPÍTULO 5

CONCLUSIONES

Conclusiones finales

En el presente Trabajo Integrador Final titulado: *Las relaciones interpersonales en personas mayores jubiladas*, nos propusimos investigar cómo son las relaciones interpersonales entre las personas mayores jubiladas de un taller de la memoria de PAMI en la Localidad de Videla, Santa fe.

Para el abordaje de la misma, utilizamos el diseño metodológico tipo cualitativo, por lo que los datos obtenidos fueron a partir de seis entrevistas semiestructuradas a personas mayores que participaban del taller de la memoria de PAMI en la localidad de Videla, Santa Fe en el mes de agosto del año 2023.

Al momento de analizar la información obtenida, se operó sobre el discurso de las personas mayores entrevistadas, donde utilizamos el método de análisis de frases significativas propuesto por Díaz y Badano.

Teniendo en cuenta la definición de relaciones interpersonales, las cuales consisten en la interacción mutua entre dos o más individuos. Incluye habilidades sociales y emocionales que fomentan la comunicación efectiva, el escuchar, la resolución de conflictos y la expresión genuina de uno mismo (Cornejo y Tapia, 2011, p.224), es que pasamos a enunciar los resultados obtenidos:

En primer lugar, consideramos el Centro de Jubilados y Pensionados de Videla como una institución destinada a la promoción y prevención de la salud, en tanto se generan propuestas y acciones dirigidas a la comunidad, permitiendo la participación activa de los mismos en diversas actividades lúdicas y recreativas, de cuidados e higiene personal.

En segundo lugar, la apuesta desde estas instituciones se fundamenta en el enfoque del envejecimiento activo, manteniéndolos activos no solo en su carácter físico, sino también en su capacidad mental. En consecuencia, además de trabajar lo cognitivo, realizan otras actividades lúdicas y recreativas, lo que les permite establecer una conexión con otros/as.

Acerca del cumplimiento de los objetivos

Nos percatamos de nuestro objetivo general que ha sido describir cómo son las relaciones interpersonales en personas mayores jubiladas, a partir de los hallazgos obtenidos al examinar los objetivos específicos.

Nos resulta relevante identificar que tanto el objetivo general como los específicos de esta investigación pudieron alcanzarse, lo cual nos posibilitó concluir lo siguiente.

Al proponernos “Especificar que entendían por RI las personas mayores jubiladas”, es posible identificar en sus respuestas, la palabra vínculo se utiliza como sinónimo de RI, la comunicación con

otras personas, el estar bien con las partes, la ausencia de conflictividad, el bienestar y afectos positivos, entre los más sobresalientes.

A partir de las frases significativas, agrupamos de la siguiente forma cómo comprenden los vínculos:

- ✚ Asociados a otros, es decir, son conexiones que se establecen entre las personas.
- ✚ Asociados a buenas relaciones, es decir, sin dificultades de relacionarse con los demás, contribuyendo positivamente.
- ✚ Asociados a la ausencia de conflictos, es decir, llevarse bien entre las partes.
- ✚ Asociados al bienestar, un factor en común, que tiene que ver con la felicidad, el sentirse acompañados por esos vínculos que mantienen a diarios con su familia, amigos y pares.

En lo que se refiere al segundo de los objetivos específicos: “*Analizar las relaciones interpersonales entre las personas mayores jubiladas con sus pares*”, hemos indicado el concepto de red de apoyo social, la cual se entiende por el conjunto de relaciones familiares y no familiares que brindan algún tipo de apoyo (Arias, 2009, p.149-150).

Para poder analizar las relaciones interpersonales entre sus pares, lo que sería su red de apoyo social, la cual incluye familia, amigos, vecinos y compañeros de otras actividades que realizan, en el caso de que hagan, hemos indagado acerca de cómo es su vínculo con cada uno de ellos.

A partir de las frases significativas, agrupamos de la siguiente forma los tipos de vínculos:

- ✚ Familiares, el principal elemento de sustento y confianza para las personas mayores.
- ✚ Amistades, en tanto, son esenciales y de gran apoyo para aquellos que llegan a una edad avanzada, pero en definitiva son relaciones a corto plazo.
- ✚ Comunitarios, considerados secundarios, pero no menos importantes que los anteriormente mencionados

Estos son solo algunos ejemplos de los tipos de vínculos que pueden darse en las RI. Es importante tener en cuenta que son diversas y pueden abarcar una amplia gama de contextos y dinámicas, y que los vínculos pueden evolucionar con el tiempo en función de las experiencias y las interacciones entre las personas involucradas.

Y por último, respecto al tercer objetivo específico “*Identificar los cambios producidos en las personas mayores con respecto a sus relaciones interpersonales antes y después de la jubilación*”, damos cuenta que no hay gran disparidad respecto a los vínculos antes y después de la jubilación, en tanto, nos parece importe remarcar que la mayoría de las entrevistas son jubiladas con la moratoria de amas de casa.

En primer lugar, resulta sumamente relevante identificar las significaciones que otorgan a la jubilación las personas mayores entrevistadas, considerando que, en función de su comprensión a la misma, serán los cambios que puedan observar en lo que se refiere a sus RI antes y posteriores a dicho acontecimiento.

Una de las significaciones está relacionada con el factor económico, el cual cobra significado por pasar a cobrar una retribución por todos sus años de trabajo, ya sea desempeñándose profesionalmente, de oficio, en tareas del hogar y el cuidado de hijos/as. El otro significado tiene que ver con el factor psicológico, refiere al grado de afecto u ocio que sienten las personas por sus trabajos, para las entrevistadas lo que hace a las labores del hogar y cuidado de sus hijos, adquiere un valor simbólico puesto en que, hay un reconocimiento de que la jubilación de amas de casa, es un derecho por todos sus años de dedicación.

A partir de las frases significativas, agrupamos de la siguiente forma los cambios indicados:

- ✚ Asociados al tiempo, mayor disponibilidad de tiempo para disfrutar de sus hogares, familia y viajar.
- ✚ Asociados a la participación, en talleres, eventos religiosos, gimnasia, yoga, folklore, entre otros, generándoles bienestar, compartir el momento, con sus compañeros.

En conclusión, respecto a los resultados obtenidos en esta investigación, queremos remarcar que los mismos se refieren a las relaciones interpersonales en el grupo estudiado, pero no significa que esas personas no puedan desarrollar otro tipo de relaciones fuera del grupo. Con esto queremos decir, que si bien ellas entienden las RI de esa manera, indicando esos tipos de vínculos, esas significaciones respecto a la jubilación y, por último, dichos cambios antes y después de la jubilación, esto no es una generalidad. Podemos entrevistar a otras personas mayores y los resultados pueden, no ser similares a los obtenidos en esta investigación.

A modo de cierre de este análisis, pensamos las relaciones interpersonales entre las personas mayores como un factor incidente en la calidad de vida, teniendo en cuenta que para las entrevistadas los vínculos tienen un impacto significativo en su calidad de vida. Entendiendo que perciben a los mismos como algo beneficioso para sus vidas, ya que los hacen sentir bien estar y compartir con otras personas, ya sea una conversación, una actividad, un viaje, entre otros.

Acerca del supuesto

Nuestro supuesto se centraba en que existe un cierto enriquecimiento de las relaciones interpersonales entre las personas mayores jubiladas, tanto a nivel familiar como social. Tras el transcurso de este trayecto, se puede constatar, en tanto, nos indicaron que al disponer de más tiempo y de la

participación en variadas actividades, fueron desarrollándose nuevos vínculos, lo que les genera bienestar en sus vidas.

Nuevos interrogantes

Con el fin de concluir la presente investigación, se presentan los siguientes interrogantes: ¿La percepción de que la participación en talleres mejora las RI, será similar en personas mayores que asisten a otros espacios, como, por ejemplo, una clase de gimnasia?, ¿Las personas mayores jubiladas que no participan en talleres u otros espacios similares, tendrán las mismas percepciones acerca de sus RI?.

BIBLIOGRAFÍA

* Alpizar, I. (2011). La jubilación y la calidad de vida en la edad adulta mayor. *Revista de la facultad de ciencias sociales*, 31(42),18-26.

[Dialnet-JubilacionYCalidadDeVidaEnLaEdadAdultaMayor-4792283 \(3\).pdf](#)

*Alvarez, M. (2022). Descubre los 5 Tipos Principales de Relaciones Personales en Ancianos. *Miresi*, parr.22.

[https://miresi.es/blog/relaciones-personales-en-ancianos/](#)

* Arias, C. (2009).La red de apoyo social en la vejez. Aportes para su evaluación. Revista de Psicología da IMED, Brasil.

[https://seer.atitus.edu.br/index.php/revistapsico/article/view/20](#)

* Arias, C y Soliverrez, C. (s.f). La red de apoyo social en la vejez y el vínculo con el/la cuidador/a domiciliario/a.

[https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/la_red_de_apoyo_social.pdf](#)

* Bedoya, M & Carrasco, L. (2015). *La capacidad del perdón y los estilos de vida de gestión del conflicto como variables que afectan a la satisfacción de las relaciones interpersonales de los trabajadores del consorcio textil makitex de la ciudad de Arequipa en el año 2014*[Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de San Pablo].

[http://repositorio.ucsp.edu.pe/bitstream/UCSP/14957/1/BEDOYA_MAQUE_ROS_CAP.pdf](#)

* Campuzano, M, A. (2009). *Significados y creencias frente al proceso de jubilación en parejas de jubilados*. Universidad de la Sabana.

[https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/7489/124051.pdf;jsessionid=FBD27C7C48F2A21B1C12BB13BE9602D3?sequence=1](#)

* Carbonell, C y García, M. (2012). Análisis de las relaciones interpersonales y los conflictos en los centros residenciales para mayores. *Portularia*, XII(1), 17-27.

