

**LOS IMAGINARIOS DE TIEMPO EN EL ADULTO MAYOR
DE LA COMUNA CUATRO DE LA CIUDAD POPAYÁN**

**JUAN CARLOS BECERRA FERNÁNDEZ
PABLO PALACIOS MERA
WILSON HERNÁN MENESES BUITRAGO**

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE
POPAYÁN
2010**

**LOS IMAGINARIOS DE TIEMPO EN EL ADULTO MAYOR
DE LA COMUNA CUATRO DE LA CIUDAD POPAYÁN**

**JUAN CARLOS BECERRA FERNÁNDEZ
PABLO PALACIOS MERA
WILSON HERNÁN MENESES**

**Proyecto de investigación para optar al título de Licenciado en
Educación Básica con énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes**

**Director
PEDRO ANÍBAL YANZA**

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE
POPAYÁN
2010**

Nota de Aceptación

Director _____
Especialista. Pedro Aníbal Yanza

Jurado _____
Fisioterapeuta. Ana Rovira Gonzales

Jurado _____
Especialista. Gerardo Jiménez

Popayán 06 de octubre de 2010

“Dedico este trabajo en primer lugar a mis Hermanos por que siempre han sido y seguirán siendo un gran apoyo mutuo, no importo los buenos y malos momentos para compartir, siempre estuvieron ahí. Diana En especial tu hermanita”.

“A todos mis sobrinos, y tu Yuli porque quiero que sigas presente tú eres un motivo más para mí”.

“Memo... has sido y seguirás siendo un gran amigo, gracias por tu amistad, hiciste parte para comprender el imaginario en este trabajo”.

“Mamita todo tu esfuerzo y corazón de madre me ilumino siempre con tu positivismo y apoyo, tu eres la fuerza y el motivo más grande que tengo para seguir triunfando, gracias MAMI por estos y los próximos. He aquí mi trabajo de grado”.

Juan Carlos Becerra

“Dedico este trabajo a mi mama y mi hija por que han sido el motor que me ha estimulado para poder llegar a la meta que me he propuesto, por que han sido las personas que han estado motivando.”.

“A toda mi familia, en especial a mi tío Reinaldo Mera quien me han brindado apoyo en el transcurso de mi vida he incentivado a estudiar”.

“agradezco a mi hermano, que por medio de su esfuerzo he podido culminar mi carrera”.

A mi esposa el tiempo que compartimos y dedico todo mi esfuerzo y comparto todo mi amor”.

Pablo Palacios Mera.

“Dedico este trabajo a mi papa Hernando Moncada y a mi mama Solbay Buitrago, que han sido las personas que me han acompañado y me han brindado su cariño y amor sincero, por que han estado conmigo en los buenos y malos momentos, por ser esa vos de apoyo para salir adelante , por que han dado todo para poder que sea una mejor persona, siempre han sido esas personas incondicionales con las cuales puedo contar, me enseñaron a vivir y a ver esta, como el regalo maravilloso que es y valorarla, y siempre pensar que lo que me propongo lo puedo logra, por que han sido esos amigos sinceros que siempre me darán esa vos de apoyo en los momentos que mas los necesito para nunca desfallecer y crecer como persona cada día más”.

“Dedico este trabajo a mi hermana Sandra Cecilia Meneses y mi hermano Diego Hernán Meneses, por que han sido ese ejemplo que me ha llevado a querer ser mejor persona , son las personas que incondicionalmente han estado conmigo brindando me su apoyo sus consejos, por que han compartido todos los momentos de mi vida y han estado con migo para apoyarme en cada una de las circunstancia que se presenta, y más aun me han dado todo su amor para poder sentirme una persona amada y estimada dentro de mi familia”.

Wilson Hernán Meneses Buitrago

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a Dios y a cada uno de nuestros profesores que lograron entendernos, y brindarnos su amistad y por compartir todos aquellos conocimientos que llenaron nuestras inquietudes y sobre todo enseñarnos a tener un compromiso con la vida.

Agradecemos a Dios por ponernos en el camino aquellos amigos que fueron sinceros y nos brindaron apoyo moral, su colaboración y una voz de aliento y por compartir aquellos buenos y malos momentos de nuestras vidas universitarias.

A nuestras familias damos gracias a Dios, por entendernos en el silencio las personas que ahora somos sin reprocharnos y amándonos de corazón.

CONTENIDO

	Pág.
PRESENTACIÓN.	11
1. JUSTIFICACIÓN	13
2. OBJETIVOS	15
2.1 GENERAL	15
2.2 ESPECÍFICOS	15
3. ÁREA TEMÁTICA	16
3.1 ADULTO MAYOR Y TIEMPO.	16
3.2 TIEMPO	21
3.3 IMAGINARIO DEL ADULTO MAYOR	22
4. ANTECEDENTES	26
4.1 INVESTIGACIÓN INTERNACIONAL.	26
4.2 INVESTIGACIÓN NACIONAL	27
4.3 INVESTIGACIÓN REGIONAL Y LOCAL	28
5. ÁREA PROBLEMÁTICA	30
6. PREGUNTA.	33
7. CONTEXTO SOCIOCULTURAL.	34
7.1 ASPECTO DEMOGRÁFICO DEL CONTEXTO INTERNACIONAL	34
7.2 ASPECTO DEMOGRÁFICO DEL CONTEXTO NACIONAL	35
7.2.1 ASPECTO DEMOGRÁFICO REGIONAL Y LOCAL	39

7.3	ASPECTO DEMOGRÁFICO DEL CONTEXTO MUNICIPAL	40
7.4	CONTEXTO A TRABAJAR	44
8.	TIPO, ENFOQUE Y DISEÑO METODOLÓGICO DE INVESTIGACIÓN	48
8.1	TIPO DE ESTUDIO	48
8.1.1	Enfoque complementariedad etnográfica	49
8.1.2	Diseño de la investigación	50
8.1.3	Primer momento	50
8.1.4	Segundo momento	51
8.1.5	Tercer momento	53
9.	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	54
9.1	TRANSITANDO POR LOS HALLAZGOS	56
9.2	CATEGORÍAS ABIERTAS	57
9.3	CATEGORÍAS AXIALES ENCONTRADAS	81
9.4	HISTORIAS DE CATEGORÍAS AXIALES	81
9.5	CATEGORÍAS SELECTIVAS	91
9.5.1	La presencia del asistencialismo en las actividades de los adultos mayores	99
10.	CATEGORÍA NÚCLEO	104
11.	PRE-ESTRUCTURA SOCIO CULTURAL ENCONTRADA	107
11.1	IMAGINARIO DE TIEMPO DEL ADULTO MAYOR	107
12.	ENSANCHAMIENTO DE HORIZONTES	111
12.1	LA EXPERIENCIA DE LA VIDA LO MÁS VALIOSO	111
12.2	LA EXPERIENCIA DEL TEMPO VIVIDO	112
12.3	EL CAMINAR DEL ADULTO MAYOR A TRAVÉS DEL TIEMPO	114
	BIBLIOGRAFÍA	116

LISTA DE TABLAS

	Pág.
<i>Tabla 1. Envejecimiento de la población mundial según la ONU para el año 2025</i>	35
<i>Tabla 2. Envejecimiento demográfico en Colombia según El D.A.N.E año 2002</i>	38
<i>Tabla 3. Crecimiento de la población total mayor 60 y más años según el D.A.N.E 2002</i>	39
<i>Tabla 4. Clasificación Para el Cauca Con Proyección Para el 2005</i>	39
<i>Tabla 5. Población de Popayán Censo de 1993</i>	40
<i>Tabla 6. Barrios de la comuna 4 de Popayán</i>	46

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
<i>Figura 1. Mapa de porcentaje de población mayor de 60 años</i>	36
<i>Figura 2. Mapa de las comunas de la ciudad de Popayán</i>	43
<i>Figura 3. Mapa comuna cinco</i>	45
<i>Figura 4. El tiempo y sus efectos</i>	107

PRESENTACIÓN.

Este proyecto de investigación que realizamos está inscrito dentro de un macro proyecto el cual abarca las diferentes comunas de la ciudad de Popayán, donde nos correspondió la comuna cuatro, y pretendimos acercarnos a la concepción del tiempo que tienen los adultos mayores. El proyecto consta de diferentes partes que permiten en su conjunto hacerse a una idea más detallada de lo que es su realidad con referencia al tiempo. El documento consta de 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 tres temas de interés para este trabajo como son: adulto mayor, tiempo e imaginario. Una área problemática en donde se asume una postura con base en los planteamientos de los autores que se mencionan en forma más detallada en el área temática, un contexto sociocultural del orden Internacional, Nacional, Regional y Local a trabajar; este último conformado por 34 barrios de estratos 1, 2,3, en donde se escogió un sitio de encuentro de los adultos mayores, dentro de la comuna cuatro para realizar el trabajo de campo, más específicamente el Colegio Cristo Rey.

Encontramos también antecedentes donde hay varias investigaciones a nivel mundial, nacional y local de tipo cualitativo y cuantitativo, donde el principal protagonista es el adulto mayor, pero que cada una de ellas está enfocada hacia diferentes aspectos de este tipo de población. Además, el ejercicio investigativo actual se justifica por su aporte de un nuevo concepto de imaginario de tiempo mediante el cual aporta a comprender la forma en que los adultos mayores han vivido su tiempo.

El diseño metodológico consiste en tres momentos: pre configuración, configuración y reconfiguración de la realidad; por lo tanto nuestro grupo tuvo a cargo la pre configuración de la realidad de los adultos mayores con relación a su imaginario de tiempo.

Se continúan con las categorías selectivas, las cuales son la memoria y los recuerdos que se desarrollan a través de sus vivencias, y el asistencialismo, estos factores hacen que los adultos mayores asuman roles y crean nuevas experiencias a través de las actividades

además los recuerdos en los adultos mayores generan tristezas y felicidad, estas categorías son las que van develando el imaginario de tiempo de los adultos mayores de la comuna cuatro de la ciudad de Popayán.-

1. JUSTIFICACIÓN

En la sociedad anteriormente se ha visto a las personas mayores como seres conoedores y portadores de experiencia; pero al igual existen imaginarios acerca del adulto mayor que conllevan una connotación negativa como personas incapaces de realizar muchas actividades que les pueden permitir su total independencia, debido a esto son valorados como seres incapaces o inútiles y muchas veces son aislados en nuestra sociedad, siendo el primer responsable del aislamiento la familia; lo que conlleva a el adulto mayor, a asumir un estilo de vida rutinario, el cual se da por el imaginario que tiene la sociedad sobre ellos, también debido a los principales problemas que conlleva el envejecimiento como lo es deterioro físico y psicológico.

También la soledad conlleva a que los adultos mayores sufran un abandono familiar que se produce a través de un desarraigo del mundo tras la jubilación, donde esta resulta difícil de aceptar para ellos, entendiendo la vida laboral como un aspecto fundamental para el desarrollo integral del ser humano, que le permite sentirse útil para la sociedad; todas las hipótesis que se pueden dar tienen un gran valor, ya que al comprobarlas en la realidad, ellas varían al ser asumidas en diferentes maneras por la propia realidad de cada uno de los adultos mayores, generando un beneficio o desencadenando una situación nefasta en su vida cotidiana, todo esto conduce a ver a los adultos mayores de la siguiente manera: al considerar que ellos son un grupo social, que más que aportar a la realidad social, incomodan, lo cual se debe cambiar y revertir para no caer en dichos errores como:

- La imagen que se tiene acerca del adulto mayor.
- La discriminación por parte de la sociedad.
- no considerar a la tercera edad como una etapa de enfermedad.
- Lograr llegar a esta etapa de la vida teniendo expectativas aun por desarrollar que con alegría, entusiasmo y ganas de vivir, para no sentirse un ser inútil para la sociedad.

De esta manera se descubrió y se abordó el imaginario de tiempo en estas personas (adultos mayores de la comuna 4), tomando como referencia a los mayores de 60 años. En la

investigación se asumió al adulto mayor como un ser integral, incluyendo todas las sensaciones, sueños, sentimientos y anhelos, que les acompañan en esta etapa de la vida, ya que es aquí donde pueden predominar las necesidades del adulto mayor, interactuando con ellos y escuchando el pasado de cada uno de estos, estos fueron aporte valioso para el desarrollo de la investigación.

Los datos obtenidos sirvieron para que en un futuro la sociedad tenga en cuenta los imaginarios de tiempo y las actividades que se realicen con ellos, y tengan un verdadero sentido.

Para este proyecto de tipo cualitativo fue conveniente dar continuidad a las investigaciones de todas las comunas, porque pensamos que era factible realizar el proyecto, aunque ya existen investigaciones de este tipo en diferentes comunas de la ciudad de Popayán, tomando la comuna faltante número 4, donde realizamos la investigación. Logrando la familiarización con la población, y así obtuvimos la aprobación del grupo de adultos mayores que les permitió participar dentro de la investigación. Y dar continuidad a un macro proyecto que tiene como objetivo comprender los imaginarios de tiempo que poseen los adultos mayores de la ciudad de Popayán.

Con la ejecución de este proyecto ayudamos y contribuimos con nuevos conceptos de tiempo para los Adultos mayores de la comuna 4 de la ciudad de Popayán, y para la Educación Física, los cuales son de gran valor, estos aportes nos permitieron adquirir nuevos conocimientos para mejorar los planes y programas elaborados para la recreación del adulto mayor, partiendo de los resultados que fueron encontrados en este estudio, ayudamos 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 personas.

Teniendo en cuenta que la población del adulto mayor es un grupo que continuamente está creciendo, nuestra investigación fue muy pertinente debido a que este es un grupo numeroso y marginado por la sociedad, la cual se ha aislado a esta población, sin tener en cuenta las diversas posibilidades de ser, como personas que tienen capacidades y cualidades para aportar a la sociedad.

2. OBJETIVOS

2.1 GENERAL

Comprender Los imaginarios de tiempo de los Adultos Mayores de la comuna cuatro de la ciudad de Popayán. (*Pre configuración de la realidad*)

2.2 ESPECÍFICOS

- ✓ Desde la mirada de los investigadores, interpretar las relaciones intersubjetivas que marcan los roles de la cotidianidad del adulto mayor de la comuna cuatro de la ciudad de Popayán.
- ✓ Observar las costumbres, el lenguaje y la interrelación social que tiene el adulto mayor en las comuna cuatro de la ciudad de Popayán.
- ✓ Comparar los imaginarios de tiempo que existen en el adulto mayor, sin perder de vista sus relaciones con otras dimensiones de la realidad social.
- ✓ Interpretar desde la subjetividad del adulto mayor los imaginarios de tiempo en las comuna cuatro de la ciudad de Popayán.

3. ÁREA TEMÁTICA

De acuerdo al título del proyecto se evidenciaron tres grandes pilares conceptuales, sin embargo, ellos se articularon en dos pilares fundamentales que son: imaginario del adulto mayor y adulto mayor y tiempo, para la comprensión y la realización de la investigación.

3.1 ADULTO MAYOR Y TIEMPO.

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

Para consolidar un concepto del adulto, el grupo de investigación se permitió retomar algunos referentes conceptuales, hablamos de adulto mayor, porque a raíz de múltiples investigaciones se ha comprobado que a partir de esta edad es donde el ser humano empieza a tener ciertos cambios en su cuerpo a nivel fisiológico, como frecuencia cardiaca, presión arterial, osteoporosis, disminución de la visión, entre otros. 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 hombres y mujeres dentro de un rango de edades de 57 años para mujeres y 60 para hombres ya que es en estas edades donde se entáblese el periodo de jubilación y comienza una etapa de inactividad laboral.

Adulto Mayor. Para conformar el concepto de adulto mayor fue necesario revisar algunos autores que permitieron profundizar en este importante aspecto, teniendo en cuenta que fue a esta población hacia la cual estuvo dirigido el proyecto de investigación, además fue importante tener en cuenta que es en esta parte de la vida donde el ser humano ha sufrido los mayores cambios a nivel fisiológico, psicológico y social.

Se habla de la edad madura como una etapa propia del ser humano que conlleva cambios mencionados anteriormente, al respecto de esto un autor habla más sobre esta mencionada etapa:

La edad madura como quiera que la definamos, tiene dos atributos reales: con frecuencia “es la verdadera flor de la vida, en cuanto que uno puede disfrutar entonces de lo que no pudo en otros momentos por falta de experiencia, dinero o conocimientos;” y es, en nuestros días, una repetición de la adolescencia, en cuanto que implica luchar con la crisis de identidad preparatoria para la segunda parte de la vida. (Comfort, 1986, 120).

Según el autor esta parte de la vida es un momento de cumplimiento de sueños, de metas, donde se hace un análisis completo de lo que se ha hecho y lo que se ha dejado de hacer, pero también es un momento de plena madurez intelectual y de posible guía a las generaciones venideras.

Otro aspecto que se tuvo en cuenta sobre el adulto mayor, es que este no necesita readaptaciones de modelos grupales ni debe soportar formas más o menos maquilladas de segregación, el anciano tiene la suerte de tener su plena dignidad como la tiene el joven, el niño y a la vez el adulto porque estos grupos sociales tienen una relación directa con la sociedad debido a que ellos la conforman.

Según lo anterior no se puede generalizar como viven las personas, pero algo es claro, y es que algunos individuos siendo adultos mayores en diferentes partes del mundo pasan por muchas necesidades (como la falta de un seguro médico entre otras), cada ser humano comienza su vejez a diferentes edades y de diferentes maneras, según su formación cultural, su salud, y el ambiente en que cada uno de ellos se desenvuelva.

Con base en el aporte de el autor (Comfort 1986,120), quien habla de que la edad madura (Adultos Mayores) “es la verdadera “flor de la vida”, en cuanto que se puede disfrutar de lo que no se pudo en otros momentos, ya sea por falta de dinero, experiencia o conocimientos”, todo

esto deja en nosotros una perspectiva muy humana y no discriminativa de lo que es, e implica ser un Adulto Mayor.

En términos generales los adultos mayores son considerados personas incapaces, improductivas, 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 se pretendió con este proyecto fue encontrar los imaginarios 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. La idea fue lograr contribuir a través de esta investigación, por medio de las actividades recreativas mejorando la calidad de vida. Y en lugar de la enfermedad, la incapacidad y la dependencia, para que así la gente mantenga por años su juventud y vigor o que le permita llevar una vida activa y útil, a la tercera edad 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 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.

En Colombia según el ministerio de protección social se considera a una persona como adulto mayor a partir de los 45 años, debido a que en esta edad comienzan a manifestarse los cambios mencionados y por ende los adultos mayores se vuelven vulnerables a diferentes enfermedades, por esta razón el ministerio de protección social desarrolla planes de promoción y prevención bajo la ley 715 de 2001, la cual dice que corresponde a los municipios de todo el país desarrollar dichos programas.

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 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. (p. 36)

Por otra parte se dice que cada individuo comienza su etapa de tercera edad 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.

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 por 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, González (1983) afirma que “Los ancianos verdaderos abrazan la vejez con alegría y así descubren su papel propio en la sociedad” (p. 72).

Se busco 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 tercera edad 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 el adulto mayor no es sinónimo de vejez y 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). 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”.

3.2 TIEMPO

Uno de los conceptos que se tuvo en cuenta y que fue de suma importancia para el proyecto fue el tiempo, por lo cual citamos los planteamientos de diferentes autores, que permitieron conocer cuál o cuáles fueron los imaginarios de tiempo que tienen algunos adultos mayores de la comuna cuatro y se conoció las diferentes perspectivas a cerca de cómo ellos ven el tiempo y de esta manera las perspectivas pueden encajar en la idea de tiempo, en el proyecto a desarrollar. “Lo que la sociedad humana necesitó desde un principio fue seguir la marcha del tiempo, que no tiene nada que ver con seguir el tiempo, aunque a veces se confundan ambas” (Szamosi, 1986).

Seguir la marcha del tiempo significa ir a la par con el paso de las horas, minutos y segundos, por esta razón las civilizaciones construyeron medios como relojes y calendarios los cuales eran utilizados para seguir esa marcha del tiempo, mas no se percataban que dentro de ese tiempo vivían momentos (vida cotidiana) lo cual significa seguir el tiempo, al respecto Heidegger nos ofrece su perspectiva de tiempo. “El tiempo es como el flujo de las horas” (Heidegger, Pág. 454, 1951.), se analiza al tiempo desde una perspectiva cerrada, se ve a este como algo medible y que sigue parámetros que se encuentran ya establecidos, algo contable, algo lineal, en pocas palabras un tiempo visto desde una sola mirada: cerrada.

Y el tiempo, ¿Qué es el tiempo?; ¿Quién podrá explicar esto fácil y brevemente?, ¿Quién podrá comprenderlo con el pensamiento, para hablar luego de él? ¿Qué cosa más familiar, mentamos en nuestras conversaciones que el tiempo?, ¿Qué es el tiempo? Si nadie me lo pregunta, lo sé, pero si quiero explicárselo al que me pregunta, no lo sé. (San Agustín, Confesiones XI, 14. 1990).

“El tiempo se nos presenta como algo que va «pasando»: un presente se va haciendo pasado y va yendo a un futuro” (Zubiri, 1989). Para la investigación el tiempo es un pasar que tiene tres partes que podemos llamar: presente, pasado y futuro. Estas tres partes se hallan dotadas de una unidad como es el presente. Esta unidad es lo que expresa el aquí y el ahora. En su pasar, el tiempo constituye una especie de línea simbólica, «la línea del tiempo».

Entonces, las que se llaman partes del tiempo cobran un sentido especial: son los «puntos» de esta línea (pasado, presente y futuro). De estos puntos, el presente es lo que desde siempre se ha llamado el «ahora».

