

IMAGINARIO DE TIEMPO EN EL ADULTO MAYOR DE LA COMUNA UNO
DE LA CIUDAD DE POPAYAN.

AUTORES

JUAN MANUEL REYES PASSOS
JOHN ESNEIDER FARFÁN GONZALEZ
EDINSON RICAURTE OCAMPO ROJAS

UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES EXACTAS Y DE LA
EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE
POPAYÁN 2008

IMAGINARIO DE TIEMPO EN EL ADULTO MAYOR DE LA COMUNA UNO DE
LA CIUDAD DE POPAYAN.

JUAN MANUEL REYES PASOS
JOHN ESNEIDER FARFÁN GONZÁLEZ
EDINSON RICAURTE OCAMPO ROJAS

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN CON RAZÓN DE OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADO EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

DIRECTOR
PEDRO ANIBAL YANZA

UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES EXACTAS Y DE LA
EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE
POPAYÁN 2008

NOTA DE ACEPTACIÓN

Director Esp. Pedro Aníbal Yanza

Jurado Esp. Ana Rovira González

Jurado Lic. Julián Agredo

Fecha de sustentación: Popayán 24 de octubre de 2008

John Esneider Farfán González

*A Dios, que ha sido mi guía siempre
A mis padres Lisímaco y Blanca por enseñarme el sentido de la responsabilidad y
motivarme en los momentos que empezaba a desfallecer,
A mi hermano Oscar por su ayuda incondicional,
A mi hermano Yilber (Q.E.P.D), por su valentía
A mis hermanas Laura y Luisa por ser quienes alegran mi vida,
A mi sobrino Jesús David quien es para mí como mi hijo,
A mis compañeros de trabajo, por su compromiso.*

Juan Manuel Reyes Passos.

*A Dios, que me ha acompañado a lo largo de mi vida, dándome fuerza y serenidad,
protegiéndome de todo lo malo.*

*A mis padres Víctor y Nayibe, por ser ejemplares y ayudarme a salir adelante para ver
hecho realidad mis sueños, se merecen la misma alegría que siento por este momento tan
grato.*

*A mis hermanos Martín y María Concepción por creer en mi y darme su mano en los
momentos que necesitaba de ayuda y motivación.*

*A mis sobrinos Víctor y David por ser la alegría de mi vida. Se merecen también este
fruto de esfuerzo y sacrificio,*

A mis compañeros de investigación, por su perseverancia y animo.

Edinson Ricaurte Ocampo Rojas

Mi trabajo de grado lo dedico con todo mi amor y cariño a ti Dios que me diste la posibilidad de vivir y regalarme una familia maravillosa. Con mucho cariño principalmente a mi madre que me dio la vida y ha estado siempre con migo en todo momento. Gracias por todo mamá por darme una carrera para mi futuro y por creer en mí, aunque hemos pasado momentos difíciles siempre has estado apoyándome y brindándome todo tú amor por todo esto te agradezco de todo corazón. A mi hijo Daniel, a Ana y a mis hermanos Geni, Adrián, Elizabeth gracias por estar con migo y apoyarme siempre los quiero mucho.

AGRADECIMIENTOS

Para todas aquellas personas que nos respaldaron en todo momento y que con sus aportes nos permitieron alcanzar este gran logro en nuestra formación profesional.

A nuestro asesor: Pedro Aníbal Yanza por su compromiso, orientación y ayuda para alcanzar esta meta.

Grupo de adulto mayor de la comuna de la ciudad de Popayán, quienes permitieron que este proyecto se realizara y cumpliéramos el objetivo que nos propuesto.

Profesores de nuestra carrera quienes de una u otra manera ayudaron a nuestra formación como personas integra.

CONTENIDO

	pág.
Introducción	5
Justificación	8
Objetivos	10
CAPITULO I	11
Caracterización del problema	11
1. Nuestras vivencias al llegar	11
2. Área Temática	18
2.1 Adulto mayor y tiempo	18
2.2 Imaginario del adulto mayor	23
3. Antecedentes	27
3.1 Investigación mundial.....	27
3.2 Investigación nacional.....	28
3.3 Investigación Regional.....	29
3.4 Área Problemática.....	30
4. Contexto socio-cultural	32
4.1 Aspectos demográficos	32
4.2 Mapa del sitio	37
CAPITULO II	39
Enfoque y diseño metodológico de investigación.....	39
1. Primer momento: Preconfiguración de la realidad	39
1.1 Problema	41
1.2 Pregunta de investigación	41
2. Segundo momento: Configuración de la realidad.....	41
2.1 Técnicas e instrumentos	43
2.2 Población e informantes claves	46
2.3 Procedimiento	47
2.4 Aspectos éticos	47
3. Tercer momento: Reconfiguración de la realidad	48
CAPITULO III	50

1. Categorías de análisis	50
1.1 La actividad física vista como posibilidad para mejorar la calidad de vida hace que los adultos mayores pierdan la noción del tiempo marcado.....	55
1.2 Los recuerdos generan temor a la soledad y expresiones de libertad y felicidad cuando ellos los afrontan en sus relaciones con su núcleo familiar ,los amigos y la religiosidad	61
1.3 Los adultos mayores reflexionan sobre la situación de inequidad del país de acuerdo a las situaciones que han vivenciado.....	70
1.4 El tiempo cronológico conlleva a la jubilación ¿Momento donde solo surge la dignidad humana?.....	78
2. Interpretación de sentido	85
3. Ensanchamiento de horizontes	89

INTRODUCCION

Como futuros licenciados en el área de educación Física Recreación y Deporte es importante conocer la población de adulto mayor, más aún cuando ellos han sido con el tiempo relegados a un segundo plano, por tal razón se trabajó en búsqueda del imaginario de tiempo del adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán.

En nuestra sociedad, son muchas las necesidades por las cuales esta pasando la niñez, los jóvenes, los adultos y adultos mayores; son muchas las investigaciones que se pueden hacer desde el área de la Educación Física, para que en el siglo XXI se abran las puertas a un periodo de humanización para lo cual todas las ciencias, deben hacer sus aportes a este; por tal razón es primordial comenzar a generar propuestas investigativas partiendo desde lo que realmente quieren las personas y a partir de allí crear las actividades encaminadas a aprovechar mejor los espacios de tiempo que se tienen.

El Programa de Educación Física, Recreación y Deporte de la Universidad de Cauca esta abriendo las puertas para que desde la perspectiva de la Motricidad Humana se generen propuestas innovadoras, hacia otros mundos posibles, que propicien el bienestar desde toda la dimensión del ser. Esto no solo accedió a ampliar los conocimientos, sino, que de igual manera permitió iniciar en procesos investigativos de corte cualitativo lo que cuestiona aún más el por que de las cosas.

Este trabajo de investigación: imaginario de tiempo en el adulto mayor, lo que pretendió, fue acercarse a la concepción de tiempo que tienen los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán. Este proyecto el cual es una pieza de un inmenso rompecabezas, esta constituido por diferentes puntos que nos permiten hacernos a una idea más desglosada de lo que es su realidad con relación a tiempo.

Este trabajo esta conformado por tres capítulos: el primero hace relación a la caracterización de la problemática mediada, por una área temática en donde se encuentran las definiciones y planteamientos de los autores acerca de los dos temas de interés para este trabajo como lo son: adulto mayor y tiempo e imaginario del adulto mayor, una área problemática en donde se tomó una postura basándonos en los planteamientos de los autores que se mencionan en forma mas detallada en el área temática, un contexto sociocultural del orden Internacional, nacional, Regional y Local a trabajar, este último se conforma por 27 barrios de estratos 4,5 y 6, en donde se escogió un sitio de encuentro de los adultos mayores, dentro de esa comuna para realizar el trabajo de campo, mas específicamente la villa olímpica, en cuanto a los antecedentes hay varias investigaciones a nivel mundial, nacional y local de tipo cualitativo y cuantitativo, donde el principal protagonista hacia donde apuntan estas, es el adulto mayor, pero que cada una de ellas esta enfocada hacia diferentes aspectos de este tipo de población. Se justifico dejando un nuevo concepto de imaginario de tiempo que permitió comprender la forma en que los adultos mayores han vivido su tiempo.

El segundo capitulo hace referencia al diseño metodológico del cual comprende tres momentos la preconfiguración, configuración y reconfiguración de la realidad, las cuales fueron realizadas por dos grupos de investigación, el primer grupo tuvo a su cargo la preconfiguración y parte de la configuración, por lo tanto nuestro grupo abordo parte de la configuración y la reconfiguración de la realidad de los adultos mayores con relación a su imaginario de tiempo.

El tercer capitulo hace referencia a las categorías de análisis, las cuales son: la clase bien estructurada y teniendo en cuenta la motivación, y la participación, hace que los adultos mayores pierdan la noción de tiempo marcado; los recuerdos en los adultos mayores generan tristezas y expresiones de libertad y felicidad en ellos; los adultos mayores reflexionan sobre la situación de inequidad del país de acuerdo a las situaciones que han vivenciado; El temor a la soledad es afrontado por los adultos mayores anclándose a las relaciones con su núcleo familiar, los amigos y la religiosidad,

generando en ellos felicidad, estas categorías son las que develan el imaginario de tiempo de los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán

A pesar de que el orden no aparece consolidado como tal seguidamente, el proceso se llevó como se explicó anteriormente.

JUSTIFICACIÓN

En estos días las personas mayores son considerados portadores de conocimiento y experiencia; pero también se tienen conceptos negativos ya que en esta edad el tiempo adquiere otras funciones debido al cese de la actividad profesional, ocasionando muchas veces la disminución en sus funciones físicas, mentales y sensoriales, lo que conlleva en muchas ocasiones a ser desvinculados de sus familias y de la misma sociedad.

Por ello se pretendió comprender el imaginario de tiempo en estas personas (adultos mayores de la comuna uno), tomando como referencia a los mayores de 60 años. La investigación asumió al adulto mayor como un ser integral donde estén incluidas sus sensaciones, sus sueños, sus sentimientos y anhelos que ellos puedan tener durante esta etapa de la vida, ya que es aquí donde pueden predominar las necesidades del adulto mayor, el pasado de cada uno de ellos será un aporte valioso para el desarrollo de la investigación.

Teniendo en cuenta que la primera parte de este proyecto fue realizado por un grupo de investigación los cuales estaban encargados de realizar la preconfiguración, se continuó con la segunda y tercera parte que corresponden a la configuración y reconfiguración. Los datos obtenidos servirán para que en un futuro la sociedad tenga en cuenta su imaginario de tiempo y las actividades que se realicen tengan un verdadero sentido.

Este trabajo no pretendió mejorar las condiciones por lo que están pasando estas personas en este momento, lo que realmente se hizo fue comprender el imaginario de tiempo que poseen los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán.

El proyecto fue conveniente por que se continuo con un proceso de investigación el cual hace parte de un macro proyecto que tiene como objetivo develar el imaginario de tiempo del adulto mayor de la ciudad de Popayán, siendo este de tipo cualitativo.

Fue viable realizar porque aunque ya existen investigaciones de este tipo en diferentes comunas de la ciudad de Popayán, en la comuna uno no se habían realizado investigación con estas características, y los adultos mayores pueden estar realizando actividades no acorde a sus necesidades físicas y psicológicas, de la misma manera se contó con la aprobación del grupo de adulto mayor para participar dentro de la investigación.

Este proyecto aporta para la Educación Física un nuevo concepto de tiempo, lo cual contribuye a mejorar los programas elaborados para el bienestar del adulto mayor, partiendo de los resultados o hallazgos que se encontraron en este estudio, ayudando de algún modo a trascender de la mejor manera, encontrando y proponiendo nuevas alternativas para prácticas sociales que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de este tipo de población.

OBJETIVOS

GENERAL

- Comprender el imaginario de tiempo en el adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán.

ESPECÍFICOS

- Describir las categorías emergentes producto de la configuración de la realidad
- Encontrar imaginarios que sean transformadores de las realidades que hoy en día existen en los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán.
- Comparar constantemente la interpretación de las categorías con marcos teóricos existentes de imaginario, tiempo y de adulto mayor

CAPITULO I

CARACTERIZACIÓN DEL PROBLEMA

El primer capítulo, está relacionado con nuestra subjetividad como investigadores donde se expondrán nuestras vivencias dentro del grupo; en segunda instancia, trataremos los pilares teóricos que sustentan nuestra investigación, los cuales son: imaginario del adulto mayor y adulto mayor y tiempo; en tercer lugar, hablaremos de los antecedentes que se encontraron relacionados con la investigación, las cuales nos aportaron y nos sirvieron para fortalecer los elementos conceptuales sobre imaginario, tiempo y adulto mayor; en una cuarta parte, se muestra el contexto, la población y el escenario sociocultural en el que se desarrolló la investigación.

A continuación, contaremos desde nuestro sentir y desde nuestras vivencias con el grupo lo que nos llevó a realizar esta investigación.

1. NUESTRAS VIVENCIAS AL LLEGAR.

Afrontando una nueva realidad.

Cuando opte por la opción de trabajar, con el proyecto de imaginario de tiempo del adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán, lo primero que sucedió fue que me llevo a la imaginación el como seria esta interacción con esta comunidad; de lo que si estaba seguro es que esta experiencia seria muy enriquecedora para mi vida como futuro docente en educación física, pues el compartir con los demás es algo que se vive a diario en nuestro campo de acción y mas cuando se puede llevar a cabo ese compartir con una población que pocas veces he tratado.

Como el proyecto lo que pretendió fue comprender el imaginario de tiempo del adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán, una de mis principales expectativas fue conocer un poco mas de cerca y directamente la realidad de lo que significa ser adulto mayor, también que es lo que piensa cada una de estas personas con respecto a ese reto de vida como lo es el

envejecer y de allí el comienzo de la disminución en algunas facultades como lo pueden ser las físicas, las sociales y porque no las psicológicas.

Para mí fue un reto muy importante y novedoso, pues nunca pensé que una de las partes más importantes de mi vida académica la fuese a llevar a cabo con la población del adulto mayor y mucho menos el llegar a conocer sus sentimientos, sus pensamientos con respecto a su vida y en especial su pensamiento con respecto a esa etapa de la vida por la que está atravesando.

Mi primera inquietud fue saber cómo nos íbamos a acercarnos a esta comunidad, pues a pesar de que un grupo ya estaba trabajando con ellos haciendo una observación pasiva, muy al contrario de lo que deberíamos hacer nosotros, pues nuestro papel dentro de esta investigación sería una observación activa y de carácter participativa.

Una observación donde tendríamos que interactuar seguidamente con el grupo de adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán, dándonos la oportunidad de conocer un poco más a profundidad el pensamiento de cada uno de ellos.

Pensé que al llegar al grupo, cada una de las personas nos iba a recibir con bastante apatía, pues es muy comprensible que nos mostremos de esta forma cuando alguien quiere saber diferentes cosas que ocurren en nuestra vida cotidiana y que a través de estos conocimientos puedan llevar a cabo un trabajo o una investigación.

Lo que se quiso desde un comienzo, fue ganarse muy respetuosamente la confianza del grupo en general, pues también tenía mucha ansiedad por conocer al adulto mayor más de cerca, dejando de lado muchos prejuicios, pues es una etapa más en la experiencia humana y por lo tanto podía y debía ser positiva para el desarrollo individual y social, no solo de esa comunidad, sino también de la sociedad en general.

Lo que se pensó fue que sería una buena relación de crecimiento tanto psicológico, social y espiritual para nuestras vidas.

Digo psicológico porque son personas que han recorrido mucho camino en la vida y tienen muchas experiencias de vida, social porque durante esa etapa de vida han entablado diferentes tipos de relaciones y espiritual porque son personas sensatas y que piensan para actuar.

Algo que sería de gran importancia en nuestras vidas sería reconocer la existencia de una gran riqueza que tienen los adultos mayores para expresar a la sociedad y que esta no ha querido escuchar sin colocarse un instante a pensar que estas riquezas que no se han escuchado, alguna vez podrían servir para cambiar la calidad de vida de cada una de las personas que conviven dentro de la sociedad.

Por ello es necesario comprender lo que significa ser adulto mayor, como se ven los adultos mayores a sí mismos y como ven su vida. Eso si recordando que luego de que ellos nos brinden toda la confianza para que los podamos escuchar, estaría en nosotros crear nuevas estrategias necesarias que les permitan recuperar muchas facultades, que mejorarían su calidad de vida, y ojala poder lograr sacarlos del anonimato, fortaleciendo su identidad como seres humanos.

Juan Manuel Reyes Passos

El comienzo de algo nuevo

El deporte y la educación física siempre fueron para mí unas de las principales actividades y pasatiempos de mi diario vivir. Luego tuve la oportunidad de estudiar Educación Física y es aquí donde me di cuenta de lo equivocado que estaba; siempre creí que las actividades físicas eran solo para niños y jóvenes, pues en muy pocas ocasiones uno observa adultos mayores practicando algún tipo de actividad física y esto fue uno de los principales motivos por los cuales me intereso el proyecto de investigación.

Para ser sincero no sabía mucho sobre imaginario de tiempo en el adulto mayor, pero creo que la concepción de tiempo que tienen los adultos mayores es muy diferente a la de los demás, creo que para los niños el tiempo es lo que rige esos momentos en los cuales pueden practicar

los juegos que mas les interesan o los que están de moda o simplemente sentarse a ver televisión. Mientras que para mí el tiempo es el espacio en el cual puedo realizar la mayoría de actividades como practicar el deporte que me gusta y es donde siento que me olvido de todas mis preocupaciones, es el momento donde mi cuerpo y mi mente se sienten relajados.

Sin embargo, tiempo también es cuando me acuesto en mi cama y me relajo viendo un buen programa de televisión, como es un partido de fútbol. Todas estas actividades para mi son parte del tiempo del diario vivir, en cambio creo que para el adulto mayor este tiempo tiene un significado diferente, porque para ellos el tiempo son momentos y espacios donde se pueden realizar labores productivas como por ejemplo el arreglar la llave dañada o tapan la gotera entre muchas otras actividades que ellos realizan, pues para ellos el tiempo es muy valioso tal vez porque sienten que el tiempo es muy corto y no se pueden dar el lujo de perderlo.

En algunas otros casos se encuentran personas que presentan problemas de salud y su condición física no les permite realizar muchas actividades, estas personas son las que siempre las escuchamos contando historias y cuando no les prestan atención son personas que se deprimen mucho y tienden a enfermarse y si le agregamos que muchas de ellos son sedentarias, y no por que les guste serlo, sino porque su familia no les permiten realizar ninguna actividad física por el temor a que puedan hacerse daño.

Es poco lo que sabía sobre este tema y es por eso me intereso la investigación sobre imaginarios de tiempo en el adulto mayor, ya que será de gran ayuda para poder ejercer mi profesión sin temor a equivocarme, contribuyendo a mejorar el aprovechamiento del tiempo de los adultos mayores y sin pasar por encima de su sentir.

Estas son algunas de las expectativas con las que llegue al grupo de adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán.

Comenzamos realizando una observación la cual nos mostraba que eran un grupo muy unido y que la mayoría eran señoras, las cuales madrugaban mucho ya que todas estaban casi siempre diez minutos antes de la hora indicada, también se notaba el liderazgo de algunas de

ellas, pero en lo que si coinciden es que todas reflejaban la alegría y entusiasmo por asistir a este grupo luego tuvimos el primer acercamiento donde les comentamos el motivo de nuestra presencia, yo creía que no les gustaría mucho, pero fue todo lo contrario nos dieron la bienvenida al grupo y dejaron ver el interés en colaborarnos. Luego seguimos madrugando a realizar las diferentes actividades que tenían y comenzó a crecer una gran amistad. Después de un tiempo nos invitaron a una integración a la finca de una de ellas, este encuentro fue muy significativo para nuestra investigación, debido a que ese día ellas nos contaron muchas de sus sueños, de sus tristezas y alegrías; también compartimos unas deliciosas arepas con chocolate y esto fue el comienzo de una bonita amistad la cual fue fundamental para poder debelar el imaginario de tiempo de esta comunidad.

Edinson Ricaurte Ocampo

Mi tiempo, en el tiempo del adulto mayor.....

El tiempo es una medida la cual tiene muchos significados en las diferentes etapas de la vida, pues se puede decir que en la niñez tiende a ser una medida que pasa desapercibida porque no se tienen preocupaciones ni compromisos, y esto les permite vivir el momento sin importar el tiempo.

Cuando el ser humano empieza a crecer y llega a la etapa de la adolescencia empieza a entender la escala de tiempo y sentir que es muy importante, porque quiere que el tiempo pase volando cuando se encuentra en las aulas de clase o en actos aburridos y que los momentos que son de su agrado nunca se acaben. Empieza a entender que el tiempo juega un papel fundamental en la vida de todas las personas.

Terminando esta etapa llega la juventud y se empieza a comprender que el tiempo pasa y nunca regresa, pues ya se adquiere un sentido de vida y unas expectativas de que es lo que se quiere ser, entre ellas puede estar ingresar a la universidad a estudiar lo que siempre le ha gustado, aunque en los primeros semestres se haga con poca responsabilidad, con el transcurrir del tiempo empiezas a entender que estas estudiando una carrera para

desempeñarte como profesional y esto conlleva a concebir el tiempo de otra manera, pues las horas, los días tienen un significado diferente que antes, porque aunque la escala de tiempo es la misma pareciera que esta se vuelve mas rápida pues ningún tiempo alcanza para cumplir con todos los compromisos adquiridos.

Luego llegamos a la etapa del adulto mayor donde el tiempo no se sabe si es un amigo o un enemigo, puede ser un amigo si me encuentro bien de salud o tal vez económicamente estable o un enemigo sin lo único que experimento en esta son enfermedades que degradan el ser humano. En la etapa de adulto mayor las personas sufren grandes cambios a nivel psicológico y físico porque el entorno de estas personas empieza a cambiar, generando espacios de soledad y sedentarismo.

De todas las circunstancias mencionadas anteriormente nace el hecho de que haya investigado para tratar de comprender el imaginario de tiempo de los adultos mayores de la comuna 1 de la ciudad de Popayán, pues según lo que había observado podía deducir que para muchos el tiempo era lento porque creían que han vivido más de lo que esperaban y ya no tenían ninguna expectativa de la vida. En cambio para otros el tiempo se convertía en algo aburrido, porque piensan que son personas pocas productivas, como también para otras personas de la tercera edad pero en una cantidad menor el tiempo es uno de las cosas mas preciadas en su vida, porque gracias a el pueden enseñar y relatar todas sus historias de vida con orgullo, haciéndolos sentir importantes en ese momento frente a su hijo, nietos y amigos.