[https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=161024645003](#)

* Cornejo, M., & Tapia, M. L. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. *Fundamentos en Humanidades*, XII(24), 224-229.

[https://www.redalyc.org/pdf/184/18426920010.pdf](#)

* Díaz, R y Badano, M, R. (s.f). Ficha de cátedra. *Análisis de la entrevista: frases significativas*. Paraná: Facultad de Trabajo Social, Universidad Nacional de Entre Ríos.

* Dirección de Estadísticas Poblacionales (2022). *1 de octubre día internacional de las personas de edad*. Dossier estadístico, INDEC.

https://www.indec.gob.ar/ftp/cuadros/poblacion/dosier_personas_edad_2022.pdf

* Estados Miembros de la Organización de los Estados Americanos. (2015). *Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Persona Adultas Mayores de 2015*.

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/convencion_interamericana_sobre_la_proteccion_de_los_derechos_humanos_de_las_persona_mayores_-_texto_oea_0.pdf

* Estrada, D et al,. (2020). La comunicación asertiva: una estrategia para desarrollar las relaciones interpersonales. *Revista Latinoamericana de Difusión Científica*, 2(3), 4-12.

<http://www.difusioncientifica.info/index.php/difusioncientifica/article/view/18/20>

* Fenoy, R y Cristóbal, M. (2022). Que es la dependencia emocional. *AESTHESIS Psicólogos Madrid*.

<https://www.psicologosmadridcapital.com/blog/consiste-dependencia-emocional/>

* Fernandez, G. y Rojo, F. (2005). *Calidad de vida y salud: planteamientos conceptuales y métodos de investigación*. Territoris nº 5, Universidad de las Islas Baleares, España.

* Fernandez, G. y Rojo, F. (2011). *Calidad de vida y envejecimiento, la visión de los mayores sobre sus condiciones de vida*. Fundación BBVA.

<https://drive.google.com/file/d/1B-S68G69HvezBzwSOZqgIaWLn027l3XS/view>

*Gascón, S y Browne, M. (2012). Especialización en Gerontología Comunitaria e Institucional. Módulo 8: Estrategias de participación de los adultos mayores. Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata y Ministerio de Desarrollo Social.

*Hernández, G. (2009). Cese de la actividad profesional y preparación para la jubilación. *Cuadernos de Relaciones Laborales*, 27(2), 63-81.

<https://revistas.ucm.es/index.php/CRLA/article/view/CRLA0909220063A/32229>

*Hernández, S et al. (2010). Metodología de la Investigación. (5ta. ed.). México: Mc. Graw-Hill

https://www.academia.edu/20792455/Metodolog%C3%ADa_de_la_Investigaci%C3%B3n_5ta_edici%C3%B3n_Roberto_Hern%C3%A1ndez_Sampieri

*Hernández, S, et al. (2014). Metodología de la Investigación. (6ta ed.). México: Mc. Graw-Hill

<https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

*Hintermeister, P. (2018). *Calidad de Vida de las Personas Mayores, en relación al Envejecimiento Activo mediante la Participación en Talleres de Ejercitación de la Memoria* [Tesina de Licenciatura en Psicología, Universidad Autónoma de Entre Ríos].

[Tesina Final.pdf](#)

* Iacub, R. (2001). *Proyectar la vida, el desafío de los mayores*. Buenos Aires. Editorial Manantial.

https://books.google.com.ar/books?id=UKC_kdbc_F4C&pg=PA82&lpg=PA82&dq=RELACIONES+INTERPERSONALES+IACUB&source=bl&ots=NCHuFHsB_i&sig=ACfU3U3n4eHQ0YJCG5ozKt2V6NphdwhV2Q&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwiC486u7q7qAhWsHLkGHdN3DiMQ6AEwBnoECAsQAQ#v=onepage&q=RELACIONES%20INTERPERSONALES%20IACUB&f=false

* Iacub, R y Sabatini, B. (2007). *Psicología de la mediana edad y vejez* [Especialización en gerontología comunitaria e institución, Universidad Nacional de Mar de Plata].

<https://www.desarrollosocial.gob.ar/wp-content/uploads/2015/05/Gerontolog--a-Comunitaria-Modulo-31.pdf>

* Instituto Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados. [PAMI]. (26 de octubre de 2015). *Los Centros de Jubilados y Pensionados son un lugar de encuentro donde disfrutar entre pares de las variadas*. [Imagen adjunta] [Publicación de estado]. Facebook.

https://www.facebook.com/pami.org.ar/posts/centros-de-jubiladoslos-centros-de-jubilados-y-pensionados-son-un-lugar-de-encue/984554601611270/?locale=es_LA

* Instituto Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados. [PAMI]. *Que es PAMI*. pami.org.ar. Recuperado el 19 de enero de 2024.

<https://www.pami.org.ar/#>

* Leturia, F. (1998). Jubilación y calidad de vida. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 33(1)9-16.

<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-jubilacion-calidad-vida-13011661>

* Ley N° 24241 del Sistema Integrado de Jubilaciones y Pensiones (13 de octubre de 1993).
<http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/0-4999/639/texact.htm>

* Ley N° 24.347 del Sistema Integrado de Jubilaciones y Pensiones (27 de junio de 1994).
<http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/0-4999/729/norma.htm>

* Líderes en atención social y sanitaria en remoto. (s.f). Envejecimiento activo: que es y cual es la clave. *Atenzia*.

<https://teleasistencia.es/es/blog/ocio-en-la-tercera-edad/claves-para-el-envejecimiento-activo>

* López, M. (2017). La importancia de los grupos de adultos mayores para el mejoramiento de las relaciones interpersonales. *Poiésis*, 33, 23-25.

[file:///C:/Users/cami-/Downloads/journalsauthors,+La+importancia+de+los+grupos%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/cami-/Downloads/journalsauthors,+La+importancia+de+los+grupos%20(1).pdf)

* Martínez, Yaiza. (2010). Las relaciones personales mejoran en la vejez.

https://tendencias21.levante-emv.com/las-relaciones-personales-mejoran-en-la-vejez_a4620.html

* Organización Panamericana de la Salud (Noviembre de 2023). Promoción de la salud. Recuperado el 2 de noviembre de 2023 de <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>

* Pérez M. Del Lujan (2017). Características de las historias de vida de Adultas Mayores de Paraná [Tesis de grado, Universidad Autónoma de Entre Ríos].

*Pizarro, T. (2020). Amas de casa jubiladas: una revisión sobre el Plan de Inclusión Previsional. En *Revista de Estudios Sociales Contemporáneos* N° 22, IMESC IDEHESI/CONICET, Universidad Nacional De Cuyo, pp. 65-87.

<https://www.redalyc.org/journal/6459/645971960005/645971960005.pdf>

Roqué M., Fassio A. (2016) Políticas Públicas sobre Envejecimiento en los países del Cono Sur. Cap. 1. Los desafíos del Envejecimiento: Políticas Públicas y Envejecimiento (13-43) FLACSO. Ministerio de Desarrollo Social de la Nación.

<https://www.algec.org/biblioteca/POLITICAS-PUBLICAS-VEJEZ.pdf>

* Rueda, E.(2017). Calidad de vida en la vejez. [Tesis de grado, Universidad Abierta Interamericana].

<http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC131720.pdf>

*Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y desafíos. *Liberabit*, 13 (13), 71-78. Recuperado el 19 de abril de 2023.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68601309>

* Sandoval, E. (2018). *Tercera edad y la importancia de las relaciones interpersonales*. Instituto de políticas públicas en salud. IIPSSUSS.

<https://www.ipsuss.cl/columnas-de-opinion/eduardo-sandoval/tercera-edad-y-la-importancia-de-las-relaciones-interpersonales>

* Satorres, E. (2013). Bienestar psicológico en la vejez y su relación con la capacidad funcional y la satisfacción vital [Tesis doctoral, Universidad de Valencia].

<https://core.ac.uk/download/pdf/71008265.pdf>

*Troncoso, C & Soto, L. (2018). Funcionalidad familiar, autovalencia y bienestar psicosocial de adultos mayores. *Horizonte Médico (Lima)*, 18(1), 23-28.

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1727-558X2018000100004&script=sci_abstract

* Yuni, U. (2011). *La vejez en el curso de la vida*. Encuentro grupo editor.

https://repository.supsi.ch/7429/1/yuni_2011.pdf

*Zamarrón, C. (2006). “El bienestar subjetivo en la vejez”, Portal Mayores, Informes Portal Mayores, nº 52. Lecciones de Gerontología. Madrid.

*Zarebski, G. (2005). El por qué de una especialización. *Psicomundo*.

[Tiempo Numero 17 - Noviembre 2005 - El por qué de una especialización - Graciela Zarebski \(psicomundo.com\)](#)

*Zarebski, G. (2007). Envejecimiento, Memoria Colectiva y Construcción de Futuro. Montevideo, Uruguay: Psicolibros Universitarios.

<https://www.studocu.com/es-ar/document/universidad-autonoma-de-entre-rios/psicologia-del-desarrollo-iii/34-zarebski-envejecimiento-un-enfoque-interdisciplinario-e-integrador/13436289>

ANEXOS

Modelo de entrevista inicial a personas mayores

- ¿Qué edad tienes?
- ¿Hace cuánto tiempo que asistís al taller de memoria?
- ¿Qué te motivó a asistir al taller por primera vez?
- ¿Cuáles eran las expectativas con las que comenzaste?
- ¿Qué significa para vos participar en el taller de memoria?
- ¿A qué te has dedicado?, ¿Te jubilaste?, ¿de qué y a qué edad?
- ¿Cómo fue ese proceso?
- ¿Tienes conocimiento sobre que son las relaciones interpersonales?, ¿consideras que son importantes?
- ¿Cómo eran tus vínculos antes de jubilarte con tu familia? Y con tus amigos, vecinos? ¿y ahora?
- ¿Cómo son las relaciones interpersonales con los demás participantes del taller?, ¿y por fuera de este taller?
- ¿Asistís a otro taller o actividad?, ¿ha tenido algún impacto en tus vínculos?
- Para cerrar que me podrías decir con respecto a las relaciones interpersonales....