De esta manera se reconoce al tiempo como una línea compuesta de momentos llamados estos, pasado presente y futuro, cuya conexión es de carácter continuo, abierto, y ordenado, así el tiempo se nos presenta a manera de recurso renovable que si no se sabe manejar bien se gasta, se agota y no vuelve, como quien dice no hay marcha atrás.

Por último y con base en los planteamientos anteriores para la investigación fue considerado que el tiempo es: algo que va «pasando»: un presente se va haciendo pasado y va yendo a un futuro”, (Zubiri, 1989), lo cual quiere decir que el tiempo es tal vez, el pilar que constituye nuestras vidas, da nuestro modo de vivir, el tiempo juega un papel importante en ese modo de vivir la vida en el aquí y el ahora, y es en esa forma de vivir la vida donde nos damos cuenta de lo que ese adulto mayor a vivido en el pasado, lo que vive en el ahora y lo que espera para mañana.

3.3 IMAGINARIO DEL ADULTO MAYOR

Para obtener el concepto de imaginarios 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 fueron considerados 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 los imaginarios. 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 los imaginarios, 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 los imaginarios se darán 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 los imaginarios 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 sus imaginarios van a ser cambiantes, 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, Y para que éste pueda cumplir con la aceptación de un grupo que se enmarca en las relaciones sociales teniendo 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 reconociendo en los sujetos la capacidad de crear, motivados 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 los imaginarios que aquí se presentaran, se enfocaran hacia la representación de la imagen, teniendo en cuenta que los imaginarios 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 dé, se deben consolidar las expectativas de una determinada sociedad.

4. ANTECEDENTES

La investigación que se realizó fue abordada desde los diferentes estudios desarrollados en el imaginario del tiempo del adulto mayor, en el contexto internacional, nacional, regional y local teniendo en cuenta que fueron encontrados pocos antecedentes relacionados con el imaginario de tiempo en el adulto mayor, y fueron tomados como referencia algunos estudios realizados sobre adulto mayor, se abordaron algunas investigaciones de imaginarios; se utilizaron como referencia las siguientes investigaciones.

4.1 INVESTIGACIÓN INTERNACIONAL.

Zapata Farías y Hernán en el año 2005 realizaron un estudio de tipo cualitativo denominado “participación e identidad en el adulto mayor” el cual tenía como objetivo determinar la vejez y las valoraciones asociadas al mismo concepto. En este estudio se determinó los factores que influyen negativamente en la aceptación de esta etapa de la vida denominada “tercera edad”, y en la falta de reconocimiento de las personas en cuanto tal, es decir su pertenencia a este tramo etéreo. Es un fenómeno relacionado con la disfunción de la identidad asociada a la pérdida del rol social de este grupo. Este estudio fue realizado en Chile.

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”, 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.

4.2 INVESTIGACIÓN NACIONAL

Patricia Cárdenas J. en el año 2003, realizó un estudio cualitativo denominado “Encuentros culturales y recreativos del adulto mayor, nuevo comienzo; otro motivo para vivir”, que tiene como objetivo orientar estratégicamente a tener un impacto sobre la formulación de políticas y la creación de ambientes para el desarrollo humano, esto significa ganar influencia sobre los entornos locales, creencias culturales, el envejecimiento, identificación y cambios de estilo de vida en la ciudad de Bucaramanga (Colombia), dentro de este estudio se encontró que la percepción e imaginarios de los adultos mayores frente a la recreación es tomada o asociada como diversión, juego, placer, oficios de la casa, lectura, asistir a reuniones de la tercera edad, ver televisión, dormir un rato, etc.

Caicedo Hoffman y Cardona Rojas realizaron un estudio en el año 1999 en la ciudad de Cali denominado programa para pensionados afiliados a Comfandi, “un resultado de la recreación como medio y no como fin”, el objetivo fue comprender que la recreación es un medio para integrarse con otras personas, mejorando las capacidades físicas y estados psicosociales. En la investigación se encontró que esta población por medio de la recreación obtuvo beneficios físicos, psicológicos y sociales.

Lidia N. C. de Loughlin en el año 2002 realizó un estudio cualitativo denominado El curso de la vida humana. el cual tenía como objetivo determinar las nociones de tiempo, pero el tiempo del que aquí hablamos no es el tiempo de los relojes, ni el de una época, sino

ese otro tiempo intrínseco a los organismos vivos, que les permite desde que fueron concebidos, desarrollarse, crecer. Crecimiento y desarrollo que no pueden ni deben ser considerados desde el punto de vista cuantitativo, exclusivamente, obteniendo como resultado de este estudio que el tiempo es un proceso de complejización creciente , de diferenciación y subordinación de funciones que el organismo realiza en continuo intercambio con su entorno.

4.3 INVESTIGACIÓN REGIONAL Y LOCAL

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 más notorio fue La presencia de la oralidad en la cotidianidad del adulto mayor.

Con base en las investigaciones anteriormente planteadas se pudo observar que a nivel internacional las investigaciones a cerca de tiempo en el adulto mayor hablan de los roles que ellos asumen en la sociedad, de los programas que existen en algunas partes del mundo para ellos mantener una buena actividad física entre otras cosas, a nivel nacional, regional y local las investigaciones apuntan a determinar sus roles en la sociedad, sus hábitos y estilos de vida y también su independencia, autonomía y capacidad funcional dentro de una determinada región, ninguna de las anteriores investigaciones apunta hacia lo que el adulto mayor piensa de que puede ser el tiempo en su vida, que en última instancia es lo que realmente nos interesa.

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. Y obteniendo como resultado diferentes categorías como: que la competencia de los deportes tradicionales en

los escenarios barriales son un espacio de conflicto o problemas motivo de retiro de los jóvenes de los escenarios asistentes por motivo de competencia.

Estas investigaciones nos ofreció información a cerca de una de las categorías a tener en cuenta: “Adulto Mayor”.

Los anteriores antecedentes de las investigaciones realizadas a nivel mundial, nacional, regional y local verifican que fue pertinente trabajar con esta población “adulto mayor”, las investigaciones apuntan a determinar sus roles en la sociedad, sus hábitos y estilos de vida como también su independencia, autonomía y capacidad funcional dentro de una determinada región, las anteriores investigaciones apunta hacia lo que el adulto mayor piensa de que puede ser el tiempo en su vida, que en última instancia es lo que realmente nos interesa.

5. ÁREA PROBLEMÁTICA

Para determinar el área problemática de esta investigación se tuvo en cuenta que el mismo concepto de área permita abordar el problema, primero desde el área temática para terminar enfocando la pregunta de investigación.

En los antecedentes de la investigación se reconoció que durante la última década de los años 90 y primera del 2000, se organizaron estudios que pudieron determinar el origen, el nivel y el impacto de los fenómenos sociales en el estado de los grupos humanos en la sociedad colombiana; sin embargo se encontraron muy pocas investigaciones respecto a imaginarios de tiempo de los adultos mayores, omitiendo que ello habría sido un verdadero acercamiento a la comprensión de la historia y los fenómenos. Estos se debió en parte a que por su edad, las capacidades físicas y por ende productivas de los adultos mayores se ven afectadas considerablemente, lo cual represento un inconveniente ante una sociedad que se preocupo meramente por la producción de recursos económicos contable, lo cual conllevo a descuidar las necesidades de este grupo poblacional, que no solamente fueron de tipo material. La investigación no pretendió aportar más datos a los estudios asistencialistas, que fueron oportunos pero que no alcanzaron a dimensionar todas las necesidades de los adultos mayores.

Los adultos mayores tienen un sentir, un pensar y una forma de contemplar el tiempo, quizá muy distintas a las que tienen las personas de menos edad. Por ello fue importante acercarse a los adultos mayores y reconocer su integralidad aclarando, que este tipo de población no se puede generalizar ya que las necesidades económicas, sociales e intelectuales varían en cada uno.

Ente esta investigación se tomo como referencia la edad de los 60 años en adelante para catalogar una persona como adulto mayor, sin embargo no omitió que son muchos los aspectos en cada sujeto estuvo implicado y que determinaron la forma de asumir su condición social específica de adulto mayor y por ende la forma que contemplaron la vida misma y el tiempo.

Respecto a la temática de imaginario se reconoció innegablemente su aspecto simbólico, ya que las imágenes interpretadas y adoptadas por las sociedades son un flujo dinámico que llevan a la organización y movilización de las mismas. Los imaginarios son imágenes, símbolo e ideas de carácter impalpable materialmente ya que están en las mentes de las personas y radiando su sentir y su actuar, pero a su vez son mutables, en la medida en que se movilizan en las sociedades.

Es así como los patrones que rigen una sociedad son esquemas de pensamiento social que las personas adoptan para comunicarse y sostener márgenes de orden y comportamiento. Tales patrones sociales, son imaginarios instituidos, aprobados comúnmente pero aun así dinámicos históricamente. Develar un imaginario es importante en la medida que se descubre o se hace visible una realidad invisible, pero existente y altamente influyente. Es el caso del tiempo, un elemento tan preciso y contundente en la vida de las sociedades, una realidad impresa en la mente humana que rige y normaliza los comportamientos, pero que difícilmente es reflexionable (se vive, se adopta, pero no se cae en la cuenta).

Cuando las personas asumen su edad o etapa de adulto mayor, muchas veces opta por cierto tipo de comportamientos mediados no solo por el imaginario de vejez, sino también de edad, de tiempo, de vida y de muerte, entre otros. De allí la importancia de reconocer como configuraron los adultos mayores de la comuna cuatro los imaginarios de tiempo y su magnitud. Se debe recordar que la importancia para la investigación hermenéutica no se centra en conocer solamente el fenómeno, sino más bien en comprenderlo y la dinámica de sus actores. No se trata de conocer el imaginario, ni sus causas, se trata de comprenderlo y de mirar la magnitud de ello como realidad social. Debido a que esta investigación solo realizó la pre configuración se aclara que fue importante acercarse desde la mirada del investigador a la comprensión del imaginario.

En lo concerniente al tiempo, fue importante reconocer la magnitud de este concepto para vida de los adultos mayores ya que llegada esta etapa, se presenta fenómenos como la nostalgia, la fatiga, el cansancio debido a los cambios físicos, químicos, neuronales y psicológicos entre otros. El concepto de tiempo no se podría ver identificado si solamente se contemplaba como un concepto, fue visto más bien como un esquema de realidad social,

un imaginario que rige la vida de las sociedades y aun mas que influye en la vida del adulto mayor, tanto individual como colectivamente.

La investigación planteo la siguiente pregunta: ¿Cuales son los imaginarios de tiempo en adulto mayor de la comuna 4 de la ciudad de Popayán? Sin embargo por el carácter temático de la pregunta, como así mismos por el carácter del enfoque la investigación, esta pregunta condujo a mirar a los adultos mayores como seres integrales, cuyo imaginario de tiempo solo eran un punto de partida inmerso en otros tantos imaginarios, sentires y realidades. Lo importante fue conocer, reflexiona y reconocer los imaginarios para poder más adelante proponer, impactar y mejorar a través de una educación física e investigación reflexiva.

De esta manera la población del adulto mayor está necesitada de este tipo de investigaciones, ya que en esta edad el tiempo adquiere otras funciones, debido al cese de las actividades cotidianas, llevándolos a situaciones diferentes, pues la comunidad que los rodea voluntariamente o involuntariamente los margina de las actividades diarias, por que se los ve en decadencia lo que conlleva a que una manera de prestarles apoyo sea a través de programas de asistencialismo.

6. PREGUNTA.

¿Cuáles son los imaginarios de tiempo en adulto mayor de la comuna 4 de la ciudad de Popayán?

7. CONTEXTO SOCIOCULTURAL

7.1 ASPECTO DEMOGRÁFICO DEL CONTEXTO INTERNACIONAL

Según los estudios demográficos de las naciones unidas en el año 2000 el mundo contaba con 590 millones de personas de 70 o más años de edad y en el año 2025 serán 1100 millones, con un aumento del 224 por 100 en relación con las cifras de 1975. Dicha población habitara tanto en los países desarrollados como en los países en vía de desarrollo.

Entre los logros obtenidos en el siglo XX con los avances de la tecnología y del conocimiento científico, fue aumentar la expectativa de vida de la población lo que trajo como consecuencia una revolución demográfica. Hecho para el cual los diferentes estados no estaban preparados para asumir.

La OMS indica que la proporción de adultos mayores en países subdesarrollados aumenta con mayor rapidez en los países desarrollados y provee que en el año 2020 casi el 70% de este grupo etario se concentrara en estas regiones. El mismo informe indica que habrá un aumento de mujeres de edad avanzada y además sugieren una desproporción en el envejecimiento de la población de las zonas rurales comparada con las urbanas debido a los fenómenos migracionales, la ONU estima que para el año 2025 podrían haber 1100 millones de personas mayores de 60 años en el mundo debido a que en este grupo poblacional a crecido en un 224% desde 1975. Lara 2004-cita algunas estadísticas de la ONU, donde resulta palpable la tendencia hacía el envejecimiento de la población mundial; en ellas se hacen proyecciones hacia el año 2025 acerca del porcentaje de los adultos mayores de diferentes continentes en el total de la población y la tasa de crecimiento.

Tabla 1. Envejecimiento de la población mundial según la ONU para el año 2025

CONTINENTE	% DE ADULTO MAYOR POBLACIÓN	% DE CRECIMIENTO
AMÉRICA DEL NORTE	22.3	7.7
AMÉRICA LATINA	10.8	4.5
EUROPA	24.1	6.7
ASIA ORIENTAL	19.6	11.4
OCEANÍA	17.8	8.5
ÁFRICA	6.6	1.7

Fuente: Organización de las Naciones Unidas. 2009

América latina llegó en el 2001 a 450 millones de habitantes de los cuales entre 45 y 50 millones son adultos mayores cifras que aumentaría entre un 60 o 70 millones.

7.2 ASPECTO DEMOGRÁFICO DEL CONTEXTO NACIONAL

Aspectos estadísticos y demográficos de la vejez en Colombia

¿Cuándo comienza la vejez en los individuos?

Resulta difícil establecer exactamente en qué momento comienza la vejez.

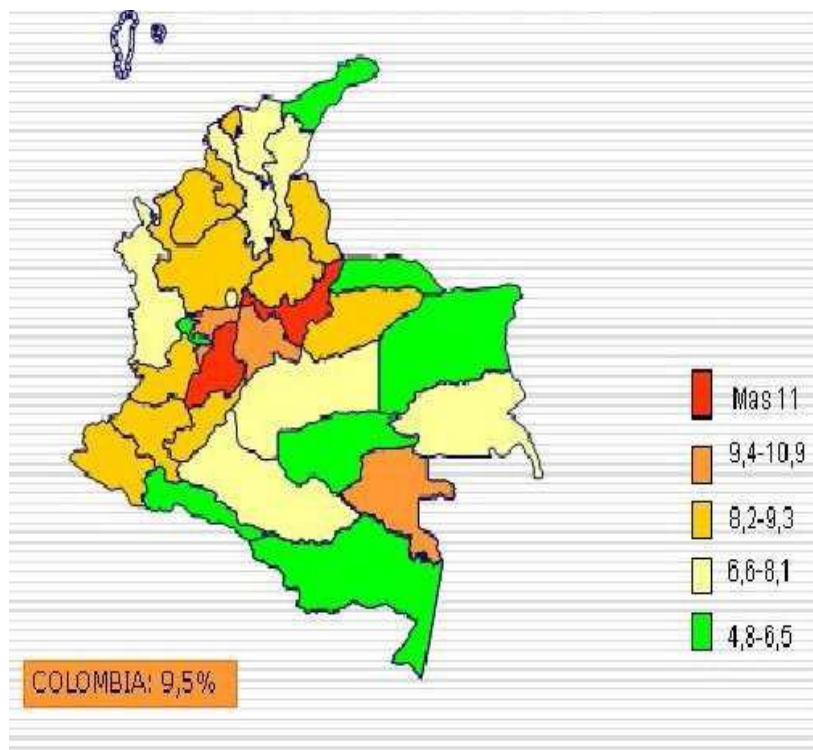
En Colombia Guillermo Marroquín (1980) elaboró la primera clasificación del adulto mayor, con criterios biológicos, sociales y psicológicos, con base en la cual señala:

Que la edad de los abuelos, o tercera edad, se inicia a los 45 años.

Población Adulta Mayor según el Censo General de Población y Vivienda 2005. El aumento progresivo de la población colombiana, especialmente del grupo de los adultos mayores, representa un desafío para las políticas y los recursos en lo concerniente al desarrollo, la calidad de vida, el cumplimiento de los derechos y la inclusión social. En solo un siglo el país pasó de 4'355.470, personas a un total de 41.468.384 habitantes, de los cuales el 6.3% (2'612.508), es mayor de 65 años; el 54.6% pertenece al sexo femenino y el 45.4% de las personas mayores son hombres. El 75% de la población general, vive en las cabeceras municipales, a pesar que en áreas rurales hay mayores tasas de fecundidad, lo que

se traducirá en un incremento natural de la población allí ubicada, pero el efecto es contrarrestado por las altas tasas de migración (DANE, Censos 1905 y 2005). De total de la población adulta mayor el 63.12% se concentra en Boyacá, Tolima, Bogotá, Cundinamarca, Caldas, Antioquia, Valle del Cauca, Quindío, Santander, Adicionalmente, el 28.8% se encuentra en las principales ciudades: Bogotá,

Figura 1. Mapa de porcentaje de población mayor de 60 años



Fuente: Censo 2005. Medellín, Cali y Barranquilla

Población y Desarrollo. Los avances demográficos en Colombia y su etapa de transición demográfica ofrecen claras ventajas para disminuir la pobreza, mejorar las condiciones de vida, aminorar la presión sobre el medio ambiente y apoyar el crecimiento económico. En los últimos diez años el crecimiento relativo en la población en edad de trabajar se ha traducido en una baja en la tasa de dependencia demográfica. Esta etapa de la transición determina un ‘bono demográfico’ que se presenta una sola vez en la historia, el cual es posible aprovechar si se potencian las habilidades y capacidades de la población

joven. Una política exitosa en educación y salud, junto con una política económica y social dirigida a la generación de oportunidades para los y las jóvenes, es indispensable para capitalizar el bono demográfico.

La escasa disponibilidad de información demográfica sistemática, comparable y coherente, se ha convertido en una de las barreras principales para la planeación del desarrollo y la toma de decisiones sectoriales, principalmente en el ámbito municipal y local. Dentro de las líneas estratégicas del Plan Nacional de Desarrollo 2006-2010 se da gran importancia al fortalecimiento de la capacidad para producir y usar información socio demográfica para la planeación del desarrollo, así como para impulsar y hacer sostenible el seguimiento y la evaluación en la toma de decisiones.

Otra consideración poblacional importante se relaciona con el desplazamiento interno, el cual es un problema social y humanitario de grandes implicaciones. La población desplazada es predominantemente joven y femenina (los menores de 18 años y las mujeres constituyen más del 75% y las tasas de jefatura de hogar femenina ascienden al 40%) y se caracteriza por mayores índices de pobreza, desempleo, inseguridad alimentaria, desarticulación social, altos índices de violencias de género y embarazo adolescente. Asimismo, el fenómeno afecta desproporcionadamente a la población indígena y afro colombiana.

En las últimas dos décadas, la emigración de colombianos al exterior se ha incrementado sustancialmente. Hoy se estima que 3.3 millones de colombianos viven fuera del país. A diferencia del pasado, los migrantes de hoy mantienen intensos vínculos con sus comunidades de origen, situación ventajosa para la transferencia de tecnología y conocimientos, y también por el envío de remesas familiares. La emigración también puede tener efectos negativos como la pérdida de capital humano, la desintegración del núcleo familiar y la vulnerabilidad de los emigrantes a violaciones a sus derechos humanos, como tráfico de personas y violencia. El país, a través del Programa Colombia Nos Une, viene adelantando esfuerzos para estudiar el fenómeno, fortalecer la integración de los colombianos en el exterior, desarrollar una política integral migratoria y canalizar las remesas hacia el ahorro y la inversión.

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 separa, desde 673 millones actuales, a los 2.00 millones en el 2050.

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 31,9.

El crecimiento poblacional se ha desacelerado 16.8 por 1000 habitantes. El crecimiento de los mayores de 60 años ha aumentado 32.2 por 1000 habitantes. El grupo de mayor crecimiento aumento en los últimos años 80%, ósea 1.356.000 personas

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

Así mismo en el mundo el desarrollo, la población de 60 años se espera que se doble (de 245 millones en el 2050). Mientras que la población menor de 60 años probablemente declinara (de 971 millones a 839 millones).

En el contexto nacional Colombia ha logrado progresos en la 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 cuatro veces mayor y en el 2050 sobrepasar a los menores de 15 años en cerca de 1000.000 personas.

El porcentaje del adulto mayor en zona rural es de 33.7 % y el 61 % del total vive en la indigencia según el departamento nacional de estadísticas (D.A.N.E.).

Tabla 2. 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%

Fuente: D.A.N.E 2002

Desde hace 20 años la población de 60 años viene aumentando la tasa de crecimiento.

El 19982 el crecimiento poblacional fue de 21,4 por cada 1000 habitantes. En el 2002 la población mayor de 60 fue de 31.9

Tabla 3. 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

Fuente: D.A.N.E 2002

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

7.3 ASPECTO DEMOGRÁFICO REGIONAL Y LOCAL

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.

Tabla 4. Clasificación Para el Cauca Con Proyección Para el 2005

EDAD	HOMBRES	MUJERES
45-49	30.931	33.253
50-54	27.070	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

Fuente: D.A.N.E 1993

El cuadro anterior nos permitió 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 encuentra 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, en 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.

7.4 ASPECTO DEMOGRÁFICO DEL CONTEXTO MUNICIPAL

El municipio de Popayán cuenta con 239087 habitantes de los cuales el 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:

Tabla 5. Población de Popayán Censo de 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

Fuente: Censo de 1993

Municipio de Popayán.