Por otra parte esta investigación me ayudo a entender el comportamiento de estas personas que se encuentran en la etapa del adulto mayor, pues habiendo comprendiendo como es el imaginario de tiempo en ellos puedo empezar a implementar planes de actividades físicas que hagan del tiempo algo de mucho beneficio para su salud física, mental y psicológica.

Y por ultimo puedo decir que este tema me llamo mucho la atención porque es una época de la vida de la cual conocía muy poco y siempre me había causado curiosidad conocer mas a fondo esta etapa.

Asimismo me pareció que era una de las formas de saber como afrontar esta etapa, que muchas veces nos toma por sorpresa y no sabemos como actuar frente a ella, pues siempre enseñamos a los niños como es la vida, pero desafortunadamente no nos enseñan a saber disfrutar de la etapa de adulto mayor y de una u otra forma esta investigación nos ayudara a llegar a esta etapa un poco mas preparados para vivirla y lograr un mejor goce del tiempo.

John Esneider Farfán González

2. ÁREA TEMÁTICA

En el área temática se trataron dos pilares fundamentales, imaginario del adulto mayor y adulto mayor y tiempo, para la comprensión y la realización de la investigación.

2.1 Adulto mayor y tiempo.

Este elemento va dirigido a estructurar conceptualmente la población en la cual se desarrollo nuestra propuesta investigativa: Imaginario del tiempo en el adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán.

Para consolidar un concepto del adulto el grupo de investigación se permitió retomar algunos referentes bibliográficos, hablamos de adulto mayor, porque a raíz de múltiples investigaciones se ha comprobado que a partir de esta población es donde el ser humano empieza a tener ciertos cambios en su cuerpo a nivel fisiológico, psicológico y social. Además en nuestro contexto nacional se maneja una ley de protección social, que mediante su resolución 412 de febrero 25 de 2000 del Ministerio de salud, señala que:

Las normas técnicas y guías de atención para protección específica, de atención temprana y atención de enfermedades en salud pública, por lo cual se pretende trabajar desde un ámbito preventivo, por eso analizamos que a medida que transcurren los años, la calidad y la velocidad con que ocurren estos cambios difieren en el estilo de vida de cada sujeto. A pesar de ello el gobierno nacional ha implementado unos programas para este tipo de población, teniendo en cuenta que para salud se atendería desde los 45 años y para los subsidios monetarios y programas complementarios desde los 60 años. (p. 17)

Se trabajo con las personas mayores de 60 años debido a que esta edad es la estipulada para programas complementarios como la recreación según la ley de protección social.

En términos generales los adultos mayores son considerados personas incapaces, improproductivas, así como lo señala Eisdorfer (1983). “El viejo no es más ni menos una víctima, no sabemos si de la vida, de la ciencia o de la sociedad” (p. 52).

Es por esto que lo que pretendió este proyecto no fue buscar la prolongación de la vida, sino encontrar el imaginario de tiempo en el adulto mayor para que más adelante se tome como referencia para mejorar la calidad de vida, de una forma que sea digna y satisfactoria.

Y en lugar de la enfermedad, la incapacidad y la dependencia, la gente mantenga por años su juventud y vigor o que le permita a los ancianos llevar una vida activa y útil, como lo plantean: Crothenberg, Lentzener, Parker (1991).

No se puede hablar de un solo concepto de adulto mayor totalmente definido, debido a que hay diferentes maneras de valorar, clasificar y definir esa etapa de la vida, como por ejemplo Beauvoir (1985) “La vejez no es un hecho estadístico, es la conclusión y la prolongación de un proceso”(p. 59).

Esto genera cambios permanentes o inestables en el transcurso de la vida como lo son fisiológicos, psicológicos y sociales, cada uno de estos cambios se dan individualmente y puede o no que se den en mayor o menor grado, conforme a la gran diversidad y multiplicidad del entorno en que el adulto mayor esté rodeado y de cómo éste haya ido evolucionando en el transcurso de las generaciones.

Pese a lo inevitable del deterioro de las facultades físicas y psicológicas con la edad, diversos programas desarrollados inspirados en las tendencias: deportivas, recreativas, motrices y cambios culturales han servido para comprobar que se puede trabajar para evitar el deterioro intelectual, siendo lo más importante proporcionar experiencias de aprendizaje a las personas mayores y mantener un entorno rico y estimulante.

Se asumió por lo tanto que la edad avanzada no es necesariamente sinónimo de enfermedad, y que determinados problemas pueden ser superados con la adecuada prevención, tratamiento y aprendizaje. En consecuencia los problemas básicos del adulto mayor se están reorientando y se considera que son más de tipo social que exclusivamente físicos, sin negar su importancia en edades más avanzadas.

El avance científico y la nueva distribución ocupacional obligan a una nueva organización del ciclo existencial y a una diversa distribución entre formación, trabajo y tiempo, que posibiliten viabilizar la recuperación para la sociedad del caudal de sabiduría y experiencia

que representan las generaciones mayores, cuya actividad solamente decae sino se utiliza; ello exige un adecuado y constante ejercicio adaptando las situaciones a las personas.

El grupo investigador a través de las experiencias vividas considera que en Colombia se es viejo cuando se llega a la edad de 40 años, esto debido a la falta de apoyo del Estado, la mala calidad de vida que se lleva acompañado de la desigualdad e inequidad social, la cual no permite que la sociedad tenga una buena vejez, y donde sólo muy pocos alcanzan a disfrutar la plenitud que se puede sentir en esta etapa.

Sin embargo; se dice que el futuro es de los ancianos, pues así lo plantea el Organismo Mundial de la Salud (2007)

Las personas mayores de 60 años representarán el 32% de la población mundial en el 2050 y superarán por primera vez en la historia el número de niños, según los datos difundidos ayer por las Naciones Unidas. Esta advertencia fue realizada por la División de la Población del departamento de Asuntos Económicos y Sociales de las Naciones Unidas, que presentó datos comparativos sobre las implicaciones económicas y sociales del envejecimiento de la población.

Por otra parte se dice que cada individuo comienza su vejez a diferentes edades y de diferentes maneras, según su formación cultural, su salud, y el ambiente en el que cada individuo se desenvuelva, por lo que somos seres únicos que pensamos y sentimos de una manera distinta a la de las demás personas.

Lo que no se puede desconocer es que el ser humano al llegar a cierta edad le comienzan a suceder unos procesos involutivos como lo plantea Fernández (2006) “el tiempo libre adquiere en la vejez otras funciones, esto en consecuencia del cese en la actividad profesional y de la reducción de la familia, lo que da lugar a una situación de vida muy diferente” (p. 7).

Lo anteriormente planteado por el autor conlleva a procesos naturales de cambios fisiológicos, afectivos, cognitivos y motores, así también como decrementos en las habilidades y capacidades intelectuales; como la pérdida de la memoria, el aprendizaje, la rapidez en la ejecución de movimientos, pero así como se deterioran algunos sistemas y facultades también otros empiezan a desarrollarse en un alto grado.

Muchas veces la sociedad no muestra interés por las facultades que tiene el adulto mayor, a ella sólo le interesa un ser productivo que genere ganancias, por lo cual el adulto se siente deprimido, incapaz de realizar estas actividades, su capacidad intelectual no es tenida en cuenta y con el deterioro de sus capacidades visuales él piensa que ya no sirve para nada, ya lo decía Welford (1983 Citado en Quintero, 1983) “la sabiduría no depende de la agudeza visual o de estímulos” (p. 334).

Por otra parte se puede decir que uno de los factores que conlleva al deterioro del cuerpo es el déficit de la salud y el ambiente social negativo, lo cual ha producido cambios en la personalidad de los sujetos, muchos psicólogos se han preocupado por encontrar los cambios en la personalidad de los adultos así como señala Cooper y Goethals (1981) “es frecuente descubrir al anciano como un ser introvertido, rígido y deprimido” (p. 65). Debido a que él utiliza comportamientos indebidos a sus intereses, expectativas y potencialidades que va acorde a su etapa.

Se encuentra un fenómeno social del envejecimiento progresivo el cual no tiene reversa, y es que nuestra sociedad cada vez va aumentando el número de personas mayores, entonces se debe tener en cuenta lo que dice al respecto, Gonzáles (1983) afirma que “Los ancianos verdaderos abrazan la vejez con alegría y así descubren su papel propio en la sociedad” (p. 72).

Es decir, se buscó entonces que los adultos mayores vean la vida con satisfacción, madurez, inteligencia y alegría, buscando ser tenidos en cuenta y luchando contra una sociedad que los quiere relegar por el hecho de no ser competitivos en el ambiente laboral, partiendo de que se considera especialmente al individuo como miembro del grupo al que pertenece y las sociedades que lo acogen, por ello se deben buscar alternativas que lleguen a lo que dice Forcada Casanova (1999) “El viejo no necesita modelos o readaptaciones de modelos grupales ni debe soportar formas más o menos maquilladas de segregación, tiene la suerte de tener su propia y plena dignidad, como el joven, el niño y el adulto, porque existen en relación con la sociedad” (p. 130).

Somos seres humanos que pensamos y tenemos nuestros propios planteamientos y formas de ver la vida, no se debe pensar que al llegar a la etapa de la vejez se debe someter a una relegación de la sociedad, sino que durante esta etapa es cuando hay que aprovechar para sentirse útil y sacarle provecho a toda esta experiencia de vida, para llegar a una plenitud individual, porque se considera que la vejez no hace vieja a la gente sino el ambiente que lo rodea, que con el paso del tiempo el ser humano no se vuelve menos capaz, sino que es la mentalidad de la sociedad la que le otorga menos posibilidades, para ilustrar mejor la idea, retomamos a Spano (2006, marzo 15). Donde argumenta que:

Los espacios en blanco, de nuestros viejos los llevan muchas veces a estados de apatía y alejamiento del entorno de allí la idea de la necesidad de conceptualizar un tipo de recreación para y del tiempo libre. Tiempo donde el sujeto se haya liberado de obligaciones y donde se deberá reaprender a elegir el quehacer de acuerdo a sus deseos.

Por ello se asumió el reto de diseñar una propuesta investigativa en donde el planteamiento de Spano fue el principal fundamento, esto nos ayudo a entender cual es el imaginario de tiempo del adulto mayor y poder acercarse más a ellos siendo más humanos y no seguir cometiendo los errores que se han venido presentado, así sea desde procesos investigativos.

2.2 Imaginario del adulto mayor.

Para obtener el concepto de imaginario con el que se abordó el proyecto de investigación se hizo un recorrido desde los planteamientos de: Cassirer, Moscovici, Baeza, Franco, Pintos y Castoriadis, los cuales se consideran muy significativos.

Desde las vivencias de los seres humanos logradas en el transcurso de sus vidas, se captan imágenes, que al darles un sentido conforman la representación de la realidad de lo imaginario. Dice al respecto Cassirer (1993) “La necesidad del juicio no proviene de la unidad de un objeto detrás del conocimiento y más allá de él, sino que es ésta necesidad lo que constituye para nosotros el único sentido concebible de la idea del objeto” (p. 179).

A partir de las experiencias e interacciones sociales que están influenciadas por el tiempo y la cultura, el sujeto manifiesta en imágenes reales las ideas o juicios de un objeto, que al darles sentido pasan a conformar el mundo de lo imaginario, teniendo en cuenta que la necesidad de ser representado no la da el objeto mismo sino el sujeto que es quien lo juzga y le da sentido.

En este caso, la perspectiva de Cassirer, fue una buena pauta para entender de una manera más clara lo imaginario, ya que define que las formas para interpretar significados parten de las vivencias e interacciones.

Por otra parte, en el campo de la psicología Moscovici (1960) plantea que: “Percibimos categorías generales de la realidad, desde las cuales nos formamos una imagen que inicialmente es particular, pero que luego, al compartirlas con otras personas que tienen la misma Imagen, vamos formando una especie de modelo de totalidad” (p. 165)

En esta posición la realidad se capta desde diferentes experiencias como lo son sociales, culturales, familiares, desde las cuales nos formamos una imagen que surge de manera personal y luego al interactuar con otras culturas se llega a una construcción general.

La perspectiva analizada de éste autor fue un buen camino que lleva a entender la complejidad de lo imaginario, al reconocer que se percibe categorías generales de la realidad desde las

cuales se forma una imagen, que inicialmente es individual y que luego al compartirla con otras personas que tienen la misma imagen, se va formando un concepto más general que permite percibir y entender el sistema social donde éste se ubique.

En estos dos planteamientos de Cassirer y Moscovici se encuentra una analogía, y es que parten de una realidad ya estructurada, que existe fuera del sujeto; es así como cada individuo a través de la interacción le da sentido a toda una vida llena de formas que parten de lo individual y luego llegan a lo colectivo.

Por otra parte, para Castoriadis (1996)

El imaginario es una construcción activa, es decir, una creación de los sujetos donde el interés no está en el descubrimiento sino en la constitución de nuevas formas de entender y explicar las realidades, en los imaginarios éstas se desplazan desbordando lo preexistente, lo previsto, lo que es considerado como real (p. 219).

Entonces el imaginario se dio de manera constante y mediada por el entendimiento; se plantea que las realidades no son permanentes, sino que viven en constante cambio durante todo el proceso de la vida, pues el imaginario del adulto mayor con el paso de los años será muy diferente al de el niño, el joven y el adulto, ya que el adulto mayor ha vivenciado cada uno de estas etapas y su imaginario es cambiante aunque esto puede variar dependiendo de la concepción de su entorno y la realidad actual del sujeto.

Es el planteamiento de Castoriadis, desde donde el grupo de investigación definió como posibilidad para orientar la búsqueda de los imaginarios.

Diferentes autores como Castoriadis, Baeza y Pintos han asumido el imaginario como social, para quienes; “Los imaginarios sociales se refieren en definitiva a esas múltiples cosmovisiones que el hombre engendra y desarrolla bajo diferentes formas para dar lugar así a la elaboración de sentidos”.

El imaginario social adopta una posición a partir de las percepciones que se dan de las visiones, y se generan apropiaciones para entender las imágenes que a través del sentido se

manejan en el contexto. Por lo anterior, no existe una sola realidad, sino muchas realidades donde el imaginario es dinámico y se va formando y reformando permanentemente.

Para determinar de una manera más clara el concepto de transición de imaginario a imaginario social Baeza M. (2000) dice:

El imaginario social se constituye en singulares matrices de sentido existencial, como elementos coadyuvantes en la elaboración de sentidos subjetivos atribuidos al discurso, al pensamiento y a la acción social. Los imaginarios sociales siempre son contextualizados, ya que les es propia una historicidad caracterizante, no son la suma de imaginarios individuales, se requiere, para que sean imaginarios sociales una suerte del reconocimiento colectivo de tal manera que los imaginarios pasarían a ser sociales porque se producirían en el marco de las relaciones sociales, condiciones históricas y sociales favorables para que determinados imaginarios sean colectivizados (p 132).

Hay que tener muy claro que varios imaginarios parecidos no conforman un imaginario social, sino que para que éste se de debe cumplir con la aceptación de un grupo que se enmarca en las relaciones sociales teniendo muy en cuenta la constitución del marco histórico para ser legitimado socialmente.

Los imaginarios dan cuenta de lo preexistente a manera de representación, pero logran trascender la representación al reconocer en los sujetos la capacidad de crear movilizadas por el deseo, el sueño y la utopía. Como lo dice Franco (2003) “La capacidad de la psique de crear un flujo constante de representaciones, de deseos y afectos se le denomina imaginario radical (como fuente de creación)” (p. 64)

Los imaginarios radicales permiten hacer de las imágenes símbolos, ya que el ser humano dispone de unos significantes colectivamente disponibles, estas son herramientas del lenguaje que se expresan por medio de nuestra consciencia y de todas nuestras formas de vida. El pensamiento de un sujeto con imaginario radical es un sujeto creador del sí mismo, no debe llevar a excluir lo social como punto precedente del imaginario radical.

Los imaginarios como construcciones de sentido son formas creativas de vivenciar el futuro o pasado, de construir nuevas maneras de vivir ya que en los diferentes ámbitos de la vida se

articulan a la imaginación, acorde con el concepto imaginario que nos propone Cornelius Castoriadis (2003) “Hablamos de imaginario cuando queremos hablar de algo inventado” (p. 219). Ya se trate de una construcción absoluta o de un deslizamiento o desplazamiento de sentido, en el que unos símbolos ya disponibles están investidos con otras significaciones que las suyas (normales o canónicas).

Por lo tanto el imaginario aquí presentado, se enfocó hacia la representación de la imagen, teniendo en cuenta que el imaginario se va constituyendo en un marco histórico y social que corresponde a la categoría de la consciencia, que hace posible que trascienda y que vaya más allá de las características representativas de cada imagen, y que implica la apropiación desde la historia vivida de quién le da sentido manifestando lo percibido, lo vivido, lo deseado y lo posible.

Partiendo de las perspectivas de imaginarios e imaginarios sociales podemos decir que éstos son una construcción permanente que deambula entre las realidades, sin tomar a una sola como única, además que las consideraciones de varios imaginarios no son tomadas como un imaginario social, para que éste se de, se deben consolidar las expectativas de una determinada sociedad.

3. ANTECEDENTES

Teniendo en cuenta que a nivel mundial, nacional y local se encontraron pocos antecedentes relacionado con el imaginario de adulto mayor, se tomo como referencia algunos estudios realizados sobre adulto mayor a nivel mundial y a nivel nacional se abordo algunas investigaciones de imaginarios.

3.1. Investigación Mundial

Vicente Romo Pérez en el año 2002 hizo un estudio cuantitativo denominado “Actividad física y calidad de vida en personas mayores de 65 años”, el cual tenía como objetivo comprobar los efectos de los programas de actividad física sobre la calidad de vida percibida de un colectivo de personas mayores de 65 años en Galicia España, en este estudio se encontró que los programas de actividad física desarrollados en el gimnasio tienen un efecto mayor sobre la calidad de vida, en relación con el programa desarrollado en la piscina.

Keith, en el año de 1980 realizó un estudio investigativo de tipo cualitativo en Estados Unidos, denominado “Categorización de los roles fundamentales asumidos por las personas mayores” que tenía como objetivo categorizar en dos roles las sociedades primitivas, con este estudio se encontró que las personas mayores han asumido los roles prevalentes, siendo considerados como portadores de conocimiento y experiencia. Por otra parte, las disfunciones físicas, mentales o sensoriales de alto grado, en muchas sociedades el anciano es abandonado o relegado de cualquier rol. Las sociedades avanzadas se asemejan a las primitivas en donde se puede conseguir determinados privilegios sociales por haber alcanzado una edad avanzada. Se concluye que llegar a viejo se considera como un fenómeno normal y la esperanza de vida es cada vez más dilatada.

María Elisa Sánchez Acosta, realizó un estudio cualitativo en el año 2002 en Cuba, denominado “El adulto mayor, la actividad física y la calidad de vida”, que tiene como objetivo desarrollar un proceso de promoción que repercuta en la calidad de vida y de la imagen que la población tiene acerca de la vejez. Se encontró que los grupos de adultos mayores contienen toda la heterogeneidad, tomando ante todo una consideración del estado de salud que nos permite planear actividades físicas y brindar mejor convivencia social y

familiar, que por ende permita mejorar significativamente la calidad de vida, dónde no solo se agreguen años a la vida, si no que se den vida a los años.

3.2. Investigación Nacional

Murcia, Jaramillo, Camacho, y Loaiza en el año 2005 realizaron un estudio cualitativo en varias ciudades de Colombia llamado “imaginarios de los jóvenes escolares ante la clase de educación física” cuyo objetivo fue encontrar el imaginario que tienen los jóvenes frente a la clase de educación física. Obteniendo como resultados que el imaginario del joven en la clase de educación física es de tipo deportivo funcional, así también se encontró que la clase de educación física se mueve en tres perspectivas de acción, la primera quienes la consideran como sinónimo de deporte, la segunda quienes la consideran como una relación reciproca entre cuerpo, salud y la tercera quienes la concederán como un espacio de socialización e integración.

Germán Alberto Ospina, en el año 2001 realizo un estudio cualitativo denominado “la recreación como estrategia de desarrollo para los adultos mayores” cuyo objetivo principal fue enfatizar en promoción y prevención de la salud a través de diferentes medios de la recreación. Se realizo en la ciudad de Cali. Obteniendo como resultado que con las actividades recreativas se les mejoro la autonomía y hábitos de conducta que son saludables para las actividades cotidianas.

En la ciudad de Cartagena de Indias, en el año 2002 Sergio Fajn realizo un estudio de tipo cualitativo denominado “modelos de trabajos con el adulto mayor desde el ocio y la recreación” cuyo objetivo principal fue lograr una experiencia que favorezca la vivencia pero también la reflexión de lo hecho con distintas poblaciones de adulto mayor. Como resultado se evidencia que en un tiempo determinado se encontraron actividades que posibilitaron tomar contactos con algunos modelos de trabajo con grupos recreativos de personas mayores.

En el año 1999 en la ciudad de Paipa, Germán Alberto Ospina realizo un estudio cualitativo denominado “programa adultos mayores recrearmonia: un espacio de prevención y

mejoramiento de la salud” donde el objetivo principal fue llenar el tiempo libre con actividades de ocio. En este estudio se evidencio que estas actividades contribuyen que las personas adultos mayores salgan del aislamiento que les produce el jubilarse ofreciéndoles mayor autonomía y hábitos de conducta saludable en todas las actividades cotidianas.

3.3. Investigación regional.

En el año 2007 en la ciudad de Popayán, Luis Felipe Sánchez, Javier Medina López y Alejandro Carlosama Martínez, realizaron un estudio de tipo cualitativo denominado “imaginario de tiempo de la comuna dos de la ciudad de Popayán” cuyo objetivo fue comprender el imaginario de tiempo del adulto mayor de la comuna dos de la ciudad de Popayán. Cuyo resultado fue La presencia de la oralidad en la cotidianidad del adulto mayor.