Entrevistas a Personas Mayores

Del taller de la memoria- Centro de Jubilados Videla.

Entrevistada 1

Edad: 70 Años.

Lugar de la entrevista: Taller de la memoria del Centro de Jubilados y Pensionados de Videla.

-¿Hace cuánto tiempo que asistís al taller de la Memoria?

Y empecé como 1 año antes de la pandemia. Después se paró, así que de ser unos 5 años, digo yo, a ver, sí, capaz y de la pandemia, tendría que buscar el cuaderno y fijarme en el primer cuaderno, pero capaz que 5... El jueves 12 del mes marzo del año 2015. Así que hace como 8 años.

-¿Y fuiste siempre?

No fui únicamente los días de pandemia, por supuesto, y si algún día estaba enferma, claro, siempre bueno, me hago ese lugarcito siempre.

- ¿Qué te motivó a asistir al taller?

Yy más de todo, viste la amistad. La charla la charla y repasar siempre algo, viste siempre algo aprende. Sí viste, siempre te acordas en las tablas, de las multiplicaciones, a mí me gusta matemáticas, lengua no me gusta, hacer composiciones, esas cosas nunca me gustó.

- ¿En el taller hacen de todo, o sea, es decir, le va dando todas las clases de algo distinto?

Si. Lo que me gusta mucho es pintar. Me encanta cuando nos da mándalas, me encanta pintar.

-¿Cuáles eran las expectativas con las que comenzaste?, ¿Con qué pensaste que te ibas a encontrar?

Y nada de todo que se yo. Con las amigas, con las amigas, la tallerista que es muy buena, muy compañera.

- ¿Ah, claro, y pero cómo llegaste al taller?

Por qué me parece que cuando yo iba integraba la Comisión del Centro jubilado, nos invitaron para ir a ese taller. El primer año me parece, las primeras clases, no fui, fui después cuando me empezaron a decir que era muy lindo, que hace ahí fui. Del escuchar, del boca a boca.

-¿Qué significa para vos participar en ese taller?

Es algo lindo, qué sé yo, me encanta. Aprende siempre algo nuevo, claro, este siempre aprendes algo porque la tallerista siempre algo te da, ahora estamos con los juegos de mesa, viste, es lindo. Después festejábamos, salimos a festejar la primavera, sabíamos ir al parquecito antes, viste. Llevábamos que se yo, como que se llamaba?.. el cotillón, mate y torta y la pasábamos lindo.

-¿Pero eventos, así tipo la primavera?

Si, a veces la tallerista tenía que presentar algo a veces hacer algo sobre la primera y hacíamos

-¿Y los hacía hacer cosas a ustedes?

Juegos, hacíamos juegos, todos sentados tomando mate.

-¿A qué te has dedicado laboralmente?

Laboralmente, bueno, yo bueno, siempre fui ama de casa. Muchos años tejí a máquina, después ya dejé y empecé a vender avon, hace 27,28 años que vendo, hoy sigo, pero ya estoy dejando, ya estoy grande, así que es muy poquito, hago algunos acá cerca y nada más. Me dedico a las plantas, me gusta mucho el jardín.

-¿Otra terapia?

Si alto que una terapia las plantas. Te olvidas de muchas cosas con las platas.

- ¿Te jubilaste?

Sí, sí con la de ama de casa, creo que todas merecemos como cualquier empleado hoy, porque trabajamos todo el día las amas de casa, estamos pendiente de los trabajos de la casa, de los hijos, en todo viste.. tenemos que atenderlos cuando son chicos, cuando van a la escuela, el trabajo de ama de casa es de todo el día. Por eso creo que todas merecemos la jubilación como cualquier trabajador, como las empleadas domésticas, amas de casa, meremos todos lo mismo. Yo siempre decía que cuando me jubilaba dejaba Avon, no lo dejé. No gano, te digo que no saco lo mejor. No sé, en estos momentos, los últimos años capaz que te quede, no sé si te quedará 500 pesos por campaña y lo hago por, porque me gusta y aparte tengo las cosas para mí y las chicas, todo a precio de costo, pero también tengo las clientas fijas que me llaman por teléfono, entonces me encargan la crema o llevo el folleto y ahora folleto y poco, porque tú lo dijiste todo digital, la gente grande no lo mira, tengo que tener un folleto y ahora sale caro setecientos pesos en la campaña.

- Y encima que cuando te lo pasan virtual medio, que no lo miras.

No, no es lo mismo porque después me lo piden capaz, el mismo librito y ahí te compra.

-¿Te jubilaste entonces con la jubilación de ama de casa?

Si, con la de ama de casa. A los 61 años.

-¿Cómo fue ese proceso?, ¿Te lo venias esperando, te costó el tema de los papeles?

Me hizo todo la abogada. Fue voy a ver si me puedo jubilar y bueno, pagué la parte atrasada, pero fue fácil.

-¿Venias haciéndote la idea de que tenías que jubilarte o no?

Si yo siempre decía algún día me voy a jubilar, mi papá siempre me quería aportar esta revisión popular, pero no deja, le dije que no.

-¿Y vos sentía como que era un proceso que lo tenías que hacer o si no te jubilabas, no pasaba nada?.

No, yo dije en ese tiempo estaba mal, se necesitaba, porque mi marido no tenía sueldo, era de lo que el trabajaba nomas.

- ¿Y notaste que cambió en algo cuando te jubilaste?

Y si, yo ya dependía más de lo mío, viste, cuando tenés tu plata, dependes menos del otro.

-¿Otro cambio que notaste, sacando lo económico?

No todo igual, todo igual no tengo drama. No sé.

- Bueno, ahora es más especial del tema. ¿Tienes conocimiento sobre qué son las relaciones interpersonales?. Las relaciones interpersonales la uso como una categoría teórica pero en sí, son los vínculos.

Si, si son las relaciones que establecemos con otras personas, hay vínculos que resultan positivos, que son buenos, de compañerismo que tenemos mucha amistad y otras nos resultan un poco menos cercanos, pero que también establecemos un tipo de relación, viste.

-¿Cómo te relacionas con los demás, con tu familia?

Todo bien, yo no tengo problema con ninguno. Si alguno se enoja, yo paso, lo saludo, igual, yo para eso no tengo drama. No soy rencorosa. Me gusta compartir.

-¿Y consideras que son importantes'?

Si, si, mantener vínculos y ayudar a la gente en lo que puedo, sí.

-¿Cómo eran tus vínculos antes de jubilarte con tu familia?

Todo igual, no cambio en nada. Lo que podía darles antes y ahora más, así que nada.

¿El tiempo que disponías antes y el de ahora es el mismo?, con tus hijas, por ejemplo.

No, ahora tengo más tiempo, tengo más tiempo, estoy en la casa, no salgo a vender. Tengo más tiempo ahora, pero escúchame ... Lunes y miércoles voy al gimnasio, los jueves el taller, después todos los días el 6 de diciembre hace 23 años que voy a rezar el rosario a las 15:00 de la tarde, Jesús Misericordioso. No fui únicamente el tiempo de pandemia que la parroquia estaba cerrada o solamente cuando estoy enferma o cuando viajo, por qué me gusta cuando puedo, me gusta mucho viajar. Empezamos cuando estaba enferma X y el padre propuso ir. Después se curó y dijo por que no hacíamos la novena. 9 días después dijo, por qué no lo sigue y lo seguimos. Con Y fuimos siempre compañeras hasta que ella pudo caminar y cuando a ella le costó mucho, mucho venir, bueno ella dejó. Pero compartimos como 17,18 años el rosario de las 15:00 de la tarde. Así que más tiempo, pero más ocupada, sí, sí, ocupada estoy siempre. Cuántas veces se vienen las chicas, claro. Te ahora el domingo si los domingos sagrado, estoy siempre.

-Entonces antes de jubilarte hacías estas actividades.

Si, sigue igual todo, igual, sí, igual. Pero si tengo más tiempo para la familia, los nietos me llaman abuela, vamos a tu casa a comer. Bueno, vamos de la abuela. Lo que no le di a los hijos, se lo doy a los nietos. Y con mis hijas antes no tenía tanto tiempo, tejia mucho, ahora si tengo más tiempo para ellas.

- En cuánto a tu familia ya te pregunte, entonces, ¿y con tus amigos o vecinos?

Viste, yo no tengo vecinos acá. Los amigos sí, son todos iguales, pero con la vecina (amiga) hace una semana que no nos vemos, pero siempre es así.

- ¿Son de juntarse a comer por ejemplo?

A tomar unos mates a la tarde. La única parte que voy a veces a conversar es de otra amiga, pero unos mates, un rato y nada más.

- ¿Cómo son tus relaciones con los compañeros del taller?

Buenísimo.

-¿Con algunos tienes más afinidad que otro?

No no, con todos igual. Cada uno llega y va a su lugar. Ya tenemos el lugar. Casi siempre nos sentamos en el mismo lugar. Si yo no sé algo, el de al lado me ayuda o entre todos nos ayudamos.

-¿Los lugares se establecieron como llegaron se sentaron o la tallerista las acomodó así?.

No, no, nos sentamos como llegamos. Entonces cada cual siguió ocupando ese lugar en la misma mesa, bien como la mesa familiar. Yo no tengo referencias ni con uno ni con otro.

-Por fuera del taller, me dice que va a la Iglesia, que otra actividad hace?

Después me gusta jugar los bingo, vamos, sí, bingo, que hay en la escuela, de los abuelos voy. Todo eso sí, eso me gusta. Compartir una tarde alegre.