Fundado por: Sebastián de Belalcazar el 13 de enero de 1537

Superficie: 512 KM2

Población: 236.090 Habitantes Aproximado

Altitud Promedio: 173 m.s.n.m

Economía: Agricultura, Ganadería, Comercio

Categoría: Segunda 2”

Temperatura Promedio: 19.8° C

Posición geográfica. La ciudad de Popayán es la capital del departamento del Cauca se localiza latitud norte 2” 27” longitud oeste del meridiano de Greenwich

Pisos Térmicos. Cálido, Medio, Frio.

Limites.

Norte. Municipio de Cajibío y Totoro

Oriente. Municipio de Totoro, Piendamó y departamento del Huila

Sur. Municipios de Sotara y Purace

Occidente. Municipios del Tambo y Timbío.

División política del municipio.

Distribución Política – Administrativa: La distribución de la población urbana del municipio de Popayán se divide en 9 comunas, declaradas mediante acuerdo del 6 de julio de 1989. Las nueve comunas están constituidas aproximadamente por 282 barrios.

Urbano. 9 Comunas

Rural. 23 Corregimientos

Aspecto demográfico.

La población del año 2003 para el municipio de Popayán es de 236.090 habitantes

(Censo DANE) de los cuales:

212.359. Habitantes áreas urbanas (91.1%)

20.741. Habitante área rural (8.9%)

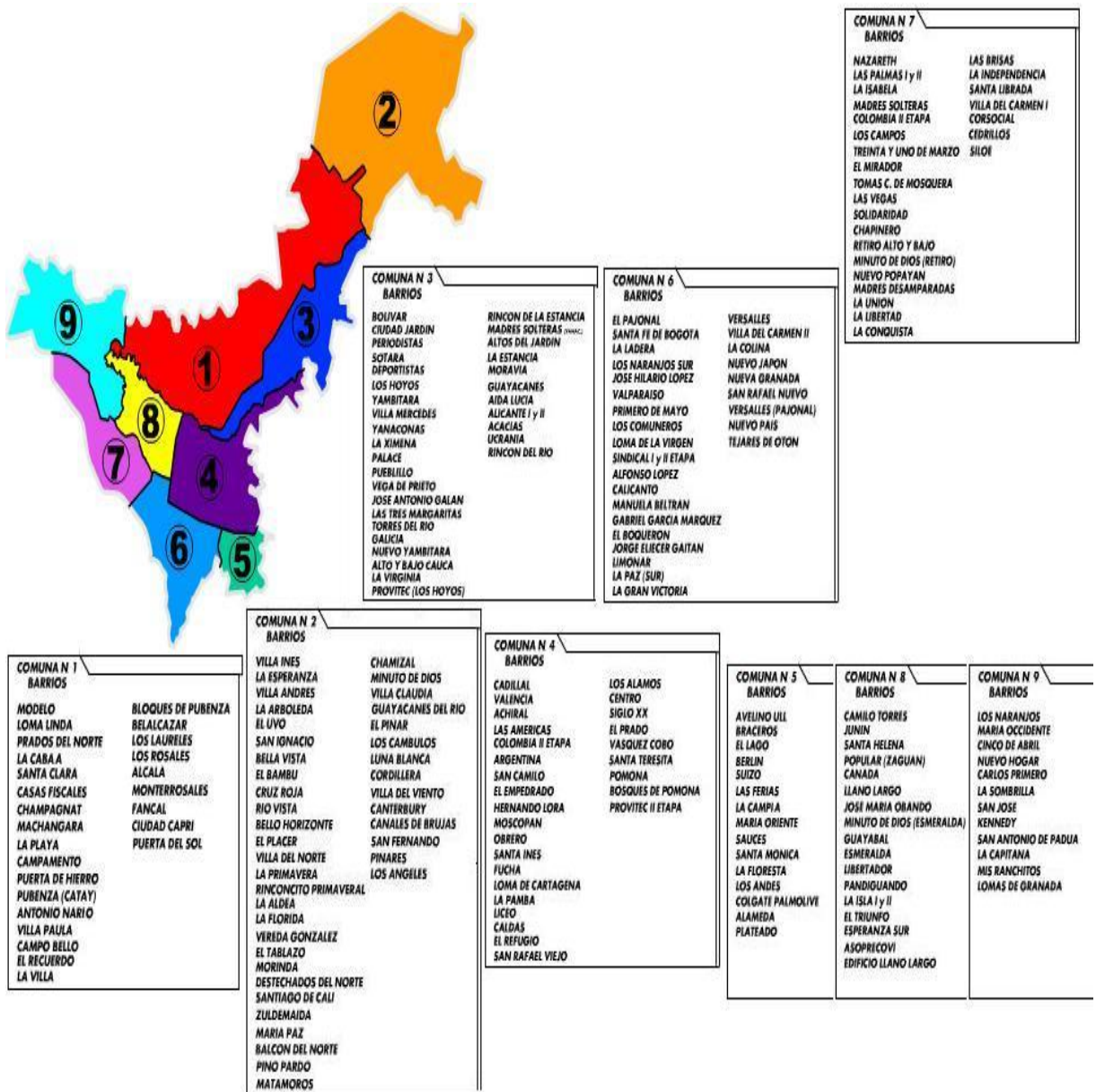
Población por grupos etareos.

Masculino. 119.884 (50.76%)

Femenino. 116.246 (49.24%)

Total. 236. 090 (100%)

Figura 2. Mapa de las comunas de la ciudad de Popayán



Fuente: DANE - Censo 1993

De acuerdo al censo de 1993 en el municipio de Popayán realizado por el DANE el porcentaje de personas con necesidades básicas insatisfechas (NBI) es del 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.

7.5 CONTEXTO A TRABAJAR

El trabajo se oriento hacia la comuna cuatro de la ciudad de Popayán y fue realizado en el segundo periodo del 2009. Esta comuna está conformada por 34 barrios, que poseen estratos que oscilan entre 1, 2,3,4 y 5, en los cuales se trabajo con personas de extractos 1,2,3, de estos barrios se escogió un sitio indicado el cual nos permitió desarrollar el trabajo de campo donde se considero un sitio estratégico, para practicar diferentes actividades deportivas y donde a su vez se realizaron encuentros deportivos que son de tipo social y recreativo.

Durante la investigación la encargada de la comuna 4 fue la fisioterapeuta Adriana Ramos. Llevando a cabo un programa de promoción y prevención. Con actividades pedagógicas donde se involucran los estilos saludables con toda la población decretado por decreto 3039 de 2009 resolución 425 de 2008.

Se trabaja la discapacidad, se trabaja el mejoramiento nutricional de 13 a 17 años y de 18-64 años, esta comprende la población adulto mayor.

Se trabajan todas las 9 comunas que existen en la ciudad de Popayán y 20 corregimiento de los 24 existentes.

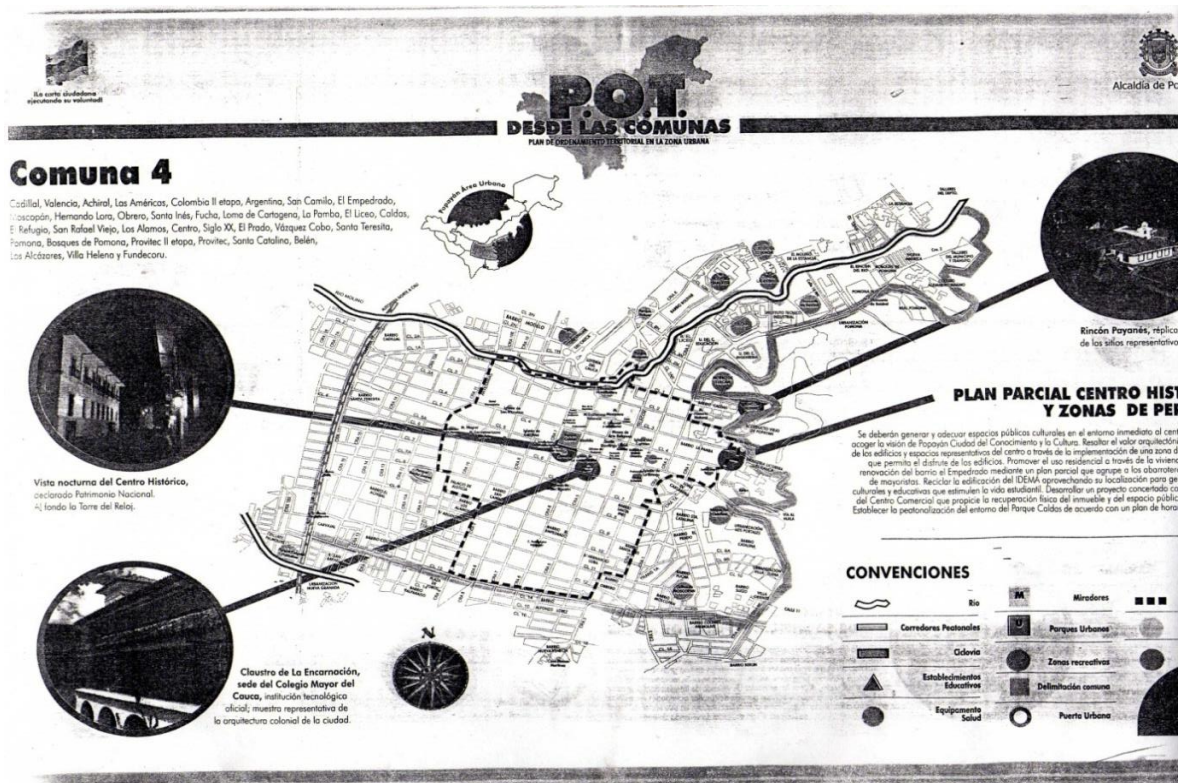
Aquí se trabaja un plan de asistencia alimentaria con unas ayudas técnicas del Consorcio Prosperar donde la alcaldía ayuda con la parte logística.

Hay un plan de trabajo de actividad física y recreación entre 13 y 17 años en 20 instituciones educativas, donde se hace o se realiza en jornadas extracurriculares.

De 18-64 años se realizan actividades de auto cuidado se trabaja la parte de actividad física en adolescentes y adultos mayores, para los jóvenes hay un programa llamado instituciones educativas libres de humo, programa de hipertensión y diabéticos.

En la comuna cuatro durante la investigación la persona que estaba encargada del grupo de adultos mayores como coordinadora fue la Señora: Nancy Arieta; este grupo tiene designado como nombre “atesorando”; llevan dos años trabajando y no reciben ningún tipo de ayuda del gobierno municipal este grupo de adultos mayores está conformado por 25 personas, de las cuales todas son de género femenino, su sede se encuentra en el barrio el empedrado, donde las edades de las integrantes del grupo oscilando entre 55 a 90 años. El lugar de reunión es el Colegio Cristo Rey los horario de reuniones son los días martes de 2 pm a 5 pm. Para realizar actividades recreativas y talleres manuales, danzas y salidas recreativas.

Figura 3. Mapa comuna cinco



Fuente: P.O.T Popayán

Tabla 6. Barrios de la comuna 4 de Popayán

COD	BARRIO	EST	No MAZ	No VIV	No HAB
4.01	EL CADILLAL	3:M-B	28	679	3449
4.02	VALENCIA	3:M-B	2	42	214
		4:M	12	253	1169
4.03	EL ACHIRAL	3:M-B	10	172	873
4.04	LAS AMÉRICAS	4:M	21	389	1797
4.05	COLOMBIA I ETAPA	3:M-B	12	158	802
4.06	ARGENTINA	4:M	4	56	259
4.07	SAN CAMILO	3:M-B	12	539	2738
4.08	EL EMPEDRADO	3:M-B	26	867	4405
		4:M	1	34	158
4.09	HERNANDO LORA	3:M-B	8	132	671
4.10	MOSCOPAN	3:M-B	3	223	1133
4.11	OBRERO	3:M-B	4	60	305
4.12	SANTA INES	4:M	11	261	1206
4.13	FUCHA	3:M-B	9	130	661
4.14	LOMA DE CARTAGENA	4:M	6	43	199
		5:M-A	2	15	65
4.15	LA PAMBA	3:M-B	1	26	133
		4:M	6	156	721
4.16	EL LICEO	4:M	5	78	360

4.17	CALDAS	4:M	12	81	374
4.18	EL REFUGIO	4:M	2	44	203
4.19	MANUEL JOSÉ MOSQUERA	3:M-B	2	95	484
4.20	LOS ÁLAMOS	4:M	2	19	87
4.21	CENTRO	4:M	47	855	3760
4.22	SIGLO XX	3:M-B	6	52	4008
		4:M	1	9	41
4.23	EL PRADO	4:M	5	48	222
4.24	VÁSQUEZ COBO	4:M	6	157	725
		5:M-A	1	26	112
4.25	SANTA TERESITA	3:M-B	10	176	895
4.26	POMONA	5:M-A	9	94	406
4.27	BOSQUES DE POMONA	4:M	4	71	328
4.28	PROVITEC(PORTALES DEL RIO)	4:M	6	98	453
4.29	SANTA CATALINA	3:M-B	8	57	291
4.30	BELÉN	2:B	1	14	72
4.31	VILLA HELENA	2:B	10	95	492
4.32	FUNDECORU	2:B	2	29	130
4.33	PROVITEC(CENTRO)	4:M	1	15	69
4.34	VIVIARTES	4:M	26	103	0

Fuente: plan de ordenamiento territorial.

8. TIPO, ENFOQUE Y DISEÑO METODOLÓGICO DE INVESTIGACIÓN

8.1 TIPO DE ESTUDIO

Tipo cualitativo. Nuestra investigación abordó al sujeto “adulto mayor” desde una mirada, que tiende a comprender la realidad social como fruto de un proceso histórico de construcción, visto a partir de las múltiples lógicas presentes en los diversos y heterogéneos actores sociales, que marcan al adulto mayor y lo inscriben en una serie de roles que lo predisponen a actuar de diversas maneras o interiorizar hábitos y costumbres que harán parte de su vida cotidiana y lo enmarcarán en un estilo de vida dado por la sociedad, por tanto nuestra investigación tuvo en cuenta todos los aspectos particulares de cada individuo, rescatando la interioridad (visiones, percepciones, valores, ideas, sentimientos), de los protagonistas “adulto mayor”, abordando las realidades subjetivas e intersubjetivas, buscando entender desde la interioridad de los actores sociales las lógicas que guían el pensamiento y rigen las acciones sociales de cada sujeto, estudiando la dimensión interna y subjetiva de la realidad de cada individuo pretendimos dar prioridad a lo vivencial y a la interacción entre los sujetos de investigación para así poder comprender las lógicas que marcaron sus acciones sociales, permitiéndonos así darle valor a lo cotidiano de cada individuo, formando así un espacio de comprensión de la realidad, desarrollando un contacto directo y permanente con los actores “adulto mayor” y escenarios que fueron investigados, comprendiendo desde su realidad los diferentes imaginarios, que crea cada individuo, se observaron los escenarios y las personas desde una perspectiva holística intentando comprender a los adultos mayores, dentro del marco de referencia de ellos mismos; “ponerse en los zapatos del otro” entonces no buscamos la verdad o la moralidad, si no la comprensión detallada de las múltiples y diversas lógicas y perspectivas de los actores sociales para poder llegar así a una formulación teórica como resultado de nuestra investigación.

8.1.1 Enfoque complementariedad etnográfica

Se utilizo el enfoque de complementariedad etnográfica ya que no queríamos resumir a una persona en fracciones si no conocer su pensamiento, y acercarnos un poco hacia el adulto mayor, utilizamos en esta metodología los elementos como son la complejización, comunicación, donde se observo la realidad que están viviendo y se considerara que la realidad debe ser complementada desde múltiples miradas.

Se fundamenta en las teorías de la complejizacion de las ciencias: propuestas por Edgar Morín y Kern (199,189), según las cuales una ciencia se desarrolla cuando se analiza desde las relaciones internas y externas, o sea, en función de sus posibilidades de relación con el todo y sus partes. Los autores consideran que una ciencia se estanca, cuando se simplifica, es decir, cuando se reduce al fraccionamiento de cada una de sus partes y se desconoce la relación con el todo y sus partes.

Se apoya en el principio sistémico ecológico: como una posibilidad de comprensión de un texto cultural y la consideración de las relaciones que se dan permanentemente en dicho texto: "nuestra mente no sigue solo una vía causal, lineal, unidireccional; sino también, y a veces sobre todo , un enfoque modular, estructural, dialectico, gestáltico, donde todo afecta e interactúa con todo, dónde cada elemento no solo se define por lo que eso representa en sí mismo, si no y especialmente, por su red de relaciones con todos los demás".

Se apoya en la teoría de la acción comunicativa de Habermas: según la cual, todo acto de habla implica una acción de comunicarse, y esa comunicación se desarrolla mediante las señales o emisiones emitidas en un contexto de intencionalidad que desencadena una acción, base para coordinar acciones entre varios participantes del proceso comunicativo, lo anterior implica que para comprender la comunicación es necesario reconocer la intencionalidad de los actos de habla.

Si este acto se realiza en el referente del contexto sociocultural donde tuvo origen y desde el proceso global que implica comunicarse, se puede realizar una aproximación a la veracidad y validez de la información recolectada. Pues es en el marco de los procesos comunicacionales que el sujeto expresa ese cumulo de acciones e interacciones que determinan su percepción del mundo y de su realidad.

Considera que la realidad debe ser complementada con las múltiples miradas: lo que constituye la necesidad de entender que la percepción se da en relación a los sujetos; por tanto, sería incompleto un estudio que no tuviese en cuenta diferentes miradas sobre el mismo fenómeno. Mockus (1994) siguiendo a Habermas, considera que es necesario realizar la “comprensión de los textos culturales desde el análisis e interpretación de los contratos de habla”, los cuales se pueden comprender desde los diferentes ángulos del análisis.

8.1.2 Diseño de la investigación

Desde el diseño del enfoque de complementariedad etnográfica se pueden desarrollar tres momentos, de los cuales este proceso investigativo solo realizó el primer momento, sin embargo, para la comprensión se explicarán a continuación los tres.

8.1.3 Primer momento

Pre configuración de de la realidad (En busca de una estructura de validación) Qué es? Proceso de investigación explicativo, fue una investigación desde la perspectiva de la complementariedad, dando como resultado la configuración gradual que generó una primera estructura de la realidad que se logró a través de un acercamiento con el fenómeno de estudio, en la realidad el propósito fundamental del primer momento, fue lograr la esencia de la estructura representada en una posible dimensión temática.

A través de la pre configuración de la realidad hicimos una búsqueda desde lo general a lo particular. Este primer contacto se desarrolló utilizando cualquier tipo de observación sobre el mismo contexto. La perspectiva inductiva se asume desde el primer acercamiento al escenario de estudio por parte de los investigadores.

El objetivo de la primera fase de la investigación fue convertir los problemas preliminares en un cuerpo de cuestiones a partir de las cuales, se pueden extraer respuestas teóricas.

Desde la perspectiva inductiva se pretendió una aproximación a la práctica socio cultural del fenómeno de estudio, permitiéndonos realizar así una referencia al primer

contacto, esta es la fase más difícil del proceso de investigación, y pudo abarcar gran parte del tiempo de investigación.

La guía de pre configuración dependió del fenómeno que se quiso comprender y las características del mismo, para lograr una buena aproximación a la realidad, fue pertinente observar el fenómeno desde diferentes ángulos y perspectivas.

Asumimos una perspectiva deductiva donde el estudio se apoyara en la complementariedad etnográfica, relacionando así la teoría y la práctica cultural para comprender mejor la realidad.

Asumimos la teoría como un elemento complementario de investigación etnográfica, permitiéndonos así llegar a una pre estructura sociocultural, a partir de la relación entre la teoría formal y la teoría sustantiva lo que nos permitió configurar una pre estructura que representa la realidad cultural.

La tarea principal de la investigación consistió en descubrir las reacciones esenciales que vinculan los elementos de la estructura que se analiza.

Este primer momento de la investigación fue una primera aproximación a esa estructura conformada por categorías que están amarradas o hiladas entre sí, y que componen la red de relaciones intangibles propias de las múltiples interacciones culturales. La dimensión temática fue nuestra primera aproximación a la realidad: por tanto; puede cambiar en el proceso de acercamiento más profundo con los datos.

8.1.4 Segundo momento

Configuración de la realidad

¿Qué es la Configuración?

El configurar una realidad implica armar el entramado de relaciones de cada elemento que la conforman, todo esto se logra a partir de las pre-categorías encontradas en la pre estructura, a través de un proceso de búsqueda minuciosa sobre cada una de estas.

¿Cómo se Configura?

La configuración inicia con la pre estructura sociocultural encontrada, puesto que a partir de ella se pueden hacer reflexiones mas focalizadas, entorno al cómo realizar el trabajo de campo a profundidad.

Por lo anterior, la propuesta asume que la configuración se hace a partir de la reflexión sobre una segunda guía o plan de configuración, a través de la cual se podrá canalizar el proceso de búsqueda y comprensión profunda del fenómeno sociocultural.

Refiriéndose a la importancia de una anticipación metodológica se asume el mapeo como una posibilidad de cartografía social, que servirá para pensar previamente algunas acciones a desarrollar, tomando en cuenta las características de la cultura a estudiar. El muestreo a grupos de personas, lugares, tiempos y momentos debe hacerse de manera progresiva anticipando un poco los métodos y medios de recolección.

Para elegir el escenario sociocultural o la micro cultura a estudiar, es necesario considerar que la sociedad y la cultura no son un objeto cristalizado y estático, sino un proceso de acciones, relaciones, sentidos y valores en un marco intersubjetivo que cambia permanentemente.