En el año 2005 en la ciudad de Popayán René Hurtado, Luis Jaramillo, Ignacio Zúñiga y Harvey Montoya realizaron un estudio de tipo cualitativo en la ciudad de Popayán denominado “jóvenes e imaginarios de la educación física” cuyo objetivo es comprender los imaginarios de los jóvenes ante la clase de educación física. Obteniendo como resultado diferentes categorías como: que la competencia de los deportes tradicionales en los escenarios barriales son un espacio de conflictos o problemas motivo de retiro de los jóvenes de los escenarios asistentes por motivo de competencia.

En el año 2004 en la ciudad de Popayán Astrid Milena Noguera, Javier Andrés Rodríguez y Jhon Jairo Castro realizaron una investigación de tipo de cualitativo denominada “programa de autocuidado en adultos mayores en la fundación San Vicente Paúl” cuyo objetivo era describir las características sociodemográficas y psicológicas de los adultos mayores. Obteniendo como resultado que el cumplimiento de las medidas de autocuidado fue superior después de implementado el programa.

Como se pudo observar se encontraron varios estudios en el ámbito internacional que hacen énfasis en actividad física y calidad de vida del adulto mayor, referente al ámbito nacional se hallaron varios estudios los cuales nos ubican en los conceptos de imaginarios y adulto

mayor teniendo como autor principal de dos proyectos a Germán Alberto Ospina, a nivel local los estudios que se encontraron están relacionados con el imaginario del adulto mayor y la salud, que nos aportan un concepto de imaginario de una población de la ciudad de Popayán los cuales fueron realizados por estudiantes de la Universidad María Cano, y la Universidad del Cauca, lo que evidenció la necesidad de realizar un estudio sobre el imaginario de tiempo en el adulto mayor en la comuna uno.

3.4 AREA PROBLEMATICA

Este proyecto abordo el imaginario de tiempo en el adulto mayor, donde su campo de acción no se vio limitado a tiempos y lugares determinados, siendo este un camino para formar seres humanos, no tomándolo como un uso, sino como la expresión del sentir, del pensar, del comunicar, del expresar, el actuar, el hacer y el amar en forma autónoma y consciente permitiéndole al sujeto actuar de manera libre, consciente y espontánea.

Una de las poblaciones más vulnerables y necesitadas de este tipo de investigaciones es el adulto mayor ya que en esta edad el tiempo adquiere otras funciones debido al cese de la actividad profesional, lo que da lugar a una situación de vida muy diferente, pues la comunidad que los rodea muchas veces involuntariamente o voluntariamente los margina de las actividades diarias.

Por eso lo que se pretendió fue conocer el imaginario de tiempo en estas personas (adultos mayores de la comuna uno), donde estén incluidas sus sensaciones, sus sueños, sus sentimientos y anhelos que ellos puedan tener durante esta etapa de la vida, ya que es aquí donde pueden predominar las necesidades del adulto mayor, el pasado de cada uno de ellos fue un aporte demasiado valioso para el desarrollo de nuestra investigación, es importante tener en cuenta que muchos adultos mayores (más de 60 años) manifiestan que todo pasado fue mejor, porque el tiempo en el que ellos vivieron sus años de juventud era muy diferente al que están viviendo ahora.

Se abordo los imaginarios desde el planteamiento de Castoriadis (1996), el cual dice que “el imaginario es una construcción activa, es decir, una creación de los sujetos donde el interés no

está en el descubrimiento sino en la constitución de nuevas formas de entender y explicar las realidades” (p. 219) donde se tuvieron en cuenta diferentes perspectivas que aportan los sujetos catalogándolos como los deseos, las representaciones y pensamientos mas significativos que tienen las personas acerca de algo, son ellas quienes le dan un verdadero significado y son las personas que de alguna u otra manera legitiman lo que otras se imaginan, porque es importante reconocer que cada persona tiene sus propios imaginarios.

Con base en los datos obtenidos se categorizó la información y se socializó. Para encontrar puntos de intercepción de ideas en éstos y formular un imaginario de la comuna uno de la ciudad de Popayán.

4. CONTEXTO SOCIO-CULTURAL

En este capítulo se mostraran estadísticas de estudios realizados en contextos mundiales, departamentales y municipales, para verificar que en América latina existe una alta población de adultos mayores, fácilmente verificable a partir de investigaciones realizadas.

4.1 Aspectos Demográficos

En la asamblea Internacional de Viena en 1983 se definieron aspectos puntuales para mejorar la calidad de vida del adulto mayor, donde se hizo énfasis en salud y nutrición, protección, vivienda y medio ambiente, familia y bienestar social, seguridad e ingreso y empleo y educación.

La revisión de 2006 de las Perspectivas de la Población Mundial del Departamento de Asuntos Sociales y Económicos de la División de Población de la ONU cree que la población mundial crezca en 2.500 millones desde los actuales 6.700 millones durante los próximos 43 años.

Es por eso que se prevé que la mayor parte del crecimiento de la población y de la juventud del mundo proceda de los países más pobres. "Prácticamente todo el crecimiento de la población se está produciendo en las regiones menos desarrolladas y especialmente en el grupo de los 50 países menos desarrollados, muchos de los cuales siguen teniendo poblaciones relativamente jóvenes que se prevé que envejezcan solo moderadamente en el futuro previsible" (2007, Marzo).

De la misma manera las poblaciones de más países van a envejecer más rápido, con lo que el segmento de más de 60 años de edad pasará, desde los 673 millones actuales, a los 2.000 millones en el 2050.

Por el contrario en las regiones industrializadas, la población que supera los 60 años de edad representa actualmente el 20 por ciento y las previsiones son que el porcentaje aumente a un 33 por ciento en el 2050.

Asimismo en el mundo en desarrollo, la población de 60 años se espera que se doble (de 245 millones en el 2005 a 406 millones en el 2050), mientras que la población menor de 60 años probablemente declinará (de 971 millones a 839 millones).

En el contexto nacional Colombia ha logrado progresos en salud y nutrición, educación, bienestar y participación comunitaria, ha avanzado en Derechos Humanos de personas mayores y en investigación con programas de pre y post grado después de la asamblea internacional de Viena.

El incremento anual de personas mayores de 60 años en Colombia es de 80.000. En el año 2025 el incremento anual será 4 veces mayor y en el 2050 sobrepasará a los menores de 15 años en cerca de un millón de personas. El porcentaje del adulto mayor en zona rural es del 33.7 % y el 61% del total vive en la indigencia según el departamento nacional de estadística (D.A.N.E).

Envejecimiento Demográfico En Colombia Según El D.A.N.E Año 2002

Año	Población	Mayores de 60	Porcentaje
1982	28.500.000	1,700.000	6 %
2002	42.000.000	3.000.000	7%

Desde hace 20 años la población mayor de 60 años viene aumentando la tasa de crecimiento. En 1982 el crecimiento poblacional fue de 21,4 por cada 1000 habitantes. En 2002 la población mayor de 60 fue de 31.9.

Crecimiento De La Población Total Mayor 60 Y Más Años Según El D.A.N.E 2002

Año	Población total	Tasa de crecimiento por 1000	Mayor de 60 años	Tasa de crecimiento por 1000
1982	28.446.000	21.4	1.737.375	31.9
2002	42.321.000	16.8	3.093.708	32.2

El crecimiento de la población total mayor de 60 y más años muestra la tendencia que tiene la población mayor a aumentar cada día lo que significa que esta población necesitara atención y esto generara mas empleo en los profesionales.

Específicamente para el departamento del Cauca de acuerdo al censo del año 1993 la población se encuentra clasificada para el departamento con una proyección para el 2005 de la siguiente manera:

Clasificación Para El Cauca Con Proyección Par El 2005 Según D.A.N.E 1993

Edad	Hombres	Mujeres
45-49	30.931	33.253
50-54	27.079	29.428
55-59	20.982	23.048
60-64	16.133	17.541
65-69	11.862	13.131
70-74	8.544	9.931
75-79	5.891	7.414
80 +	5.799	7.615

El cuadro anterior nos permitió interpretar que para el año 2007 la población en el departamento del cauca haya crecido de manera significativa si se tiene en cuenta la cantidad de sujetos que se encuentran en una edad de 45 a 60 años según el censo de 1993. También se

encontró que el 56.4% de los Caucanos se encontraba con necesidades básicas insatisfechas (NBI), el 19.1% con vivienda inadecuada, el 18.7% con servicios inadecuados, el 16.9% con hacinamiento crítico, el 10.5% con inasistencia escolar, el 17.1% con dependencia económica y el 22.5% en miseria. Para 1999 el 67.70% de la población caucana estaba bajo la línea de pobreza y el 36.81% bajo la línea de indigencia la tasa de analfabetismo para este mismo año alcanzaba el 12.9 discriminado de la siguiente manera 11.20 en hombres y 14.20 en mujeres lo que deja ver que el Cauca en 1999 en comparación con el año de 1993 tuvo un grado mayor de pobreza mostrando poco desarrollo económico.

El municipio de Popayán cuenta con 239087 habitantes de los cuales le 8.3% corresponde a hombres mayores de 45 años dando una cifra de 19902 personas, el 9.6% corresponde a las mujeres mayores de 45 años dando como resultado una cifra de 23056 personas. Según el censo del 25 octubre de 1993 se tuvieron los siguientes resultados:

Crecimiento De La Población Total Mayor 60 Y Más Años Del Municipio De Popayán
Según El D.A.N.E 1993.

EDAD	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
60-64	2.186	2.598	4734
65-69	1.493	1.665	3158
70-74	1.138	1.289	2427
75-79	717	860	1577
80-84	449	579	1023
85 +	281	438	719

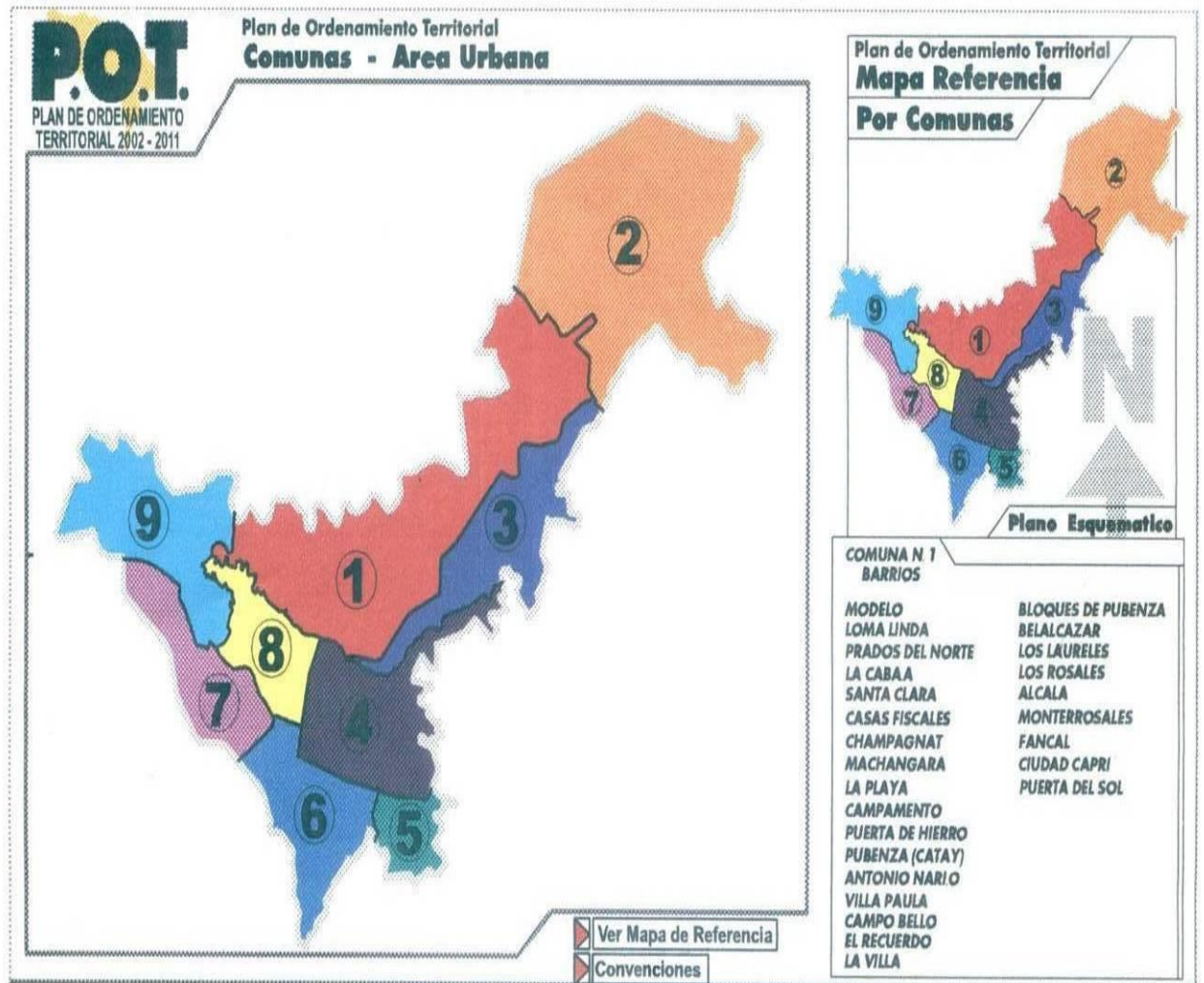
De acuerdo al censo de 1993 en el municipio de Popayán el porcentaje de personas con necesidades básicas insatisfechas (NBI) es de el 21.7% el 9.1% con vivienda inadecuada, el 1.9% con servicios inadecuados, el 9.0% en hacinamiento, el 3.2% con inasistencia escolar, el 7.5% con alta dependencia económica y el 6.6% en miseria.

Contexto a trabajar

Después de la preconfiguración realizada por un grupo de investigación, el trabajo se orientó a continuar investigando la comuna uno de la ciudad de Popayán, la cual está conformada por 27 barrios: Modelo, Loma Linda, Prados del Norte, La Caba, Santa Clara, Casas Fiscales, Champagnat, Machángara, La Playa, Campamento, Puerta de Hierro, Pubenza, Antonio Nariño, Villa Paula, Campo Bello, El Recuerdo, La villa, Bosques de Pubenza, Belalcazar, Los Laureles, Los Rosales, Alcalá, Monterrosales, Fancal, Ciudad Capri, Puerta del Sol, que poseen estratos que oscilan entre 4 y 6 perteneciendo estos a las personas con más altos ingresos de la ciudad de Popayán, de esos barrios el sitio que se escogió para desarrollar el trabajo de campo es la Villa Olímpica, la cual se considera un sitio estratégico, por ser un centro donde se puede practicar diferentes actividades deportivas y donde a su vez se realizan encuentros deportivos que son de tipo social y recreativo.

Estas instalaciones pertenecen a la alcaldía municipal pero en la actualidad son administradas por La Caja de Compensación Del Cauca, contando con un horario de atención al público de 5:45 AM hasta las 7:00 PM la villa olímpica cuenta con gran variedad de escenarios deportivos y recreativos, la misión de la caja de compensación Familiar del Cauca, es una corporación de derecho privado sin ánimo de lucro, vigilada y controlada por el Estado, comprometida con el desarrollo integral y regional del Cauca, mediante la prestación de servicios, el fortalecimiento institucional y la generación de proyectos de bienestar social a la comunidad caucana, especialmente el trabajador afiliado y su familia. Teniendo como visión de ser reconocida en el 2010, como la Caja de Compensación líder en protección social en el Cauca, con programas de impacto social que permitan al Departamento ser competitivo en las nuevas tendencias del mercado.

4.2 Mapa del sitio.



A continuación se pretende dar a conocer el sitio en donde se desarrolló nuestro proyecto de investigación.

Ésta investigación se llevó a cabo en la villa de comfacauca, ubicado en la comuna 1 de la ciudad de Popayán, en la carrera 15 con calle 18N en el barrio La Villa, el lugar es un sitio un estratégico donde llegan muchas personas de cada uno de los barrios que componen esta comuna.

Cerca de este lugar se encuentra el centro comercial campanario, el batallón José Hilario López y el Instituto del Seguro Social. La villa de comfacauca es un sitio de fácil acceso el cual cuenta con diferentes escenarios deportivos y zonas verdes para la práctica deportiva, donde los adultos mayores asisten con puntualidad a la cita semanal porque ahí se sienten útiles, valorados y necesarios. Aspectos que en sus hogares se reflejan.

Este grupo fue creado aproximadamente en el 2005 y en la actualidad participan alrededor de 20 a 25 personas aproximadamente, siendo en su totalidad del género femenino, que emplean su tiempo en oficios de la casa o trabajos informales. Algunos integrantes del grupo empezaron asistiendo desde el inicio de su fundación mientras que otros se han incorporado recientemente, sin embargo el sentido de pertinencia al grupo está ligado al diálogo y la interacción (relación) entre los participantes, por tanto la mayoría aparece como elemento clave en el espacio grupal pero también como eje articulador entre la acción colectiva y la vida familiar.

CAPITULO II

ENFOQUE Y DISEÑO METODOLÓGICO DE INVESTIGACIÓN

Tipo de estudio

Este proyecto es de tipo cualitativo, ya que interesan los datos por sus cualidades, por lo que ocurre en cada uno de ellos, y no tanto por sus cantidades. Su fundamento está dado por la visión holística de las realidades; lo cual implica comprender una realidad desde la relación que hay en cada uno de sus elementos y no desde la visión aislada de ellos.

Esta investigación se hace desde el diseño de la complementariedad etnográfica, propuesta por (Murcia y Jaramillo, 2000), que no solo permite ubicar los rasgos culturales sino también reflexionar sobre estos; retoma fundamentos de la teoría fundamentada, la fenomenología y la hermenéutica. Su perspectiva es holista, donde es indispensable interpretar, descifrar, percibir y comprender la realidad de los aspectos que hacen parte del fenómeno estudiado en este caso el imaginario de tiempo de los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán, en función de sus posibilidades de relación con el todo y sus partes. Determinar las estructuras socio culturales y la esencia de las mismas.

Por lo tanto el proceso de análisis se realizó teniendo en cuenta la metodología propia del estudio, mediante tres momentos de los cuales solo se abordaron y se desarrollaron para este proyecto la configuración y reconfiguración, puesto que el primer momento ya fue realizado por otro grupo de investigación.

1. PRIMER MOMENTO: Pre-configurando la realidad

El momento de pre-configuración de la realidad como primera aproximación a la posible estructura sociocultural (pre-estructura), se considera como una forma de lograrla mediante una búsqueda paralela de teoría formal y de teoría sustantiva. Lo anterior significa que mientras se estuvo revisando la teoría formal que conllevó a un conocimiento amplio del área

y del contexto de desarrollo sociocultural (perspectiva deductiva), se hizo un primer acceso al escenario donde se realizó el estudio, para lograr un conocimiento empírico del contexto sociocultural. Este primer contacto fue directo con los sujetos sociales mediante métodos de observación participante. De este proceso y haciendo uso de las descripciones realizadas y de ordenamientos conceptuales de la realidad, se construyó la teoría sustantiva que se complementa por relación de sentido con la teoría formal para plantear una pre-estructura. La primera construcción de sentido, es la que permitió elaborar una guía flexible con la cual se dio inicio al momento de configuración.

Pre-categorías selectivas

Estas surgen de las primeras observaciones realizadas en la villa por el primer grupo de investigadores. Donde rotularon la información de los primeros diarios de campo de cada investigador, posteriormente buscaron las semejanzas para hallar las categorías selectivas:

Unión de pre - categorías selectivas encontradas.

Estas surgen de las primeras observaciones hechas utilizando el instrumento de diarios de campo, cumpliendo con un proceso depurativo de información (revisión de rótulos y semejanzas entre las categorías selectivas) las cuales sirvieron para encontrar la categoría núcleo y continuar con el proceso investigativo.

Pre - categorías selectivas

- El baile en los adultos mayores, posibilitador de procesos comunicativos y generador de buenas relaciones.
- La clase bien estructurada y teniendo en cuenta la motivación, y la participación, hace que los adultos mayores pierdan la noción de tiempo marcado.
- Los recuerdos en los adultos mayores generan tristezas, y expresiones de libertad y felicidad en ellos.

Así entonces en este proceso surge desde la dimensión temática lo siguiente:

1.1 Problema

A lo largo de la vida de los adultos mayores, se ha podido ver como en estos se han instituido muchas formas de vida, entre ellas la configuración de tiempo marcado, medido, cronometrado, calendarizado, tiempos que desde los referentes conceptuales no solo pueden verse desde esa dimensión, ya que esto configura situaciones del orden instituido y no permite ser y estar en el mundo, por lo tanto la problemática hace un círculo en repetir lo que se encuentra instituido y cierra posibilidades hacia lo instituyente.

Después de haber abordado los conceptos de imaginario del adulto mayor y adulto mayor y tiempo en el área temática, como camino para comprender el imaginario de tiempo en el adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán, se encontró la problemática de la amplitud de los conceptos, por ello, fue necesario delimitar desde dónde se podía llegar a comprender esas realidades lo cual permitió no solo ubicar los rasgos culturales sino también los sociales, por lo anterior nos surge la siguiente pregunta.

1.2 Pregunta de investigación

¿Cuál es el imaginario de tiempo de los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán?

2. SEGUNDO MOMENTO: Configuración de la realidad

En este momento de configuración, se realizó el rastreo teórico, para saber como se recogió la información, se continuó con el trabajo de campo pero en profundidad (intensiva y extensiva), con el fin de obtener una estructura más plausible que la anterior (pre-estructura). Esto implica armar el entramado de relaciones de cada elemento que va emergiendo del proceso de recolección y familiarización con los datos, teniendo como base las pre-categorías o categorías iniciales analizadas en el momento anterior. Es así como: a partir del trabajo de campo en profundidad desde la historia oral y de vida, se escudriñó la realidad sobre la cual se hizo el análisis para comprender, si las pre-categorías son las que efectivamente constituyen

esa realidad, o por el contrario, se encuentran elementos nuevos configuradores de dicha realidad; en este sentido, se hace de la investigación un proceso de descubrimiento.

2.1 Técnicas e instrumentos

Se utilizó la siguiente técnica:

- Relatos, historia oral y de vida (audio grabadoras)

Relatos, historia oral y de vida (audio grabadoras): Intentamos construir el significado que los adultos mayores tienen acerca del imaginario del tiempo vivido, utilizando la metodología de historia oral y de vida, como forma de acercarnos a los sujetos y de llevar al ámbito de lo “público” las voces de los mismos. En este sentido ellos van construyendo como sujetos colectivos, actores políticos que luchan diariamente por llevar una vida mejor, así creemos que trabajar con historia oral y de vida nos abre una posibilidad sumamente enriquecedora y nos posibilita redescubrir las realidades de los adultos mayores.