-¿Ha asistido a otro taller o actividad?.

Taller solo al de la memoria y actividad, sí, gimnasia y el rosario a las tres de la tarde. Todos los días ocupada, sí, porque si no es un lado del otro, solo hoy estoy todo el día en casa por ejemplo.

-¿El taller tuvo algún impacto en tu vida?

Si, en mi forma de relacionarme con mis compañeros, mejoró o me di cuenta de que desde que voy al taller tengo más amigas. Porque había gente con la que nunca nos juntábamos y ahí viste te encontras a charlar un rato. Si en la vereda conversar en el negocio, o sea tener más amigas.

-¿Qué destaca de, por ejemplo, de esas amigas?

De ellas de compartir ahí. Todo bueno, no tengo mala referencia por ninguna.

- ¿Los temas que salen en las charlas, de que tratan?

Por ejemplo, no hice la tarea. Hoy decimos que salimos con algún cuento que nos reímos nosotros mismos. La profe se rie con nosotros, se divierte, porque del taller siempre salimos con otra cosa.

-¿Qué me podrías decir con respecto a los vínculos, a las relaciones interpersonales?

Que son buenos, conmigo son buenas, al igual que mi familia.

-¿Sos de tener más afinidad con alguien en especial?, hay ciertos temas que se hablan, por ejemplo, más con la familia que con los amigos.

Si, con la familia tenes mucha más confianza que con los amigos a través de la familia, con la familia.

-¿Pero por qué la familia? ¿O porque sentí que tenes más confianza con ella?

No, porque a veces me parece que más confianza con la familia. Sí en los amigos muchas veces les contas muchas cosas, que algunos no. Pero la familia para todo.

Cierre de agradecimiento y entrega de presente por su participación.

Entrevistas a Personas Mayores

Del taller de la memoria- Centro de Jubilados Videla

Entrevistada 2

Edad: 60 Años.

Lugar de la entrevista: Taller de la memoria del Centro de Jubilados y Pensionados de Videla.

-¿Hace cuánto tiempo que asistís al taller de la memoria?

Este año arranque, este año.

- ¿Cómo llegaste?

Por qué acá mi vecina me invitó y me enganché. No hacía nada antes porque estaba en el campo. Hace un año me mude, el año pasado vine un tiempo porque estaban los albañiles. O sea, después de acá arranqué con todo esto y ya.

-¿Cuál es la expectativa con la que comenzaste?

Y la verdad que primero me costó.

-¿Pero que en qué sentido?

Porque la verdad que el contenido que daban me costaba mucho. Pero fue por falta de ejercitación. Sí, sí, ahora ya me adapte bien. A veces cuando no estás mucho en el ejercicio, te cuesta entrar en el tema, te cuesta arrancar.

- ¿Qué te motivó a asistir?

Por qué mi vecina me decía que era lindo, pero yo muchas ganas no tenía. Pero este que se yo y después cuando porque te digo la verdad me cruzaba de ella para que me guíe un poco, pero no, ahora ya le agarré.

Pero era como falta de costumbre.

-¿Estudiaste, completaste algún nivel?

Si, si la primaria. Para sacar cuentas con la cabeza, no te cuento. Y ahora porque está el celular, está la computadora, la calculadora, y ni saben las tablas.

-¿Qué significa para vos ir al taller?, ¿Cuál es el motivo que te motiva o no sé decir, por ejemplo, voy para estar con mis compañeros, voy para aprender algo?

No, no, ahora me gusta. Por el ambiente, porque aprender, no aprendemos mucho. Por la charla, siempre alguna que se mandó una macana. Ni te cuento si va C, es pura risa y las que se manda.

-¿Era la que estaba sentada ese día en la otra mesa, en la esquina?

Si ella.

- ¿A qué te has dedicado en tu vida?

Me he dedicado laboralmente de ama de casa, las tareas del hogar.

-¿Te jubilaste?

En eso ando, ahora el lunes voy a ir de la contadora a ver que me dice, pero no, no, está todo, pero viste por ahí siempre algo se complica.

-Te jubilas con la jubilación mínima?

Si, como vamos no es para tirar manteca al techo pero bueno sirve. Ni que hablar, si tienen que pagar el alquiler, los remedios. Mira te cuento, yo y mi marido hace 5 años que tenemos los medicamentos gratis. Acá la secretaria del Centro de Jubilados y Pensionados te hace completar un formulario para pedir que te los den gratis, y ella manda todos los papeles al PAMI. Pero para tener asistencia acá al centro de jubilados se tiene que hacer socia, es doscientos pesos por mes, pero sería, porque pero cuando vos tenes que por decirte sacar un turno te lo saca ella, tenes la pedicura que te cobra quinientos pesos. Gimnasia pagamos dos mil sino pagaríamos tres mil y tenemos para la limpieza de cutis, bueno, eso me parece que ya está por terminar. Pero y la peluquera que sale cuatrocientos, para hacerte las uñas. Y ahora, el treinta tenemos un viaje al Santa Fe gratis.

-Bueno, entonces me dijiste que te estás por jubilar. ¿Notas en que algo va a cambiar?

Voy a tener plata.

-¿Y en otra cosa?

No, no yo pienso que nada va a cambiar.

-¿Venías haciéndote la idea de que te jubilarías?.

No, no. Sí, tengo que esperar dos, tres, cuatro meses no importa. No cambia nada.

- ¿Tenes conocimientos sobre qué son las relaciones interpersonales?, las relaciones interpersonales son los vínculos como vos te vincula con tu familia, con tus amigos, con los vecinos.

Y los vínculos..son buenos xq hice muchas amistades nuevas ya que concurro a todos los talleres. como gimnasia, taller de la memoria. Sí, no, tengo problema, normal.

-¿Considera que son importantes?

Y sí.

-¿Porque?

Cómo te podría decir...Quisiera decir de no andar mal entre vecino, entre la familia, no tengo palabras para decírtelo.

-¿Consideras que ayuda a tu bienestar?

Y sí.

-¿Cómo eran tus vínculos con tu familia?

No, no, todo bien.

-Pero sí de tener, hablar ciertos temas, o sea, mucha comunicación.

Sí, sí, sí

-¿Y con los vecinos?

Bien. Pero voy a contarte, tengo la cocina ahí atrás y ni me entero lo que pasa al frente, pero no soy de esas que viven de un vecino al otro, yo en mi casa. Por ahí es la manera de llevarse bien con los vecinos.

-Y bueno, ¿pero ahí eso se modificó, por ejemplo, cuando estabas en el campo.

No, no, allá no tenía mucho vecino tampoco, pero porque ni hay gente.

-¿Cómo son tus vínculos con los participantes del taller?

No, todo bien. Con todos bien.

-Con alguno tenes mas afinidad?

Con todos me llevo bien, pero bueno al que tenes al lado siempre tenes mas vinculo que con el que está sentado en otra mesa.

-¿Por fuera del taller?

También todo normal. No hay ningún problema.

-¿Asistís a otro taller?, o actividad?

Sí, tengo gimnasia y arranqué yoga ahora también. Es todo este año. Y yoga iba de S, pero lo que daba es muy para gente joven digamos, revente mis muñecas yo, lo que pasa que yo peso cien y pico y ella es mucho apoyo de manos. Así que dejé y me compuse de la muñeca pero no fui más. Viste que la G da yoga y ese si es para mí es más tranqui, es hermoso nada que ver, lo que estoy haciendo también es el taller de panificación allá en el Poli, que son los lunes, a las dos de la tarde.

-¿Te gusta hacer esas actividades?

Sí. Y había arrancado pero no me gustó, un taller en el zoom. No me gusto, porque nos preguntaba a nosotros que queríamos hacer.

-¿A estas actividades porque vas, que es lo que más destacas?

Por qué estoy acá, me queda a mano y en vez si yo tendría que venir de allá, no lo haría. Ahora que estoy acá lo hago, me gustaba siempre, pero no me iba a hacer un viaje.

-¿Pero vas más por hacer algo de actividad?

Si, y acá tengo más tiempo. En el campo era otra rutina, acá no tenes la gallina, el chanco, nada. Pero también porque me gusta.

-¿Ha tenido algún impacto en vos o algo viste que te modificó ir a estos talleres?

Si capaz que más amistades, si.

-¿Y a nivel físico cómo te sentís?

Mira, bien, bien. Ah, voy a la nutricionista también.

- Pero, ¿por qué decís que más amistades?

Y por qué te juntas con personas, tenes mas amistad con el grupo, digamos.

-¿Te hace sentir bien eso?

Sí, sí me hace sentir bien, porque tengo más amistades, poder charlar un rato con ellos es lo mejor.

Y si no vas una semana, ¿quieres volver porque te gusta hacerlo o porque quizás extrañas estar con tus compañeros?

Y las dos cosas. La verdad que todos los días tengo algo. Y el día viernes el único día que me resulta largo el día porque no tengo nada, como que te mantiene activa también. Los miércoles tengo de ocho a casi diez panificación, a las dos y media tengo yoga, y ya me quedo porque a las cuatro tengo gimnasia. Poquito pesadito se hace el día porque llego de un lado para otro.

¿Pero entonces si no tienes algo para hacer en el día, ¿cómo que te sentías?

Como estoy casi siempre sola no pasa nada, no es lo mismo que cuando hay gente en la casa que un poco andas para todos lados.

-¿Y con tu familia como es la relación?

Bien, bien. Son devenir mucho a visitarnos.

-La última decime lo primero que se te venga de la cabeza sobre los vínculos?

No la verdad que no tengo nada que decir, todo bien.

-Pero ¿Con quién son de hablar más?.

Suelo hablar mucho acá con la vecina, cualquier cosita ya nos buscamos para charlar. Problemas personales con mis hijas.