Cuando se habla de los métodos de recolección se refiere a los medios que se vale el investigador para poder acceder en forma sistemática al conocimiento comprensivo del fenómeno cultural, es poder utilizar las técnicas y los instrumentos en la recolección de la información durante el inicio del trabajo de campo (pre configuración) y posteriormente ir profundizando en la configuración de la realidad.

Uno de los métodos de recolección de datos fue la observación participante la cual ha sido considerada como el método por excelencia de la investigación etnográfica, la observación no debe distorsionar la realidad del fenómeno que se estudia. Para ello se recomienda varios registros del mismo fenómeno, lo cual es posible con la ayuda de diferentes instrumentos como el diario de campo, grabaciones, fotografías, videos o audios que recojan las percepciones del observador.

Otro de los métodos de recolección de datos es la entrevista en profundidad la cual no se restringe a una manera de preguntar, ni decide de antemano las cuestiones de indagar. Este tipo de entrevistas se inicia generalmente con una lista de temas amplios a tratar; por consiguiente los momentos de su aplicación no son limitados a un cuestionario. Estos van surgiendo desde el discurso del entrevistado.

8.1.5 Tercer momento

Reconfiguración de la realidad.

Este momento debe de ser un momento de confrontación, logrando desde la realidad empírica contrastada con la realidad conceptual, este proceso de reconfiguración intentara ir más allá de una posible esencia estructural y propone someterla al análisis en confrontación histórico conceptual.

La reconfiguración no es un momento independiente del momento anterior (configuración) el paso de la configuración a la reconfiguración es paralelo, en tanto una vez se van descubriendo los elementos de la estructura y sus relaciones de significados, estos se deben ir relacionando con la teoría formal para redimensionarlos o ampliar su marco de comprensión.

De esta manera para la realización de este proyecto solo tuvimos en cuenta el primer momento o pre-configuración de la realidad, que hace parte de tres momentos dentro del diseño de investigación, donde se realiza un proceso de estructuración de los hallazgos encontrado, lo cual nos permitió desde nuestra mirada, realizar una pre-estructura socio cultural de la realidad perteneciente a la comuna 4 de la ciudad de Popayán y con los datos encontrados pasar a organizar la información y así conformar las categorías selectivas y núcleo. Los resultados que se obtuvieron en el proceso investigativo se podrán corroborar o modificar según la investigación de los siguientes momentos.

9. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

En primera instancia lo que nos condujo a realizar la investigación en este lugar fue la variedad de personas de diferentes barrios que conforman la comuna cuatro. Otro de los aspectos fue la flexibilidad de los horarios, ya que nos coincidía con nuestro horario académico, otro punto fue la buena aceptación que tuvimos con los integrantes del grupo, además del fácil acceso al lugar del encuentro.

Se utilizaron las siguientes técnicas:

- Observación pasiva y la observación participante

Se puede afirmar que la observación es uno de los métodos más utilizados por la investigación cualitativa. Inicialmente se hizo una observación pasiva donde no se tuvo contacto directo con los adultos mayores; esto consiste en que el investigador busca un punto estratégico para captar información sin que el observado sea perturbado en las actividades que se están realizando en el grupo.

Después realizamos la observación participante que 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.

Como instrumento se utilizó:

- El diario de campo.

Un diario de campo es un cuaderno utilizado para investigar la sociedad de acuerdo al contexto en el que se encuentra. Para su utilización se deben seguir pasos exactos, tales como:

- Realizar una observación general.
- Escribir el día y la hora del momento de la observación.
- Escribir todo lo que observa (acciones, olores, sonidos, clima, etc.).
- Describir las impresiones que estos elementos le causa.
- Describir las conclusiones a las que puede llegar a partir de estas impresiones.

- Diferenciar entre los elementos específicos de estudio y los elementos generales.
- Describir las conclusiones a las que se puede llegar a partir de las mismas.

Familiarización.

Se puede decir que fue el proceso mediante el que se logró la habituación o conocimiento cotidiano de un proceso, con el adulto mayor. En el proceso investigativo se realizó una familiarización con esta población (adulto mayor) con el propósito de llevar a cabo nuestra investigación. Esta familiarización se logró hacer por medio del diálogo, donde se les pidió permiso formal para llegar a su sitio de encuentro y así integrarnos, con el objetivo de generar más confianza para lograr que ellos nos permitieran participar de las actividades. Por otra parte, familiarización se puede considerar como una aplicación eficiente de una nueva rutina o actividad que se ha aprendido o se está aprendiendo. En este sentido se logró que los adultos mayores se familiarizaran con las rutinas de ejercicio que se les brindó y con las actividades que se han realizado, de manera que la familiarización fue un paso hacia una buena motivación. Por esta razón fue un elemento valioso dentro del proceso de la investigación.

Procedimiento.

Para continuar con el proyecto se necesitó entablar procesos de familiarización, que consistieron en la presentación de nuestro grupo investigador ante la población (adulto mayor) de la comuna cuatro que se reúne en el colegio Cristo rey.

- Permiso institucional: se habló con el grupo, el cual otorgó un permiso, para poder realizar el proceso investigativo.
- Acercamiento y familiarización, las cuales se realizaron durante las actividades dirigidas por el monitor.
- Observaciones pasivas: se realizaron al inicio de la investigación, en donde no se tuvo un contacto directo con los adultos mayores.

- 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 diarios de campo. Este trato de ser lo más subjetivo posible de acuerdo a las observaciones.

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 él. Asimismo la información obtenida se utilizo con fines de estudio, manteniendo la confidencialidad. 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.

Cómo se decodificó. Para presentar el análisis de las categorías encontradas se hace necesario aclarar cómo se codificó los relatos que comprenden los diarios de campo:

Esquemas

Diarios de campo: (D C No/JPW/R No).

D C No = diario de campo Número.

JPW = iniciales de los nombres de los investigadores.

RN^o= relato, número

9.1 TRANSITANDO POR LOS HALLAZGOS

A manera de ejercicio y para mayor ilustración del proceso investigativo, se presenta a continuación el tránsito por las categorías abiertas, axiales, selectivas y núcleo para así encontrar finalmente la pre-estructura sociocultural.

9.2 CATEGORÍAS ABIERTAS

Estas categorías Abiertas primero se realizaron de manera neutra, surgieron de las primeras observaciones realizadas en el grupo de adulto mayor Atesorando. Se rotuló la información mediante la codificación línea a línea de los diarios de campo, posteriormente se enmarcan según indicadores y luego se agrupan en categorías según sus afinidades teniendo en cuenta la teoría formal, donde se encuentra lo siguiente:

Gratitud

Expresar agrado hacia las personas

En esta sesión lo que pude observar fue el agradecimiento por parte de cada uno de los adultos mayores del grupo atesorando para las personas que de una manera u otra intentamos ayudarlas a través de nuestras actividades lo que me permite ver que los adultos mayores se encariñan mucho con las personas que le brindan algo nuevo que aprender y valoran esto. DC3WR1.

Observe el gran agrado y aprecio que tienen los adultos mayores para con cada uno de las personas que de una manera u otra les ayuda a sentirse útiles a esta sociedad, también el agradecimiento por los conocimientos impartidos para realizar de mejor forma la actividad física para así conservarse sanos por mucho más tiempo. DC10WR1.

Ella nos agradeció por el tiempo compartido, porque ya no nos volvíamos a ver hasta el año nuevo. DC7PR5.

Cualquiera que fuese la actividad que nosotros programáramos en beneficio de su salud o mejoramiento de su bienestar ellas nos expresaban su agradecimiento. DC4PR5.

Afecto

Creador de valores y sentimientos.

Los adultos mayores expresan mucho cariño, ternura me sentí como si estuviera con mi abuela, que ya no vive. Al despedirse algunas le brindan un abrazo. DC6JR1.

Compartir

Momentos para ofrecer lo mejor.

Cuando empezamos a subir las grada hacia belén una de las abuelas saco del bolso naranjas y empezó a compartirlas de uno para cada uno, pero como hizo falta una, una de los adultos mayores compartió la suya, DC5JR2

Así llegamos al pueblito patojo, otra abuela saco su bolso unos chocolates y nos compartió a todos, otra abuela en un pequeño termo llevo jugo saco dos copitas plasticas y empezó a repartir un trago de jugo realizando tres vueltas de repartición. DC5JR5.

En medio de la caminata algunas de ellas sacaron algunas cosas para comer y las repartieron con todo el grupo. DC5PR4

Cada persona, cada grupo tiene su modo o su forma de diversión que hace que se sientan bien realizando determinadas actividades, compartiendo cada una de las experiencias vividas que dentro del grupo se comparten. DC2PR5.

Disfrute

Generador de espacios para integrarse y compartir

Todos los adultos mayores de esta manera se integren y compartan a través de disfrutar y gozarse las actividades que están realizándose. DC2WR6

El numero de pasos que daba con los pies, lo que creo un espacio de diversión y alegría al tratar de cada grupo adivinar el numero; DC4WR3.

Aprovechar al máximo su tiempo en actividades que les produzcan goce y placer, puesto que ellos saben que la vida es muy corta y hay que aprovecharla al máximo en cada etapa de la vida. DC4WR1.

Pude darme cuenta que las actividades que se salen de la rutina les encantan y las disfrutan mucho DC5WR2.

Estaban muy contentas y decían sigamos y proponían que les enseñáramos a dar vueltas lo cual hicimos y pudimos integrarnos mucho mas con el grupo y fortalecer nuestros lazos de amistad frente a este. DC7WR2.

Con el simple hecho de llamarlas señoritas pude notar la diferencia de actitud que tomaban hacia la vida no se sentían para nada viejas, si no como niñas que tenían muchas ganas de aprender á bailar y divertirse mediante esta actividad que según la sociedad ya para el adulto mayor es algo muy raro que realice. DC7WR1.

Esta sesión tuvo mucho significado porque pude darme cuenta que a través de la metodología utilizada por la profesora donde ellas proponían las actividades se dividieron mucho y se sintieron mas dueñas de su espacio donde nadie les impondría las cosas a realizar sino que ellas realizarían, les gustaba jugar como niñas lo que les dio independencia dentro de lo que querían hacer.DC8WR1.

El cambio de rutina, el goce, la diversión, por medio de actividades diferentes a las de su entorno, cambia las perspectivas de la vida, generando en el grupo de adultos mayores, nuevos pensamientos y mejorando su autoestima” DC3PR6.

Escuchaba también que decían que era agradable y afortunada que hubiera personas de instituciones que fueran a prestarles servicios y colaborarles en distintas actividades. Y más aun que se divertían mucho, y todo lo que gozan en el grupo no lo hacen en sus hogares. DC1JR2.

Cada adulto mayor gozaban de las actividades, haciéndome pensar como si estuviera realizando juegos para niños, por su poca capacidad motriz disfrutaban y trataban de realizar cada paso de cada juego logrando de dar lo que más podían y todo porque se querían divertir un rato ya que en sus hogares es distinto, DC1JR1.

El baile lo realizan como si fuera un grupo escolar, prestaban colaboración para dejarse guiar sin tener en cuenta quien lo hiciera, todos sus movimientos son acordes y no hay ningún impedimento de la edad para disfrutar porque al parecer el ritmo de la música les gusta, sus rostros lo reflejan aun más que en otras actividades realizadas. DC2JR3.

El tiempo dedicado para el adulto mayor no logre compartir un momento con alguna, ya que todas estaban concentradas, unas observando el baile y las otras participando de ello, pero en realidad todas gozaban. DC2JR1.

En su momento los adultos mayores, reían, hablaban entre ellas y como siempre le encontraban el sentido alegre con un pensamiento hacia la intimidad por la actividad realizada. DC3JR2.

En esta observación me sentí a gusto ya que fue una oportunidad para salir con estas personas que lo contagian de ganas para realizar salida como al campo, y más en grupos grades y personas de distintas edades y géneros, observando que el momento lo disfrutaron sin acordarse de nada de lo cotidiano. DC5JR1.

Entre avienes, volteretas y coqueteos ellas expresaban compromiso con la actividad que les hacía sentir el disfrute que cada una de ellas al realizar todo una gama de movimientos y expresiones corporales, estos se repetían con regularidad para poder coordinar de manera puntual todo una serie de movimientos que en conjunto formaban la danza. DC2PR2.

Y hablan de distintos temas y en especial del lo bueno que lo pasaron bailando. DC3JR4.

Compañerismo

Generador de vínculos afectivos

Entre los adultos mayores existe un vínculo afectivo muy grande, se ve reflejado dentro de las actividades el apoyo que se brindan mutuamente y que refleja los grandes lazos de amistad que hay en el grupo. DC1WR1.

Lo que se presto para momentos de compañerismo y apoyo mutuo en el grupo al tener paciencia y esperar que las personas que seles dificultaba un poco el aprenderse los pasos, se demuestra los lazos de amistad que existe dentro del grupo. DC2WR3.

En esta sesión pude observar el agrado y confianza que ofrecen los adultos mayores a las personas que van a compartir con ellos cualquier clase de actividad, puesto que ellas siempre están dispuestas a realizar todas las actividades que se les presentan, esto permite formar lazos muy fuertes con las personas que van a compartir al grupo, para así hacerlos sentir una parte más de este y permitir realizar de esta manera el trabajo que se disponga dentro del grupo de la mejor forma posible. DC2WR1.

En esta sesión pude notar que dentro del grupo hay unos lazos de amistad y hermandad muy fuerte donde cada uno se apoya y conoce el dolor que la otra persona está sintiendo y a su manera pretende ayudarlo sin incomodarlo o hacerle pasar momentos

desagradables a ninguno de los integrantes del grupo, puesto que todos son como hermanas. DC4WR1.

Esta sesión fue muy significativa, pude darme cuenta que el adulto mayor es una persona que aprecia y estima mucho a los demás. A través de los años aprendí a valorar cada persona por lo bueno y lo malo a reconocer que no hay nadie perfecto y que por lo tanto hay que apreciar a las personas como son y valorarlas, de una manera u otra lo hace más humano en esta etapa de la vida que en cualquier otra. DC4WR1.

En esta sesión pude notar que el grupo atesorando es un grupo muy unido y siempre están pensando en el integrante que no llegó que le sucedió, por lo tanto dejan entrever los lazos de hermandad que manejan, también el compañerismo fue algo muy notorio al sentirse fuera de su entorno, los adultos mayores tienden a protegerse mucho más unos a otro y a compartir lo que tienen con los demás, dejando ver que son personas muy sensibles y serviciales con todas las personas que los rodean. DC5WR1.

Entre los adultos mayores existe un vínculo afectivo muy grande que se ve reflejado dentro de las actividades y al permitirles a ellas proponer las actividades se nota mucho más ese compañerismo, entusiasmo, ánimo de realizar la actividad de la mejor forma posible para que así a la compañera que proponía la actividad le saliera de la mejor forma posible. DC8WR1.

Decidimos esperar un rato más, mientras llegaba el resto de personas para salir a la caminata. DC5PR2.

Asistencialismo

Forma de asistir al adulto mayor

Después de estas actividades el grupo de adultos mayores atesorando siempre llevan un refrigerio para tomar después de las actividades. DC1WR3.

Terminada esta actividad pasamos a recibir el refrigerio. DC4WR6.

Seguidamente pasamos a recibir el refrigerio. DC4WR6

Posteriormente se dio el refrigerio. DC10WR3

Terminado el baile todas pasaron a sentarse mientras las encargadas del refrigerio de ese día empezaron a repartirlo a una por una. En pequeños grupos degustaban su merienda. DC3JR4.

Toma de frecuencia cardiaca y respiratoria. DCPR.

Cuando les comenzamos a tomar estos índices la directora del grupo nos dice que era mejor tomarla después de las otras actividades que era mejor comenzar con el ejercicio pero Ángela le dijo que no porque la toma de estos índices era en reposo. DC10PR1.

Luego se da el refrigerio para unos minutos más tarde seguir con las actividades. DC2PR4.

Terminadas estas actividades se pasa a repartir el refrigerio de cada martes que les corresponde. DC1PR5.

Motivación.

Realización de determinadas acciones con el fin de conocer.

Al final de las actividades demostraron la satisfacción con la que quedaron en sus rostros, demostrando la gana y el semblante de un nuevo encuentro para compartir con cada uno de nosotros como observadores. DC1JR1.

En estas actividades realizadas, me sorprendió que todas proponían lo del baile deportivo y antes de empezar alguna actividad manual y al llegar ellas estaban ya de pie y listas para empezar, también era como un motor la actividad para ellas, no les importaba las dolencias físicas solo les interesaba gozársela al ritmo de la música y mas como decían algunas, con estas parejas que nos han enviado. Entre alegrías y entusiasmo por empezar. DC3JR1.

En cuanto al grupo, no les interesaba que el salón fuera un poco pequeño para las 25 personas y con obstáculos a sus alrededores para realizar la actividad ya que el lugar es un espacio que les ha brindado la institución Cristo rey para sus reuniones y es algo distinto de sus hogares y es la parte central para la gran mayoría de adultas mayores. DC3JR1.

Todas reina, hablaban y de lo bien que iban acompañadas por nosotros los observadores al punto de sentirse alagadas por tan buena compañía, en medio se chanzas. DC5JR3.

Se noto que el medio ambiente en cuanto a las salidas ecológicas es lo que más les agrada, ellas encuentran grades alternativas de vida como un rico y aroma del ambiente y lo miran saludable lejos de los diversos tipos de contaminación. DC5JR1.

El grupo estaba tan interesado en la actividad que no miraban ni tenían en cuenta el tiempo de salida ni donde se encontraban. Algunas adultas se motivan mas a trabajar las manualidades, como eran los últimos días se mostraron más interesadas por aprender ya que creían algunas que no volveríamos a vernos. DC6JR1.

Este día todas están entusiasmadas a continuar realizando el farol, iniciaron con el baile deportivo aunque fue de muy corto tiempo esta actividad para que nos alcanzara el día, era el ultimo día que nos reuníamos por ser el mes de diciembre, salían a vacaciones, después del baile aun conservaban fuerzas para continuar pues nada las agotaba, solo reflejaba el entusiasmo por continuar. DC7JR1.

En esta ocasión no compartí con ninguna, solo me dedique ayudar a él armado del farol, todas estaban muy interesadas y entretenidas mirando los distintos motivos y maneras de trabajar en esta manualidad. DC7JR1.

Me sentí muy contento de realizar eta actividad porque demostré y me demostraron que si se interesan aun por seguir aprendiendo de los demás y nunca es tarde para hacerlo y recibir nuevas cosas. Decían algunas. DC7JR1.

En cuanto al observado me di cuenta que este espacio fue muy placentero para ellas por que mencionaban que iban a tratar de armar más faroles para sus familiares y en especial para nietos para que aprendieran. DC7JR1.

Me pareció muy impactante por que el adulto mayor está muy pendiente de nuestro trabajo para a si de esta manera participar de las actividades más augusto. DC1WR2.

Y todo lo que realizan lo hacen con mucho empeño y dedicación que me parece muy relevante, DC1WR1.

En este día salude como siempre con mucho entusiasmo, cariño, alegría, como cada uno de los adultos mayores se merece y les agrada y siento que al saludarlos ellos demuestran rostros alegres y les gusta porque se sienten reconocidos y esperados por alguien que tiene algo preparado para ofrecerles. DC2WR1.

Lo que permite que dentro del grupo haya un muy buen ambiente de trabajo, y las actividades que realizan las hacen con mucho empeño y entusiasmo. DC1WR2.

Al hacerlo con mucho interés y entusiasmo, para así poder aprenderse correctamente los pasos de la coreografía, DC2WR4.

Entusiasmo al realizar cada actividad que se propone. DC2WR2.

Donde los adultos mayores expresaron a pablo la alegría de poder trabajar con él, el entusiasmo y la preparación que había puesto al baile donde les brindó un espacio de esparcimiento y diversión, a través de los diferentes ritmos que pudieron bailar, lo que menos importo fue la coordinación del baile sino las ganas y entusiasmo que cada adulto mayor coloco en esta actividad, DC3WR7.

El ánimo del grupo fue dinámico, alegre y dispuesto a realizar el baile. DC9PR3.

Animando con silbos, gritos y vueltas que acrecentaban cada vez más los ánimos de cada una de ellas (bromeando decían, así es que se tienen que mover en la casa) DC3PR2.

El baile para ellas es el medio por el cual se liberan de mucha tensión acumulada por la cotidianidad de la casa en la que están todo el día, DC1PR3.

Cuando llegamos al grupo después de saludar un gran número de ellas pedían que primero que todo se realizara el baile deportivo para después hacer la actividad manual, DC7PR1.

Participación.

Creador de experiencias renovadoras en adulto mayor.

En el momento de las actividades tuve cortas conversaciones con la coordinadora del grupo, donde me decía la manera y quienes eran las personas que más participaban por su capacidad física amablemente y que les gustaba más. DC1JR1.

Goce mucho con las adultas mayores en el baile deportivo en ese momento me interesaba solo la actividad sin dar cabida a otro tipo de pensamientos o cosas por hacer, no pasaba nada por mi mente. En cuanto a la observación que realice en este día fue que el entusiasmo y la buena colaboración de parte del grupo, transmiten una energía positiva que sentía las ganas de participar, dejando a un lado mi observación y entregándome a compartir todo el espacio con ellas. DC3JR2.

Aunque me sorprendió mucho la capacidad expresión de los movimientos y las actividades realizadas, queriendo decir que cuando uno hace algo manifiesta si se siente bien o no por medio de gestos. Y todo el interés y la alegría por desaforar la trampa del juego. DC4JR1

Este día de observación, me sentí contento porque tuve la experiencia de jugar nuevamente con los adultos mayores, donde me dieron el lugar para brindarles momentos de alegría y como resultado la colaboración y participación de cada uno de ellos demostrando el interés por participar. A la vez la observación fue muy discreta sin olvidar que el dirigente de la actividad era yo. DC4JR1.