Necesitamos conocer la mayoría de mecanismos que nos permitan que ese proceso sea continuo, y que podamos interactuar con los sujetos de una comunidad a investigar de la mejor forma, en donde se deben buscar herramientas que permitan que esa interacción no sólo se limite a contestar la pregunta investigativa, sino lograr realizar un verdadero proceso de socialización y humanización.

En este sentido, consideramos que a través del instrumento de trabajo con historia oral y de vida se pudo recuperar relatos, testimonios, historias de vida, para extraer las experiencias, valores, cultura y significados, que ellos presentan en sus reuniones y experiencia de vida relacionadas con su tiempo vivido.

En palabras de Yazbek (1996: 24) “...de la colecta de relatos de vida de los subalternos, procurando comprender el modo como organizan la realidad en sus mentes y la expresan en sus comportamientos. Esos relatos de vida son aquí analizados considerando que no pueden ser desvinculados del movimiento más general de la sociedad, en que cada experiencia contribuye para la comprensión de la trama de relaciones que constituyen la vida social.”

Situamos la historia oral y de vida, para esta investigación, dentro de los métodos cualitativos de investigación, teniendo como horizonte ampliar los conocimientos sobre la realidad social, a través de estudios en profundidad, tomando como uno de sus ejes, las experiencias vividas por los adultos mayores. En este sentido, de lo que se trata es de colocar las voces de ellos en el ámbito de lo público, de conocer los significados que atribuyen a su experiencia; de cómo viven su vida. Se trata de traspasar la descripción, para comprender los significados, de buscar en ellos sus historias. De ninguna manera implica desconocerlos de su estructura, ni las condiciones materiales de existencia. Por el contrario, se trata de analizar cómo esa estructura repercute en su vida cotidiana, y de cómo produce y se reproduce en esa estructura, pero dimensionándolo desde lo cotidiano, desde su propia experiencia.

Como bien nos recuerda Thompson, (1992:44) “La historia oral y de vida es una historia construida en torno de personas. Ella lanza la vida para dentro de la propia historia y eso alarga su campo de acción. Admite héroes que vienen no solamente dentro de los líderes, sino también dentro de la mayoría desconocida del pueblo.”

Es decir, una de las posibilidades que nos dio esta metodología es la de trabajar con las personas que han vivido los procesos sociales que queremos investigar, por lo que esa “experiencia vivida” nos dio una mirada peculiar que enriqueció el proceso de investigación. Conocimos el lenguaje de ellos desde su historicidad, como un proceso social activo, creador de significados. Trabajar con ellos como seres históricos reales, que son portadores y productores, no sólo desde el conocer, sino también develando lo real, para penetrar en el.

La historia oral y de vida como instrumento nos permitió reconstruir la memoria de los adultos mayores, esta reconstrucción se hizo de una manera viva, buscando la producción de nuevos significados, por eso tanto ellos como nosotros nos constituimos en sujetos activos de este proceso.

Cuando se acude a la historia oral y de vida hay que tener especial cuidado en no descontextualizar los diálogos; sino de ubicarlos dentro del proyecto investigativo y que éste vaya acorde a la realidad de cada sujeto.

Para esto se ha propuesto un posible diseño de pautas para un diálogo:

Este diálogo se realizó con los informantes claves, de una manera muy esporádica, ya que se buscaba, mayor interacción y que los adultos mayores contaran sus realidades a su manera, pero sin salirse del objetivo de la investigación, por lo cual se diseñaron una posibles pautas que nos llevaran a ese objetivo, y así seguir con un diálogo y no una entrevista.

- ¿Cuál etapa de vida ha disfrutado más..... por que?
- ¿Qué tanto usted dialoga con sus compañeros?, ¿Por qué lo hace?
- ¿Para usted es importante hablar de hechos ocurridos durante su vida...por qué?
- ¿Usted es consciente o se ha percatado de los cambios ocurridos a través de su vivencia o su tiempo vivido?
- ¿cree que hasta ahora ha logrado lo que se ha propuesto?
- ¿Piensa usted que la enseñanza o el legado de sus padres ha servido para desempeñarse en la vida diaria... por qué?
- ¿Usted cree que ser adulto mayor es sinónimo de incapacidad y limitación... porque?
- ¿Que piensa usted del tiempo que le tocó vivir?

Con estas preguntas se pretendió empezar a realizar las historias orales y de vida de las integrantes pertenecientes al grupo de adulto mayor

2.2 Población e informantes claves

Los informantes claves se seleccionaron de la siguiente forma:

- Observación participante (diarios de campo) se acudió a ella para llegar a los informantes claves.

La observación participante: Se puede afirmar que la observación es uno de los métodos más utilizados por la investigación cualitativa. Consiste en que el investigador convive con los individuos y se convierte, dentro de lo posible, en miembro activo del grupo durante un periodo significativo.

Los informantes que se seleccionaron, para el trabajo investigativo de imaginario del tiempo en el adulto mayor, pertenecen al grupo que se reúne en la villa olímpica de comfacauca. Los temperamentos de los individuos del grupo son muy heterogéneos, encontramos personas introvertidas, extrovertidas, activas, pasivas y con liderazgo; que nos admitieron con agrado; de la misma manera se encontró que el nivel de escolaridad de estas personas es de primaria y secundaria, la selección de los informantes se realizó en la medida en que nos íbamos relacionando con los integrantes del grupo, por medio de actividades como (aeróbicos, baile deportivo, actividad física recreativa, caminatas, charlas etc.) programadas por los investigadores, para lograr ganar la confianza y así permitir desarrollar la investigación, para poder definir los informantes claves. Los adultos mayores fueron personas provenientes de los diferentes barrios que integran la comuna uno.

Después de elegidos los informantes claves se realizó una familiarización con ellos con el propósito de lograr la realización de nuestra investigación. Esta familiarización se logró hacer por medio del diálogo, donde se les pidió permiso formal para llegar a sus casas y así familiarizarnos más con los informantes, con el objetivo de generar más confianza para lograr que ellos nos contaran cosas importantes de su vida.

Las citas se concretaron vía telefónica, en otras oportunidades al informante clave se le invitaba a tomarse un café, a salidas ecológicas y en ocasiones se dialogaba en las reuniones del grupo para el mejor desarrollo de las historias orales y de vida, las cuales se realizaron con agrado y satisfacción durante un periodo de ocho meses comprendidos entre el mes de septiembre de 2007 y el mes de abril de 2008.

2.3 Procedimiento

Para continuar con el proyecto se necesito entablar procesos de familiarización, que consistieron en la presentación de nuestro grupo investigador ante la población (adulto mayor) de la comuna uno que se reúne en la villa olímpica.

- Permiso institucional: se habló con el grupo, el cual otorgó un permiso, para poder realizar el proceso investigativo.
- Acercamiento y familiarización, durante algunas visitas, se realizaron actividades recreativas (caminatas, paseos, danzas, etc.)
- Observaciones participantes: se realizaron a lo largo del proceso investigativo en donde interactuamos con los adultos mayores, procurando no afectar sus actividades programadas.
- Trabajo de campo: se realizaron 30 historias orales y de vida. Este trato de ser lo más objetivo posible con los relatos, y pretendimos que el adulto mayor contara sus historias de vida, las cuales fueron grabadas y luego transcritas sin alterar su contenido.

2.4 Aspectos éticos

El proyecto conto con un permiso para su ejecución por parte de la comunidad, es por eso que se dio la información pertinente y clara a los participantes respetando los derechos que tienen las personas a rehusarse a participar en el. Asimismo la información obtenida se utilizo con fines de estudio, manteniendo la confidencialidad y difundiendo los resultados en la comunidad académica y los adultos mayores.

Igualmente el grupo de investigación solo se comprometió a trabajar con datos de los adultos mayores, que autorizaron la utilización de la información trabajando de forma objetiva y pertinente para el proyecto.

De la misma manera el grupo investigador se comprometió a retribuir la información al grupo investigado, con el fin de que conozcan el resultado y así fortalecer el grupo estudiado.

3. TERCER MOMENTO: Re-configuración de la realidad

En este momento se presentan los ejes temáticos de la investigación para su análisis. Lo común de los ejes temáticos es que en cada uno de ellos presentan sus respectivas categorías de análisis, las cuales surgieron de la primera construcción de sentido; es decir, del momento de la pre-configuración, dichas categorías las hemos denominado como identificadores, los cuales se explicaran con sus respectivas categorías emergentes que son producto del análisis de la información, condensadas en una estructura de sentido que hemos denominado como estructura sociocultural. Dichas estructuras se explican a manera de teoría sustantiva. Seguidamente, se presenta la construcción de sentido (fase interpretativa) donde se explicitan los hallazgos.

Para presentar el análisis de las categorías encontradas se hace necesario, aclarar como se codificó los relatos que comprenden las historias orales y de vida, pero también se escriben las codificaciones de los diarios de campo, debido al cruce que se realizó para comprender la realidad así:

Esquemas

Diarios de campo: (DC: 1/6).

DC = diario de campo.

Nº = número de diario de campo.

2 Nº= número de relato.

Historias orales y de vida: (HOV/EFJ/F/1/6).

HOV = Historia oral de vida.

EFJ = Iniciales de los nombres de los investigadores.

F = Sexo del investigado.

Primer número = Historia oral y de vida.

Segundo número = Relato.

Aquí se realizaron varias historias orales y de vida, las cuales nosotros como grupo investigador las unimos en una sola forma, para lograr los relatos en forma ordenada; estos relatos se transcribirán con las respuestas originales de los adultos mayores.

CAPÍTULO III

IMAGINARIO DE TIEMPO EN EL ADULTO MAYOR

En esta parte del capítulo III, se muestra el eje temático de imaginario en el adulto mayor; en el cual se encuentran las categorías de análisis que surgieron durante el proceso en profundidad,

A partir de los instrumentos que se utilizaron; y de la sistematización surgen las categorías emergentes. Estas nos ayudaron a comprender cómo es el imaginario del tiempo en el adulto mayor de la comuna uno.

A raíz de dicha comprensión nace nuestra estructura sociocultural, la que está sustentada en la mezcla de las categorías emergentes a la par que hacemos una sustentación de ella.

Por último se verá la construcción de sentido en donde hicimos una fase interpretativa de cada una de las categorías emergentes, apoyándonos de los relatos relevantes de los adultos mayores.

1. CATEGORÍAS DE ANÁLISIS

Estas surgieron desde las historias orales y de vida, para lo cual se realizó una rotulación de cada una de ellas, después se buscaron las semejanzas para hallar las categorías axiales, luego se encontraron las similitudes entre ellas para dar paso a las categorías selectivas, las cuales son:

- El tiempo cronológico y la tecnología factor fundamental en los cambios de comportamiento del adulto mayor
- La familia es uno de los principales apoyos para que el adulto mayor se encuentre en un entorno lleno de amor y felicidad
- En el imaginario del adulto mayor las relaciones generan espacios de amistad, satisfacción

- Con el retiro laboral se inicia una nueva etapa para disfrutar de cada momento de la vida
- La actividad física es de vital importancia para mantener una buena calidad de vida
- Cuando se es adulto mayor se comienza a disfrutar la vida feliz y dignamente
- En nuestro entorno existen pocos espacios de recreación para el adulto mayor
- Las creencias religiosas son fundamentales en la vida del adulto mayor

Estas a su vez se compararon con las categorías encontradas en la pre-estructura, para dar paso a las categorías emergentes.

CATEGORIAS EMERGENTES ENCONTRADAS.

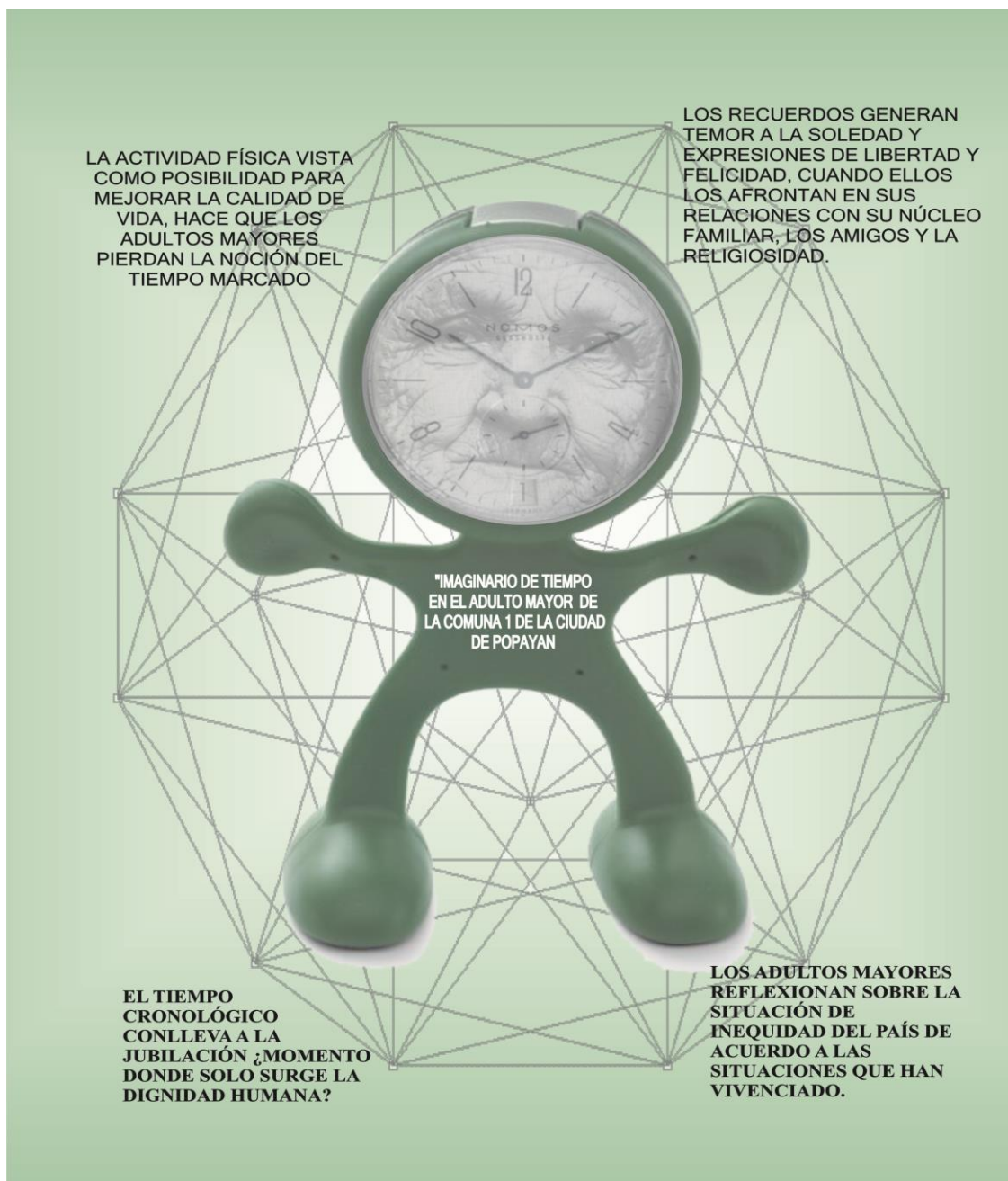
Estas categorías que se nombran a continuación, fueron el resultado del segundo proceso investigativo, el cual fue la guía para encontrar la estructura sociocultural y así poder explicar las categorías que emergieron durante este último proceso, estas se tomaron desde la pre-estructura y de las historias orales y de vida de los adultos mayores, estas son:

- La actividad física vista como posibilidad para mejorar la calidad de vida, hace que los adultos mayores pierdan la noción del tiempo marcado.
- Los recuerdos generan temor a la soledad y expresiones de libertad y felicidad, cuando ellos los afrontan en sus relaciones con su núcleo familiar, los amigos y la religiosidad.
- Los adultos mayores reflexionan sobre la situación de inequidad del país de acuerdo a las situaciones que han vivenciado.
- El tiempo cronológico conlleva a la jubilación ¿momento donde solo surge la dignidad humana?

Estas categorías emergentes, nos dan paso para conformar la estructura sociocultural.

Estructura socio-cultural encontrada

“LA ALEGRÍA Y LA FELICIDAD NO LLEGAN A LA CAMA, HAY QUE SALIR A BUSCARLAS”



La estructura anterior es el reflejo de lo que se encontró entre las categorías selectivas reconociendo la relación existente entre ellas. De una u otra manera estas categorías están

inmersas en el concepto del imaginario de tiempo en el adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán.

Para empezar a desglosar la estructura comenzaremos por abordar la categoría (A) “La actividad física vista como posibilidad para mejorar la calidad de vida, hace que los adultos mayores pierdan la noción del tiempo marcado”.

Esta categoría nos muestra que toda clase bien planificada debe seguir un orden claro, que permita tanto al profesor, como a los alumnos visualizar el objetivo que se quiere lograr a través de ella, lo cual permite que los adultos mayores que asisten a la clase sientan en un alto grado la motivación con la cual acuden a cada una de estas, es así como vemos que en el espacio que se menciona se desarrollan actividades bien estructuradas las cuales van acompañadas de motivaciones, haciendo que los adultos mayores participen y pierdan la noción del tiempo marcado.

De la misma manera el adulto mayor ha encontrado en la actividad física, una gran ayuda para controlar sus enfermedades, mantener sus rangos de movilidad articular contribuyendo todo esto a mejorar su calidad de vida. Mediante la práctica de cualquier actividad física, como el baile deportivo, la caminata y el juego donde siempre debe conservar un carácter lúdico para que sirva como medida terapéutica, preventiva y como medio para la integración.

Prosiguiendo con la estructura encontramos la categoría (B) “los recuerdos generan temor a la soledad y expresiones de libertad y felicidad, cuando ellos los afrontan en sus relaciones con su núcleo familiar, los amigos y la religiosidad”. Se evidencia que en los adultos mayores los recuerdos son imágenes del pasado que se archivan en la memoria. Esos recuerdos nos sirven para recordar algo o a alguien. Así mismo, los recuerdos también se definen como una reproducción de algo anteriormente aprendido o vivido, por lo que están vinculados directamente con la experiencia que generan sentimientos de tristeza alegría y felicidad.

Asimismo es claro que uno de los más grandes temores en el adulto mayor es la soledad, pues ya que en esta etapa su círculo social se ve disminuido y se hace mas difícil encontrar nuevas amistades. La soledad es afrontada fortaleciendo las relaciones con los diferentes grupos que

se encuentran en su alrededor como son su núcleo familiar, los amigos y la religiosidad conllevando a encontrar la verdadera felicidad.

Encontramos la categoría (C) “los adultos mayores reflexionan sobre la situación de inequidad del país de acuerdo a las situaciones que han vivido”. en esta categoría se evidencia que el adulto mayor vive inconforme con la situación de inequidad que se presente en el diario vivir, si se tiene en cuenta que es mínima la atención que se les presta en el campo de la recreación y el sano esparcimiento frente a otras poblaciones. Encontrando que el conflicto armado en nuestro país es una de las principales causas de inequidad.

En la categoría (D) “el tiempo cronológico conlleva a la jubilación. ¿Momento donde solo surge la dignidad humana? El tiempo cronológico es algo inherente al ser humano, el cual pasa por las diferentes etapas de la vida, dando a entender que cuando se llega a la jubilación y terminan las responsabilidades laborales es que verdaderamente en este momento los adultos mayores comienzan a vivir la vida con dignidad.

Para el adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán es de gran importancia el sentirse acompañado de su núcleo familiar, de sus amigos y de Dios para todas las actividades de la vida diaria, logrando evadir los momentos de soledad y de tristeza que puedan traer los recuerdos. El adulto encuentra en la actividad física un espacio para mejorar su calidad de vida, entablar nuevas amistades, permitiéndoles recordar los buenos momentos que han vivido y reflexionar las situaciones de inequidad que se presentan en el país.

A continuación se dará a conocer las categorías emergentes con el propósito de comprender cual es el imaginario de tiempo que poseen los adultos mayores que se reúnen en la villa olímpica la comuna uno de la ciudad de Popayán.

1.1 La actividad física vista como posibilidad para mejorar la calidad de vida, hace que los adultos mayores pierdan la noción del tiempo marcado.

La actividad física a través de los años se ha venido convirtiendo en algo fundamental en la vida de las personas y de manera especial en la etapa del adulto mayor, ya sea para quitar un poco el stress, o para mantener su salud en si, mejorar su calidad de vida.

Como lo expresa el siguiente relato:

En esta edad es de mucha importancia el ejercicio también, pues con el tiempo uno se va quedando tieso y si no se mueve peor, además que llegan las enfermedades que no faltan que osteoporosis, hipertensión, problemas en el corazón y muchas más y la mejor manera de solucionar esos problemas es el ejercicio es por eso que aquí en el grupo muchas compañeras hacen ejercicio, a mi me gusta hacer ejercicio pues eso me alegra y ayuda a mantenerme siempre activa HOV/ F/F/6/3.

La actividad física es definida por la Licenciada Licata (2007, 3) como “aquella que pone en movimiento al cuerpo en su totalidad o a una parte del mismo, de manera armónica y ordenada, en beneficio del desarrollo y conservación de sus funciones”.

La definición anterior contrasta con lo que plantean los adultos de la comuna uno donde reconocen la importancia de realizar la actividad física todos los días en la villa de comfacauca argumentando que esa practica les ayuda a mantenerse activos, sin enfermedades y con ganas de vivir.

Este planteamiento argumenta claramente lo que los adultos mayores sienten en la práctica de la actividad física, como lo dice el siguiente relato:

Empecé a salir a caminar con algunas familiares, con mi esposo en sus ratos libres, esto era agradable pero aun me hacia falta algo ¿que era? me lo preguntaba, hasta que di con ello era la integración con mas personas, las actividades compartidas, decidí vincularme al baile deportivo que había iniciado comfacauca, en este grupo que aunque es muy reducido me siento muy bien, donde siempre esta la chanza, el morbo, la risa y lo bueno y agradable es que esta compuesto por un grupo de personas que le ponen chispa a la vida, no se enojan por nada, siempre estamos de buen humor todas las cuchibarbies HOV/F/F/3/7

Este relato nos da a entender que además de los beneficios relacionados con la salud, la actividad física dio posibilidades de entablar relaciones interpersonales aumentar y mejorar su circulo social, permitiéndoles sentirse seres que forman parte de un grupo social en el cual puede aportar desde sus vivencias, conocimientos adquiridos a través de los años.