-¿Con tu esposo?

Todo bien, no te voy a decir que no tenemos problemas porque vos también los tendrás. Pero somos muy compañeros y tenemos mucha comunicación. Yo no sé cómo hacen los que viven peleando, no podría, que aburrido. Es tan sano tener comunicación.

Cierre de agradecimiento y entrega de presente por su participación.

Entrevistas a Personas Mayores

Del taller de la memoria- Centro de Jubilados Videla

Entrevistada 3

Edad: 69 Años.

Lugar de la entrevista: Taller de la memoria del Centro de Jubilados y Pensionados de Videla.

-¿Hace cuánto tiempo asistís al taller de la memoria?

Y hace como cinco años.

-¿Cómo llegaste al taller?

Porque unas mujeres me incentivaron para ir.

-¿Los cinco años siempre fuiste?

Si, en pandemia no sé hacía. Nos mandaba el trabajo ella por el celular, o cuando llueve también.

-Ese medio se te complica?

No no, y si no tengo los chicos que me sacan de apuro.

-¿Qué te motivo asistir al taller?

Porque me parecía que iba hacer algo bueno, para la memoria, porque llegando a esta edad, la memoria se nos va junto con los años.

-¿Con que expectativa comenzaste?

Pensé en el fondo que sería eso.

-¿Hay algo que te gustaría que cambie?

No no nada, te voy a decir la verdad lo que me gusta es la matemática quisiera más sobre eso.

-¿Qué significa para vos ir al taller?

Una diversión, porque la pasamos de diez por el grupo y la profe, ella es re piola.

-¿A qué te has dedicado?

Fui portera siempre, pero también tenía algunos trabajitos de empleada doméstica, salía hacer casas y bueno las labores del hogar que es un trabajo más.

-¿Cuántos años estuviste como portera?

Uff, mira más de veinte cinco.

-¿Te jubilaste de portera?

Si si.

-¿Hace cuánto?

Hace seis años.

-¿Cómo fue ese proceso?

Yo no la esperaba, siempre decía nunca me voy a jubilar. Y después llegó el momento que los chicos están cada vez más cachafas y dije, no basta, hasta llegue. Fue por los chicos, como había chicos buenos, había chicos que te hacían poner loca. Pero siempre decía no, nunca me voy a jubilar.

-¿Así que la decisión fue más por los chicos?

Fue por los chicos, sí, pero yo podía seguir unos años más.

-¿Y eso te modificó algo?

No, no porque la tengo tan cerquita que yo de acá, la miro por la ventana. Después entre en la comisión y suplante eso. No sentí alivio, pero si la sentí mucho, pero la pude llevar.

-El tiempo que dedicabas a la escuela como portera, luego cuando te jubilaste, en que lo ocupaste?

Y bueno tenía la casa, los nietos.

-Y ahí apenas te jubilaste, hacías otra actividad?

Gimnasia. Pero no fue enseguida, fue al tiempito que una vecina hincho tanto, que dije y bueno. Aparte folklore hago también.

-Por lo que me decís, todas las actividades empezaste hacerlas luego que te jubilaste?

Si, si antes no tenía tiempo. Estaba todo el día en la escuela, es que era mucho y llevaba mucho tiempo. Siempre cuando trabajaba en casas de familia eran tres o cuatro casas, antes de empezar con la escuela, después sostuve ambos un tiempo y termine con lo de portera nomas.

-¿Tienes conocimiento sobre qué son las relaciones interpersonales?, los vínculos son como te relacionas con tu familia, con los vecinos.

Si es una unión entre, o relación entre dos personas que se pueden caracterizar familiar y amistad. Yo pienso que me relaciono bien, bien.

-¿Por qué piensas que bien?

Porque no tengo problema con nadie, ni con los vecinos.

-¿Considerar que son importantes?

Sí. Pienso que bien, no sé qué dirán ellos.

-¿Cómo eran tus vínculos antes de jubilarte con tu familia?

Ah, igual que ahora. Como que ahora tengo más tiempo para estar con mis hijas, nietos pero ellos también lo hacen al tiempito.

-¿Tenes amigos?

Sí, si.

-¿Y como la relación con ellos?.

Muy bien. Muy bien. Tenemos una peña de matrimonios que nos juntamos todos los meses y cenamos.

- ¿Y qué hacen en la peña?

Nos reíamos, hablamos tanto al pedo que sabemos quedarnos hasta las tres de la mañana.

-¿Cómo son tus vínculos con los participantes del taller?

Para todos iguales. Ya, te digo que ya tenemos lugarcito, no te digo que tengamos algún problema, cuando llegamos al taller nos ubicamos así.

-Pero sí tendrían que cambiar de lugar?

No, no me importa. Tengo algunos compañeros que vamos junto a folklore también.

-Y por fuera del taller?

Con los de folklore, de 10, es un grupo hermoso, porque nos llevamos todos bien. Nunca tuvimos ningún problema. Charlamos continuamente de todo, la profe a veces nos tiene que hacer callar.

-De esas actividades que es lo que te gusta?

Mira me gusta estar en grupo, con mucha gente, pero también por lo que hacemos. Es el estar ahí con otros.

-¿Si un día no vas a esas actividades, como te sentís?

Ay me parece que me falta algo, pero trato de no faltar por eso.

-Ese me falta algo que quiere decir?

Y es extrañar estar juntos, las actividades, el grupo. Cuando salgo del taller por ejemplo me siento muy relajada.

-Que me podes decir respecto a los vínculos, lo primero que se te venga a la cabeza

La comunicación y con mucho amor. Amor, porque te sentís ahí con el grupo, no sé cómo decirte, re amorosos. Y es reírse y reírse.

-Para comunicarnos tenemos varios medios, el celular, la computadora, entre otros. ¿Con cuál te sentís más cómoda?

Con el cara a cara mil veces, te entiendes mejor.

Cierre de agradecimiento y entrega de presente por su participación.

Entrevistas a Personas Mayores

Del taller de la memoria- Centro de Jubilados Videla

Entrevistada 4

Edad: 70 Años.

Lugar de la entrevista: Taller de la memoria del Centro de Jubilados y Pensionados de Videla

-¿Hace cuánto que asistís al taller de la memoria?

Este es el segundo año.

-¿Cómo llegaste?

Bárbaro, me gusto, me encanto, es una cosa que viste, aparte de hacer cosas para la memoria, aunque me sigo olvidando de las cosas pero por mi edad pero después jugamos y viste eso te saca, te saca. Me gusto.

-¿Qué fue lo que te motivo a ir?

Lo que hacemos y la compañía de las amigas, chicas que las conocía pero que no tenía mucha intimidad de amigas. Eso fue lo que más me gusto viste. Formamos otro grupo de amigas.

-¿Con que expectativas llegaste al taller?

Realmente no tenía idea a lo que iba, pero si pensé realmente que lo iba a necesitar mucho por mi cabeza, pero mi cabeza sigue igual, olvidándose, cosas de viejas, igual veo que con chicas jóvenes pasa lo mismo que te olvidas, y todos me consuelan. Pero ahora ultimo viste, no se, me parece que estoy muy olvidada, dejo algo en el fuego y me olvido y así viste. Estoy con tratamiento con el neurólogo, viste. A veces quiero decir un nombre y no me acuerdo, y es conocido. Lo mismo dos veces estaba haciendo milanesas, las saco y al rato ciento olor a quemado me había olvidado la hornalla prendida.

-¿Qué significa para vos ir al taller?

Me encanta, me gusta mucho. Ahora estamos organizando el picnic que justo cae jueves de la primavera. Ahí vamos a tener que poner un cartel de ocupado ahí en el playón, porque va a estar lleno. No no, me gusta mucho, ¿qué significa? que es bueno para mí, en todo sentido, que practico la mente porque hay cosas que hay que preguntar cómo se hacen, pero viste la chica te explica muy bien y es muy divina, asique si me gusta.

-¿A qué te has dedicado laboralmente o profesionalmente?

Yo me recibí en San Justo, de profesora de bordado a máquina. Bueno bordaba mucho particular y cuando me fui a Santa Fe di clases en dos escuelas, remplazos viste. Después me vine acá y ya tenía que anotarme para ir a San Justo, tenía a mi hija chiquita, entonces ahí me quede. Y después me quede acá en casa cocía, bordaba todos los guardapolvos del jardín que antes se bordeaban no se ahora, después cocía, después deje, hacia también pastelitos que fueron famosos acá en Videla que aun todos me están pidiendo todavía, con la última operación de mi marido ya deje. Criar a mi bisnieta junto con mi hija, ella es divina al igual que su mamá.

-¿Te jubilaste?

Si, con la de ama de casa.

-¿Qué significa para vos, la jubilación por ama de casa?

Y que las labores del hogar es un trabajo, que casa, que hijos, que todo y mas cuando te pones vos en la cabeza.

-¿Cómo fue ese proceso?

Bastante bien, aunque no me lo esperaba. Fue una cosa que sucedió que muchos han hecho y bueno lo aproveche que se va hacer.

-¿Notaste algún cambio?

Si bueno, me llego plata, porque nosotros, mi marido trabajaba mucho en el norte y a veces iba todo bien y a veces costaba.

-¿Notaste algún otro cambio, aparte de lo económico?

No, no. Aunque si después que crecieron nuestros hijos con mi marido nos hacíamos dos o tres viajes al año, cuando las cosas ya estaban mejor. Fuimos a corrientes, las cataratas, entre ríos, bastantes viajeros.

-¿Tenes conocimiento sobre que son las relaciones interpersonales?

Qué?

-Los vínculos, como vos te relacionas con los demás, con tu familia, amigos, vecinos, etc.

No todo bien y si a mí algo no me cae bien yo lo trago, no lo vuelvo.

-¿y porque?