En el transcurso de la camita, lo que observe, me sorprendido fueron las ganas y energías que tenias para esa salida en especial en la mas adulta se miraba como un niño con muchas ganas y gozando de la salida, quien fue al final la que su bebida la repartió al resto del grupo. Demostraban que no tenían ningún impedimento para hacerlo. DC5JR1.

Me sorprendió la colaboración que había y demostraron la importancia de ellas y el compañerismo y la participación, porque todas siguen interesadas en aprender todo tipo de actividades que podemos ofrecerles. Me sorprendió también la facilidad con la que ellas manejan las manualidades, ya que es algo que es muy marcado en ellas porque son actividades que se cultivaron en la educación pasada. DC6JR1.

El grupo sigue interesado en seguir participando de las reuniones los días martes ya que siempre están programando las actividades a realizar, demuestran gran interés por el grupo y que siga creciendo con la participación de más personas. DC8JR1.

Teniendo una razón de porque nosotros estábamos ahí y así participar de una manera más dinámica, colaborándonos así para realizar mejor nuestro proceso de observación. DC1WR3.

La señora Gladis es una persona muy dinámica y dedicada en su actividad, permitiendo que el grupo trabaje muy bien con ella al participar. DC2WR5.

Me inspiro mucha confianza en el grupo y le permitió a pablo poder trabajar de la mejor forma posible al integrar a todos en la actividad, DC3WR2.

Por lo que se disponen de la mejor forma posible para que la actividad que se está realizando se desarrolle de la mejor forma. DC3WR2

Donde pude notar el interés y empeño de los adultos mayores en cada actividad que realizan, DC4WR4.

En esta actividad el grupo se divide en dos, unas al baile y las otras se quedan con el tejido, en la danza se hace recocha con la forma como algunas bailan. DC9PR5.

Las personas que entran en la etapa de adulto mayor tienen el dinamismo las ganas, animo de participar en grupos sociales y cambiar la rutina en la que algunas se encuentran. DC1PR8

Aunque algunas de ellas no participan, no por que no quieran si no porque no pueden realizar ese tipo de ejercicios debido a unas molestias físicas. El resto de ellas se divierte y toma a chanza que en el grupo no hayan hombres y les toque bailar entre ella. DC1PR2.

Después de unos minutos retoman el ensayo que está dirigido por una de ellas, la que se encarga de animar y hacer la coreografía así durante determinado tiempo. DC2PR5.

Observo que los adultos mayores aun actúan como personas con gran autoridad para opinar sin importar quienes ni el contexto que los rodea. DC4JR1.

Socialización.

Desarrolladora de situaciones de compañerismo.

Terminado el refrigerio la coordinadora del grupo empezó a proponer las actividades para el siguiente martes donde tenían pendiente la elaboración de colchas, manteles y entre otras manualidades, todas proponían con cual iniciar aunque todas demostraban interés por este tipo de trabajo. DC1JR3.

En el momento en el que llegue al grupo igualmente el saludo fue ameno, se encontraban degustando el refrigerio, conversaba en pequeños grupos o con la persona que tienen a su lado. Sonreían encontrando broma a todo en ese momento. DC2JR1.

Al final de la danza, sus sonrisas aun no se borraban de sus rostros y no lo opacaba el cansancio físico que se veía pero demostraban las ganas de continuar, donde hablan que se iba a realizar para siguiente encuentro, eso lo dice todo. DC2JR1.

En ese momento compartí con una adulta mayor mientras tomábamos el refrigerio, ella me decía que casi no podía bailar porque después le dolía el cuerpo, Pero aprovechaba el espacio que le brindábamos para hacerlo porque rara vez lo hacía y que una vez al año no hace daño, según ella, y le decía que tenía la razón pero no tocaba esforzarse mucho. Después otra de las adultas mayores me decía que le gustaba mucho bailar y que a ella de joven era muy rumbera. DC3JR1.

Pase a mostrarle un farol que había hecho para decir si lo realizábamos, ni siquiera dudaron en decir que no porque en el momento que saque el farol se sorprendieron diciendo algunas que si lo iba a enseñar. Y les dije que los materiales los trajeran para la siguiente reunión. Pablo también intervino diciendo que él sabía hacer un muñeco de nieve en bolas de icopor y cartulina, todas mostraron entusiasmo por las propuestas que hicimos Y comentaron que primero hiciera para ellas baile deportivo y después para relajarse y descansar los faroles y el muñeco de nieve, ya que para ellas las manualidades no las agotaba tanto y es parte de lo que más hacen en su vida cotidiana. DC4JR2.

Terminado el juego, compartí la experiencia con todos los participantes donde algunos adultos mayores, decían que las personas siempre expresan lo que sienten y hacen. DC4JR1.

Una de las adultos mayores me contaba lo triste que estaba por la muerte de su mamá, hace un año había fallecido y que todavía no lo supera, ella había ingresado al grupo por su mamá, se sentía bien y tenía momentos y experiencias de actividades que no realizaba en su hogar y se des estresaba. Yo le pregunte que si el grupo le recordaba a su mamá o por las actividades que hacíamos se distraía y olvidaba, y me dijo que si es cierto que todas las actividades le ocupaban la mente y se divertía tanto que a veces decía que lastima sean los encuentros sean los martes. DC5JR4.

Me gusto compartir con una de ellas, sobre lo triste que ha estado por la muerte de su mamá y que por ella está en el grupo. Siempre manifestó que aun la extraña y que se le olvida en ocasiones que ha muerto y hay momentos que la nombra como si estuviera al lado. DC5JR1.

En el momento de la actividad, compartí con todas por que les iba revisando lo que iban haciendo y algunas comentaban que les gustaba mucho decorar en las navidades por

que antes lo hacía y era costumbre y que hoy en día en las familias ya no se ve mucho y que los jóvenes no les interesa. Otra abuela dijo que tenía un nieto que le gustaba mucho las manualidades y que él en la casa estaba haciendo farolito para el alumbrado de diciembre y que se lo llevaría a mostrar a él. DC6JR1.

Todas estaban sentada, calladas, escuchado una charla a cargo del concejal mira, donde ellas prestan atención a todo las oportunidades que el grupo mira les ofrece. Diciéndoles que ellas hacen parte fundamental de una sociedad como grupo de adultas mayores, también le da un obsequio y pide que todas habrán el regalo y se sorprenden al ver que son algunos instrumentos, significado que indica que empiecen a formarse también como grupo musical folclórico, aunque algunas demuestran interés otra solo acuchan. Aunque algunas estaban tejiendo el bolso planeado anteriormente, seguían escuchando la visita. DC9JR1.

Una de las adultas mayores que asistió no participo de las actividades porque dice que en estos días esta molestándole la artritis, pero que asistía al grupo porque se sentía bien y se divierte mucho. DC8JR1.

Se presta para hablar entre ellas y compartir las experiencias vividas a través de las actividades; como por ejempló, si les gusto y disfrutaron las actividades y seguidamente aprovechan para organizar la siguiente actividad de la otra sesión del grupo .DC1WR4.

Comentar el agrado o desagrado acerca de las actividades y programar así la actividad de la siguiente sesión. DC2WR8.

Llaqué permitió que los adultos mayores compartieran y hablaran acerca de la actividad física que estaban realizando mediante la pequeña charla de explicación que hizo pablo. DC3WR4.

Después se programo la actividad de la siguiente sesión. DC3WR8.

En esta sesión tuve la oportunidad de compartir con un adulto mayor el cual me expreso el agrado Asia el profesor pabló el entusiasmo y dinámica que le coloco en la realización del baile lo que le permitió des estresarse y poder realizar ejercicio, también me comento que ella ya conocía al profe pablo debido a que la mama asistía también al grupo pero que nunca lo había visto trabajar y que consideraba que pablo era muy de dicado en su trabajo y un muy buen profesor de educación física. DC3WR1.

Al poder escuchar todos los agradecimientos y expresiones de ánimo de parte del grupo al profesor pablo. DC3WR2.

Conformidad con las actividades ya que les permitió reírse y compartir entre ellos mediante el juego; y se programo la actividad de la siguiente sesión. DC4WR7.

Hablamos acerca de la actividad y ellas nos mostraron su agrado diciéndonos que eran un espacio diferente al salón o el colegio Cristo rey y que de esta manera pudieron despejar la mente un poco mas también expresaron su descontento por qué no asistió todo el grupo, y después nos despedimos muy contentos por la caminata. DC5ER7.

En esta sesión pude compartir con la mayoría de adulto mayores los cuales me decían que les gustaba mucho estas actividades ya que se sentían como en un paseo y se distraían. DC5WR1

.Cual se presto para dar espacio a la risa cuan los adultos mayores comentaban que ya estaban oxidadas, DC7WR2.

Lo cual fu de mucho agrado para el grupo puesto que se propicio un espacio para, hablar, compartir, disfrutar y reír mediante la construcción de este farol. DC7WR7

Y los adultos mayores aprovecharon el tiempo para programar la actividades que se van a realizar en la siguiente sesión “lo que acordaron realizar fue un bolso en cabuya.DC8WR5.

En esta sesión pude hablar con un adulto mayor quien me comento que la actividad que la profesora les había dejado de tarea de llevar unas actividades recreativas propuestas por ellas mismas les gusto mucho porque así recordaban todas las actividades de la infancia, y se divertían y reían mucho por que las actividades las involucraba a todas por lo cual esta metodología fue muy bien acogida por los adultos mayores. DC8WR1.

En esta sesión tuve la oportunidad de hablar con un adulto mayor que me felicito por los aeróbicos y la explicación del paraqué nos servía la realización de estos, también me comento acerca de las políticas que propone el grupo “mira” para mejorar la calidad de vida del adulto mayor, como la formación de un consejo del adulto mayor donde se tocan temas relacionados con este .DC9WR1.

Seguidamente la señora Gladis del grupo “mira” continuo con una actividad de musicoterapia donde a medida que iba avanzando la música se iban sentando en un círculo para reflexionar de la vida, cosas, buenas y malas. DC10WR1.

Daba las gracias por la toma de la frecuencia cardiaca y respiratoria que era muy importante para saber cómo se encontraba de salud, por otro lado escuche que la dinámica de relajación fue algo especial, el poder meditar acerca de lo malo que se halla hecho para así de algún modo poder remediarlo o curar heridas del pasado. DC10WR1

Se aprovecho para concretar la actividad de la siguiente sesión. DC10WR4

Cada una propone actividades lúdicas y juegos en donde cada una de ellas interviene con total agrado y descripción. DC8PR5.

Programación de actividades manuales para el martes siguiente. DC8PR5.

Momento se utiliza para hablar con la compañera del lado o para agruparse con sus mejores amigas, terminado este momento la directora del grupo pasa a proponer futuras actividades que se desarrollaran en semana y el próximo martes .DC1PR6.

En el intermedio de la actividad se produce un descanso para no sofocar alas integrantes, es utilizado para hablar compartir la experiencia establecer comunicación con las que no estaban participando de la actividad, DC2PR3.

Anuncios de la directora del grupo. DC2PR5.

Coordinación de las actividades para la siguiente sesión. DC8PR4.

A medida que íbamos caminando la charla se convertía en un medio de socialización que nos permitía indagar y saber más sobre la vida de cada una de ellas ,como era su ritmo de vida que actividades desarrollaban en el día a día cuales eran los roles que desempeñaban en el espacio de su hogar y como se sentían en ese espacio y me comentaba una de ellas que tenía que llegar temprano a la casa porque se tenía que encargar de la tienda y los niños esta fue alguna de las conversaciones que tuvimos mientras caminábamos , fimos llegando al pueblito patojo en donde descansamos un poco. DC5PR5.

Se produjo una interrelación más directa con el grupo porque ya ellas preguntaban y se nos acercaban compartiendo mas personalmente con cada una de ellas, haciendo que la actividad se convirtiera en una experiencia socializante que nos permitiera indagar si la actividad era de total agrado. DC6PR3.

Recuento de actividades realizadas en la clase pasada, refieren algunas de ellas que el ejercicio que hicieron fue muy provechoso. DC8PR2.

Primero el compañero hizo una introducción sobre la fisiología del ejercicio en el cuerpo para que cada una de ellas sepa que es lo que pasa en su cuerpo mientras realiza un ejercicio aeróbico .DC9PR2.

Son interrumpidas por la charla del grupo político mira, quien les agradece por la colaboración y la aceptación que ha tenido el grupo. DC9PR6.

Actividad física.

Posibilitadora de interacciones que generan espacios de amistad.

Se colocaron de pie las integrantes del grupo de danzas y empezaron a coordinar para iniciar la práctica de un baile, mientras las más abuelas cayadas en sus puestos observan. Algunas no participaban al parecer no están vestidas para la ocasión, unas hacían el papel de hombre, pues en el grupo no los hay todas se veían entusiasmadas y dispuestas a bailar, la danza la dirigía la señora Gladis, el motivo era para una salida de presentación que tendrían organizado por el grupo MIRA. DC2JR2.

Eso fue lo que me sorprendió aún más al saber que la danza entre el grupo es lo que más les gusta imitando y tomando roles de cualquier género. No tienen ningún impedimento para hacerlo. DC2JR1.

Ecología. Aunque el espacio donde se practico la danza, se distribuyó muy bien para que todos lográramos observar sentados en las cillas del salón y otras participar. DC2JR1.

Después pablo continuo a realizar el baile deportivo donde lo hicieron al rimo de una emisora, ellas no encontraron ningún problema a este. Todas se lo gozaron y bailaron al rimo de la salsa del reggaetón y otras temas, aunque algunas comentaban que estos temas eran de mas movimientos sensuales y provocantes, entre sus pensamiento alegres sobre la intimidad. Realizaron la actividad por diez minutos descansaron algunas seguían de pie en actividad mientras otras se sentaron a ventilarse un poco. Nuevamente pablo les dijo que si continuaban y ellas desde luego no se opusieron. DC3JR2.

Volviendo nuevamente a esta actividad lo realizaron otra vez por 20 minutos, aunque algunas de ellas no querían parar y se miraba gran entusiasmo por seguir. Des pues pablo

para continuar les dijo que nuevamente realizaran estiramiento para evitar que tuvieran algún malestar físico. Todas lo hicieron y como siempre con una sonrisa pintadas en sus rostros y más aun por la actividad realizada quedando agradecidas por que como decía una adulta mayor que solo bailaba en esta actividad porque ya en la casa ni con el marido. DC3JR3.

Después se colocaron de pie y realizaban un pequeño trote en el puesto, pararon y estiraron tronco hacia el lado derecho luego al lado izquierdo. Finalmente al estilo de baile giraban hacia el lado derecho y luego al lado izquierdo después lo realizaron en parejas. DC4JR2.

Salimos a las 7:30 am rumbo a la iglesia de belén que era el trayecto de la caminata, se fueron en pequeños grupos a escogencia de ellas yo camine solo unos momentos hasta que dos de los adultos mayores las alcance y camine junto con ellas donde solo las escuchaba hablar sobre lo saludable que era caminar en las mañanas, y se preguntaban el porqué no llegarían el resto de niñas “ así se dicen entre ellas” al punto de partida, donde decían que la caminata la tendríamos que realizar nuevamente pero con todo el grupo. DC5JR1.

Al llegar a la iglesia descansaron un momento mientras admiraban la panorámica, y algunas quisieron salir de inmediato, Seguimos y en momento de la caminata por detrás de la licorera. DC5JR4.

Descansaron 15 minutos y seguidamente pablo empezó a realizar el estiramiento, donde a laves ellas lo iban realizando y hablando de lo agradecidas que estaban por esa caminata y planeaban nuevamente realizarlo. Terminada la actividad empezamos a Salir directo para la casa de cada una, donde se preguntaban entre ellas para donde o por donde cogían para acompañarse, se despidieron alegremente y agradeciendo por la actividad. DC5JR6.

Para este día como ya se había programado en la visita anterior querían nuevamente baile deportivo pero esta vez yo lo realizaría pero con ritmos sonoros a gusto de ellas y cumbias en especial que la coordinador había llevado. DC6JR1.

Pasamos a realizar el baile, donde se entusiasmaron y trataron de realizar todos los pasos que yo hacía, el ambiente se puso tan ameno que llovía y el salón se sentía fresco para seguir sin sentir calor ni cansancio. Y mi compañero Wilson participo bailando con las abuelas, dirija dos disco y Wilson paso a continuar con el baile. En ese momento descansen y mire que de las adultas mayores ninguna se sentaba a descansar pues estaban tan concentradas y contentas en lo que estaban haciendo que no les importaban descansar a acepción de las de problemas físicos lo hacían por cotos momentos. Así continuamos nos turnábamos con mi otro compañero el baile deportivo para realizar la observación. DC6JR3.

Después continúan con una danza que realiza una de las integrantes del grupo mira donde cada una debe llevar un baso en la cabeza y bailar sin dejarlo caer, realizan paso individuales en parejas y con manos en la cintura, algunas se les cae el vaso tranquilamente lo recogen y siguen de 30 persona s que asistieron este día 15 no participan por la falta de vasos, pero se divierten mirando a las demás y algunas descansan y prestan el vaso a algunas de las que están sentadas, para que todas participen. DC8JR3.

En esta sesión se había acordado el inicio de la práctica de un baile “cumbia” por parte de la señora Gladys del grupo político para una presentación ante los dirigentes de este grupo político, la iniciación del baile puso a prueba la coordinación y ritmo de los adultos mayores lo cual fue muy bueno puesto que demostraron que el baile es una de las actividades que más les gusta realizar. DC2WR2.

Después de estirar pablo continuo con la parte central de la actividad que era el baile deportivo pero con la música que colocaba la emisora lo que permitió que los adultos mayores bailaran toda clase de ritmos, el profesor pablo realizo esta actividad de una manera intensa y de muy corta duración aproximadamente diez minutos permitió un descanso y continuo con otro intervalo del baile deportivo. DC3WR5.

En el pueblito ya realizamos un estiramiento más intenso para evitar posibles lesione. DC5WR6.

En el transcurso de la caminata hacia belén los adultos mayores nos comentaban las ventajas de la caminata, que el doctor les recomendaba caminar diario para así disminuir la hipertensión. DC5WR2.

En esta actividad pude compartir con todos los adultos mayores los cuales estaban muy contentos del baile y de la forma en que les hablaba al llamarlas señoritas sonreían y hacían chanzas acerca de eso lo cual las motivaba más y estaban mucho más activas en el baile. DC7WR1.

Para así prepararnos para la actividad central que era baile “cumbia” que estaba dirigida por el profesor Becerra y Wilson, decidimos realizar el baile intercalado una canción Becerra y otra Wilson así cada uno con su carisma y alegría motivaba al grupo para que todos se involucraran, lo que ocurrió con mucho agrado puesto que todas disfrutaban de los pasos de baile que aviamos preparado y se esforzaron al máximo para que el baile saliera lo mejor posible. DC7WR4.

Seguidamente la señora Gladis de “mira” realizo una actividad de baile donde tenían que bailar sin dejar caer un vaso que sostenían sobre la cabeza. DC8WR6.

Seguidamente se realizo un trabajo de movimiento articular para iniciar el ejercicio y se continuo con un estiramiento donde los adultos mayores se organizaron en fila para realizar mejor la actividad. DC8WR2.

Seguidamente el grupo de adultos mayores continuó con una danza que están preparando entre ellas, lo que les permite una mayor socialización e integración lo que favorece a fortalecer los lazos de amistad y hermandad dentro del grupo. DC9WR4.

Seguidamente continuaron con una actividad dirigida por la señora Gladis. DC10WR2.

En este tiempo de espera ellas comentaban y afirmaban que el ejercicio es muy bueno para ellas por qué mejoraban su salud cambiaban la rutina de quedarse en la casa. DC1PR1.

Al llegar este día me dispuse a saludar al grupo, y ellas se preparaban para seguir practicando la danza que el martes pasado avían comenzado. Formando dos grupos uno de ellos iban hacer los hombres y el otro si las mujeres. DC2PR1.

Pasado un tiempo determinado llegaron otras compañeras y decidimos tomar camino desde el sitio que nos encontrábamos, tomamos el camino que conduce a la iglesia de velen

por las escaleras pasando por la licorera descanso un poco en la iglesia donde exclamaban con mucho entusiasmo que bueno era salir a caminar y respirar aire puro. DC5PR2.

Este día da inicio Juan Carlos con el baile deportivo en el cual ellas se distribuyen en el espacio determinado y se da inicio a la clase de baile con movimientos laterales, adelante atrás giros lo que para ellas era muy placentero y divertido cuando comenzaron los giros y vueltas las señoras nos incluyeron al baile para que les enseñáramos a hacer la figura del (8) porque algunas no podían coordinar este paso y querían aprenderlo bien, se divergieron, rieron mucho practicándose baile para terminar. DC6PR1

Por consiguiente comenzaron con el baile con una cumbia lo cual para ellas era placentero porque podían moverse y dar vueltas al ritmo de la música, bailaban en parejas y en tríos no les importaba con quien ni cómo sino que lo importante era participar y divertirse, terminando esta actividad. DC7PR3.

Vivencia: Ángela realiza unas dinámicas de saludo de coordinación donde también intervienen movimientos en círculo. DC8PR1.

Poco y procedimos hacer un estiramiento y compartir un poco de jugo que una de ellas nos ofreció muy amablemente depuse ellas nos agradecieron por acompañarlas. DC5PR6.

La coordinadora del grupo nos comenta que el baile deportivo y el ejercicio es lo que más necesitan ellas, porque la mayoría no hacen ningún tipo de ejercicio físico, y este tipo de actividades las anima mucho. DC2PR6.

Juego.