La práctica de cualquier actividad física, como el baile deportivo, la caminata y el juego, debe siempre conservar un carácter lúdico para que sirva como medida terapéutica preventiva y además como medio para la integración.

Pero yo si desde hace muchos años he venido realizando caminatas y desde que empezó esto del baile deportivo, yo me integre al grupo. HOV/F/F/3/8.

A mi me gusta las actividades al aire libre como lo son las caminatas, juegos y el baile como esos que ustedes nos hacen, pues es diferente a los que nos hacen siempre. HOV/F/F/3/10

Diversos puntos de vista explican que el envejecimiento conlleva una serie de cambios a nivel físico como por ejemplo lo cardiovascular, respiratorio, metabólico, músculo esquelético, motriz, etc. que reducen la capacidad de esfuerzo y resistencia al estrés físico de los adultos mayores, reduciéndose así mismo su autonomía y calidad de vida.

A grandes rasgos la Actividad Física se ha entendido solamente como "el movimiento del cuerpo". Sin embargo, debemos superar tal idea para comprender que la Actividad Física es el movimiento humano intencional que como unidad existencial busca el objetivo de desarrollar su naturaleza y potencialidades no sólo físicas, sino psicológicas y sociales en un contexto histórico determinado.

Girginov (1990, 2). Considera que "la práctica de la actividad física, tanto del juego como formativa o agonística, tiene una gran importancia higiénico preventiva para el desarrollo armónico del sujeto (niño, adolescente y adulto) para el mantenimiento del estado de salud del mismo". Como lo afirma el siguiente relato:

En conclusión, estas actividades nos hacen sentir jóvenes aunque ya pasemos de medio siglo (risa), cuando salimos de hacer ejercicio nos sentimos muy bien, sin pereza, se nos reactivan las energías para seguir laborando en el hogar, se mejora en cuanto a la salud, ya que las que sufren de la presión siempre a través del deporte manejan un nivel estable de presión, y en general para la salud esto es bien importante. Y algo que me coloca bien contenta es que no me volví a sentir sola ni me deprimí como al comienzo de mi retiro, ahora todo es risa y compartir con mis amigas y mi familia, eso si de algo estoy segura, la alegría y la felicidad no le llegan a uno en la cama. Hay que salir a buscarlas HOV/J/F/1/7.

La actividad física tiene una incidencia específica sobre los sistemas que acusan la involución retrasando la misma de forma considerable, previniendo enfermedades y contribuyendo a mantener la independencia motora y sus beneficios sociales, afectivos y psicológicos, ya que brinda espacios de integración permitiéndole en este caso a los adultos mayores sentirse parte importante de un grupo y alejando uno de los mayores temores que ellos expresan como es el de quedarse solos y no ser útiles para esta sociedad después de tener su jubilación:

Poco a poco el tiempo va pasando y las heridas se va curando, pero uno de los factores que mas influyeron para salir de mi crisis emocional, fue el apoyo de mis niñas y el deporte, porque eso que dicen que el deporte es vida eso es muy cierto. HOV/E/F/4/3.

Después de ese día me di cuenta que salir a caminar es uno de los mejores ejercicios que existe para desestresar la mente y el cuerpo, y por ese motivo la convertí en una rutina diaria de mi vida. HOV/E/F/6/3.

Todo esto es de vital importancia para que los adultos mayores puedan tener una buena calidad de vida la cual se define en términos generales como el bienestar, felicidad y satisfacción de un individuo, que le otorga a ésta cierta capacidad de actuación, funcionamiento o sensación positiva de su vida.

La realización de las actividades físicas es muy subjetiva, ya que se ve directamente influida por la personalidad y el entorno en el que se vive y se desarrolla cada individuo.

Según la OMS, la calidad de vida es la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus expectativas, sus normas, sus inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno.

La actividad física en el adulto mayor de la comuna uno a de entenderse y apreciarse como algo más allá de lo simplemente en cuanto al empleo del tiempo libre, ha de verse mejor como una acción que proyectada desde lo social, puede crear las condiciones que faciliten la elevación de la calidad de vida de estas personas, y contribuir al desarrollo de estilos de vida más saludables y autónomos a esta edad.

Numerosas investigaciones han mostrado que la etapa de adulto mayor no tiene necesariamente que ser un período de la vida, en el que predomine o se haga inevitable un deterioro fatal de las capacidades físicas e intelectuales, ya que si los sujetos muestran la necesaria motivación y la intención de mantener un estilo de vida activo y productivo y se les propician las condiciones para desenvolverse en un entorno rico y estimulante, les favorecerá esta situación para que sus experiencias de aprendizajes se reconozcan y determinen logros como la conservación de su apariencia física:

Lo que si he querido desde hace mucho tiempo es adelgazar un poco, pues tampoco quiero quedar como una niña de quince jajaja pero si quiero bajar unos kilitos aunque todos en la casa me dicen que así estoy bien, pero el problema es que a veces uno no aguanta y come de todo lo que le ofrecen.
HOV/F/F/3/9.

La perspectiva de actividad física en el adulto mayor, nos llevaría a superarla como una mera opción individual a desarrollarse en el tiempo, donde dejaríamos de apreciar su carácter desarrollador, por los niveles de participación y de actualización que pueden generar; sobre todo si se le considera como recurso potenciador, herramienta de acción social que permiten elevar el bienestar y la calidad de vida de las personas.

Los sujetos que envejecen adecuadamente utilizan y disfrutan de todas las posibilidades que existen en su entorno social y están preparados para aceptar, sin claudicar, las propias limitaciones, la disminución de sus fuerzas y la necesidad de recibir algún tipo de ayuda; pero no renuncian a mantener, dentro de rangos razonables y posibles, determinados niveles de independencia y autodeterminación, razón por la cual acuden a grupos que le ayuden.

Los adultos mayores de la comuna uno, encuentran en la actividad física un espacio para mantenerse activos y para la prevención de enfermedades y la conservación de la apariencia física, pues con el tiempo la sociedad ha venido exigiendo adoptar una figura determinada y esto tampoco se escapa a ellos.

Es por eso que se hace importante la promoción de actividad física en los adultos mayores ya que es indispensable para disminuir los efectos del envejecimiento y preservar la capacidad funcional del adulto mayor permitiendo mejorar su calidad de vida.

Para poder lograr esto es necesario de una adecuada planificación por parte de las personas encargadas de organizar cada uno de los programas dirigidos hacia los adultos mayores. Se ha evidenciado en el grupo de adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán, que cuando la clase es bien planificada, y el instructor crea un alto grado de motivación, el efecto que se logra en los adultos mayores es que ellos pierden la noción del tiempo marcado, entrando en un ambiente de relajación y tranquilidad.

Para ello toda clase bien planificada debe seguir un orden claro, que permita tanto al profesor, como a los alumnos (en este caso los adultos mayores) visualizar el objetivo que se quiere lograr a través de ella, porque una clase bien estructurada habla de contenidos que han sido pensados para la población a la cual van dirigidos, esta situación permitió que los adultos mayores se sintieran a gusto con las actividades que estaban realizando y gozaran de todos y cada uno de dichos contenidos, veamos:

“se gozan la clase minuto a minuto debido a que el profesor siempre las esta animando, D.C 4.1”, “el instructor plantea diferentes bailes en los cuales todos los adultos mayores participan, D.C 1.1”,

“el instructor programa los bailes de manera que el animo de los adultos mayores suba con cada uno de estos, y logra poner a sonar canciones que para ellos son de antaño, de recuerdos y de alegría, D.C 3.1”,

Además:

“canción tras canción, bailan y bailan sin importar la edad ni mucho menos el cansancio, siguen las instrucciones del profesor de baile y una vez mas vuelven a aplaudir, D.C 4.2 (Harry)”,

Lo anterior permite ver como una clase bien estructurada y pensada para la población a la cual va dirigida nos va asegurar un rato agradable y ameno para las personas que participan de la misma y por supuesto para nosotros como futuros docentes.

La realización de una clase que ha sido pensada y preparada para los adultos mayores, genera en ellos una motivación que les permite tener un impulso que ayuda a mantener una cierta continuidad en la acción que están realizando, ella los acerca a la consecución de un objetivo, en este caso la salud mientras bailan y que una vez logrado dicho objetivo, saciará una necesidad: la cual es mantenerse sanos mientras bailan y disfrutan, miremos lo siguiente

“se continua con una cumbia la cual le da animo a la actividad y por ende al grupo el cual disfruta de cada uno de los temas que están sonando, D.C 3.1”,

A demás:

“se ríen en una actitud de niños, molestan un poco, se vuelven a reír y continúan bailando, se ven felices, D.C 5.1”, por ultimo: “para culminar la actividad del día de hoy se escuchan los aplausos y muchas sonrisas, D.C 7.2”,

Razones que nos llevan a pensar en lo bien que la podemos pasar cuando nuestras clases están bien planificadas y pensadas para una comunidad específica, en este caso los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán que se reúnen en la villa olímpica.

La participación de los adultos mayores en esta actividad de baile permite que ellos pierdan la noción de tiempo marcado ya que al encontrarse motivados, ellos no se dan cuenta de que la clase dura apenas una hora y es por esto que pierden la denominada noción de tiempo marcado entendido este como lo plantea Heidegger, (1951). “El flujo de las horas, algo medible y que sigue parámetros que se encuentran ya establecidos, algo contable, algo lineal”(P 454). por esta razón es que los adultos mayores al encontrarse bailando con las canciones de su agrado pierden la noción del tiempo conocido como marcado, ese tiempo que se mide con las horas y se observa en un reloj, lo mas importante que podemos resaltar de las actividades que realizan estos adultos mayores es que ellos al encontrarse con sus amigos, charlan, se ríen, bailan y gozan, razones por las cuales la noción de tiempo marcado se pierde, donde ellos se divierten y bailan hasta que culmina la clase, miremos:

“algunas decían que rápido se paso la clase, estuvo buena la música, hoy sude, me sirvió la clase, D.C 6.1”

“teniendo en cuenta las expresiones de alegría con la que ellos realizan sus actividades, concluimos diciendo que este tipo de espacios genera en los adultos mayores alegría y mantenimiento de su estado de salud propiciando un buen estado de animo y permitiéndoles compartir junto con sus amigos un rato cargado de deporte y aprovechamiento de su tiempo libre, D.C 2.1”,

“también les permite compartir con otras personas esa expresión y esa alegría generada por el baile o los bailes a los cuales asisten, D.C 4.1”

Todo esto dado por la participación de los adultos mayores que asisten a la clase de actividad física y la motivación con la cual acuden a cada una de estas, es así como vemos que en el espacio que se menciona se desarrollan actividades bien estructuradas las cuales van acompañadas de motivaciones, haciendo que los adultos mayores participen activamente, olvidándose por unos instantes del tiempo el cual esta marcado por sus ocupaciones cotidianas, llegando a sentirse bien tanto física como psicológicamente, creando espacios de convivencia y fortaleciendo lasos de amistad, contribuyendo a mejorar su calidad de vida.

1.2 Los recuerdos generan temor a la soledad y expresiones de libertad y felicidad, cuando ellos los afrontan en sus relaciones con su núcleo familiar, los amigos y la religiosidad.

En el grupo de adulto mayor de la comuna 1 de la ciudad de Popayán, se encontró especialmente desde la música y el baile, que el temor que sienten frente a la soledad y la manera en que afrontan dicho sentimiento lo hacen anclándose en las relaciones con su núcleo familiar, los amigos y la religiosidad, y esto también genera en ellos momentos de felicidad.

La soledad se presenta en todas las etapas de la vida pues es un problema común, pero encontramos que es mucho mas frecuente en el adulto mayor, ya que en esta edad se ven enfrentados a cambios muy drásticos como la perdida de las personas que mas quieren, pierden su estabilidad laboral y de una u otra manera la sociedad empieza a separarlos porque son supuestamente seres poco productivos.

La soledad ha sido conceptualada a través de los años desde nuestra interpretación como el estado en el que las personas carecen de compañía, se sienten vacías, tristes y donde sostienen relaciones interpersonales deficientes.

Al respecto el doctor Collins (2000) afirma: “La soledad es la dolorosa percepción de que carecemos de contactos de significancia con los demás. Incluye una sensación de vacío interior que puede estar acompañada de tristeza, desaliento, un sentido de aislamiento, inquietud, ansiedad y un intenso anhelo de ser querido o necesitado por alguien” (p 31).

El planteamiento anterior refleja exactamente el pensamiento de los adultos mayores de la comuna uno, donde la soledad para ellos es un estado del resultado de relaciones sociales deficientes, o constituye una experiencia subjetiva pues uno puede estar solo sin sentirse solo o pertenecer a un grupo pero a la misma vez sentirse solo, la soledad resulta desagradable y puede llegar a generar angustia, ella refleja la falta de interacción con los otros y con ellos mismos, es por eso que los adultos mayores todo el tiempo buscan a sus amigos, a su familia, para encontrar ese apoyo que les da tanta fuerza. Dice un adulto mayor:

Casi nunca me gusto estar sola yo pienso que los seres humanos no podemos estar solos porque siempre necesitamos de alguien para poder compartir nuestros sentimientos. HOV/E/F/4/6

Siempre va existir la necesidad de relacionarse con el entorno, y mas aun con los otros que puedan fortalecer lo que se piensa, que puedan compartir sentimientos, tristezas, alegrías, por ello el adulto mayor busca espacios donde pueda encontrar apoyo, donde sentirse útil y mantener la soledad lejos de sus vidas.

Dentro de la soledad según lo que plantea el psicólogo Ellison (2000,4) podemos encontrar tres clases de soledad, emocional, social y existencial. La soledad emocional la plantea como “la falta o pérdida de una relación psicológicamente íntima con otra persona u otras personas. La persona emocionalmente solitaria se siente totalmente sola y puede recobrase sólo por medio de establecer nuevas relaciones profundas con otros”.

Este sentimiento de soledad emocional lo han sentido los adultos mayores de la comuna 1, donde en un momento se sienten solos por la perdida o alejamiento de su núcleo familiar encontrando en el grupo esa compañía que hace recobrar las relaciones con otros. Lo plantea el siguiente relato:

Yo sentía que me estaba quedando sola pues mis hijas se crecieron y se fueron a formar su hogar pues es la ley de la vida y fue lo mismo que yo hice y es ahora que entiendo como se sintieron mis padres cuando yo me fui pero gracias a Dios cuento con un muy buen grupo de amigas. HOV/E/F/5/6

Prosiguiendo con el tema es importante abordar la soledad social donde Ellison (2000) la define como “el sentido de falta de dirección, de ansiedad y vacío. La persona siente que está "afuera", marginada de la vida. En lugar de una relación profunda con un compañero específico, la persona socialmente solitaria necesita un grupo de amigos que la acepten y apoyen, y la habilidad de relacionarse con otros”.

Este tipo de soledad es poco frecuente en los adultos mayores de la comuna 1 pues siempre tienen claro la importancia de relacionarse con las personas de su alrededor en especial con personas de su edad, pues de esa manera se mantienen activos. La sensación de marginación es poco frecuente pues son personas que tienen la facilidad de hablar de manera muy fluida, con cualquier persona encontrando aceptación en cualquier lugar donde lleguen.

Frente al tema queda la soledad existencial la cual refiere a la persona que se siente separada de Dios y que su vida no tiene ningún sentido. Este tipo de soledad puede ser muy frecuente en varias etapas de la vida, pero en los adultos mayores de la comuna uno no se ve, ya que para ellos todo lo que pase, lo bueno y lo malo es porque Dios lo quiso y de esa manera esta bien.

Yo soy de las que creo que si no pudo hacer algo fue porque Diosito creyó que había cosas mejores para mí. HOV/F/F/4/3.

El temor a la soledad es afrontado por el adulto mayor anclándose en las relaciones humanas. Las relaciones humanas no son más que la interacción de las personas con ellos mismos, como con los otros, las cuales están regidas por costumbres, hábitos respetando reglas sociales que se han estipulado con el tiempo. Es aquí donde juegan un papel importante para hacer contraste con la soledad.

Es por eso tan importante retomar este relato:

El llegar a esta edad, a la que llaman “tercera edad” ha sido un motivo de gran alegría pues porque vivo muy feliz con todo lo que tengo, creo que eso depende de todo un proceso que se hace a lo largo de la vida, ya que uno puede ir organizando su vida desde la juventud, es mas creo que de eso depende que el llegar a la tercera edad sea un motivo de alegría. HOV/F/F/6/1.

Los adultos mayores de la comuna uno muestran la importancia que para ellos tienen las relaciones humanas, pues están convencidos que juegan un papel importante en sus vidas al relacionarse con otras personas, con su familia y con Dios.

Cabe resaltar que dentro de las relaciones humanas encontramos las relaciones con el núcleo familiar, las cuales son de gran ayuda para los adultos mayores en esta edad, ya que son ellos los que hacen que se sientan verdaderamente útiles y felices en todo lo que hacen. El núcleo familiar como las personas que residen bajo un mismo hogar, donde se comparte una vida en común y están vinculados los lazos de parentesco y consanguinidad

Algo que me hace muy pero muy feliz es que llego a esta etapa de mi vida rodeada de toda mi familia, mi esposo y mis hijos que siempre me han brindado todo su apoyo y todo su amor por eso que mas le puedo pedir a la vida si con eso me siento muy bien. HOV/J/F/1/1

La familia se convierte en uno de los principales apoyos para superar la adversidad, pues en ella encuentran la seguridad necesaria para seguir afrontando todo lo que la vida depara para ellos. Se convierte en la principal encargada de garantizar un entorno agradable que compense las pérdidas que se presentan en esta etapa de la vida.

Y también necesitaría de estas actividades en el futuro inmediato, además, me alargo parezco política (risa), no se si quiero hacer énfasis en que hay muchos esposos, esposas, hijos y familiares que apoyan todas nuestras actividades y eso es lo mas importante porque nos hacen sentir importantes para la vida de cada uno de ellos y nos estimula mucho a seguir adelante y con toda esa vitalidad que todavía hay por dar. HOV/J/F/6/6

El reconocimiento que les hace la familia a los adultos mayores de la comuna uno es de mucha importancia ya que esto reafirma el autoestima y les ofrece un significado nuevo, el cual les permite sentirse parte de la sociedad y pertenecer a una edad importante de la vida, logrando una larga vida llena de salud física y mental. El apoyo que se presente por parte de la familia hace que los adultos mayores estén activos todo el tiempo, logrando que hagan sus actividades básicas cotidianas como bañarse, vestirse, peinarse etc. De igual manera les asignan trabajos pequeños con el objetivo de hacerles notar que ellos son muy importantes y útiles para su familia.

Pues en la mañana me dedico a los oficios de la casa y ya después en la tarde me dedico atender mis nietas, les ayudo a hacer tareas o en lo que necesiten mi hija me molesta porque me dice que yo parezco una niña porque me coloco a bailar, jugar y reírme como mis nietas. HOV/F/F/1/10.
Yo vivo con mi esposo, mi hija, su esposo y las nietas que ellas son las que me tienen viva o activa. HOV/F/F/1/9.

Otras de las maneras que tiene el adulto mayor para afrontar la soledad son las relaciones con su amigos, ya que ellos le permiten recordar temas afines los cuales les produce alegría, tristezas, les hace evocar épocas pasadas que sin duda algunas le han dejado muchas enseñanzas y experiencias por compartir. Esto se expresa en lo siguiente:

Nosotras conservamos nuestra amistad porque casi todos los días nos encontramos en el sitio en donde la mayoría nos conocimos que es allí en la villa de comfacauca, y otra ventaja para la amistad es que vivimos muy cerca y nos vamos y nos venimos juntas, y también es cerca para reunirnos en nuestras casas así sea para jugar parques (risa), unas viven en un lado, otras en otro pero relativamente cerca. Esa es una buena ventaja porque cuando estoy aburrida ya se que puedo ir donde alguna de ellas a tomarme un café, a tejer y hablar cháchara que eso si sabemos hacer (risa), pero así se nos pasa el tiempo y pasamos momentos agradables HOV/J/F/3/6

De la misma manera los amigos en esta edad ayudan a que el tiempo se pase de una manera agradable, ya que tienen la oportunidad de realizar infinidad de actividades, las cuales permiten que los adultos mayores no sientan temores a la hora de dar sus opiniones, de hacer chistes que en otro ambiente pudiesen parecer fuera de foco, el problema es que a esta edad es

mas difícil hacer nuevas amistades ya que no tienen compañeros de trabajo porque ya se han pensionado, o porque tienen una vida social poco activa, de ahí la importancia de pertenecer a un grupo que lo acepta tal cual como es como lo dice el relato:

Esa es una buena ventaja porque cuando estoy aburrída ya se que puedo ir donde alguna de ellas a tomarme un café, a tejer, y hablar cháchara que eso si sabemos hacer (risa), pero así se nos pasa el tiempo y pasamos momentos agradables entre nosotras. HOV/J/F/3/6

El adulto mayor de la comuna uno encuentra apoyo en sus amistades, ya que siempre están dispuestas a colaborar en cualquier eventualidad que se pueda presentar, como la soledad, el abandono o muchas otras situaciones a las que viven expuestos en la vida diaria.

Los amigos juegan un papel importante en la vida de los adultos mayores, pues con ellos recuerdan todas sus épocas pasadas, discuten un poco de como los tiempos van cambiado y hablan con mas propiedad y con alegría lo que la vida les ha enseñado.

El termino amigos se escucha muy seguido pero son muy pocas las definiciones concretas que se encuentra del mismo, aunque alguien llamado Atahualpa Yupanqui (1986) expreso la definición de amigo: "amigo es uno mismo dentro de otro" es tal vez la definición mas concreta y diciente de lo que es un amigo, pues siempre se busca a las personas que mas se asemejan a uno en la forma de actuar o de pensar.

Nosotras nos reunimos y hacemos sancochos, hojaldras y bailamos, jugamos sapo y a veces hasta viene el profe y nos echamos la bailadita. HOV/1/4.