Porque no soy de pelear no soy de contradecir, bueno más vale, por más que sé que tienen razón o a lo mejor no me callo, no soy de pelear. A mí me pueden estar pisando y no voy a reaccionar, por ahí me puedo defender en algo pero no. Lo dejo con lo que ellos dicen, por más que por dentro no sea así. Ahora estoy bastante dedicada a la iglesia, yo antes iba para las fiestas de vez en cuando mi marido también, pero no todos los días me confesaba que se yo. Cuando falleció mi marido fui 4 meses, después deje de ir, cuando se confirmó mi biznieta yo fui hice dos escalones que son grandes lleno de gente, el tercero me lo trague y me caí arrodillada, no me hice nada pero miro para arriba y estaba la cruz entonces yo dije entre mí, me parece que dios me está llamando dije yo, y bueno al poquito tiempo tome fuerza y me confesé y entre al grupo de los dolores de la virgen asique ahí nos reunimos y estoy más con la iglesia, asique me ayuda.

-Entonces, que son los vínculos para vos?

Para no sé, espera explícame.

-Lo primero que se te venga a la cabeza

Emm que son los vínculos?, bueno algo hermoso, estar bien con todos, eso es lo que yo quiero, espero que mis hijos no se peleen por nada.

-¿Cómo eran tus relaciones con tu familia antes de jubilarte?

Bueno ya te digo, la hemos pasado un poco mal, pero viste yo era todo para ellos, los chicos gracias a dios siempre tenían algún empleíto, pero bien.

-Pero, ¿tenían mucha comunicación o notaste que luego de jubilarte pudiste tener más tiempo, entre otras cosas?

No no, todo igual. Yo me hacia los ratitos para ellos.

-Y con los amigos u vecinos?

Risas.... Fíjate mis vecinos, mi hija y la de la esquina. Con ella es imposible, ella una vez que iba con mi nieta a comprar ahí a la vuelta, nos siguió nuestro perrito y ella tenía como cinco y veinte gatos, bueno entonces cuando volvíamos ella me tiro con un palo que me rozo, todo porque íbamos con el perro. Con ella siempre problemas, y los del barrio nadie la aguanta, porque te dice cosas y viste, no puede ser.

-¿Y con los compañeros del taller?

Con todos bien, por suerte y nos ayudamos bastante entre todos. Pero todo bien. Somos todos re compañeros.

-¿Por fuera del taller?

No todo bien, yo en ese sentido saludo hasta los perros mira (risas).

-¿Asistís a otro taller u actividad?

No, no. Solo el de la memoria. Porque antes estaba en otro lado, me quedaba más lejos y ya ocuparía más tiempo. Este me queda más cerca y voy a joya y a la iglesia.

-¿Tuvo algún impacto sobre tus vínculos ir a ese taller?

Si porque hay mucha charla y eso me gusta. Hablamos de los viajes, las actividades, etc.

-Que te genera estar ahí?

Me gusta mucho, el otro día me fui con paraguas aunque llovía con todo. Me gusta si mucho, todo lo que nos hace hacer, las cosas para aplicar la mente, que si no entiendes ella te ayuda y después los juegos.

-Si me tenes que decir algo sobre los vínculos, que me dirías?

Los vínculos, estoy re feliz mira. Estoy rodeada de gente hermosa. Agradezco a dios por todo.

Cierre de agradecimiento y entrega de presente por su participación.

Entrevistas a Personas Mayores

Del taller de la memoria- Centro de Jubilados Videla

Entrevistada 5

Edad: 64 Años.

Lugar de la entrevista: Taller de la memoria del Centro de Jubilados y Pensionados de Videla.

-¿Hace cuánto que asistís al taller de la memoria?

El año pasado empecé bien, bien decirte, pero me parece que julio, agosto, empecé. El año pasado. Sí, sí, un año.

- ¿Qué te motivó asistir al taller?

Mi memoria, estoy muy muy muy floja de memoria y consulté con un neurólogo en Santa Fe. Y aparte, bueno, de darme una pastillita que vale una fortuna, no sé si voy a seguir tomándola. Me dice me gustaría que asistas a un taller de la memoria, dice, si hay ahí en tu pueblo, sí, es más lo da mi sobrina. Ajá. Bueno, dice, anda que te va a reforzar, pero viste lo que es el taller acá es un cago de risa. Es para reírse, es para pasar el rato, voy porque realmente me gusta y me siento bien y vengo con la cabeza abierta. Me encanta.

-Así que no participabas de otro taller?

No, no, no. A mí me hablaban del taller de la memoria y decía ¿Qué es eso?, viste. Nunca me llamo, o sea, tenías ganas de ir, pero a su vez le esquivaba, porque era la larga la siesta. Y para mí esa hora, me tira, me tira mal, yo me voy acostado a la siesta antes de irme y voy dormida. Hasta que llego allá, me reí un rato y ahí me terminé de despabilarme. Pero más que nada fue por eso, porque me derivó un médico, hasta que no me lo dijo el médico. No arranque.

- ¿Y con qué expectativas comenzaste?

O sea, me esperaba que era otra cosa, que era algo más exigente, que era algo más, digamos que te tenían cortito, si bien conozco a mi sobrina, obviamente, pero no es lo mismo mi sobrina que la profesional. ¿Me entendés? Hay que un poco separar las aguas, lo mismo que vos vengas acá y dentro de un rato estén vaya a tu consultorio. Entonces, me fui te digo de que sí, que como que nos iban a exigir un poco más, si bien nos exige la tallerista, pero no al a raja tabla, pero...

-No considerabas que era como para ir a trabajar la memoria, pero no onda escuela?

Claro, claro. No, no, no, no. Onda aula no, me encontré con un grupo de gente maravillosa, este, que ya te digo nos morimos de risa porque decimos -- Ay, no, es un cago de risa.

-¿Qué significa para vos ir al taller?

¿Qué significa? Significa mucho, porque ya te digo, vengo con la mente abierta, vengo despabilada, aprendo cosas., porque voy a escuchar las historias de las demás y de todas saca un poquito, ¿viste?, y como en las tareas que nos da de ahí o en las que hacemos en casa, la que no sabe una, te ayuda la otra. Es como que es un aula de gente grande.

-Así que fijate que entraste por una cosa y estas en otra

Si si estoy en otra. Sí, sí, sí. Pero me ayuda en la memoria. Ajá. Me ayuda porque hay trabajos que te hace empezar. Antes de ayer nos dio un trabajo, por ejemplo, donde primero tenías que sacar unas cuentas y después había un cuadro como si fuera el de la lotería y tenía que unir los resultados que te daba y tenía que formar algo.. Sí, sí, sí, sí, así que tenías que ir prestando atención y no equivocarte, porque si no le erraste. Y yo le erre en una en una operación y no me daban, no no me salían dibujitos, hasta que de atrás, me dice tía tenes un cálculo mal. Y, bueno, y ahí empecé a revisar todo y estaba el cálculo mal, y por eso no me daban el dibujito, que en un simple barquito.

-¿Y entonces notaste algún cambio de que arrancaste a como venías antes?

Es muy poco tiempo, pero. ¿Qué sé yo qué decirte si cambió o no...

- O sea, si hoy tienes que decirme, mira, arranqué por esto, por ejemplo, tu motivo. ¿Y hoy te paras y decís me sirvió?

Yo digo que sí. Yo digo que sí, que me sirvió. Soy bastante vaga en lo que es manualidades. Ahora, pues ya para la semana que viene nos pidió para hacer manualidades, en eso sí. Bastante vaga. ¿Viste? O sea, vaga en el sentido que yo no sé si la docencia me sacó la paciencia, pero yo quiero algo de que empezar y terminar. Eso de de de de hacer un poquito cada tanto no, no. No va conmigo, pero lo tengo que hacer.

-Me dijiste. Laboralmente, ¿a qué te has dedicado?

Y fui docente. Treinta y cinco años de docente. Ahora estoy gozando de mi jubilación.

-¿Hace cuánto que te jubilaste?

Nueve años

-¿Cómo fue ese proceso?

No, no, no, no, no, no, no, no me lo esperaba porque me fui antes, porque me acuerdo que tenía cincuenta y dos años, y llegué un viernes a casa, y mi cabeza me dijo, te juro que me habló y me dijo hasta acá llegaste. Claro, yo venía trabajé diez años en el campo, eso hace, eso déjalo aparte. Pero cuando llegaba acá, tenía cuartos, de treinta y cinco, treinta y ocho, cuarenta y dos, chico, que había que domar. Claro, porque vienen con todas las Ñañas del jardín, que no está mal. Ojo. Ojo. Las chicas del primer ciclo te me siguen las ñañez del jardín, entonces, cuando llegan a cuarto, se encuentran, los chicos se encuentran con una pared, porque no es el pobrecita, no mi amor, no, ya en cuarto es otra cosa. Sí, sí. ¿Me entendés? Y más con semejante cantidad de chicos. Sí, hoy en día -- Claro no encontré esa -- Claro, hoy en día yo me plantaba, el primer día me presentaba, y qué se yo, viste, no, o sea, sí, los dejaba que se acomoden ellos en su lugar. ¿Viste? Donde ellos que días y todo, y les decía que, bueno, que yo me llamaba E5, que era la señora E5, que conmigo iban a tener momentos para jugar, momentos para reírse, momentos para estudiar. Cuando yo decía, se terminó, se terminó y los chicos me querían. Porque cuando uno saltaba con un chiste y bueno, y ya empezamos con el chiste, por decirte diez minutos y esos diez minutos de despabilamiento para ellos ya estaba. Eran unos santos.. Y en todos los grados me pasaba lo mismo, en séptimo grado, por ejemplo, yo ellos amaban salir del aula, claro, que ellos eran treinta. Y me habla así calcular que estaban un poco más en uno arriba del otro. Como que las condiciones no claro, no hay condiciones edilicias en la escuela para semejante cantidad de chicos. Hasta que yo empecé a patear en la dirección y abran los grados. No podes trabajar con treinta y ocho chicos en un aula. ¿Me entendés? Y a partir de ahí empezaron a Claro, entonces llegó un momento que yo dije, no, basta, basta, basta, basta. ¿Basta? Y bueno, y me fui y para todo esto nunca en la vida los docentes tenemos dos años de licencias. Ajá. Bueno, yo esos dos años nunca me los tomé. Yo con cuarenta grados de fiebre, iba a trabajar con los partos o las chicas, bueno, tomaba la licencia porque tenía que tomarla, pero se me terminaba la licencia y yo era Sarmiento que estaba en el aula. Firme. Hasta que la directora me dijo, ella me trató cariñosamente, obviamente, pues teníamos una cierta amistad. Me dijo sos una boluda, así me lo dijo. En todos los años nunca te tomaste licencia, ya te vas de la escuela me dijo. Y, bueno, me tomé un año para todo esto, yo ya había empezado los trámites, yo un año y medio de licencia y me llegó la jubilación.