En el momento que llegue el grupo, se encontraba realizando un juego a cargo de una recreacionista, las adultas mayores se encontraban entusiasmadas y colaborando y realizando los pasos y reglas del juego, más que una actividad demostraban el disfrute de un juego divertido por medio de cantos y baile, la alegría que expresaban era tan grande que yo me reía de ver como se comportaban como si fueran niñas, terminado su diversión saludamos al grupo, de una manera muy cordial nos recibieron con una sonrisa y una mirada como si ya nos conocieran desde tiempo atrás, donde su saludo fue muy acogedor. DC1JR1.

Observe que la edad no es impedimento para expresar y tratar movimientos en un juego como un niño y las ganas de hacer y realizar las cosas, se veían muy dinámicos y siempre dispuestos a colaborar. DC1JR2

El grupo se divirtió mucho porque nadie demostraba angustia por irse a su casa o por querer ver a alguien referente a su hogar demostraban que habían olvidado todo lo externo del lugar en el que se encontraban, para ellas estar en el salón es recordar infancia y mucha diversión pero no hay más agradable que disfrutar grupalmente. DC1JR1

Les informe que se podían sentar les explique en qué consistía el juego, que tuvieran encuentra solo a mis gestos y lo comprendieron bien. Sentadas en las cillas formando un círculo, con unos lapiceros les decía que hay formaba un numero pero en realidad lo indicaba con los dedos de mi mano cuando les señalaba los lapiceros. Y al final del juego la gran mayoría dieron cuenta del truco. Cambie el método y les dije que ahora se llamaba numerología de la Patagonia y que me miraran bien y les dije que ya no utilizaría las manos para indicarles el numero que formaba, pero la gran participación y concentración por la actividad dieron con el truco. Y algunas se preguntaban que como era y que no caían en cuenta y otras le decían que había que mirar a mi pies. DC4JR

El juego consistía en que una adulta mayor le decía guarde esto bien en el baúl se su abuelita, entregándole a cualquiera un anillo, y así esa pasaba a realizar diciendo las palabras. Pues todas están pendientes quien era la que seguía dirigiendo la actividad se observa la participación, ríen y gozan del juego. Cambia de actividad por una donde también pasan toda a realizar un movimiento cualquiera para que el resto del grupo lo haga, nadie sintió pena por hacerlo divertidamente todas hicieron hasta gestos y rotando por todo el círculo. Ríen y gozan del juego cantando y aplaudiendo en esta edad se observa mucha seriedad, algunas muy discretas al realizar movimientos reveladores que las más joven proponían. Cambia de actividad. Juegan al tradicional lobo y oveja, y así estas corren sin dificultad dentro y fuera del círculo, todas gritan y ríen mientras la que hace el papel de lobo y oveja corren haciendo gestos y movimientos de acuerdo al juego. DC8JR1.

Significado. En este día me sorprendió la capacidad de aguantar tantas actividades que realiza Ángela estuvieron más de pie que sentadas pero todo el tiempo fue de risas y juegos llamativos. DC8JR1

Me sentí igual que en las demás observaciones ya que disfruto estar el grupo transmiten energía y uno se desenvuelve de lo exterior. Me divierto con las personas realizando juegos. DC8JR1

Después el profesor Juan Carlos propuso un juego denominado la Patagonia; que era similar al anterior pero esta vez los adultos mayores debían darse cuenta que el numero lo estaba indicando con el numero de pasos que daba, fueron unas actividades muy divertidas donde los adultos mayores se divirtieron y expresaron a su gusto la idea o numero que se les ocurría permitiendo así que todos opinaran y tuvieran vos y voto en el juego, DC4WR5

La actividad siguiente fue una tarea que les pusieron la clase pasada a cuatro integrantes del grupo tenían que cada una realizar una dinámica para todas ese día. DC8PR4.

Actividad lúdico recreativa.

Al terminar esta actividad interviene una recreadora, quien realiza una actividad lúdica recreativa en donde las integra por medio de juegos, baile, y las hacen reír y compartir momentos que hacía mucho tiempo no tenían. DC1PR4

el compañero Juan Carlos comenzó con unos juegos , uno llamado la numerología china en la cual ponía a prueba la atención y comprensión de la actividad al gestual izar con las manos el numero de objetos que se encontraban en el suelo, la gran mayoría de señoras al principio no entendían que era lo que pasaba con el juego pero medida que Juan Carlos fue un poco más evidente con los gestos fueron captando la idea del juego y también con las pies dando un determinado número de posos indicaba el numero de objetos en el piso ,en este juego la participación del grupo fue muy buena las que no podían pararse o hacer ejercicio participaron y se divertiros, luego de estos juegos. DC4PR2.

En un circulo el grupo cerraba los ojos y escuchaba los sonidos y la música que sonaba y luego se sentaba en el piso para continuar con la actividad de reflexión, sobre cosas que hicieron en el pasado, entonces quien dirigió la dinámica describe que en el centro donde están sentados, hay una laguna y cada una tiene un jabón, con el cual se asea partes de su cuerpo, que hizo cosas malas; en cierto momento de la actividad, comienzan a

reír por ciertos movimientos y gestos y comentarios suspicaces, para finalizar la actividad se abrazan todas con agrado y felicidad. DC10PR2.

Baile

Al llegar al salón donde se reúne el grupo ago. El respectivo saludo y ellas se preparan para realizar, una danza folclórica que es dirigida por una de las participantes del grupo quien con mucha entereza, anima alas de más participantes a integrarse a la actividad. DC1PR1

Al llegar este día salude la grupo, quienes se encontraban sentadas en sus respectivos asientos esperando la llegada de nosotros porque habíamos quedado en hacer un baile deportivo, primero comenzamos parándonos todos pera realizar un movimiento articular y estiramiento al ritmo de la música comenzamos con trote en el puesto para seguir con movimientos alternados sencillos y repetitivos para que cada una de ellas cogiera el paso.DC3PR1.

Actividad manual

Se paso a realizar el farol que con motivo de la navidad se propuso en esta actividad. DC6PR2.

Seguimos con realización de los faroles, en estas manualidades se compartió mucho, preguntaban sobre como doblar, pegar, cortar, esto permitió tener un contacto más directo con ellas y terminar el farol. DC7PR4.

Manualidades, tejido con cabuya, Se ubican alrededor del salón por grupitos para tejer explicándose y ayudándose unas con las otras. DC9PR4.

Les propuse seguidamente que diéramos a iniciar el farol, se organizaron en las cillas y sacaron sus materiales y pase a entregarles a cada una un molde para que pintaran en las cartulinas que llevaban y luego recortaran, todas muy concentradas y dedicadas a la actividad que estaban realizando en pequeños grupos y colaborándose unas a otras en cortar y pintar. Y la que se le terminaba el material otra le compartía el suyo. Y así se nos paso el tiempo y no terminamos dejándolo `para la siguiente reunión. Todas dieron las gracias porque las manualidades enseñadas estaban muy bonitas. DC6JR4.

Algunas adultas mayores ya habían terminado el farol, y lo habían decorado a su gusto de hecho les había quedado muy bonito, otra llevo las figura para pegarlo en hojas de revistas y me pidió que le explicar cómo pegarlo, al final se mira llamativo pues las demás decían que cuando llegaran a la casa conseguirían revistas para hacerlo también, otra para mayor resistencia lo hizo en cartón, decía para que le durara para el próximo año. Y así todas dedicadas a terminar el farolito para el día del alumbrado. Finalmente repartieron el refrigerio como siempre y nos dieron todos los agradecimientos por toda la colaboración y ayuda y alegrías que les brindamos y dándonos triunfos para el próximo año y poder seguir y continuar compartiendo con ellas y así nos despedimos. DC7JR2.

Para este día me sorprendió mucho la imaginación y creatividad de algunas adultas mayores en cuanto a las actividades realizadas y mas para formar y buscar otras maneras para realizar el farol ya que algunas de acuerdo al molde que les di, crearon otros diseños, confirmando más que el arte de las manualidades es algo que lo llevan dentro de ellas. DC7JR1.

Para continuar a otra actividad una de ellas muestra la realización de un bolso hecho en piola para hacer en la próxima reunión. Todas admiran el bolso y preguntando cuales son los materiales a traer, y algunas dice que está muy hermoso. DC8JR2.

Ejercicio físico

En el momento que llegue los adultos mayores se encontraban realizando un calentamiento que lo realizaba el profesor pablo donde era por medio de movientes articular tanto en los miembro inferiores como los superiores esta sesión duro casi 10 minutos aproximadamente. DC3JR1.

Formado un círculo caminado hacia adelante agarrando por la cintura al compañero del frente, luego se soltaron y empezaron a realizar un trote al ritmo de ellos, después se detuvieron y empezaron a masajear al compañero que tenían al frente en sus hombros. Toda esta actividad la estaba dirigiendo pablo y se trataba de un calentamiento y estiramiento, para dar continuidad a mis actividades, cuando llegue algunas adultas mayores me decían lo estábamos esperando. Después pasaron a realizar movimiento articular haciendo círculos

hacia adelante y hacia atrás con las piernas los brazos la cabeza, mi compañero pablo le iba indicando cada paso para esta actividad. DC4JR1.

Inicie con un calentamiento, les dije que nos tratáramos de sentar en el piso y sin ningún problema o dificultad la hicieron, se colocaron en pareja para ayudarse y tener más seguridad en cada una de ellas, donde la compañera era la que estiraba miembros superiores y después inferiores. Pasaban después a cambiar de posiciones. El estiramiento fue muy corto se colocaron de pie nuevamente y las hice caminar libremente por el salón diciéndoles que lo hicieran desde lo más lento hasta lo más rápido que pudieran. DC6JR2.

Algunas de ellas decían que esas actividades eran las que le gustaban porque además de divertirse hacían ejercicio, después de unos minutos terminamos la actividad porque algunas estaban cansadas y realizamos un estiramiento para luego descansar un poco luego decían con mucho entusiasmo este es el ejercicio que necesitamos. DC3PR3.

Este martes las actividades se desarrollaron de la siguiente manera primero comencé yo con movimiento articular para luego pasar al estiramiento al terminar estos ejercicios ellas se sentaron. DC4PR1.

El compañero Juan Carlos empezó con el calentamiento y estiramiento el cual fue realizado en el piso lo cual fue para ellas motivo de risas y alegría porque decían que algunas de ellas ya estaban oxidadas y que no podían pero las realizaron en medio de comentarios suspicaces sobre la libido de ellas. DC7PR2.

Actividad siguiente: calentamiento, estiramiento y ejercicios de respiración. DC8PR2.

El clima es lluvioso por lo cual las señoras están llegando tarde de pues de algunos minutos Wilson comienza con el estiramiento para proseguir con el baile deportivo. DC9PR1.

En esta sesión la oportunidad de intervenir fue la de el profesor pablo palacios y yo solo observe su desempeño, pablo inicio la sesión con un calentamiento mediante un movimiento articular que componían todas las articulaciones de arriba hacia debajo del cuerpo, el profesor pablo realizo este calentamiento de una manera muy dinámica, motivando al grupo hablándoles mucho acerca de los beneficios de esta actividad para poder continuar con la siguiente dinámica. DC3WR1.

Pablo continuó con un estiramiento en parejas el cual estuvo muy acorde. DC3WR3.

Esta sesión intervino el profesor pabló realizando un estiramiento desde la parte superior del cuerpo hasta la parte inferior, seguidamente continuo con el calentamiento mediante movimientos articulares los cuales involucraron todas las articulaciones del cuerpo de la misma forma que realizo el estiramiento de arriba hacia abajo. DC4WR1.

Por lo que dedicamos 15 minutos para estirar y continuamos con la caminata por detrás de la licorera hasta llegar al pueblito patojo. DC5WR4.

Esta sesión inicio con un estiramiento por parte del profesor becerra el cual lo realizo sentado para estirar así miembros inferiores. DC7WR1.

Seguidamente se continuo con un calentamiento mediante un movimiento articular que involucraba todas las articulaciones de cuerpo de arriba hacia abajo. DC7WR3.

Esta sesión inicio con un estiramiento y calentamiento dirigido por el profesor pablo; seguido pasamos a realizar uno aeróbicos dirigidos por el profesor Wilson. DC9WR1.

9.3 CATEGORÍAS AXIALES ENCONTRADAS

Para encontrar estas categorías se realizó un entrecruzamiento de las categorías abiertas y luego se realizó un proceso depurativo para continuar con el proceso investigativo, A estas categorías se les hizo una descripción desde los hallazgos denominada historia, surgiendo lo siguiente.

9.4 HISTORIAS DE CATEGORÍAS AXIALES

Estas historias surgen de los relatos que se escribieron en los diarios de campo.

- **ACTIVIDAD FÍSICA.**

EJERCICIO FÍSICO.

JUEGO.

ACTIVIDAD LÚDICO RECREATIVA.

BAILE.

ACTIVIDAD MANUAL.

La actividad física. Posibilitadora de interacciones que generan amistades y recuerdos en los adultos mayores sacándolos de la cotidianidad.

Historia:

El grupo de adulto mayor de la comuna cuatro durante la investigación estuvo compuesto por 30 integrantes, las cuales se reúnen los días martes en la tarde. Desarrollan actividades físicas, tales como; el juego, el baile, actividades lúdico recreativas, actividades manuales, que les permiten momentos de esparcimiento y aprovechamiento del tiempo libre.

Dentro del proceso de investigación que se llevo a cabo en el grupo, pudimos darnos cuenta que de las actividades antes mencionadas, la más importante que realizan es el baile, puesto que esta actividad les permite desarrollar participar de acuerdo a sus capacidades y habilidades, permitiéndoles así a todos los integrantes meterse en él y de esta manera poder tener un espacio de goce en el cual puedan ejercitarse y divertirse al mismo tiempo.

El baile además les permite como grupo una coordinación, participación y también recordar aspectos de sus vidas que hace mucho tiempo no traían a sus mentes. Así nos damos cuenta que el baile es una de las actividades más fuertes que sedan dentro del grupo, permitiéndoles momentos de goce y disfrute lo que les facilita una mayor motivación hacia esta actividad.

También en estos relatos pudimos darnos cuenta que el ejercicio físico es otra de las actividades físicas que realizan los adultos mayores y ellos lo relacionan con el concepto de salud. En esta etapa de la vida, ellos se dedican en sus casas a otras actividades las cuales las alejan de la práctica del ejercicio físico, dentro del grupo esta actividad física es motivante ya que las invita a participar porque sienten un bienestar debido a la realización de él.

Otros relatos nos hablan acerca del juego dentro del grupo de adultos mayores, este les permite un espacio de goce, disfrute y diversión mediante el cual también pueden recordar muchos aspectos de su vida, Los Juegos les permiten una mayor participación y socialización.

Por otra parte, además de las manifestaciones de las actividades físicas ya mencionadas están las actividades lúdico recreativas, las cuales para el grupo son de mucho

agrado ya que les permite una mayor integración, les brinda momentos de diversión y compartir actividades que hace mucho tiempo no realizaban, dejándoles estas una sensación de felicidad y agrado mejorando sus lasos de amistad dentro del grupo.

Por último están las actividades manuales, las cuales les permite dejar volar su imaginación y su creatividad. Estas actividades están muy marcadas desde su experiencia adquirida desde su cotidianidad, Estas manualidades les permite poder integrarse de una manera muy fácil con todo el grupo generando alegrías y agradecimientos por el trabajo presentado.

Como se puede ver, este recorrido por las manifestaciones de la actividad física denotan que los adultos mayores de la comuna cuatro de la ciudad de Popayán a través de ellas, interaccionan logrando lasos de amistad, sacarlos de la cotidianidad y algo muy hermoso lo cual hacerlos recordar.

- **EL DISFRUTE. Generador de espacios para la integración y el compartir de los adultos mayores**

Historia:

Dentro de lo encontrado en los relatos, pudimos darnos cuenta que el disfrute refleja situaciones de goce y de placer en los adultos mayores. Este disfrute se manifiesta por la presencia continua de ellas al grupo, ven en ese espacio la posibilidad de integrarse, compartir sus sentimientos entre otros aspectos. Ese espacio les da la oportunidad de vivenciar actividades de acceso a ellos como el baile, las dinámicas y las salidas y gracias a ellas recordar épocas vividas. Estas actividades también las hacían salir de su rutina y los motivaba a participar con buena actitud en las actividades programadas, las cuales desde el compartir en los diversos encuentros, le dan al grupo integración y la libertad de expresar sus sentimientos, cambiando así su perspectiva de la vida y de esta manera mejorando su autoestima.

La buena actitud hacia las actividades que realizan muestran el agrado ya que les permite una mayor integración desde el compartir, les brinda momentos de diversión

demostrándolo a través de risas, abrazos, viviendo momentos agradables con las actividades las cuales conllevan a disfrutar y experimentar diversas situaciones en su entorno.

Lo más motivante para que haya disfrute dentro del grupo es la realización de actividades, a las cuales ellos pueden acceder y pueden ejecutar, Aprovechándolas al máximo para que les produzcan goce y placer, puesto que ellos saben que la vida es muy corta y hay que aprovecharla al máximo en cada etapa de ellos.

- **SOCIALIZACIÓN. . Creadora de espacios para compartir y fortalecer lasos de amistad**

Historia:

La socialización es el proceso a través del cual los adultos mayores aprenden e interiorizan normas y valores de la sociedad. se manifiesta cuando comparten sus experiencias valiosas, transformando el pensamiento instituido del entorno, donde ellas interactúan creando así nuevas posibilidades de ser, lo que les permite un desarrollo de su personalidad llevándolas a compartir, motivarse y recordar otros aspectos de sus vidas que hace mucho tiempo no realizaban.

De otra forma las actividades que les dan la oportunidad de socializarse son las manualidades, el baile, el juego y el refrigerio, que generan en ellas goce, disfrute, motivación creando un espacio para compartir, que les permiten expresar sus sentimientos hacia lo que hacen, estableciendo momentos y experiencias que las sacan de su rutina y las lleva a des estresarse, distraerse y olvidarse de la cotidianidad de sus vidas, ocupando su mente e interactuando de forma amena, ya que muchas de estas las hace recordar costumbres que se han ido perdiendo, lo que les permite compartir experiencias y proponer sus opiniones para realizar así actividades que llenen sus expectativas, creando lasos de compañerismo entre el grupo y las personas que intervienen en el, generando una sensación de conformidad y compartiendo momentos agradables.

Por otra parte la socialización generó espacios diferentes a los acostumbrados facilitando así la integración por medio de la participación, participación que fue de forma activa y también pasiva; activa cuando se involucra de forma física y psicológica en las actividades, y de manera pasiva cuando ellas observan y expresan sus opiniones acerca de las actividades, dándoles la oportunidad de pensar en otras posibilidades que como adultos mayores pueden experimentar y disfrutar, lo cual genera una sensación de libertad, permitiéndoles establecer sentimientos de alegría, nostalgia, diversión lo cual genera espacios para poder hablar con sus compañeras fortaleciendo sus lazos de amistad, y valorando el tiempo que comparten.

- **MOTIVACIÓN.**

La motivación. Elemento fundamental para emprender acciones los adultos mayores.

Historia.

La motivación se encuentra vinculada a la voluntad y el interés, en pocas palabras es hacer un esfuerzo para alcanzar una meta. Este es un gran elemento que componen la vida del adulto mayor, porque a través de esta logran dar un paso a su felicidad, para continuar teniendo en cuenta los gustos, necesidades y preferencias por desarrollar actividades como lo son; las manualidades, el baile y el juego entre otras.

La motivación en el grupo esta incentivada por la buena voluntad, satisfacción y las ganas de compartir y realizar las cosas sin ningún tipo de impedimento, siempre están dispuestas a compartir y gozar cada espacio de las actividades, proponiendo sus expectativas para crear nuevos cambios en sus roles y en sus vidas, permitiendo encontrar grandes alternativas y oportunidades saludables para ellas.

Por consiguiente para los adultos mayores, la motivación es un medio importante para la integración a la sociedad y mejorar así su calidad de vida, permitiendo elevar su autoestima al compartir diferentes espacios y experiencias que los sacan de su rutina, llevándolas a conocer y aprender nuevas cosas que las llenan de entusiasmo y alegría.

Además es una manera de expresar sentimientos con agrado, estando entusiasmadas a participar con amor y dedicación, integrándose a espacios de diversión, donde demuestran un gran empeño y dedicación, lo que genera un buen ambiente de trabajo, permitiendo así que los adultos mayores liberen muchas de sus tensiones acumuladas debido a la vida rutinaria que llevan, mejorando su ambiente y relación con la sociedad, lo que les permite mejorar, la socialización, la cooperación y la colaboración entre ellas.

Se puede ver que la motivación de los adultos mayores se resalta por medio de la realización de determinadas acciones que las llenan de placer, satisfacción y goce.

- **COMPAÑERISMO**

El compañerismo genera vínculos afectivos en los adultos mayores.

Historia.

El compañerismo es un vínculo de armonía y buena correspondencia que existe dentro de un grupo. Situación que se presentó en el grupo de los adultos mayores, además es el valor que mas florece dentro del grupo, lo que permite que haya un agrado y confianza estimulando así el ánimo y entusiasmo entre ellas, además es el vínculo afectivo que estimula los lazos de amistad generados dentro del grupo, reflejando el apoyo mutuo y un ambiente de solidaridad y bienestar, haciendo sentir así a sus integrantes como parte fundamental de su estructura, llevando a compartir sus sentimientos sus penas y sus alegrías, lo que enmarca así un sin número de expresiones que la componen, creando numerosos afectos individuales y colectivos que conllevan a generar espacios de hermandad que cada una de ellas comparten, de esta manera todas se brindan apoyo, confiándose así sus experiencias y expectativas, creando lasos muy fuertes afectivamente de aprecio y estimación, valorando cada uno de los momentos en los cuales tienen la oportunidad de compartir, creando con mayor intensidad el vinculo de la amistad por medio del compañerismo.