Asimismo como los amigos ocupan un lugar importante en la vida de los adultos mayores de la comuna uno, también la religiosidad es parte fundamental en sus vidas para hacerle frente a la soledad, pues Dios es un apoyo en los momentos difíciles y es a quien agradecen por todo lo que acontece, sabiendo que todas las actividades están mediadas por un ser supremo al cual agradecen todo.

Yo le doy gracias a dios por haberme permitido llegar a esta edad con las comodidades que cuento, pues gracias a el tengo todo lo necesario para vivir bien y no tengo que trabajar, a estas alturas de la vida sería muy difícil además que ni trabajo le dan a las personas de nuestra edad, pues por ese cuento de que ya no servimos para nada jajajaja, también le doy gracias porque uno ve que personas de nuestra edad se la pasan muy enfermas y que ya no pueden ni caminar, y muchas veces su propia familia hasta van y las tiran a un ancianato que por muy bien que lo traten me imagino que debe ser jarto porque no esta con su familia HOV/ F/F/6/4.

La religiosidad hace parte de su cultura la cual se centra en la relación que tienen ellos con un ser sobrenatural, entonces se podría decir que la religión es el vínculo entre lo divino y lo humano. La religión definida como acto religioso desde donde cada persona se aferra y reconoce en este caso a Dios que tiene poder sobre su destino.

Le doy gracias a Dios por haberme dado la salud y la oportunidad de trabajar y de tener lo que yo necesité y quise, además pude formar un hogar al lado de mi esposo. HOV/E/F/3/4.
Sin olvidar que también es importante para estar bien no olvidarse de Dios, el es el que nos da la fuerza y la sabiduría para salir adelante en todas nuestras cosas HOV/F/F/4/3.

La religiosidad en esta edad toma mucha mas fuerza, pues el adulto mayor empieza a encontrar necesidades y al mismo tiempo encuentra la urgencia de buscar a un ser supremo que le ayude a curar todas las enfermedades y le traiga beneficio en todo. Las manifestaciones religiosas en este grupo se dan a través de sus diálogos y narraciones míticas, por sus creencias en especial sobre la vida, la muerte y el origen del universo.

De esta manera los adultos mayores buscan sentir a Dios, en si en su subjetividad, elevarse hacia él, en que se de la certeza, el goce de tener a Dios en su corazón, en estar unidos a él y tener su gracia de encomendarle su tiempo y su vida.

Pues yo hubiese querido hacer otras cosas más como estudiar y tener la oportunidad de prepararme como lo hacen ustedes, pero por motivos ajenos a mi voluntad nunca lo pude hacer, pero no por eso vivo frustrada ni aburrida Dios sabe porque hace sus cosas HOV/ F/F/4/2

Asimismo se observa como los adultos mayores abordan la religión como una forma de conciencia social, en donde se expresa de modo directo la concepción del mundo en el tiempo. Además se mezclan aspectos muy heterogéneos, como percepciones de aspectos de la realidad, apreciaciones fantásticas e imaginarias atribuyendo todo las cosas malas que pasan a la falta de creencia en Dios.

Además que la gente en este tiempo le ha ido perdido el respeto a Dios y es por eso que se ven actos tan atroces pues ya no le temen a dios y no les importa hacer daño a otras personas, HOV/ F/F/6/8

Para los adultos mayores la religiosidad es un hecho social, pero a la vez una realidad personal, porque encuentran en Dios todo lo que necesitan para estar bien y no sentirse solos. En definitiva todos estos conceptos abordados en esta categoría nos llevan a ver de una manera muy clara, como en los adultos mayores es muy común encontrar la soledad, presentando cambios fisiológicos y psíquicos.

Caso contrario a la mayoría de los casos es lo que ocurre en la comuna uno de la ciudad de Popayán donde encontramos personas inquietas por estar todo el tiempo activas y ser muy útiles en la sociedad, buscando mecanismos para alejar la soledad.

El adulto mayor de la comuna uno siente temor por la soledad es por eso que se apoya en su núcleo familiar, en sus amigos y la religiosidad para no sentirse solo, para encontrar ese apoyo que tanto necesita y no sentirse vulnerable a los acontecimientos que se presenten en su diario vivir.

Las relaciones que tiene el adulto con sus seres queridos y con Dios, además de alejarles la soledad de sus vidas, también conllevan a la felicidad, pues esas relaciones hacen que ellos se sientan muy útiles para la sociedad, pasen experiencias agradables sintiéndose importante en sus familias y el grupo y al mismo tiempo mejorando su autoestima.

La felicidad es un estado psicológico que trasciende la noción del estado anímico. Pues concede a quien lo disfruta, de la sensación de autorrealización y plenitud para con uno mismo y los elementos de su entorno.

En esta edad también se hacen presentes los recuerdos que son imágenes del pasado que se archivan en la memoria. Estos sirven para recordar algo o a alguien. Así mismo, los recuerdos también se ven como una reproducción de algo anteriormente aprendido o vivido, por lo que están vinculados directamente con la experiencia en este caso, la de los adultos mayores; Entonces, los distintos sentidos son una fuente inagotable de evocadores recuerdos. En nuestro cerebro (o donde quiera que se guarden esas cosas) quedan para siempre marcados los recuerdos que son ocasionalmente rememorados a través de los sentidos.

Un olor en la infancia quedará perenne en nuestra mente, y cada vez que éste acuda a nosotros, llega la evocación de aquellos años inevitablemente. De igual manera sucede con el oído, particularmente con la música y esto es lo que ocurre a los adultos mayores, cada vez que escuchan esas canciones que los llevan al pasado y de esa manera les permiten evocar recuerdos de toda índole.

Es la música la dueña de las épocas. Cada época tiene su música asociada, y si se quiere realmente comprender una época, ha de hacerse a través de la música. ¿O acaso un claustro no es más medieval si de fondo escuchamos gregoriano? ¿O si en una catedral nos vemos amenizados por un órgano? Igual pasa con la música que los adultos mayores escuchan como la cumbia, el twist o la salsa entre otros.

Nuestros recuerdos, dentro de nuestras vidas rememoran épocas que también están marcadas por una canción, por un cantautor o por un grupo. Nuestra vida, que también se divide en etapas como cualquier historia, tiene distintos himnos, distintas melodías que nos recuerdan inevitablemente a una época concreta y que al sonar éstas llegamos incluso a sentir las mismas sensaciones que en su día sentimos, miremos lo siguiente:

El instructor programa los bailes de manera que el ánimo de los adultos mayores suba con cada uno de estos, y logra al poner a sonar canciones que para ellos son de antaño, de recuerdos y de alegría, (D.C 3.1)”, a demás hay: “recuerdos que llegan gracias a la música que el instructor coloca y que ellos bailan, de parte de ellos se escuchan comentarios como: “es que todo tiempo pasado fue mejor” o “te acuerdas que esa canción salió cuando estudiábamos”, (D.C 5.1)”, pero también:

De esta manera es importante tener en cuenta la música que a ellos les gusta con la cual participan activamente y la cual les trae muchos recuerdos. (D.C 6.1).

Para el ser humano en algunas etapas de vida el baile o las actividades rítmicas y coreográficas no ocupan un lugar importante en su cotidianidad, para el Adulto Mayor aparece como una actividad de motivación y llena de placer, en la cual se recuerdan tiempos de juventud, miremos:

“Y es que el baile genera emociones y sentimientos en todos y cada uno de nosotros, nos permite liberarnos, dejar problemas que podamos tener atrás y sentir por un rato alegría al recordar con esas canciones que nos llenan de felicidad y tristeza, pero esa tristeza transformada en baile. (D.C 3.1)”

Para este género las actividades coreográficas son algo más que una serie de movimientos encadenados de una forma rítmica, es un encuentro social con su semejanza, es una forma de cambiar de ambiente, es un estímulo para la relajación emocional y principalmente es un medio agradable para mantenerse bien, física y mentalmente.

Y es que la música traducida a través del baile permite que los adultos mayores generen en sus mentes diferentes tipos de sentimientos o mejor conocidas como emociones primarias, estas son la alegría, la tristeza, el miedo y el dolor, respecto a esto miremos lo siguiente:

"Es que todo tiempo pasado fue mejor" o "te acuerdas que esa canción salió cuando estudiábamos". Comentarios que nos y los hacen regresar al pasado y recordar con alegría aquel tiempo vivido que para ellos fue mucho mejor. (D.C 5,1)", "Pero también están los efectos negativos al recordar malos momentos o recordar amigos y seres queridos que ya han partido. (D.C 5.2)"

Estas son emociones con las que nacemos, son naturales y cumplen una función de adaptación. Su principal característica es que algunas veces son de corta duración y se agotan a sí mismas.

Una de las principales ventajas para el ser humano de tener las emociones primarias consiste en que le permite a la persona ser espontánea y a través de actividades sociales como el baile entre otras, desarrollar y demostrar dicha espontaneidad, a demás de que estas emociones permiten vivir de una manera adecuada cada momento, ayuda al organismo a sobrellevar las situaciones que enfrenta y a que cada uno exprese su estado de ánimo y sepamos cómo se siente la persona. Gracias a este tipo de emociones se mejoran las relaciones interpersonales y esto se ve reflejado en la participación de los adultos mayores en el desarrollo de dichos bailes, miremos:

"A través del proceso de observación y contando con las observaciones ya realizadas nos damos cuenta de la importancia o mejor de cuanto significa para estos adultos mayores, la realización de una actividad física que les implique utilizar sus cuerpos como medio de expresión. (D.C 4.1).

Y es que estas emociones permiten que los adultos mayores se sientan cómodos con la actividad que están realizando y puedan sentirse tranquilos al poder evocar recuerdos buenos y malos traídos por el baile y sus diferentes géneros lo que conlleva a tener motivos y aspiraciones para ser libres, individuales y con una personalidad bien definida como lo muestra el siguiente ejemplo:

"Teniendo en cuenta las expresiones de alegría con la que ellos realizan sus actividades, concluimos diciendo que este tipo de espacios genera en los adultos mayores alegrías y mantenimiento de su estado de salud propiciando un buen estado de ánimo y permitiéndoles compartir junto con sus amigos un rato cargado de deporte y aprovechamiento de su tiempo libre. (D.C 2.1)".

Por eso es importante tener en cuenta que la felicidad es una emoción difusa y difícil de explicar, porque cada cual la entiende a su manera y la expresa de forma diferente esta en los adultos mayores también se dio cuando se relacionan con su núcleo familiar, las amistades y la religiosidad. Además la felicidad entendida como la forma en que se valora la vida en su conjunto, algo parecido a un estado de ánimo positivo que contagia la existencia en general y se ve reflejado en las expresiones de los adultos mayores en el momento en el que se encuentran bailando y contagiando de esa buena energía a los demás integrantes de dicha actividad. Por eso se dice que la mejor manifestación de la felicidad es la alegría y esta la podemos observar cada vez que bailan, y bailan sin parar sin mostrar cansancio alguno.

1.3 Los adultos mayores reflexionan sobre la situación de inequidad del país de acuerdo a las situaciones que han vivenciado.

Los adultos mayores permanentemente están refiriéndose a la situación de inequidad que existe según ellos entre niños, jóvenes, adultos y adultos mayores, en cuanto la recreación, y programas para el sano esparcimiento, siendo según ellos los más olvidados. Partiendo de que inequidad para Beca (2005,2) “se refiere así a la insuficiencia de justicia distributiva en el concepto aristotélico de igualdad entre iguales”.

Lo anterior muestra el porque del inconformismo de los adultos mayores con la inequidad, pues para ellos se les debe tratar de igual manera como se trata a sus semejantes, ya sean ellos de diferente edad.

Un concepto que se acerca más a lo que los adultos se refieren es el de Rawls (2005,1) que dice que inequidad se le llama “a la desigualdad de oportunidades de acceso proporcional a determinados servicios o prestaciones”. En esta última reflexión se considera además que la inevitable inequidad social y económica no deben recaer en los más desfavorecidos, al contrario son desigualdades que se podrían superar, pues es algo injusto dentro de lo justo, como lo afirma Quispe (2006,4) “Por inequidad se entienden las diferencias sistemáticas que son innecesarias y evitables, además de injustas”.

De ahí el mal ambiente que surge por las políticas de recreación y sano esparcimiento que en estos momentos hay en el país, pues el acceso a este tipo de servicio o prestación esta siendo negado para el adulto mayor, sintiéndose ellos relegados, sin los mismos derechos que un niño, o un joven tienen para disfrutar de su tiempo pues ya lo dice uno de los adultos mayores.

Y parte de lo anterior no veo que hay mucho apoyo de parte del gobierno, siempre se enfocaron en la niñez, en la juventud y se olvida de nosotros los adultos mayores, y estoy muy segura que dentro de estos grupos hay mucho talento escondido o frustrado que por falta de estimulación con eventos para la tercera edad como carreras atléticas, bailes folclóricos, etc.....en muchos de estos eventos nosotros estaríamos bien representados a nivel nacional. HOV/J/F6/2.

Los adultos mayores son personas que creen en sus facultades tanto físicas como mentales y por eso reclaman espacios para su diversión, para sentirse muy útiles dentro de la sociedad que los relega por su mayoría de edad, al afirmar que son personas que todavía tienen mucho porque luchar, como lo afirma Forcada Casanova (1999) “el viejo no necesita modelos o readaptaciones de modelos grupales ni debe soportar formas mas o menos maquilladas de segregación, tiene la suerte de tener su propia y plena dignidad, como el joven, el niño y el adulto, porque existe en relación con la sociedad”. Al igual que el autor, los adultos mayores de la comuna uno dan a entender que son personas libres para elegir programas que sean de mucha utilidad para su bienestar tanto físico, como mental, cuando se dice:

De vez en cuando llaman a los adultos mayores para celebrar algo, pero uno se aburre porque no salen de jugar la pareja que mejor baile, o de la lleva y uno se aburre y hace las cosas como si lo obligaran y no por gusto, porque nosotros queremos otras cosas y nunca nos preguntan que queremos hacer, casi todo lo planean ellos, por no decir que todo. HOV/J/F/6/4.

Con todo y lo anterior los adultos mayores, reclaman que se les respeten sus sentimientos, y sus preferencias, lo que ellos deseen hacer, pues al final se verán gratificados de hacer lo que a ellos les agrade.

Así pues tanto las oportunidades que se les brinda a los niños como a los jóvenes, deberían ser las mismas para los adultos mayores; pues son personas con diferentes aptitudes que de una u otra manera le pueden seguir siendo muy útiles a la sociedad, gracias a la experiencia de vida que cada uno de ellos posee, pues son personas que han pasado por todas las etapas de vida y saben como lo dicen ellos lo bueno y lo malo de la vida, como lo dicen:

A los adultos mayores muchas veces en este país se los considera personas inútiles e incapaces de aportar algo nuevo. HOV/E/F/8/3.

Por eso el inconformismo de los adultos mayores, dado que son personas que se sienten con capacidades de dar mucho más que lo que han dado anteriormente.

A parte de que a los adultos mayores se les relega por su mayoría de edad, en Colombia el conflicto también los lleva a un estado de olvido donde a su edad tiene que seguir luchando para su sostenimiento personal, como se puede notar cuando hay desplazamientos masivos por el conflicto armado en Colombia.

Opinan que cuando el desplazamiento por el conflicto armado ocurre, la vida de los adultos mayores involucrados en este comienza a ser mas difícil, pues dejan sus tierra y casa donde tienen lo suficiente para subsistir y tener una vida digna; llegando a otros lugares donde no conocen a nadie, no tienen nada que hacer, y lo único que les queda es colocarse a pedir limosna o ejercer trabajos que no son aptos para ellos, aumentando también el alto índice de pobreza. López (2005,5) se refiere a pobreza como “A situaciones de carencia y a población que queda fuera de los circuitos de desarrollo, de los circuitos de integración social y económica y del disfrute de bienes y satisfacciones. Sobre todo, exclusión, en la literatura europea, que es donde surge el concepto, hace referencia a procesos de ruptura de la cohesión social y de las redes de solidaridad”.

Este argumento es muy claro, pues uno de los problemas que deja la violencia, es la pobreza y por ende la falta de oportunidades para los adultos mayores afectados por esta.

Es importante analizar el problema desde la situación de Colombia, que mientras unas personas necesitan de los demás para obtener una vida digna, estas personas que lo tienen todo para vivir bien, solo piensan en tener mas y mas y considerarse mejor personas que los demás, dejando de lado el saber que todos somos iguales, como lo expresan los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán

La mayor riqueza de nuestro país se encuentra en el poder de unos pocos y estos no comparten con las personas que de verdad lo necesitan. HOV/E/F/8/3.

Aquí conviene detenerse un momento, pues a pesar de que los adultos mayores de la comuna uno, son personas que no han sufrido este problema en propia carne, y que viven de una manera digna, no se apartan de esta problemática.

Por la inequidad y la violencia es que pienso que los mas perjudicados son los adultos mayores, por que es a ellos a los que ponen a pedir al lado de los niños, de casa en casa y lo digo por experiencia propia, pues a mi casa casi todos los fines de semana pasan a pedirme y yo les doy, porque me da mucha tristeza ver a un viejito pidiendo. HOV/ E/F/6/8.

Es muy común ver en las calles la gran cantidad de niños y abuelos pidiendo limosna para subsistir. HOV/E/F/1/4.

La verdad es que el grupo de adulto mayor de la comuna uno, si se encuentra al tanto de lo que pasa con la situación del país, siendo ellos conscientes de lo que ocurre en su entorno social.

Ahora bien aparte del relego que se ha dado por la mayoría de edad del adulto mayor, también se sienten aquejados por la violencia, pues ya no es justo que personas que lo dieron por todo para el bienestar de la sociedad, sean víctimas de esta misma, viviendo a la merced de lo que esta les depara, y gracias a este tipo de inconvenientes los adultos mayores no pueden disfrutar de su tiempo, pues solo están pensando en que hacer para poder subsistir en un entorno hostil, donde se sienten solos y apartados.

Estos adultos mayores por la violencia también son afectados económicamente, como lo expresa Cotte (2006,2) “las características estructurales de cada región, sus niveles socioeconómicos, la pobreza, la desigualdad y la falta de presencia estatal han afectado la dinámica del crecimiento, por lo tanto se demuestra que los factores productivos y la violencia tienen efectos sobre el crecimiento económico.”

Por esta razón los grupos de adulto mayor afectados por el conflicto armado pasan a formar grupos de mendicidad en las diferentes ciudades del país como lo argumentan

La violencia que azota nuestro país y en especial a las personas campesinas, a los que obligan a salir de sus tierras y a emigrar a ciudades con las pocas pertenencias que tienen y contribuye algunas veces a aumentar la indigencia y mendicidad. HOV/E/F/5/4.

De esta manera es necesario recalcar que los adultos mayores de la comuna uno son conscientes que por este conflicto, para sus pares han quedado en el olvido, su sano esparcimiento, sus ganas de vivir y su vida digna.

Continuando con esta exploración, en Colombia no hay muchas instituciones que aporten al sano esparcimiento del adulto mayor como lo comentan:

En ocasiones nos hemos puesto a hablar de política con mis amigas y nuestras opiniones coinciden que en este país existen muy pocas instituciones y personas preparadas para brindarnos a los viejos la oportunidad de hacer ejercicios que realmente nos sirvan para no terminar entumidos. HOV/E/F/5/4.

Y no solo piensan en la situación del país, de igual manera ellos han percibido la falta de instituciones, y escenarios para la práctica sana de la actividad física en la ciudad de Popayán, dando a entender que también en Popayán existe un poco de inequidad, tomado de López (2005,3) donde inequidad “hace referencia a situaciones en donde se comparan grupos, pero son grupos que establecen relaciones desiguales y que se apropian de manera desigual de recursos y satisfactores”. Siendo un concepto que adquiere mucha fuerza para lo que los adultos mayores de la comuna uno quieren dar a entender en sus argumentos:

Yo pienso que desafortunadamente aquí en nuestra ciudad, en Popayán no existen escenarios apropiados para la tercera edad donde nos podamos ir a pasear sabroso sin correr ningún tipo de riesgo, pues hay senderos y lugares lindos como el sendero del morro, las tres cruces, pero son muy inseguros, hay mucha inseguridad y a uno tan viejito lo roban rapidito (risa) HOV/J/F/6/1.

He aquí en pocas palabras que los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán, sienten la carencia de instituciones y lugares aptos para que ellos puedan utilizar el tiempo en lo que deseen, como en la actividad física, pues piensan que es un factor importante en la vida de cada uno de ellos, también donde puedan jugar y entablar diferentes tipos de amistades, pues para ellos estos aspectos son fundamentales para la vida.

Los adultos mayores están muy pendientes de la situación de su entorno, pues se ven directamente afectados por todo lo que pase a su alrededor, son personas que no quieren ser excluidas por la sociedad y que quieren hacer que todos entiendan que ellos siguen siendo seres comunes y corrientes que pueden jugar, reír, aportar, para el bienestar de ellos y de la misma sociedad a la que en algún tiempo le entregaron todo de sí para satisfacer a los demás. Es muy claro que la inequidad genera inconformidad entre las personas afectadas por esta situación no solo se dimensionan desde los que la viven, también en este caso donde es percibido en la comuna uno por los adultos mayores.

No cabe duda que el gobierno juega un papel importante en el bienestar del adulto mayor, pues depende de él en gran parte la creación de instituciones listas para atender las necesidades de estas personas como a continuación lo argumentan:

Lo que si se puede ver es que la recreación que existe en este momento para estos grupos de tercera edad, lo organizan las entidades como el instituto del seguro social, o particulares como nosotras, le pedimos al gobierno que mire la tercera edad, como si fueran jóvenes con rayas (se refiere a la s arrugas de la piel), ya que todos vamos para el mismo punto. HOV/J/F/6/5.

Se deja muy en claro que los adultos mayores piensan que a pesar de que existen algunas instituciones que se preocupan por su bienestar, aún no son suficientes para la gran cantidad de personas que conforman ese grupo social, y dado esto, las mismas personas crean grupos para tratar de pasarla bien y gozarla, claro esta con sus propios recursos, es aquí donde nos preguntamos, ¿y las personas que no poseen recursos económicos, como acceden a este derecho fundamental como lo es la recreación?

Conviene, sin embargo advertir que a pesar de lo que piensan los adultos mayores de la comuna uno, el gobierno si tiene la intención de preocuparse por el bienestar del adulto mayor, como lo expone Rico (1999,2) “Las posibilidades educativas, de salud, y conformación de redes sociales de apoyo que da la recreación son innumerables; la recreación terapéutica y deportiva, la recreación comunitaria, se concretan en programas y servicios que pueden contribuir al mantenimiento y mejoramiento de la calidad de vida de nuestras personas mayores”.