- Claro, fue como ahí.

Claro, no, no, por eso tenía ese cincuenta y tres y cuatro, cuando me jubilé. Que es más yo quería que todo se mantenga en secreto, pero un fin de año, saltó una de mis compañeras y me dice, asique te juilas. Si le digo me jubilo.

-¿Cómo fue para vos eso?

Fue un alivio total, porque vos me preguntas, volvería no. Extraña, no. Extraño, ciertas y determinadas personas. No todas. Los chicos, yo en otros días fui acá al poli, viste, que eran los chicos de la escuela

que festejaban el mes de la niñez, es el treinta y uno, me invitaron para contar cuento, había grupitos de doce, quince chicos, fui con todo el cariño del mundo, pero yo sabía que un rato me volví a mi casa. Y ya está. Y ya está. Pero no, no, no volvería ni a gancho. Máxime, como está la educación hoy, porque no va con mis principios. Yo no soportaría un chico que me diga que me mande a la quica sin pasaje de vuelta. Respeto y valores, nada lamentablemente, ya están perdidos.

-Si es todo un tema.

No es terrible, es una vergüenza la falta de valores, la falta de respeto de los chicos hacia el docente, porque el docente hace un tiempo, éramos la autoridad en el aula, hoy no somos nadie. No, hoy somos una persona que, vos me mandas tu hijo, yo te lo cuido cuatro horas, mientras vos dormís, hace lo que quieras, es una guardería, hoy es una guardería. Y ni hablemos del aprendizaje. Ah, no, no, eso ya supera todo. Es un desastre, ¿Cómo hacen para aprender? Yo digo, vos, está bien, vos escuchas hasta los políticos, los políticos, la gente en la televisión se equivoca, pero no, no, no. Fui a un acto que actuaba mi nieto, yo no puedo concebir que una docente no sepa leer. Vos sabes que yo vine con los pelos de punta, y encima me había sentado en la primera fila. Yo decía entre mi trágame tierra.

-A mí me cuentan de la secundaria que hay chicos que no saben leer.

Claro, claro, pero, ¿cómo vas a llegar a un secundario? sin saber leer. Y la gente que tomó el cargo, a lo mejor, y le dijo que sí, y mañana te sacó licencia?. O sea, la educación ya viene mal parada de arriba, no es la docente en el aula o donde fuere, es arriba, que está mal barajada, porque no se puede permitir que el chico pase si mínimamente sabe leer. Y en la secundaria que va a ser, va también va a pasar. Yo escucho gente de que hay chicos en primer año que no saben leer ni escribir, ¿qué futuro le podes dar esa criatura, porque es una criatura trece años. Ahí tenes todos los chicos en la calle, en la droga en el alcohol, es todo una rueda. Sí vos no lo contuviste en la escuela, está bien, hay que ver bien si la base familiar que es algo clave también. Claro, es todo un tema.

-¿Tienes conocimiento que son las relaciones interpersonales?

Relaciones interpersonales, ¿será las que mantenemos, digamos, a diario, charlando con la persona que se te cruza en el camino?

-Si por ahí va, entonces si tendrías que definirlas ¿que son para vos?, lo primero que se te venga a la cabeza.

Yo sí te la tengo que decir con palabras diarias, es el charlar, el conversar cuando salís a la vereda, con la primera persona que se te cruzó en la calle. Así bien a lo gaucho, en eso no tengo problema.

-¿Cómo eran tus vínculos antes de jubilarte?

Ajá, los mismos que antes, los mismos, porque no, yo no noto cambios en mi carácter, en mi forma de ser en nada.

-¿En relacionarte con los otros?

Si ahora tengo más tiempo, me lo hago, porque estuve tanto tiempo fuera de mi casa que me gusta estar en mi casa. Pero si vos me decís, qué se yo, venite a tomar uno mate, me voy a tomar unos mates. No, no, no, no tengo problema. No tengo problema, creo que no tengo problemas con nadie, por me invitaron para el lunes a festejar el día del maestro acá y voy a ir obvio. Excepto que caiga en cama como caí la el fin de semana pasado, pero bueno, eso ya es otra cosa, sí, sí, es un imprevisto.

-¿Cómo era en tus relaciones con tu familia?, también antes jubilarte.

Antes de jubilarme, bueno, ahí sí, ahí sí me tengo que reprochar un montón de cosas, porque la docencia lamentablemente me quitó muchísimo tiempo, muchísimas cosas de las chicas, pero cuando estaba en casa, disfrutaba de la familia. Sí, sí, sí, sí.

-Entonces podemos ver un cambio o no?, con las chicas, con tu familia.

Nunca me reprocharon las chicas nada, al contrario, hasta el día de hoy nos agradecen al padre y a mí, todo el esfuerzo, sacrificio que hicimos por ellas. Hubo una época que nos vimos muy mal, estaban las tres estudiando, y acá comíamos arroz, pero ellas nunca lo supieron. Ellas estudiaban, tenían su departamento, alquilábamos obviamente, tenían el departamento, la comida, la cuota de la facultad al día, su dinero para hacer las fotocopias o comprarse decirte un kilo de pan lo tenía, pero acá... nunca nos reprocharon nada, nunca. Yo sí me lo reprocho yo, porque a lo mejor falté a un primer día de clase, porque yo también era docente y tenía mi primer día de clase, este, una actito, un día de la madre, ¿me entiendes?. Pero eran después, sí, cuando estábamos los cinco, éramos los cinco juntos. Viajábamos los cinco juntos hasta, qué se yo, hasta que las chicas tuvieron y ya eran grandes y viajábamos los cinco. Viajábamos, sí sí, siempre Yanina, desde que tenía... ella nació en noviembre y en enero no fuimos a Córdoba, se crió arriba del auto, prácticamente y las otras dos también. No, no, nunca nos privamos, con sus debidos cuidados, viste que en aquella época no existía la sillita. Así que era la más chiquita en él bebe sil y las otras dos atadas de pies a cabeza, por las dudas.

-¿Y hoy con ellas cómo estás?

Muy bien, re bien, somos de estar muchos tiempos juntos. Bueno la Yani que está más lejos, bueno, ella viene cuando puede, la otra la tengo acá en casa, así que se vive conmigo y la otra se cruza el patio y está también porque chocan nuestros patios. Hasta ahora con ella, gracias a dios, toco maderas, nos

llevamos re bien todos. Nos ayudamos entre todos cuando ellos necesitan de nosotros, estamos y cuando nosotros necesitamos de ellos están.

- ¿Y con los chicos del taller?

De diez, con todos bien. Me da lo mismo quien tengo sentado al lado, porque con todos tengo muy buena relación.

-¿Y las charlas, son de las cosas que se hacen en el taller o por ahí salen temas?

Ah, no, no es un popurrí. Es un popurrí de temas (risas). Ah, eso sí, cuando nos da la tarea, es un silencio sepulcral. Cuando terminamos, bueno, ahí ya ya está, ya está, ya se despabiló.

- ¿Asistís a otro taller?

No, no.

-¿Y actividad?

Hago gimnasio dos veces por semanas y práctico folclores una vez por semana. Generalmente es lunes y miércoles, Gimnasia y los jueves folklore.

-De esos dos lugares, como te relacionas con los compañeros?

Exactamente igual que en el taller. Me encantan, porque me encanta la actividad, me encanta el grupo gente, folklore, bueno, yo hace años, no sé decirte los años hace muchísimo tiempo que voy. Este, pero me llevo espectacular con todo. No tengo diferencias, o sea, no soy ni sé hacer diferencias. Al contrario, si vos tenes un problema, capaz que me voy de tu lado y trato de solucionar, solucionártelo, no, de escucharte, a ver si le podemos encontrar la vuelta, como para aplacar tu dolor, encontrarle la vuelta a la solución de tu problema, ¿me entendés?. Soy muy solidaria en ese sentido, muy solidaria si yo tengo que ayudar a una persona que no me gusta con dinero, lo hago.

-¿Y a vos qué te genera eso?

Una tranquilidad, una paz. Increíble, increíble. Tampoco te voy a decir que mañana devolvérmelo, no, toma yo te lo doy, vos devolvérmelo cuando vos quieras y cómo puedas. Tal vez así, mira, que, este, salí de garantía no hace mucho tiempo de una chica de acá de Videla, que el marido tiene camión y, bueno, estaba medio flojo y en los en cuanto a salidas de camiones, viste los viajes, y me preguntó si podía sacar a mi nombre en la cooperativa, sí, le digo, no hay problema. Pero eso sí le digo, mira, el día que vos no pagues..... ah, pues porque yo soy así, yo soy o blanco o negro, no hay gris. Las cuentas claras conservan la amistad.