- **PARTICIPACIÓN**

La participación, crea situaciones para las vivencias y experiencias de los adultos mayores.

Historia.

La participación es el medio por el cual se incorporan o intervienen los individuos a una actividad, grupo o vida social. Los adultos mayores participan de acuerdo a sus posibilidades, eso es movido por una motivación que los lleva a ello dependiendo de las capacidades físicas, en algunos casos no siendo esta un impedimento para participar de otras formas en cualquiera de las actividades, debido a que se genera un ambiente de alegría, goce entusiasmo, motivación y colaboración lo que posibilita expresión de sus sentimientos. Debido a esta, el grupo se interesa y colabora en el desarrollo de las actividades, recordando con mucho agrado momentos vividos que producen sentimientos de conformidad con sigo mismo, posibilitando espacios para aprender y conocer de nuevas experiencias que les permite salir de la rutina que enmarca la cotidianidad de su vida, interactuando de una forma autónoma. La participación es uno de los elementos que más componen la vida de cada uno de los adultos mayores, ella lleva a una vivencia llena de alegría en una sociedad donde se interesan por realizar actividades ocupando su tiempo libre, permitiéndoles crear espacios de compañerismo y solidaridad, sorprendiendo por su colaboración sin esperar nada a cambio, demostrando el interés de cultivar y transmitir nuevos conocimientos, sociales, intelectuales, emocionales, al tiempo que la actitud de participación se convierte en un compromiso para la vida.

La participación, es posibilitadora de comprender que a esta edad el adulto mayor, crean situaciones que les permiten vivir experiencias renovadoras.

- **ASISTENCIALISMO**

Una manera o forma de asistir con bienes o servicios en el adulto mayor.

Historia

El asistencialismo, es la forma de asistir individual o colectivamente con bienes o servicios básicos, es uno de los aspectos que se observan en el grupo de adulto mayor cuando se propone un incentivo alimenticio durante el desarrollo de las sesiones. En cada actividad se recibe un refrigerio que les permite compartir, donde semanalmente se turnan dos personas para llevar este; Con el propósito de satisfacer algunas necesidades alimenticias que se dan o se generan en el transcurso de la clase, se ve reflejado en la manera de llevar, recibir, dar o repartir. A través de estas se pueden generar momentos de socialización compañerismo, lo cual permite fortalecer los lazos de hermandad dentro del grupo.

Por otra parte también se logran otros beneficios asistenciales a través de otras medios ya sean personales, políticos o por alguna donación que alguien quiera hacer, de esta manera se proporciona algunas cosas que el grupo pudiera necesitar o necesita.

Concreción de categorías axiales por depuración

La siguiente concreción de categorías axiales se relacionan mirando las semejanzas que hay entre cada categoría axial, las cuales se depuran en el entrecruzamiento de las mismas, arrojando lo siguiente:

Categorías axiales.

1. La actividad física. Posibilitadora de interacciones que generan amistades y recuerdos en los adultos mayores sacándolos de la cotidianidad.
2. El disfrute. Generador de espacios para la integración y el compartir de los adultos mayores.
3. Socialización. Creadora de espacios para compartir y fortalecer los lazos de amistad.

4. La motivación. Elemento fundamental para emprender acciones los adultos mayores.
5. El compañerismo, genera vínculos afectivos en los adultos mayores.
6. La participación, crea situaciones para las vivencias y experiencias de los adultos mayores.
7. Asistencialismo, Una manera o forma de asistir con bienes o servicios en el adulto mayor.

JUSTIFICACIÓN

De esta forma se articularon cada una de las categorías para estructurar las categorías selectivas.

Actividad física y disfrute

Estas dos se relacionan debido a que generan espacios que permiten que haya unas interacciones generadoras de amistades y recuerdos.

Actividad física y socialización:

La relación encontrada en esta radica en que generan espacios para compartir y fortalecer los lazos de amistad

Actividad física y motivación:

La relación que existe entre estas dos es que tiene que haber una relación para realizar una actividad

Actividad física y compañerismo:

Crea situaciones que permiten fortalecer los lazos de amistad

Actividad física y participación:

Por medio de la actividad física se generan interacciones a través de la participación

Disfrute y socialización:

La socialización genera espacios para compartir a través del disfruté

Disfrute y motivación:

Sin motivación no hay disfrute para realizar actividades

Disfrute y compañerismo:

El compañerismo genera vínculos afectivos creando espacios de disfrute

Disfrute y participación:

El disfrute crea espacios para la participación

Socialización y motivación:

La motivación permite compartir y socializarme

Socialización y compañerismo:

La socialización permite fortalecer los vínculos afectivos generando el compañerismo:

Socialización y participación:

La socialización crea espacios para compartir vivencias y experiencias que llevan a la participación

Motivación y compañerismo:

La motivación genera acciones que conllevan a crear vínculos afectivos como el compañerismo.

Motivación y participación:

Si hay una motivación hay una participación.

Compañerismo y participación.

El compañerismo genera vínculos afectivos a través de las vivencias y la participación.

Con el ejercicio anterior demostramos como las categorías axiales se articulan o entrelazan para formar así las categorías selectivas, las cuales emergen del en cruzamiento de cada de una de ellas, de acuerdo a la relación y su afinidad entre estas.

9.5 CATEGORÍAS SELECTIVAS

Los hallazgos en estas categorías son muy amplios y a cada una de ellas se le construyo una teoría desde la teoría formal y sustantiva.

Para ampliar estas categorías fue necesario investigar en la teoría formal de cada uno de los puntos clave que surgieron de la concreción de las categorías axiales, apoyándonos en los diarios de campo para que de esta manera surgieran las siguientes categorías que se presentan a continuación:

- La memoria y los recuerdos, manifestaciones de los adultos mayores desde sus vivencias.
- La presencia del asistencialismo en las actividades de los adultos mayores.

Veamos su desarrollo:

- La memoria y los recuerdos, manifestaciones de los adultos mayores desde sus vivencias.

Según el libro de las confesiones san Agustín. (2000)

La memoria es donde están todos los tesoros de innumerables imágenes de todas las clases de cosas acarreadas por los sentidos. Así en la memoria se

encuentran todas las cosas que entraron por la puerta, y la memoria es un gran receptáculo donde residen los recuerdos reavivados o adormecidos patentes o latentes; los recuerdos están almacenados allí naturalmente. (p. 56)

El planteamiento argumenta que al realizar cualquier actividad en la vida quedan marcados en la memoria para recordarlo en ciertos momentos; de esta manera la memoria se convierte en un lugar que encierran todas las experiencias vividas y que de alguna manera crean ciertas actitudes que marcaran la personalidad Como lo argumenta el siguiente relato: “Me sorprendió también la facilidad con la que manejan las manualidades, ya que es algo que es muy marcado en ellas porque son actividades que recuerdan y que cultivaron en la educación pasada. DC6JR1

De esta manera afloran los recuerdos a través de las actividades que se realizaron.

Así como lo dice Denis Coon (2006). “La memoria guarda información específica de hechos, nombres, rostros, fechas e ideas. Este tipo de recuerdos se expresan como palabras o símbolos”.

A través de la vida se configuran en la memoria un sin número de símbolos e imágenes que representan o tienen un significado, los cuales permite realizar diversas acciones relacionadas con los recuerdos, que en estas situaciones específicas posibilitan relacionar entre el tiempo pasado y el tiempo presente. Para reconfigurar un saber, pensamiento o idea. De esta manera el siguiente relato nos ilustra lo argumentado: “Después otro de los adultos mayores me decía que le gustaba mucho bailar y recuerda que a ella de joven era muy rumbera. DC3JR1”.

De esta manera es argumentado por el siguiente autor:

Según Denis Coon, (2006), “la redes de recuerdos asociados explican una experiencia común: supongamos que encuentra una fotografía tomada cuando cumplió seis años o en su decima navidad. Al mirarla, un recuerdo lleva a otro y a otro, y así sucesivamente; pronto surgirá un flujo de detalles aparentemente olvidados a este proceso se le llama reintegración”.

Este planteamiento argumenta que los adultos mayores a través de sus vivencias y actividades generan recuerdos que desencadenan otros, como lo refiere, Denis Coon (2006). “Los recuerdos integrados parecen propagarse a través de las ramificaciones de la

memoria. Muchas veces se desencadenan por la esencia de aromas del pasado, la idea fundamental de la reintegración consiste en que un recuerdo desencadena otro. Así una experiencia completa puede reconstruirse a partir de una reminiscencia significativa”.

Por eso en los adultos mayores, cuando un recuerdo pasa por la memoria, empieza hacer un recorrido, de toda una época vivida, en la memoria se almacenan recuerdos que se construyen a medida que pasa el tiempo, y reúnen todas las vivencias que experimentamos a través de nuestra vida, estos se representan o emergen cuando una vivencia desencadena un recuerdo.

Por este motivo, gracias a las actividades programadas que les dan la oportunidad de conocerse y re- crearse, y recordar, al mismo tiempo que les permite reflexionar críticamente para así poder tener un balance acerca de lo vivido y las experiencias que han tenido a través de su vida, lo que les da una sensación de bienestar con sigo mismo al poder encontrarse y asumir sus vivencias como algo positivo que lo ha llevado a ser las personas que son, como lo argumenta el siguiente relato.

En un círculo el grupo cerraba los ojos y escuchaba los sonidos y la música que sonaba y luego se sentaban en el piso para continuar con la actividad de reflexión sobre cosas que hicieron en el pasado, entonces la que dirigió la dinámica describe que en el centro donde están sentados hay una laguna y que cada una tiene un jabón y con este se lava determinada parte del cuerpo, el cual hizo cosas malas , en cierto momento de la actividad comienzan a reír por ciertos movimientos y gestos y comentarios suspicaces, para finalizar la actividad se abrasan todas con agrado y felicidad DC10PR2.

Este relato nos da la oportunidad de entender que la actividad es muy positiva y les permite a los adultos mayores el recordar acerca de su tiempo vivido y así poder encontrarse con sigo mismos dentro de su interioridad, mediante los recuerdos que genero la actividad , lo que los invita a mejorar o solo disfrutar de aquellas vivencias agradable que tuvieron en el pasado y así de esta manera poder recordar lo que les da la oportunidad de vivir de nuevo aquellas experiencias producidas por los recuerdos. Con este relato se argumenta lo anterior.

“Por otro lado escuche que la dinámica de relajación fue algo especial el poder meditar acerca de lo malo que se halla hecho para así de algún modo poder remediarlo o curar heridas del pasado.DC10WR1”.

Según Cohen y Faulkner, (2002) “hallaron que los recuerdos distantes se percibían normalmente como si se miraran los acontecimientos teniendo lugar en calidad de espectador (es decir, como si uno mismo observara), mientras que los sucesos más recientes se recuerdan desde el propio punto de vista en la época. Para los adultos mayores, la frecuencia con que después habían pensado en el acontecimiento era la mayor causa de vivencias. Ellos indican, que el envejecimiento embota la nitidez de los recuerdos, solo repasándolos se puede conservar sus detalles.

Por eso es importante tener en cuenta que los recuerdos son una emoción difusa y difícil de explicar, porque cada cual los entiende a su manera y los expresa de forma diferente. Además los recuerdos podrán definirse como la forma en que se valora la vida en sus diferentes etapas, algo parecido a un estado de ánimo positivo que contagia la existencia en general y que se ve reflejado en las expresiones de los adultos mayores en el momento que realizan las actividades. Por eso se dice que la mejor manifestación de los recuerdos; es que recordar es vivir de esta manera el recuerdo da la oportunidad de ver la vida con otra perspectiva.

Los recuerdos son imágenes del pasado que se archivan en la memoria. Estos 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 en este caso, la de los adultos mayores.

Entonces, los distintos sentidos son una fuente inagotable de evocadores recuerdos. En la memoria quedan para siempre marcados los recuerdos que son ocasionalmente rememorados a través de los sentidos.

Un olor quedará guardado en nuestra memoria, y cada vez que éste acuda a nosotros, la evocación de aquellos años se hará inevitable. De igual manera sucede con el oído, particularmente con la música y esto es lo que les 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.

Por otra parte las manifestaciones de los recuerdos son desencadenadas por las vivencias, que hacen que haya interacciones para tener experiencias vividas.

Como argumenta Sánchez (2008). “las vivencias son las fabricas de los recuerdos están hechas de cualquier material y residen en cualquier dimensión. Son capaces de arrancarnos lagrimas o arrancarnos risas y como el buril a la plata, nos marcan para toda la vida”.

De esta manera podemos ver que las vivencias son el pilar que producen los recuerdos ya que estas nos permiten crear esos momentos que marcaran al adulto mayor y darán una perspectiva acerca de esas vivencias, las cuales pueden ser trascendentales dependiendo de la intensidad de estas, podrán llegar a tocar a nivel emocional, de aquí que los recuerdos cumple una función importante en el adulto mayor ya que permiten la oportunidad de traer ese recuerdo a las vivencias lo que da la sensación de que recordar es vivir. Como lo argumenta el siguiente relato: “Después otra de los adultos mayores me decía que le gustaba mucho bailar y recuerda que a ella de joven era muy rumbera. DC3JR1”.

Por ese motivo las recuerdos y las memorias hacen parte de las vivencias porque son almacenadas para poderlas reproducir y compartir, ya que son recuerdos que pueden ser de alguien o de algo los cuales evocan alegrías o tristezas. Debido a esto, las vivencias marcan una parte del ser, que influyen en nuestra forma de actuar o afrontar determinadas situaciones de la vida cotidiana.

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

Las vivencias son circunstancia de la vida que de una manera u otra generan un impacto emocional, ya sea trascendental o no, y marcaran de una manera positiva o negativa según la vivencia, de esta forma lo mencionado nos lleva a sumir que las vivencias son creadoras de significados como lo muestra el siguiente relato.

“Me gusto compartir con una de ellas, sobre lo triste que ha estado por la muerte de sus mama y que por ella está en el grupo. Siempre manifestó que aun la extraña y que se le olvida en ocasiones que ha muerto y hay momentos que la nombra como si estuviera al lado”. DC5JR1.

De esta forma las vivencias son asumidas subjetivamente marcando al ser como lo argumenta el siguiente autor, Díaz (2007). “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 este; 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 esta”.

De esta manera se da a entender que la memoria, los recuerdos y las vivencias son la parte estructural de cada ser y de esta forma son asumida por cada individuo estas significación caracterizaran a los adultos mayores quienes por medio de estas asumen sus roles y recrean sus experiencias ya que al pasar el tiempo han podido recopilar muchas experiencias que les permiten acumular diversos conocimientos y saberes los cuales pueden llegar a ser una guía para las futuras generaciones.

Las actividades físicas tales como; el juego, las manuales, las recreativas y el baile, permitieron desde la vivencia a los adultos mayores, momentos de esparcimiento, pero también algo maravilloso como fueron los recuerdos. Miremos a continuación desde cada actividad física como se presentó.

El juego.

El juego es un elemento fundamental, este les permite un espacio de interacción, goce, disfrute y diversión, mediante el cual pueden recordar aspectos de su vida que habían olvidado y a través de este, llegan a su memoria y los transportan a esos espacios de tiempo o etapa de la vida en los cuales vivencia, y a través estas actividades les da la oportunidad de recordar, y así relacionan el tiempo pasado con el presente permitiéndoles establecer una relación de temporalidad mediante el cual recuerdan un sentimiento pasado como lo manifiestan el siguiente relato

El grupo se divirtió mucho porque nadie demostraba angustia por irse a su casa o por querer ver a alguien referente a su hogar demostraban que habían

olvidado todo lo externo del lugar en el que se encontraban, para ellas estar en el salón es recordar infancia y mucha diversión pero no hay nada más agradable que disfrutar grupalmente. DC1JR1

Las manualidades

Representa una parte importante en la vida del adulto mayor, por que estimulan y ejecutan la mente y dejan volar su imaginación y su creatividad, las actividades manuales están muy marcadas desde su experiencia adquirida desde su cotidianidad, estas les permite integrarse de manera fácil y participativa, posibilitando ver la vejez de una forma dinámica, haciéndolos sentir útil actuando productivamente y socialmente, gracias a estas actividades, generan una comunicación mediada por los recuerdos, sobre aspectos significativos de sus vidas con el propósito de lograr acercamientos de intercambio de conocimientos, y así realizando actividades que no hacían en mucho tiempo.

Para este día me sorprendió mucho la imaginación y creatividad de algunas adultas mayores en cuanto a las actividades realizadas y mas para formar y buscar otras maneras para realizar el farol ya que algunas de acuerdo al molde que les di, crearon otros diseños, confirmando más que el arte de las manualidades es algo que lo llevan dentro de ellas. DC7JR1.

Las actividades manuales también los liberan de las tenciones físicas, generando tranquilidad, y desarrollando aun más su creatividad, permitiéndoles una liberación o distracción de lo cotidiano y la inactividad.

Actividades recreativas

En los adultos mayores brindan la posibilidad de socializarse e interactuar con las personas que los rodean, rompiendo así el aislamiento y la soledad, de esta manera las actividades recreativas los aleja de la rutina y el sedentarismo, logrando de esta manera prevenir o retardar el proceso de envejecimiento, y romper ante una sociedad los choques intergeneracionales y estereotipos nocivos que van en contra de la vejes. Gracias a las actividades recreativas ellos pueden liberarse de las tenciones físicas, estrés, ansiedad y depresión, y así fomentar la imaginación y creatividad, a través de huellas del camino de la

vida para así expresarlas libremente con emociones, para lograr integrarse más con personas de una comunidad y la misma familia.

Las actividades recreativas permiten que los adultos mayores comuniquen a compañeros aspectos significativos de sus vidas logrando un acercamiento y también realizando actividades que no hacían en mucho tiempo.

“Al terminar esta actividad interviene una recreadora, quien realiza una actividad lúdica recreativa en donde las integra por medio de juegos, baile, y las hacen reír y compartir momentos que hacía mucho tiempo no tenían”.DC1PR4.

El baile

La "danza" o el baile es la ejecución de movimientos utilizando la música con el cuerpo, los brazos y las piernas, con carácter lúdico, religioso o artístico. Es el teatro no hablado. ..., de esta manera El baile en los adultos mayores les permite como grupo una coordinación, participación y también recordar aspectos de sus vidas que hace mucho tiempo no traían a sus mentes. De esta manera se demuestra que el baile es una de las actividades más fuertes que sedan dentro del grupo, permitiéndoles momentos de goce y disfrute lo que les facilita una mayor motivación hacia esta actividad. Como lo argumenta el siguiente relato.

En ese momento compartí con una adulta mayor mientras tomábamos el refrigerio, ella me decía que casi no podía bailar porque después le dolía el cuerpo, Pero aprovechaba el espacio que le brindábamos para hacerlo porque rara vez lo hacía y que una vez al año no hace daño, según ella, y le decía que tenía la razón pero no tocaba esforzarse mucho. Después otra de las adultas mayores me decía que le gustaba mucho bailar y que a ella de joven era muy rumbera. DC3JR1.

De acuerdo al relato el baile es una actividad que está marcada en la vida de los adultos mayores ya que; como el baile es una expresión cultural que desde su infancia, o en algún momento de sus vidas a tocado a los adultos mayores; como es algo natural y que está guardado en su memoria y hace parte de sus recuerdos permite sentir un mayor agrado hacia esta actividad, lo que les da la posibilidad de traer al momento de ejecutar esta

actividad todas las experiencias, vivencias y recuerdos agradables que les dejo este, lo que facilita que el baile para los adultos mayores sea una actividad de goce, disfrute, y esparcimiento sin importar la edad ni las capacidades físicas o la buena coordinación que se tenga al realizar este, lo importante es disfrutar el momento y vivir la experiencia que les da el baile y revivir esa sensación de juventud, y que como muy bien dicen, “recordar es vivir” y esa es una de las sensaciones que les deja, de aquí que sea una de las actividades con mayor fuerza y más agrado para realizar por parte de los adultos mayores.

9.5.1 La presencia del asistencialismo en las actividades de los adultos mayores

Asistencialismo.

Uno de los hallazgos que se encontró en el grupo “atesorando” desde el encuentro con ellos, giro en torno a la presencia del asistencialismo, nos permitió evidenciar, que está enfocado en el adulto mayor hacia la promoción y prevención de la salud, así mismo esta direccionado políticamente a nuevas formas de asistir con bienes y servicios para mejorar la calidad de vida del adulto mayor. Como lo manifiesta Hernán Cardoso Cuenca (2001).

El asistencialismo, un buen benefactor o grupo de benefactores colocan su trabajo y esfuerzo personales o recursos propios para solucionar los problemas de terceras personas que se consideran no pueden valerse por si mismas, bien sea desde el punto de vista físico, psíquico o simplemente económico, por las circunstancias especiales en las que se encuentran. Hay una actitud paternalista y protectora de los benefactores hacia los beneficiarios de sus acciones.

De esta manera no lo demuestra el siguiente relato.

“Toma de frecuencia cardiaca y respiratoria”. DCPr3”.

Además:

“Terminada esta actividad pasan a recibir el refrigerio”.DC4WR6”.