Se cree haber dicho lo suficiente, para dejar en claro la preocupación del gobierno por el bienestar del adulto mayor, al afirmar que existen diferentes programas para el disfrute de la vida, refiriéndose a diferentes programas, donde se tienen en cuenta, los inconvenientes físicos de las personas con los diferentes tipos de recreación, pero esto parece no ser demostrado ante los que van a ser los beneficiarios de esta cantidad de programas, pues siempre hablan de la desigualdad que hay al hablar de este tema:

En este país existe una gran discriminación social y esto se debe a la desigualdad. HOV/E/F/8/3.

Es algo en lo que los estamentos gubernamentales deben fijar su mirada y proyectar soluciones en pro de esta comunidad, pues el gobierno plantea lo anteriormente dicho, entonces ¿donde están las soluciones para esta comunidad?

Debe quedar bastante claro que la recreación es un derecho para todas las personas, Rico (1999,4) “El reconocimiento de la recreación como necesidad y como derecho (Constitución

Política Colombiana, Declaración de los Derechos Humanos), es incuestionable y como tal se asume como un deber el Estado, los organismos públicos y privados y sin ánimo de lucro, facilitar las herramientas y el espacio para que sus programas y servicios sean de acceso equitativo a la población”.

Este argumento corresponde muy bien cuando se quiere referir que la recreación es un derecho fundamental para todos, es decir que para los adultos mayores con mayor razón, porque son personas que pasan a un descanso laboral muy merecido después de haber entregado la mayor parte de su vida a la sociedad, buscando el bienestar de tanto de ellos como el de los demás, claro que aquí en esta etapa ellos buscan es su bienestar económico pensando mas que todo en sacar adelante a sus familias y tiene poco tiempo para pensar en su futuro y en tener verdaderamente una vida digna.

Es importante recordar una vez más que para los estamentos gubernamentales la vejez no es sinónimo de soledad, ni de incapacidad expresado por Rico (1999,5) “ Se asume por lo tanto que la edad no es necesariamente sinónimo de enfermedad, y que determinados problemas pueden ser superados con la adecuada prevención, tratamiento y aprendizaje. En consecuencia los problemas básicos de la tercera edad se están reorientando y se considera que son más de tipo social que exclusivamente físicos, sin negar su importancia en edades más avanzadas”.

Para superar estos determinados problemas todos los planes deben colocarse rápidamente en acción, convirtiéndose en hechos reales, que puedan ser disfrutados por los adultos mayores, y que ojala sea tan fuerte el impacto que cause en estos, que cambie la concepción sobre los planes para el goce del tiempo que el gobierno y entidades privadas tienen para ellos.

Se ha hablado del inconformismo que expresan los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán por la forma en que son relegados por los diferentes entes encargados de brindar cualquier tipo de apoyo para esta edad; y la sociedad, al no darles oportunidad de seguir desarrollando una vida llena de felicidad, todo esto lo argumentan los adultos mayores teniendo en cuenta su experiencia de vida y a la situación que han vivenciado, tomando vivencia desde el punto de vista de Sánchez (2008,5) “_Las vivencias son la fábrica de los recuerdos, están hechas de cualquier material y residen en cualquier dimensión. Son capaces

de arrancarnos lágrimas o arrancarnos risas y como el buril a la plata, nos marcan para toda la vida”.

Esta muy claro que ellos hablan a partir de sus propios recuerdos, de todo lo que han vivido y están viviendo, Sánchez (2008,2) “Las Vivencias son narraciones de situaciones críticas o no, propias o de terceros del diario vivir” y si, en algunos casos al hablar de ello se evidencia la tristeza y la nostalgia, y son cosas que por pequeñas que sean siempre quedaran en lo mas profundo de las mentes de cada uno de los adultos mayores.

Casos de violencia, de pobreza, de mendicidad y de inequidad, es algo que así no lo hayan tenido como experiencia propia, si se han quedado marcados en sus vidas, pues son personas que viven al tanto de la situación del país, y que de pronto en muy pocos casos, si han sido tocados directamente por alguno de estos inconvenientes.

Todo esto lo sienten los adultos mayores después de haber vivido mucho tiempo, de haber pasado por las diferentes etapas de vida y haber obtenido grandes vivencias, tomadas desde el autor, Díaz (2007,1)

“las vivencias son fenómenos interiores de estos seres vivientes; transcurren en la inmanencia de su propio ser y no más bien en el exterior de éste; por eso no son susceptibles de ser miradas en sí mismas desde un punto de observación externo. Ellas miran hacia dentro de la misma vida y no más bien hacia fuera de ésta”.

Y por esta razón es que todos esos recuerdos están sumergidos en el interior de sus vidas, sirviendo en los adultos mayores como base para seguir enfrentándola, pues con estas vivencias ya saben que es lo bueno, que es lo malo, como y cuando se deben enfrentar a ciertos inconvenientes que tiene la vida, es así como es fácil comprender lo que ellos argumentan, pues expresan sus sentimientos con gran claridad y con mucha propiedad, teniendo consciencia de lo que expresan; comportándose como lo que son, como sujetos pensantes y no como objetos, como alguna parte de la sociedad los cataloga por su edad.

De lo anterior parece perfectamente claro que las diferentes instituciones gubernamentales y entes privados, si piensan en el bienestar de los adultos mayores; pero es muy diferente lo que

los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán piensan sobre eso, pues para ellos todo esto es insuficiente, todavía falta mucho para satisfacer sus expectativas, no solo pensando en ellos sino también en los demás adultos mayores de diferentes clases sociales, de diferentes características económicas y estilos de vida, mas que todo las personas de muy bajos recursos, y las personas desplazadas por la violencia aquejadas por el conflicto armado. Señalando que estamos a tiempo de comenzar a mirar al adulto mayor como cualquier persona, es más a mirarlo y admirarlo como un potencial tanto psicológicamente como intelectualmente, que le faltan muchas cosas por hacer, muchas metas por cumplir y mucho pero mucho por disfrutar de la vida, esa vida a la que quieren y están aferrados con ganas de explorarla y encontrando nuevas cosas para su bienestar y el bienestar de los demás.

1.4 El tiempo cronológico conlleva a la jubilación ¿momento donde solo surge la dignidad humana?

Vivimos en un mundo en constante cambio y las personas nos tenemos que adaptar a vivir a este ritmo, el cual esta marcado por el tiempo, es muy común ver que las personas siempre viven pendientes de la hora, cuando por ejemplo, nos levantamos y lo primero que hacemos es mirar la hora y sin tan siquiera dar gracias por estar vivos.

Pues bien el reloj hace parte de nuestra vida cotidiana, es muy común entrar a una casa y lo primero que se ve en la sala es un Gran reloj, en las habitaciones no puede faltar un reloj y la mayoría de personas, por no decir todas, tienen un reloj de pulso, el cual marca el tiempo, el tiempo de entrar a trabajar, el tiempo de almorzar, el tiempo de salir del trabajo, lo que se tarda en llegar a la casa, de tal manera que siempre estamos pensando en lo cotidiano que se nos ha vuelto nuestras vidas, en qué es lo que voy a hacer mas tarde, ni bien hemos terminado de desayunar y ya estamos pensando en que vamos a llegar tarde al trabajo, luego llegamos al trabajo y estamos afanados por terminar nuestros deberes laborales, pero como si esto no fuera suficiente al volver a la casa ya estamos planeando lo que haremos el día siguiente y es muy común escuchar en las personas decir: “el tiempo no me alcanza para nada” y esto es lo que no nos permite, muchas veces, disfrutar de los pequeños momentos alegres de la vida sin

mirar el tiempo en el reloj; Para Yagosesky,(1996,3) “el tiempo es un factor de impacto y estrés en la vida cotidiana, pues las personas tienden a desear disponer de más tiempo para vivir, para trabajar o para divertirse”. Nadie o casi nadie desea la cercanía de la muerte, pero todos saben que tarde o temprano su tiempo se agotará. Por eso recomienda un uso racional y significativo del tiempo, pues estima que así se aprende a vivir de una manera más intensa, haciendo lo que es realmente importante, con menos ansiedad y culpa, y con una mayor contribución a la sociedad. Para Heidegger (1999,2) “el reloj ofrece una duración idéntica que se repite constantemente, una duración a la que uno siempre puede recurrir”. La distribución de esta duración es arbitraria. El reloj mide el tiempo en la medida en que la extensión de la duración de un acontecimiento se compara con las secuencias idénticas del reloj y, a partir de ahí, es determinada en su cantidad numérica.

Para develar el imaginario del adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán, debemos tener en cuenta qué es tiempo cronológico; para Martínez (2005,2) “la vida humana es desde el nacimiento hasta la muerte, un transcurrir en el tiempo”.

Pero el tiempo del que aquí hablamos no es solo el tiempo de los relojes, ni el de una época sino es otro tiempo intrínseco a los organismos vivos que les permite desde que fueron concebidos, desarrollarse, crecer. Crecimiento y desarrollo que no pueden ser considerados desde el punto de vista cuantitativo exclusivamente, si no también como un proceso de complejización creciente, de diferenciación y subordinación de funciones que el organismo realiza en continuo intercambio con su entorno. Y es desde este continuo intercambio con los otros, con las cosas, con la realidad que nos circunda, que cada ser humano va tejiendo y configurando su propio mundo. Un mundo humano que si bien comparte con otros es a la vez distinto para cada uno; de este modo para los adultos mayores el tiempo cronológico es visto de una manera muy similar:

“El tiempo a esta edad toma un significado diferente, puede que eso sea por la condición social que yo tengo.” HOV/F/F/2/6

Nos damos cuenta que los adultos mayores tienen la gran ventaja de haber pasado por las diferentes etapas de la vida, lo cual les brinda una gran experiencia para dar solución a las distintas situaciones que se le puedan presentar, pero esto no significa que tengan las

respuestas o soluciones a los interrogantes. Y uno de los retos más difíciles de adaptarse es a los cambios tecnológicos:

“...Además también se han visto cambios en la tecnología, tanta facilidad para comunicarse, hay celulares, que Internet, en fin una cantidad de cosas raras que uno ni sabe manejarlas” .HOV/F/F/2/4

Pero esto no es impedimento para que ellos intenten estar a la vanguardia de la tecnología, todo depende del interés de cada sujeto por no quedarse inmerso en épocas pasadas, porque cada época vivida ha traído sus retos, los cuales ellos han superado con mucha inteligencia y dedicación:

“El tiempo ha venido cambiando muchísimo, pues ahora todo es muy diferente, claro que tampoco hay que decir que el tiempo de antes era mejor, solo que la vida va cambiando y uno tiene que acostumbrarse a eso” HOV/F/F/2/1

Para Salas (1999). “La prolongación de la vida y la existencia de un creciente número de adultos mayores, exige que cada individuo y la sociedad toda adopten una nueva perspectiva de vida, ya que deberán incluirse nuevos ciclos vitales que anteriormente se ignoraban”. Es decir, la sociedad y el individuo mismo requieren aprender a envejecer. Para la sociedad significa cambiar la percepción cultural del Adulto Mayor, especialmente de los propios ancianos. Para el individuo mismo significa potenciar sus capacidades y aceptar sus limitaciones. Hoy, "Aprender a envejecer " para el individuo, significa captar apresuradamente lo que puede ofrecer la vida en la ancianidad, aceptar las limitaciones biológicas normales y potenciar la experiencia vida enriquecedoramente procesada; sin embargo, lo fundamental para los adultos mayores de la comuna uno es que el ser humano cambie su perspectiva de vida y entonces el significado de Aprender a Envejecer sea realmente " Aprender a Vivir en el aquí y en el ahora" así que las distintas etapas, de modo que para enfrentar el siglo XXI, el aprender a envejecer sea sólo una etapa más de Aprender a Vivir los distintos ciclos vitales. La caracterización de los ciclos vitales ha implicado describir las necesidades comunes o situaciones de vida que las personas deben superar en cada una de esas etapas de vida.

Sin embargo uno de los mayores cambios a los que se ve enfrentado un adulto mayor de la comuna uno es cuando llega su jubilación, que consiste según la ley de jubilación 35 de 2002

Momento en la vida de una persona en que cesa de trabajar y comienza a percibir una pensión.

El cese de la actividad laboral puede deberse a la edad o imposibilidad física del trabajador. Y podemos decir que este es un punto significativo en la vida del ser humano, ya que esto no solo conlleva a cambios físicos, sino también psicológicos, para lo cual se han propuesto algunas recomendaciones a seguir, de las cuales habla el psicólogo y sociólogo (Cembranos 2008). En cinco aspectos: 1) Los mayores deben relacionarse menos con las pantallas y más con el territorio y las personas. Ver menos tele y salir y relacionarse con otras personas de edad. Estar sentado largas horas del día frente a la tele, además de la inactividad, pasividad y apoltronamiento que conlleva, te deja un lastre de aislamiento y de inutilidad. 2) Aprender a vivir con menos energía, a controlar los residuos, a evitar la contaminación, a defender el medio ambiente, a vivir más ecológicamente. Saber entretenerse, saber sobre las cosas importantes de la vida con un sentido ecológico y de ahorro de energía. 3) Hay que salir de casa, mezclarse con la gente, relacionarse con las personas de cualquier edad, comunicarse, meterse en grupos, favorecer la convivencia. 4) Aprender a usar la inteligencia y la sabiduría, mover nuestras neuronas, estimular la mente, para disfrutar del entorno y de la vida. 5) Participar en la construcción de una sociedad más justa, más libre y más humana, cada uno a su manera, pero mejor organizadamente y participando crítica y creativamente.

Anteriormente la jubilación constituía el fin de nuestra vida laboral, los sanos permanecían en actividad. A medida que el nivel económico sea elevado, la jubilación también se ha visto afectada, se ha pasado de ver la jubilación como una tragedia a ser el fin por el que se trabaja; actualmente se ha ido cambiando esta concepción, la jubilación es considerada como una liberación:

“El día que yo me jubilé mi vida sufrió un cambio drástico, pues se acabaron las madrugadas para el corre, corre de hacer el desayuno, arreglarme, dejar todo ordenado y salir corriendo para el trabajo, al medio día otra vez lo mismo, eso si mi primer mes de descanso fue lo mejor de mi vida, pues me solté de muchas cosas, pero luego, no crea, es muy duro vivir con la rutina, lo hace acostumbrar a uno y se pierde del contacto con los amigos de trabajo” HOV/J/F/5/6

Aunque esto no se ve reflejado en todos los adultos mayores, ya que también hay casos donde el adulto mayor se siente como si estuviera perdiendo su rol funcional, y esto se puede ratificar al escuchar lo siguiente:

“Las horas se me pasan muy despacio, los días eran lentos y muy aburridos y en algunos casos me deprimía porque me quedaba sola en la casa” HOV/J/F/1/4

“El tiempo que me quede libre, fue para mi un gran problema, porque no estaba acostumbrada a dedicarme solo al hogar y por este motivo frecuentaba mas la finca con mi esposo, porque el también se jubiló y le encantaba todo este cuento del campo y las matas” HOV/E/F/8/2

También nos damos cuenta que el adulto mayor de la comuna uno, al llegar a esta etapa experimenta diferentes clases de sentimientos tanto positivos, como negativos; según la aspiración, interés en pasatiempos, compartir sabiduría de la experiencia, evaluar el pasado , la satisfacción con la vida, disfrutar razonablemente de comodidad física y emocional, mantener suficiente movilidad, empobrecimiento de relaciones, se reducen los contactos , se alteran relaciones familiares y sociales, ruptura con otros grupos de edad, alteración de la vida conyugal, el hombre jubilado pasa de tener una relación social más abierta a más cerrada. Pese a lo que acabamos de ver, en general, la mayor parte de los jubilados están satisfechos y se adaptan bien a las nuevas circunstancias, pues para ellos el tiempo se constituye en un elemento de vital importancia para compartir consigo mismo y su núcleo familiar.

“esta etapa de mi vida ha sido muy buena, pues tengo tiempo para mi familia, la mayoría de mi tiempo es para ellos a pesar de que mis hijos son mayores y tienen sus familias aparte, comparto mucho con ellos y también tengo tiempo para mis amigas, para salir con ellas y para hacer algunas cosas que no hacia en mi vida de empleada” HOV/J/F/5/7

“Después de jubilarme tuve la oportunidad de dedicarme a uno de mis mayores hobbies, que es tocar el piano, ahora que puedo y tengo tiempo, estoy tomando clases con una de las mejores pianistas de Colombia y lo seguiré haciendo hasta que Dios lo permita” HOV/E/F/3/6

“En cambio a mi es ahora a la que atienten, me levanto a la hora que quiero, puedo hacer deporte, puedo dedicarle tiempo a mi hogar, salir a pasear y puedo visitar a mis amigas a la hora que quiera” HOV/E/F/1/6

Después de haber encontrado y expuesto los anteriores argumentos, se puede ver que en los adultos mayores de la comuna uno, el tiempo cronológico conlleva a la jubilación, después de haber pasado de una vida laboral activa, la cual en muchas ocasiones no les permitía tener

tiempo para si mismos, porque se ven envueltos en los deberes laborales, los que hacen parte de uno de los principales objetivos de estas personas, producto de la sociedad y el país en el que vivimos, el cual no tolera seres improductivos laboralmente lo que obliga a que las personas se olviden muchas veces sin querer, de su entorno de amigos y familia y solo esperen la tan anhelada jubilación para empezar a tener tiempo para darle un cambio a sus vidas.

“la vida realmente se disfruta cuando uno llega a la tercera edad pues uno es dueño de su tiempo, uno decide cuando levantarse a que hora se acuesta y ya no existen esas preocupaciones como las de tener que hacer el desayuno a mi familia ir a trabajar entre otras.”HOV/E/F/8/5.

Ahora se puede ver lo expresado anteriormente, de tal manera que debemos empezar a vivir la vida con dignidad humana, entendida como "...calidad de digno; que merece algo, en sentido favorable o adverso; correspondiente, proporcionado al merito y condición de una persona o cosa. La dignidad significa para Kant (1990,3) – tal y como expresa en la "Metafísica de las costumbres"- que la persona humana no tiene precio, sino dignidad: "Aquello – dice Kant- que constituye la condición para que algo sea un fin en sí mismo, eso no tiene meramente valor relativo o precio, sino un valor intrínseco esto es, dignidad”.

Lo cual coincide con los argumentos expresado por el filósofo de Königsberg,(1993,5) en sus obras "Fundamentación de la metafísica de las costumbres" y "principios metafísicos del Derecho" utiliza, como soporte de la dignidad de la persona humana el argumento según el cual "Los seres cuya existencia no descansa en nuestra voluntad, sino en la naturaleza, tienen, cuando se trata de seres irracionales, un valor puramente relativo, como medios, y por eso se llaman cosas; en cambio, los seres irracionales se llaman personas porque su naturaleza los distingue ya como fines en sí mismos, esto es, como algo que no puede ser usado como medio y por tanto, limita, en este sentido, todo capricho y es objeto de respeto. Estos no son pues, meros fines subjetivos, cuya existencia, como efectos de nuestra acción, tiene un valor para nosotros sino que son fines objetivos, esto es, realidades cuya existencia es en sí misma, un fin...".

Es por esto que los adultos mayores de la comuna uno, nos enseñan que ellos solo después de la jubilación vinieron a entender lo importante que es vivir esos buenos momentos que nos

brinda la vida y que si no los aprovechamos difícilmente se podrán recuperar, pero a pesar de esto ellos se han propuesto de ahora en adelante no dejar pasar los instantes que hacen que la vida y el tiempo tengan significado y dignidad. Debemos hacer un alto en el camino, mirar atrás para evaluar nuestras vidas, darnos cuenta que es lo que hemos hecho al transcurrir del tiempo y reflexionar si para nosotros ha sido mas importante el dinero y el trabajo y a cambio de esto estamos sacrificando momentos que realmente puedan llenar nuestras vidas de alegría y felicidad, con nosotros mismos y con nuestro entorno familiar con el único propósito de conseguir una jubilación y quizás después de este momento empezar a vivir la vida con dignidad.

2. Interpretación de sentido

En esta parte se interpretara los resultados obtenidos en la comuna uno de la ciudad de Popayán dentro del grupo que se reúne en la “villa olímpica de comfacauca” presentando el punto de vista de los investigadores y de los investigados, apoyándose por momentos en la teoría formal.

El tiempo es algo que marca la vida de todas la personas, y se evidencia muy bien en el grupo de adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán, pues son personas que permanentemente están hablando del tiempo, que esperan que llegue tal hora para realizar cualquier cantidad de cosas, algo que se evidencio muy fuerte dentro del grupo de adulto mayor fue que casi todos ellos esperaron con mucha ansiedad la hora de su jubilación o de su retiro laboral, para comenzar a realizar cosas que quisieron hacer por mucho tiempo, pero que por sus compromisos laborales no podían hacer y en este momento si los pueden llevar a cabo.

Los seres humanos viven en constante interacción con el tiempo, pues es algo que marca todas las etapas que vivimos como son la niñez, la juventud, y la tercera edad. En esta última el tiempo adquiere un significado diferente ya que el adulto mayor se enfrenta a cambios drásticos en su vida.

El tiempo a esta edad toma un significado diferente, puede que eso sea por la condición social que yo tengo. HOV/F/F/2/6

El grupo de investigadores de imaginario de tiempo en el adulto mayor de la comuna uno encuentra que para estas personas existe una etapa que es de vital importancia la cual consiste en el momento que ellos cesan de trabajar, este momento significa para ellos el comienzo de una nueva vida, dejan aun lado todas sus responsabilidades laborales y su rutina sufre un cambio drástico como por ejemplo, ya no tienen que madrugar para ir a trabajar, no tienen que cumplir con un horario laboral y el tiempo pasa a ocupar un segundo lugar y es a partir de este momento que para estas personas comienzan a pensar en disfrutar de la vida y de su tiempo.

Este cambio tan drástico también afecta a las relaciones tanto familiares como el de su grupo de amistades de tal manera que en muchas ocasiones se presentan problemas de salud y psicológicos debido a que no saben en que utilizar todo el tiempo que les sobra sintiendo que ya no hacen parte de su entorno y mucho menos de la sociedad.