-Y bueno para cerrar nomás también como te dije, decirme lo primero que se te venga a la cabeza de los vínculos, una frase o un objeto que identifique a la relación.

Para mí son maravillosas, que quieres que te diga, no, no, no sabría vivir sin relacionarme con los demás. O soy muy charleta, muy cara rota (risas), pero para mí está mejor que puede llegar a existir.

-Pero porque decís?

Vuelvo a lo mismo por lo que yo ando, todo lo que charló con la gente, mis actividades, incluyendo el taller. Porque todo eso me lleva a que yo me sienta bien con la gente, con todo el mundo, porque yo sé que puedo charlar con todo el mundo sin tener problemas, sin tener un rencor dentro, ¿Entiendes?.

-Y con quien soles tener más confianza para hablar ciertos temas?

Tenía una amiga, tenía y desde que falleció, como que todavía no encontré una amiga, la estoy tratando de encontrar. Estoy, me parece que ya ya me falta algo, pero ya la encontré. Más que una amiga era una media hermana y bueno Jesús quiso llevársela, yo sabía que en algún momento se iba porque tenía muchos problemas renales y bueno de un día para otro se fue, se fue.

-Y con los nietos?

Ah, soy un nieto más, me tienen que retar a mí antes que a los chicos. Ah, no, llegan eso, más los de Rafaela, llegan ellos y a mí se me terminó el mundo. No me pidas que haga de comer, solo para ellos, yo vivo para ellos. Anoche tuvimos una videollamada con la Yani y casi que le prestaba más atención a lo que estaban haciendo los dos chicos, que lo que hablaba ella.

Cierre de agradecimiento y entrega de presente por su participación.

Entrevistas a Personas Mayores

Del taller de la memoria- Centro de Jubilados Videla

Entrevistada 6

Edad: 66 Años.

Lugar de la entrevista: Taller de la memoria del Centro de Jubilados y Pensionados de Videla.

-¿Hace cuánto que asistís al taller de la memoria?

Y varios, porque desde que empezamos el primer taller, fui, sí, todos los talleres, ¿hará unos cinco años, me estará?...en pandemia se suspendió. Y si ahí el año anterior lo habíamos hecho. Unos tres años, ponele. Si porque esos dos años de pandemia no. Sí, sí, serían cinco. En el último año de pandemia si ella nos mandaba actividades por el celular. Que fue un poco más aliviado porque el 2020 fue horrible.

¿Qué fue lo que te motivo asistir al taller?

Pues, porque me gusta estar activa. Sí.

-Que es estar activa para vos?

Así estar activa, charlar,, no quedarse quieta, porque me gusta mucho conversar.

¿Cuál eran las expectativas con las que comenzaste?, ¿Qué pensaste que te ibas a encontrar?.

No, yo pensé que iba a hacer algo, no de, por ejemplo, escribimos, nos redactamos, todas esas cosas yo pensé que eso no iba a ser, que iba a ser más manual y está listo, me gustó igual, porque se escribe, se hacen actividades, ahora estamos por hacer una actividad que creo es para la primavera.

-¿Y cómo llegaste al taller?

No, me enteré a través del informe, que publicó la radio, publicó la comuna, que estaban los talleres.

-¿Y antes asististe algún otro?

No, es el único que voy, a ese, después fui este año a otro taller que hubo de adulto mayores para aprender el celular, pero ese fue este año. Anteriormente no, este fue el primero desde qué terminé la escuela nunca más fui a otro lado.

-¿Qué significa para vos ir al taller?

Y es una horita para ir a despejarse un poco. Te distiendes, no me da fiaca el ir, al contrario, estoy justo atenta ahí al día.

-Si hay otra propuesta, te gustaría ir o ya consideras que con ese está?

Va, según, si me interesaría, pues muchas veces ha habido propuesta de ir a taller de tejido, taller de otra cosa y no me llaman la atención. El tejido me hace doler mucho la cabeza.

¿Y si habría un taller, bueno, este es más específicamente de la memoria, pero más destinado a los adultos mayores, pero que se hagan otro tipo de actividades?

Y sí, sí me interesa, te lo haría. Eso del tejido fue un año a Crochet en la cultural, pero no era taller era particular, lo enseñaba una señora, pero no, no, no me llamó la atención. Yo tejido no.

-¿A qué te has dedicado laboralmente o profesionalmente?

Siempre cuidé anciano y después ama de casa.

-¿Te jubilaste?

Sí con la moratoria.

- ¿Cómo fue ese proceso?

Para mí normal.

- ¿Vos te venías haciendo la idea de que tenías que jubilarte o no?

Bueno yo a los cincuenta y ocho años ya vino esa promo de ya empezar a tramitar, inscribirse en Anses y todo el papelerío que había que hacer y los chicos me dijeron inscribirte para cumplas los años, yo seguía trabajando. Este cuidaba siempre viejitas y después cuando cumplí los sesenta me jubile al toque, ya tenía todo.

-¿Y cuántos años estuviste asistiendo a viejitos?

Uuu muchos muchos años. Sí, tenía cuarenta y algo yo, y ya iba así a cuidar viejitos o acompañándolos.

-¿Te gustaba hacer eso o era porque era una entrada económica?

No, no, a mí me gustaba. Tengo paciencia, después que me jubilé, ya dejé. Dije ya no, basta, más tiempo para mi casa.

-¿Qué son para vos las relaciones?, los vínculos.

Yo en realidad no tengo problema de relacionarme con nadie, no se me dificulta. No no noto diferencia ni nada, yo con todos soy igual.

-Si me tendría que decir, no sé, una palabra o definirme que son los vínculos, ¿qué me dirías?

Yy la amistad.

¿Y la amistad que te genera?

La amistad es un es un vínculo, entre otras personas, que se hace llevadera.

-¿Y consideras que son importantes?

En cierta parte sí. Porque es una forma de estar.

-¿Cómo eran tus vínculos antes de jubilarte con tu familia, por ejemplo.

No, bien. Yo siempre me llevé bien con todos, nunca tuve diferencias con ninguno.

-¿Y después de jubilarte?, ahora.

Sigue igual.

-¿Y notas algún cambio aparte de lo económico que genera la jubilación, pero no sé, en que tenés más tiempo, que si querés podes viajar?

Ah en eso sí, tengo mucho más tiempo para hacer un viaje, si tengo que irme unos días por ahí no tengo horarios, dispones de otro tiempo.

¿Y con tu familia fuiste así, siempre tener mucha relación o notaste que ahora, por ejemplo, que está más en tu casa capaz?

No, siempre fue igual. Siempre fue igual. El vínculo con la familia, siempre se tuvo su tiempo para ellos.

- ¿Y con los vecinos o amigos?, ¿Tienes amigos?

Sí. Amigos, amigos, conocidos. Todo el mundo te conoce, todo el mundo te habla yo principalmente me llevó con todos igual, no tengo diferencia, al igual que con los vecinos.

-Pero sos de juntarte a tomar unos mates y charlar?

A veces si, pero siempre es más con la familia

-¿Y con los compañeros del taller?, ¿Cómo consideras eso?

Al menos hay unión, hay relación entre todas, somos todas.

- ¿Con alguno más que otro?

No, yo con todos soy igual, no hago diferencia entre una u otra, que una y más amiga que la otra. Las quince, dieciocho son todas igual.

-¿Cómo es una clase?, por ejemplo, un día de taller.

Un día de taller y es dedicado exclusivamente al taller. No hay comentarios ni charlas fuera del estamos todas ahí trabajando en lo que es el taller.

-¿Y las charlas sobre qué es. ¿Qué tipo de temáticas son?

Muchas veces más la charla es cuando, por ejemplo, tenemos una clase que de lengua, por ejemplo, en el lengua, pero que tenemos que organizar, como decir una palabra cada una, y después organizar o redactarle con todas esas palabras, hacer una relación. Entonces, ahí como que se arma un comentario.

-Me dijiste que no asistís a otro taller, ¿haces alguna otra actividad?, física por ejemplo.

No, no nunca me llamo a atención. No porque nunca me llamo la atención. Mira que me han invitado a los talleres cuando viene el verano a la pileta, pero no, no.

-Y si me tendrías que decir algo que te gusta hacer?

Específicamente, no no. De decir me gusta tal cosa, no. Todo igual. Me gusta si salir, si hay viajes si soy viajera. No tengo pereza para decir, tengo un viaje yo decido y me voy y listo.

-¿Y qué te gusta de esos viajes?

Siempre voy sola, no viajo mucho igual. Pero las veces que fui a corriente, que fuimos a la Virgen con mi marido y el otro día que fuimos a Santa Fe que organizo el senador. Estuvo bueno, sí porque eran lugares que uno, principalmente, cuando va a Santa Fe, vos sabes decir, ah, sí, yo conozco ese lugar, pero son específicos.

-¿Y cuánto fueron?

Cuarenta y dos, fuimos de acá. Todos los del PAMI de Videla.

-¿Y cómo te vinculas con tu familia?

Es buena comunicación, siempre lo hubo desde chicos.

-Sí me tendrías que decir alguna palabra o característica de cómo es un vínculo?

Bueno, buen vinculo.

-Bueno, en qué sentido?, porque yo lo puedo pensar de una forma pero para vos puede no ser lo mismo.

Bueno, porque se lleva bien, hay buena comunicación y bueno, porque estamos muy unidos, no hay mala comunicación, no hay mala onda se charla todo.

-Sentís que hay otro lugar o que tenés otro espacio donde vos puedas tener la misma relación, como por ejemplo con tus hijos, que decir, en esta persona puedo confiar o en este lugar me siento cómodo.

Y lo más seguro siempre es la familia. Porque el resto del entorno por ahí es de desconfiar, la familia no.

Cierre de agradecimiento y entrega de presente por su participación.