De la misma manera empiezan a aparecer los sentimientos de soledad, para ello es que buscan entablar relaciones interpersonales con los demás, con su núcleo familiar, en muchos casos se arraigan a la religiosidad, pues además de estar en un grupo social esto también los ayuda alejarse de la soledad, también busquen realizar lo que ellos quieren, buscando esa felicidad tan anhelada por mucho tiempo y llevándolos a tener una vida digna donde se les mire como a cualquier otra persona llena de sueños y deseos.

Pero también buscan ocupar su tiempo en diferentes actividades y la que mas les gusta es la de la actividad física y en especial el baile y salir a caminar y son estas actividades las que les permiten conocer nuevas amistades permitiéndoles sentirse de nuevo parte de un grupo social. En estos encuentros los adultos mayores no solo se reúnen para realizar actividad física sino también para hablar de diferentes temas, uno que es muy común para ellos es el de la inequidad tomando inequidad desde el concepto de Rawls (2005) que dice que inequidad se le llama “a la desigualdad de oportunidades de acceso proporcional a determinados servicios o prestaciones”. Asimismo expresan que existe en nuestro país de parte de las entidades publicas hay desigualdad hacia ellos sintiendo que el apoyo siempre esta dirigido a otras poblaciones y los pocos programas que existen no llenan sus expectativas es por esto que ellos piden que tengan en cuenta sus diversas opiniones y gustos lo que para el grupo de investigadores se a convertido en los diferentes imaginarios.

Por esta razón es que los adultos mayores de la comuna uno siempre están hablando de esa falta de oportunidades que tienen ellos en cuanto a la recreación y el disfrute del tiempo libre, argumentando que todavía poseen muchas capacidades que pueden ser de gran utilidad para cada uno de ellos y para la sociedad en general:

No veo que hay mucho apoyo de parte del gobierno, siempre se enfocaron en la niñez, en la juventud y se olvida de nosotros los adultos mayores, y estoy muy segura que dentro de estos grupos hay mucho talento escondido o frustrado que por falta de estimulación con eventos para la tercera edad como

carreras atléticas, bailes folclóricos, etc.....en muchos de estos eventos nosotros estaríamos bien representados a nivel nacional. HOV/J/F6/2

Estas personas se refieren a las actividades de recreación como algo fundamental para la vida de cada uno de ellos, los adultos mayores son personas que creen en sus facultades tanto físicas como mentales y por eso reclaman espacios para su diversión, para sentirse muy útiles dentro de la sociedad que los relega por su mayoría de edad, al afirmar que son personas que todavía tiene mucho porque luchar, como lo afirma Forcada Casanova (1999) “el viejo no necesita modelos o readaptaciones de modelos grupales ni debe soportar formas mas o menos maquilladas de segregación, tiene la suerte de tener su propia y plena dignidad, como el joven, el niño y el adulto, porque existe en relación con la sociedad” ellos ven en la actividad física una de las principales posibilidades para el mejoramiento de la calidad de vida de ellos, pues para ellos la actividad física es salud y bienestar integral, aparte que al realizarla van a entablar lazos de amistad con muchas otras personas, consiguiendo gran cantidad de amigos.

Y una de las principales actividades que ellos escogieron para realizar su actividad física fue el baile deportivo, y en este grupo de baile deportivo es que cada uno de los adultos mayores a encontrado ese espacio para distraerse y hacer amigos, y es aquí donde ellos buscan la manera de olvidarse aunque sea por un corto instante de todos sus problemas y preocupaciones pues, pues se piensa que una clase bien estructurada, y según la motivación que el instructor tenga para con el grupo hará que se pierda la noción del tiempo marcado:

“se gozan la clase minuto a minuto debido a que el profesor siempre las esta animando, D.C 4.1”, “el instructor plantea diferentes bailes en los cuales todos los adultos mayores participan, D.C 1.1”, “el instructor programa los bailes de manera que el animo de los adultos mayores suba con cada uno de estos, y logra poner a sonar canciones que para ellos son de antaño, de recuerdos y de alegría, D.C 3.1”, además:

Para el ser humano en algunas etapas de vida el baile o las actividades rítmicas y coreográficas no ocupan un lugar importante en su cotidianidad, para el Adulto Mayor aparece como una actividad altamente motivante y llena de placer, en la cual se recuerdan tiempos de juventud, y es en este espacio donde los adultos mayores se olvida por un instante de su cotidianidad, es que tienen espacio para que lleguen a esos espacios amenos toda clase de recuerdos , que pueden generar en ellos tristezas, expresiones de libertad y felicidad a

través de la música, pues se nota que con algunas canciones de cada una de las secciones del baile deportivo muchas de ellas se sienten identificadas

El instructor programa los bailes de manera que el ánimo de los adultos mayores suba con cada uno de estos, y logra al poner a sonar canciones que para ellos son de antaño, de recuerdos y de alegría, (D.C 3.1)",

“recuerdos que llegan gracias a la música que el instructor coloca y que ellos bailan, de parte de ellos se escuchan comentarios como: “es que todo tiempo pasado fue mejor” o “te acuerdas que esa canción salió cuando estudiábamos”, (D.C 5.1)",

Se evidencia mucho que en el grupo de adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán la música es un referente para que cada persona se devuelva a su pasado y recuerde buenos y malos momentos de las diferentes etapas de vida de cada uno de ellos.

"Es que todo tiempo pasado fue mejor” o “te acuerdas que esa canción salió cuando estudiábamos”. Comentarios que nos y los hacen regresar al pasado y recordar con alegría aquel tiempo vivido que para ellos fue mucho mejor. (D.C 5,1)",

“Pero también están los efectos negativos al recordar malos momentos o recordar amigos y seres queridos que ya han partido. (D.C 5.2)"

Por eso es para el grupo del adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán, la actividad física, como cualquier otro tipo de actividad, que vaya en pro del disfrute del tiempo de cada una de esas personas es bienvenido por el grupo, pues pretenden ser personas que vivan dignamente, donde sus relaciones interpersonales prevalezcan sobre cualquier otra cosa, haciendo que para ellos el tiempo ya no ,lo vean como un posible enemigo para sus vida, si no que sea un derrotero para alcanzar todo lo que ellos quieren y han querido hacer por mucho tiempo, para sentirse bien y tener una muy buena calidad de vida.

3. ENSANCHAMIENTO DE HORIZONTE: a manera de conclusión

En desarrollo de este proceso investigativo y en las labores ejecutadas, hemos sufrido una positiva transformación en nuestras vidas, al descubrir nuevos elementos valorativos con respecto a los adultos mayores, que nos sirven de referente para pensar en cómo será nuestra llegada a esta etapa y de igual manera esa evolución, esperamos sirva de aporte a futuras investigaciones sobre el tema, con el ánimo de avanzar en un estudio serio y que pueda ser aplicado con éxito en la atención de los adultos mayores.

Es de gran importancia mencionar que esta investigación ha logrado abrir la posibilidad de un concepto de tiempo que puede ayudar al ejercicio de nuestra profesión, especialmente en el área de la recreación, aunque esta categoría (tiempo) circunda en todas las acciones humanas, por lo tanto mejora las intervenciones que se hagan en esta comunidad, de igual manera rescata la importancia del trabajo con los adultos mayores, encontrando que son personas que tienen mucho que aportar en esta sociedad. Es por eso que para próximas investigaciones de adultos mayores se recomienda actuar con la mayor naturalidad, con mucho respeto y sobre todo con mucha responsabilidad, ya que para estas personas el cumplir con lo que se ha pactado es la clave principal para alcanzar los objetivos propuestos por ello no se los puede perder de vista como sujetos.

El verdadero significado de la vida.

Muchas veces me pregunte porque quería trabajar con una población como la del adulto mayor, si nunca había tratado con esta, nunca me había preocupado por los sentimientos y pensamientos de estas personas, pero algo que si tenia y mas que nunca tengo en claro es que son personas comunes y corrientes que merecen todo el respeto de los demás y quizás mucho mas respeto, pues son personas que han pasado por todas las etapas de vida y su experiencia es sumamente mayor que las demás personas con edades menores.

Hoy me he dado cuenta que los adultos mayores reclaman a viva voz un lugar en la sociedad, un lugar que por cosas de la vida y mas exactamente de la sociedad han ido perdiendo, o mejor ese lugar se les ha ido quitando por parte de los demás, que dicen llamarse personas

activas, y son personas que tal vez no se han detenido a pensar que algún día llegarán a esta hermosa etapa de la vida.

Y ahora sí puedo decir que es una hermosa etapa de la vida porque, gracias a que en mi proyecto de grado trabajé muy de cerca con los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán que se reúnen en la villa olímpica de Comfacauca, esto me ayudó a tener un concepto diferente al que tiene la mayoría de gente de que es un adulto mayor, en simples palabras la gente contesta que adulto mayor es solo una persona que tiene más de cincuenta años, que su vida útil a la sociedad se está acabando, que son personas que indirectamente se están convirtiendo en algo aparte para los demás.

Pero no es así, luego de llevar a cabo un intercambio de experiencias, de compartir con los adultos mayores me doy cuenta que son personas que tienen muchas ganas de seguir viviendo, y sobre todo que son personas que sienten que todavía tienen mucho que brindar a la sociedad, que en esta etapa tiene mucho más que aportar de lo que aportaron antes de llegar a esta etapa de vida, pues piensan que toda su experiencia de vida serviría de mucho para mejorar la cotidianidad de la sociedad en general.

Y es muy gratificante sentir que son personas muy agradecidas con la sociedad, porque a pesar de que se sienten un poco apartados por esta, ellos lo único que quieren es demostrar todas las aptitudes que aun poseen para desempeñar algún rol en la sociedad, son personas que anhelan ser reconocidas no solamente por su edad, sino también por todo lo que aún son capaces de hacer.

No sería bueno seguir sin antes decir, que los adultos mayores de la comuna uno de la ciudad de Popayán nunca se acomplejan de su edad, al contrario se sienten orgullosos de estar donde están, pues que más que un dicho muy popular entre los mayores que nos da a entender el orgullo que ellos sienten por sí mismos al decir “es que estas canas no llegan solas”, aquí ellos muestran las canas como un trofeo muy valioso que se han ganado por su lucha en la vida.

Algo muy positivo que me dejó esta experiencia es que el adulto mayor reflexiona a menudo sobre cualquier situación del país, que está pendiente de todo lo que pasa a su alrededor y así los diferentes conflictos no los afecten directamente ellos siempre se colocan en lugar de las personas que padecen cualquier tipo de problema.

Durante mi compartir con el grupo de adulto mayor viví muy buenas experiencias de vida, que me enriquecieron como persona, y como futuro educador, pienso que fui muy afortunado al realizar mi proyecto de grado con esta población, pues pude dar respuesta a la mayoría de interrogantes que tenía a cerca de los adultos mayores, de cómo se sienten al saber que han recorrido por todas etapas de la vida, al saber que son personas que están aun dispuestas a competir gracias a sus aptitudes y experiencia de vida, y que son personas sobre todo que tienen todo el derecho a vivir con plena dignidad, y que es hora que la sociedad le retribuya al adulto mayor todo lo que ellos dieron por ella.

Finalmente quiero dejar en claro que es hora de valorar a los adultos mayores como lo que son como personas valiosas, que todavía tiene mucho por aportar en esta sociedad que poco a poco los a querido relegar por uno u otro motivo, que esta población necesita mucho del amor y el cariño de los demás, que tiene derecho a vivir dignamente y que por ningún motivo merece ser desamparada por las entidades gubernamentales y por la sociedad en general, que para ellos la recreación y los programas para el sano esparcimiento son fundamentales para que vivan felices, y es aquí donde las personas se dan cuenta del verdadero significado de la vida, porque ser adulto mayor significa “volver a nacer”.

Juan Manuel Reyes Passos.

Nunca es tarde para empezar

Después de terminar esta investigación son muchos los cambios que han surgido en mí. Para comenzar les puedo contar que me di cuenta que la etapa de adulto mayor es una de las mas bonitas que tiene el ser humano, porque es aquí donde las personas aprovechan mas todas las experiencias que han adquirido en el transcurso de sus diferentes etapas de la vida; lo cual les permite hacer un alto y reflexionar sobre lo que a sido su vida, si han aprovechado o desperdiciado sus vidas y es en este punto donde estas personas se dan cuenta de las muchas cosas que han dejado pasar por diferentes motivos en especial el laboral, el cual en muchas ocasiones se convirtió en lo mas importante de su diario vivir negándoles la posibilidad de experimentar otras actividades, como por ejemplo la practica de alguna actividad física ellos sienten que muchos de sus achaques se lo deben a esto, pero es de admirar la voluntad que le ponen al momento de realizar alguna actividad física.

Aprendí que esta es una población llena de conocimientos los cuales han adquirido a través de sus diferentes experiencias de vida y que ellos están dispuestos a compartir con todos nosotros lo único que hace falta es dejar a un lado todos esos prejuicios que no tienen fundamentos, como por ejemplo el que son personas poco activas, también que son poco sociables y muchos otros; pero también me di cuenta de algo muy importante, como que estas personas por el hecho de haber vivido y tener muchos conocimientos no les impide aprender cosas nuevas y enfrentar los retos que se les imponen, en especial los avances tecnológicos. Es por todas estas razones que para mi el hecho de haber podido compartir con esta población se constituye en una de las mas grandes experiencias que me brindo mi paso por la universidad y espero en un futuro no muy lejano tener la posibilidad de seguir compartiendo con los adultos mayores, ya que después de terminar esta investigación puedo decir que no solo encontré el imaginario sino que también encontré un grupo de personas que con el paso de la investigación se convirtieron en muy buenos amigos, con los cuales espero seguir compartiendo por mucho tiempo y si Dios lo permite me gustaría compartir los conocimientos adquiridos con los demás jóvenes de nuestra ciudad para que en un futuro podamos encontrar en los parques personas de diferentes edades compartiendo sin que ninguno pase por encima de los gustos y necesidades del otro y que los encargados de dirigir los diferentes proyectos de actividad física del adulto mayor tengan en cuenta los resultados que encontramos en este proyecto así como yo lo hare de ahora en adelante como Licenciado de Educación Física Recreación y Deporte.

Edinson Ricaurte Ocampo.

El tiempo permite que hagamos y deshagamos lo que un día logramos.

El trabajo de investigación hecho con los adultos mayores de la comuna 1 de la ciudad de Popayán, más que un trabajo de investigación fue una gran experiencia de vida, ya que pude quitar de mi mente aquellas imágenes erróneas que algún tiempo tuve de los adultos mayores, donde pensaba como la mayoría de la gente que cree que las personas que se encuentran en esta etapa son personas tristes, con autoestima muy baja y agobiada por enfermedades.

Me pude dar cuenta como la vida regala a cada quien lo que se merece, como desde nuestros primeros días de vida podemos empezar a prepararnos para afrontar la etapa de adulto mayor, siendo buenos hijos, buenos hermanos y un poco mas tarde buenos padres, para tener el apoyo necesario en esta edad donde las personas mas importantes en la vida son la familia, los amigos y Dios.

Esta investigación me mostró unas personas maravillosas que viven la vida a una intensidad envidiable reflejando en sus miradas una alegría profunda lograda por el apoyo de su familia y la satisfacción de haber hecho las cosas bien durante las etapas de vida por las que han pasado. Los adultos mayores me mostraron que hay muchas maneras de disfrutar la vida, respetando los espacios de los otros y sabiendo hasta donde llegan los nuestros.

Tal vez uno no valora a estos adultos mayores si no hasta vivir una experiencia como lo que he vivido, pues tal vez nunca había visto toda la historia, afecto, amor, amabilidad que esta guardada en estas personas, solo interactuando con ellos se puede comprender lo especiales que son, pues agradecen hasta el detalle mas simple y hacen que todo lo que uno haga tome mucha importancia.

Las experiencias vividas por estas personas aportan mucho a mi juventud, experiencias de vida que los hacen sentir orgullosos y felices, es la sensación de ver que han hecho muchas cosas en la vida y las han hecho bien sintiéndose libres y muy importantes en su familia y la sociedad teniendo metas, sueños para el futuro. Es por eso que todo el tiempo aconsejan la importancia de saber llegar a esta etapa llevando una vida ordenada y viviendo la juventud de la mejor manera, indicando siempre que lo más importante en la vida es Dios, ya que es el que nos regala salud, felicidad y hacen que vayamos por el camino correcto.

Unas de las apreciaciones que logre hacer durante mi trabajo investigativo en el grupo de adulto mayor de la comuna uno de la ciudad de Popayán es que cuando empiezan esta etapa se empiezan a comportar como niños, pues pelean con sus compañeros por cosas mínimas, dan quejas de todo y casi siempre disfrutan de todas las actividades como si fueran la ultima pues siempre viven el día a día.

Es importante saber que los principales culpables de causar bienestar o malestar en las personas adultas mayores somos nosotros mismos en el momento que los hacemos sentir importantes, les regalamos cariño o cuando los rechazamos y los desplazamos al olvido hasta llevarlos al sedentarismo, generando esto trastornos psicológicos y físicos.

Es una práctica que sin duda alguna me ha dejado mucho para mi vida personal y familiar si se tiene en cuenta que también hay abuelos y que tal vez uno comete los errores de olvidarlos e impedir que realicen actividades en la vida diaria. Es por eso que me pregunto a diario si existe una manera correcta de prepararme para llegar a esta edad de una manera satisfactoria, tal vez la única manera que exista es recalcar la importancia de la unión familiar para que fortalezcan los lazos familiares y esto ayude a que la familia permanezca unida.

Este trabajo sin duda alguna me permitió observar que la estabilidad económica es fundamental en esta edad, ya que si se logra esto los adultos mayores no tendrán necesidad de trabajar y podrán disfrutar de viajes, actividades deportivas y recreativas sin preocupación alguna.

Ya para concluir solo queda para decir que la experiencia vivida es única, pues además que se aprenden muchas cosas para el desempeño profesional y para el diario vivir, se aprende a ser mejor persona, se entiende que no es tan importante la cantidad de tiempo que se pase con los amigos, la familia y Dios si no la calidad de tiempo que pasamos con ellos.

John Esneider Farfán González

REFERENCIAS

- Baeza, Manuel (2000). Los caminos invisibles de la realidad social. Chile. Ril.
- Beauvoir, (1985). Psicología del desarrollo. Norte de Santander. Universidad de Pamplona.
- Cassirer, (1993). Los caminos invisibles de la realidad social. Chile. Ril.
- Castoriadis, C. (1975). La institución imaginaria de la sociedad. Barcelona: Tusquets. 2 vols.1983-1989.
- Castoriadis, C. (1986). Los dominios del hombre. Las encrucijadas del laberinto. Barcelona: Gedisa. 1994.
- Castoriadis, C. (1996). El imaginario social y la institución. Buenos aires. Argentina. Ed. Tusquets.
- Casanova, F. (1999).ancianidad y nuevo civismo social. En: cena – coloquio. Barcelona, España. Nº 130. <http://www.au.ambit.org/she130.htm>
- Cohen, Coppel, & Eisdorfer, (1983) *La madurez contemporánea*
- Cooper & Goethals (1991). Psicología del desarrollo. Norte de Santander. Universidad de Pamplona.
- Crothenberg, Lentzener & Parker (1991). Psicología del desarrollo. Universidad de Pamplona. Norte de Santander.
- Eisdorfer, (1983). Psicología del desarrollo. Norte de Santander. Universidad de Pamplona.
- Fernández, E. (2006) *tiempo libre y nuevas responsabilidades en los adultos mayores*. extraído el 10 de junio, 2007, de <http://www.perso.wanadoo.es>
- Forcada casanova. (1999) *Ética y ancianidad: Una perspectiva enfermera*. extraído el 10 de mayo, 2007, de http://www.faecap.com/documentos.nueva/documentos_Científicos/etica_en_la_ancianidad.pdf.
- Franco, (2003). El imaginario social y la institución. Buenos aires. Argentina. Ed. Tusquets.
- Gonzales, (1983). Psicología del desarrollo. Norte de Santander. Universidad de Pamplona.

Gómez J, (2004). Aportes de recreación y actividad física en el adulto mayor. Bucaramanga. Revista palestra.

Habermas, J. (1984). Conocimiento e interés. Madrid, España: Taurus.

Heidegger, (1993). El ser y el tiempo. Santa fe de bogota. Fondo de cultura económica.

Hurtado H, Jaramillo E, Zúñiga L & Montoya P. (2005). Jóvenes e imaginarios de la educación física. Popayán. Cauca. Ed. Universidad del cauca.

Ley de Protección social (2000).resolución 412. Colombia. Bogota: Ministerio de salud.

Moscovici, (1960). Los caminos invisibles de la realidad social. Chile. Ril.

Murcia N & Jaramillo L G. (2000) La complementariedad Etnográfica. Investigación Cualitativa. Una guía posible para abordar estudios sociales. Armenia. Kinesis.

Murcia, P, Jaramillo E, Camacho C & Giraldo L, (2005). Imaginario de los jóvenes escolares ante la clase de educación física. Armenia. Quindío. Kinesis.

Murcia, N & Jaramillo, (2002). Investigación cualitativa. Armenia. Quindío. Kinesis.

Organización mundial de la salud (2007) España será el país con más población anciana 2050.

Extraído 23 de noviembre, 2007, de

<http://videos.lasprovincias.es/informaciondecontenido.php?on=328>

Pazos, J. & Rey, A. (2000) *fundamentos de la motricidad. Madrid: Gymos.*

Quintero, L. (1983). Psicología del desarrollo. Norte de Santander. Universidad de Pamplona.

Rico, C. (2005). Niveles de equidad y eficacia social en el adulto mayor. Manizales. Caldas. Universidad de Manizales.

Romo Pérez, V. (2002). Actividad física y calidad de vida en personas mayores de 65. En: biblioteca universia. Galicia. España.

<http://biblioteca.universia.net/ficha.do?id=2053329>.

Thompson, E,P(1981). A Miséria da teoria o m planetário de erros. Uma crítica ao pensamento de Althusser. R. de Janeiro. Ed.Zahar 1981.

Thompson, P(1992).A Voz do passado. Historia oral. Rio de Janeiro.

Sánchez M, (2002). El adulto mayor, la actividad física y la calidad de vida. En: revista kinesis. La habana. Cuba.
<http://www.kinesis.com.co/sumario3.htm>

Yazbek, Maria C.(1996) Classes subalternas e assistência social. 2.Ed,
São Paulo, ortez, 1996.