De esta forma se ve que el asistencialismo, es la manera que ayuda y se presta como servicio, y es parte fundamental para el adulto mayor ya que este ve en él, la posibilidad de tener un acceso de forma gratuita a este, lo cual le será de gran beneficio en la medida que se hace más por la promoción de la salud, así como lo menciona la resolución 412 de febrero

25 de 2000 del Ministerio de salud, señala que: “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”. De esta manera mejorar la calidad de vida del adulto mayor.; en la forma que el asistencialismo cumple con una labor de ayuda, le permite subsistir al adulto mayor de manera digna y con la posibilidad de realizar muchas actividades que como ser humano tiene la oportunidad de vivenciar y disfrutar en esta etapa de la vida; la sociedad debe contribuir con el cuidado de los adultos mayores y sabiendo que por sus cambios fisiológicos no se puede desempeñar de forma competitiva a nivel laboral, y es responsabilidad social, brindar a ellos las posibilidades de ascender a estos bienes y servicios de forma gratuita, ya que muchos de ellos no tiene las facilidades económicas de ascender a estos, debidos a su situación laboral. Así como lo argumenta el siguiente relato; “Terminadas estas actividades se pasa a repartir el refrigerio de cada martes que les corresponde”. DC1PR5”.

De esta manera podemos darnos cuenta que el asistencialismo que se da en el grupo de adultos mayores atesorando está dirigido o centrado la mayor parte de las veces a brindar una ayuda de subsistencia hacia este; como lo argumenta el siguiente autor: Bienestar social y desarrollo de los derechos sociales. (2002) “De La atención, por ejemplo, que se está dispensando al sector de la tercera edad puede resultar miope, por cuanto los programas pecan en demasía de asistencialismo. Las atenciones que reciben son de casi exclusiva subsistencia o entretenimiento. Se olvida que el anciano sigue siendo un hombre y como tal tiene proyecto y futuro”.

Entonces el asistencialismo, es la forma de asistir individual o colectivamente con bienes o servicios básicos, es uno de los aspectos que se observan en el grupo de adulto mayor cuando se propone un incentivo alimenticio durante el desarrollo de las sesiones. Por otra parte también se logran otros beneficios asistenciales a través de otras medios ya sean personales, políticos o por alguna donación que alguien quiera hacer, de esta manera se proporciona algunas cosas que el grupo pudiera necesitar o necesita.

Otra forma de asistencialismo que se noto en el grupo de adultos mayores atesorando es a través de las actividades, estas son de gran beneficio para ellos ya que les dan la posibilidad de interactuar, socializar y así mejorar su estado tanto físico anímico y psicológico, de esta

manera las actividades asistidas son muy importantes en la vida del adulto mayor puesto que le generaran muchos beneficios.

Lo cual observamos dentro de la práctica, ya que nuestras actividades recreativas, físicas y deportivas generaban en ellos un bienestar de aquí que el asistencialismo se ve representado mediante las actividades dirigidas.

La realización de las diversas actividades, estuvieron enfocadas a mejorar la calidad de vida del adulto mayor. Como lo manifiesta el siguiente autor.

Según María Luisa Sarrate (1997) “superar el aislamiento, satisfacer inquietudes artísticas e intelectuales y mejorar el control sobre el propio medio son objetivos reconocibles en múltiples actividades programadas para los adultos mayores”

De esta manera lo argumenta el siguiente relato: “El cambio de rutina, el goce, la diversión, por medio de actividades diferentes a las de su entorno, cambia las perspectivas de la vida, generando en el grupo de adultos mayores, nuevos pensamientos y mejorando su autoestima” DC3PR6.

De esta manera las actividades que realizan los adultos mayores ya sea de tipo cognitivo o físico, ayudan a mejorar su calidad de vida de manera asistida por una sociedad, permitiendo integrarse de forma participativa con buenos conocimientos artísticos mediada por las actividades manuales y así de esta manera mejorar los lazos sociales por las diversas actividades programadas y reconocidas para ellos. Así lo argumenta el siguiente autor.

Charles, G. Morris, y Albert A. Maisto. (2001). “Las habilidades cognitivas permanecen intactas en un número considerable de ancianos. Los que realizan actividades intelectualmente estimulantes conservar su lucidez mental”. Como lo manifiesta el siguiente relato.

Volviendo nuevamente a esta actividad lo realizaron otra vez por 20 minutos, aunque algunas de ellas no querían parar y se miraba gran entusiasmo por seguir. Des pues pablo para continuar les dijo que nuevamente realizaran estiramiento para evitar que tuvieran algún malestar físico. Todas lo hicieron y como siempre con una sonrisa pintadas en sus rostros y más aun por la actividad realizada quedando agradecidas por que como decía una adulta mayor que solo bailaba en esta actividad porque ya en la casa ni con el marido. DC3JR3.

De esta manera se demuestra que las actividades que se realizan en los adultos mayores son de gran beneficio para ellos, ya que presentan cambios favorables para mejorar su bienestar y así potenciar sus capacidades intelectuales. También lo plantea, León Garduño, L. Estrada, y Salinas B. Amezcua. (2005)

La relevancia de la participación en las actividades cotidianas de las personas mayores es que estas representan una expresión de envejecimiento exitoso, ya como refiere la literatura, los ancianos que se involucran en mayor número de actividades muestran mejor funcionamiento psicológico y mejor calidad de vida. Dichas actividades son coleccionadas de acuerdo a las expectativas, recursos, deseos, necesidades, nivel de competencia y auto eficacia de los individuos.

De esta manera las actividades en la vida de los adultos mayores son una parte fundamental para el desarrollo de su personalidad y su inscripción en la sociedad, al permitirles desarrollarse como personas competentes en esta etapa de la vida, que los han de hacer inscribirse en una serie de roles los cuales son marcados por la sociedad y sus imaginarios, de aquí que las actividades que están dirigidas al adulto mayor deben de estar marcadas con formas de inclusión con asistencialismo no solo desde el dar cosas sino también desde su perspectiva corpórea o sea desde su sentir, pensar, actuar, comunicar, hacer y amar, donde estas deben de respetar los anhelos, deseo, expectativas y por supuesto deben estar programadas de acuerdo a sus capacidades ya que de no ser así, marcaran a este de una forma que en lugar de incluirlo en una sociedad los excluirán, al dejarles un sentimiento de impotencia al no poder participar de dichas actividades, formándose así un imaginario de que los adultos mayores son personas inútiles, de ahí la importancia que la sociedad debe realizar actividades que estén dentro de las posibilidades de los adultos mayores para que así estos puedan desarrollarse de una manera satisfactoria en esta etapa de la vida, como bien sabemos tienen cambios fisiológicos que llevan a los adulto mayor a disminuir sus capacidades físicas, pero esto no quiere decir que no puedan realizar muchas actividades bien programadas y dirigidas teniendo en cuenta lo anterior, y así fomentar en el adulto mayor el sentimiento de competitividad en nuestra sociedad; como lo argumenta el siguiente relato.

Observe el gran agrado y aprecio que tienen los adultos mayores para con cada uno de las personas que de una manera u otra les ayuda a sentirse útiles a esta sociedad, también el agradecimiento por los conocimientos impartidos para

realizar de mejor forma las actividades, para así conservarse útiles y sanos por mucho más tiempo. DC10WR1.

De esta manera lo argumenta el siguiente autor: Garduño, L. Estrada, y Salinas B. Amezcua. (2005) “Las personas ancianas con altos niveles de auto eficacia presiden un más alto desempeño en la participación de actividades cotidianas y muestran un mejor bienestar psicológico”.

Según el autor, los adultos mayores que tienen un alto nivel de eficacia debido a las actividades que realizan, presentaran una mejor forma de desenvolverse en todas las situaciones sociales, lo que les permitirá sentirse seres útiles en la sociedad y serán personas que psicológicamente van a estar mejor preparadas para afrontar todas las circunstancias que se le presenten en la vida

De esta manera lo demuestra el siguiente relato.

Para este día me sorprendió mucho la imaginación y creatividad de algunas adultas mayores en cuanto a las actividades realizadas y mas para formar y buscar otras maneras para realizar el farol ya que algunas de acuerdo al molde que les di, crearon otros diseños, confirmando más que el arte de las manualidades es algo que lo llevan dentro de ellas. DC7JR1.

De acuerdo al relato, las actividades los hacen partícipes en una sociedad, además les dan una sensación de bienestar lo que a nivel psicológico va a ser de mucha importancia puesto que de esta manera van a tener una mejor autoestima, y mejorarán su calidad de vida al sentirse bien consigo mismo y con una sociedad que en lugar de excluirlos les da su espacio que como seres humanos se merecen, la sociedad debe velar por que las actividades en el adulto mayor sean parte fundamental de su vida, para que así ellos puedan demostrar todas sus capacidades, cualidades y experiencias, que al transcurrir de su vida han logrado acumular y son de gran importancia para las futuras generaciones así como lo dice el viejo adagio “quien no conoce su historia pecara en repetirla”, y los adultos mayores son seres cargados de historia por lo tanto es deber de la sociedad preservar los conocimientos que tienen estos y darles la importancia y el lugar que ellos merecen. También el Asistencialismo es una forma de dar que no necesariamente esta representada por lo material, sino también la podemos evidenciar cuando al compartir damos amor cariño respeto y somos solidarios.

10. CATEGORÍA NÚCLEO

Esta categoría fue el resultado de la depuración y entrecruzamiento de todas las categorías anteriores como lo fueron las categorías abiertas, culturales o neutras, las axiales y las categorías selectivas. La cual abarco la idea central de la investigación y nos dio como resultado la siguiente categoría núcleo:

- **El tiempo pasado y presente como referente de las vivencias en los adultos mayores.**

Si el tiempo es el correr de las horas, minutos y segundos y al transcurrir este se convierten en días, semanas, meses y años, y se ven reflejado en el cuerpo a medida que pasa el tiempo dejando su huella imborrable que es la marca de aquellas experiencias y vivencias que al transcurrir de la vida quedan marcadas en nuestro cuerpo y mente.

En los adultos mayores el tiempo es tenido en cuenta pero no le dan mayor transcendencia al tiempo marcado en horas, minutos y segundos, sino al tiempo subjetivo que se evidencian como esos momentos que se tienen que aprovechar al máximo dentro de la vida, de esta manera es un elemento fundamental el cual crea un precedente que media las vivencias de cada uno de ellos, al permitirles aprovechar cada momento. Estos están constituidos por el tiempo presente y se relaciona con el pasado, en el cual se construyeron una serie de experiencias, conocimientos y sentimientos que quedaron almacenados en la memoria y serán recordados. Los recuerdos se puede decir que en los adultos mayores son amplios, ya que en ellos, hay más experiencia por su largo vivir, los recuerdos en los adultos mayores surgen diariamente y de manera espontanea con cada momento de la cotidianidad y pueden ser de felicidad, libertad o tristeza, sobre todo por actividades que ya no se pueden hacer con la misma frecuencia de antes, como por ejemplo; bailar fuera de casa, hacer deporte, desempeñar un cargo laboral.

Por otra parte los adultos mayores en sus actividades cotidianas generan una serie de vivencias, estas permiten el surgir de los recuerdos, que ellos articulan con el tiempo

presente y pasado, los cuales les dan la oportunidad de recordar todas aquellas experiencias que a medida que pasa el tiempo fueron recolectadas en su memoria y de esta manera podrán tener un referente en el tiempo presente para así mejorar ciertas situaciones de su vida.

Las actividades en la vida del adulto mayor son una fuente de nuevas experiencias que le permiten adquirir nuevos conocimientos o recuerdos de dichas experiencias, para que así en otro lugar o momento de sus vidas puedan ser traídos a la memoria y permitan el surgimiento de nuevos recuerdos, dándoles la posibilidad de relacionar todos aquellos recuerdos y experiencias que quedaron de las vivencias, de esta manera para el adulto mayor dichos recuerdos los lleva a pensar y reflexionar acerca de las actividades que son más convenientes y de mayor agrado, ya que estas les da la posibilidad de recordar; como son el baile las manualidades, el juego, actividades recreativas ,Las cuales les permiten disfrutar y sentirse a gusto, fomentando en cada uno de ellos la posibilidad de socializarse, compartir, participar, disfrutar y generar amistades lo que les permite expresarse dentro de su entorno social y más aun con su grupo contemporáneo, conformándose así como un grupo social, el cual está inmerso dentro de una sociedad que a medida que pasa el tiempo los ve como parte esencial de esta, brindándoles así las ayudas que necesitan.

El tiempo ha permitido que el adulto mayor, desde sus vivencias haya tenido la posibilidad de pensar en estas necesidades para mejorar así su calidad de vida, reflexionando acerca de aspectos como son, su bienestar físico, mental, emocional e intelectual, de esta manera el pensar en dichas necesidades lleva a delimitar una serie de actividades: como el asistir al grupo, participar de todas las actividades programadas, y promover el desarrollo de estas, y estas a su vez están marcadas por un sentimiento de bienestar el cual las impulsa o motiva , por ello sus necesidades humanas deben entenderse como un sistema en que las mismas se interrelacionan, interactúan y se satisfacen. En este caso en el tiempo que se encuentran, ellos han reflexionado con relación a su “Calidad de Vida” y esta a su vez es el fundamento concreto de su bienestar.

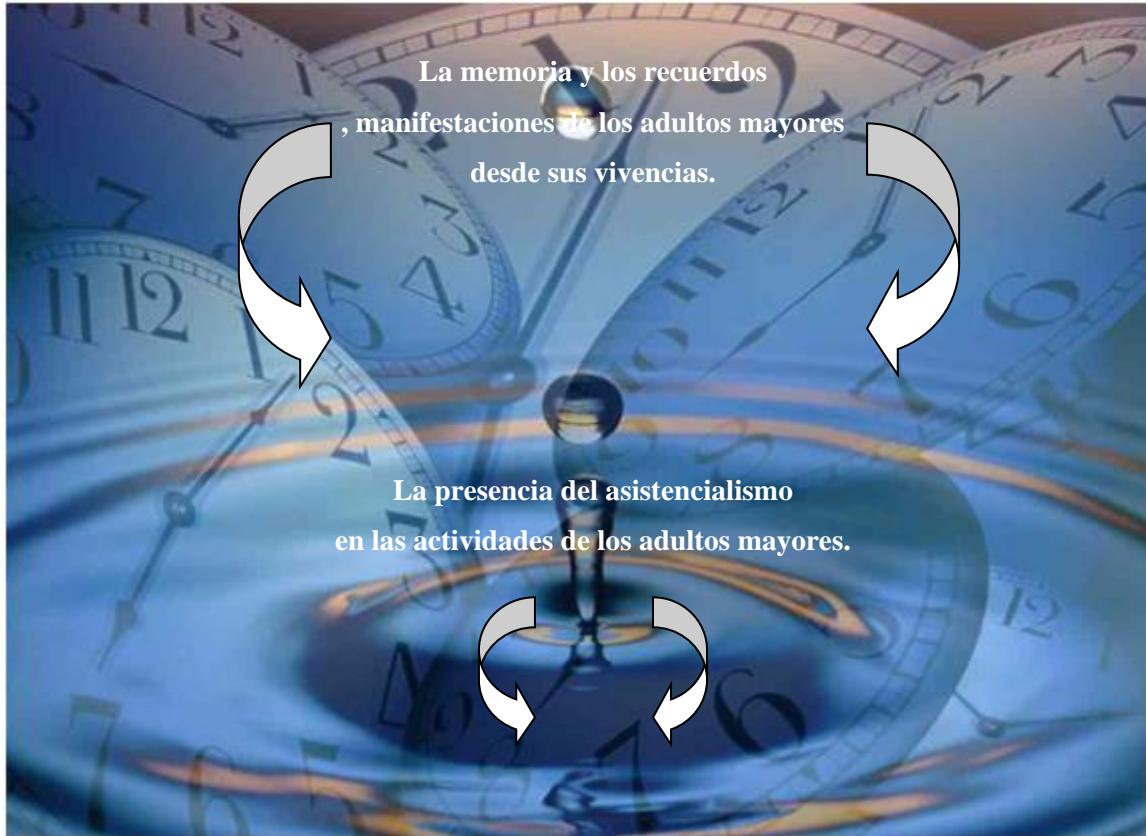
El bienestar se ha identificado con, “la riqueza familiar o individual”, “con el nivel de vida”, “con el estado de salud”, “con la longevidad individual”, con la calidad y cantidad de los “servicios médicos”, con “la satisfacción de necesidades y deseos” y con la

existencia de la llamada “felicidad”, elementos todos que individual o conjuntamente pueden ser sentimientos transitorios y que se traducen en calidad de vida como expresión del bienestar.

De esta manera en el adulto mayor, los cambios fisiológicos que se presentan, tanto físicos como psicológicos, llevan a una pérdida de ciertas capacidades para desarrollar un cargo laboral de una manera competitiva dentro de una sociedad, siendo el asistencialismo una forma de brindar ayudas al adulto mayor ya sea de forma: económica, política o servicios de salud, otra forma de asistencialismo en el grupo de adultos mayores se da a través de las actividades, recreativas, físicas y deportivas, estas son de gran beneficio para ellos y les dan la posibilidad de interactuar, socializar y así mejorar su estado tanto físico como anímico, de esta manera las actividades asistidas son muy importantes en la vida del adulto mayor, puesto que le generaran muchos beneficios los cuales ayudan a mejorar la calidad de vida. El asistencialismo cumple con una labor de ayuda, le permite al adulto mayor mejorar su bienestar y le da la posibilidad de realizar muchas actividades, que como ser humano tiene la oportunidad de vivenciar y disfrutar en esta etapa de la vida y se refleja en el adulto mayor, cuando por medio de un incentivo alimenticio, material, salud, recreación y la creación de nuevas políticas, que lleven a mejorar el bienestar social; cumpliendo de esta manera con su labor asistencial, debido a que el asistencialismo se puede enfocar de diversas maneras, se puede orientar desde esta perspectiva a contribuir a mejorar su, bienestar físico, psicológico y emocional para que el adulto mayor pueda llevar una vida plena.

11. PRE-ESTRUCTURA SOCIO CULTURAL ENCONTRADA

Figura 4. El tiempo y sus efectos



El tiempo pasado y presente como referente de las vivencias en los adultos mayores.

11.1 IMAGINARIO DE TIEMPO DEL ADULTO MAYOR

Interpretación de la pre-estructura

Es necesario que expliquemos el porqué se utilizó para la pre estructura sociocultural la figura del tiempo y sus efectos; Lo hicimos porque consideramos que es necesario para comprender mejor así los hallazgos encontrados a través de nuestro proceso investigativo. Las dos categorías selectivas (gotas) encontradas al analizar la información fueron la

memoria y sus recuerdos manifestaciones de los adultos mayores desde sus vivencias y la presencia del asistencialismo en las actividades de los adultos mayores; de las cuales se realizó e interpreto, para así conformar la categoría núcleo (fondo del estanque), la cual es el tiempo pasado y presente como referente de las vivencias en los adultos mayores, de esta manera el grafico nos da a entender la forma de cómo a través del proceso investigativo emergió la primera categoría selectiva que se encuentra ubicada en la primera gota del grafico ya que a través del proceso de observación pudimos darnos cuenta que la memoria y los recuerdos son las primeras manifestaciones que los adultos mayores demuestran en sus vivencias.

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 los imaginarios, de esta misma forma se puede asumir que los recuerdos tienen la misma naturaleza, lo que nos permitió comprender que los adultos mayores a través del tiempo han logrado mediante sus vivencias acumular una serie de recuerdos que almacenan en su memoria y que en el tiempo presente las manifiestan por medio de sus vivencias, siendo estas, a través del tiempo la fábrica de dichos recuerdos. De esta manera las vivencias están representadas en tiempo presente y los recuerdos por tiempo pasado, en el cual se desarrollaron y produjeron una serie de acontecimientos que quedaron almacenados en su memoria, constituyéndose así como recuerdos, los cuales se instituyen socialmente, como lo plantean Castoriadis cuando dicen que “los imaginarios sociales se refirieren en definitiva a esas múltiples cosmovisiones que el hombre engendra y desarrolla bajo diferentes formas para dar lugar así a la elaboración de sentido” de esta manera podemos asumir que esa elaboración de sentido es el mismo conocimiento que generan los recuerdos, para formar una pauta de reflexión sobre nuevas situaciones que se presenten y saber cómo afrontarlas, logrando desempeñarse de acuerdo a sus conocimientos adquiridos y de esta forma enfrentar su realidad desde su punto de vista y con sus perspectivas, desarrollando con mayor eficiencia todas las actividades que se proponen; otro de los aspectos que pudimos notar dentro de los adultos mayores y que fue uno de los aspectos más relevantes, del cual emerge la segunda categoría y la ubicamos progresivamente en la

segunda gota, porque de esta manera el proceso de observación nos permitió identificar, fue la presencia del asistencialismo en las actividades del adulto mayor.

De esta manera podemos evidenciar el asistencialismo desde dos puntos de vista, según el ministerio de salud señala que, se prestaran unos servicios asistenciales desde la salud y desde el plano monetario, donde cada uno de estos establece un rango de edades para obtener estos servicios, por que a medida que pasa el tiempo se presentan una serie de cambios físicos, psicológicos y sociales, los cuales disminuyen su capacidad física para ejercer cargos laborales con la eficiencia que lo exige la sociedad, de esta manera para el adulto mayor es muy importante que se le brinden las ayudas necesarias para que ellos puedan llevar una mejor calidad de vida, por medio del asistencialismo que no necesariamente está representado por lo material, sino también lo podemos evidenciar cuando al compartir damos amor cariño respeto y somos solidarios, debido a que al entrar en la tercera edad existen unos cambios sociales, que los enmarcan en una vida sedentaria y solitaria, es desde este punto de vista donde el asistencialismo no solo se evidencia como el dar bienes y servicios, también como el dar y el recibir manifestaciones afectivas, digamos así como un asistencialismo cargado de acción entendida esta como intención y emoción, tal como se llevaron a cabo las actividades físicas, las cuales nos llevaban a una pretensión paternalista y protectora.

En la vida del adulto mayor se da el espacio de recordar que en una época de sus vidas ellos tuvieron la oportunidad de satisfacer todas sus necesidades básicas puesto que se encontraban en una etapa productiva en sus vidas, debido a esto se generan recuerdos, donde antes ellos producían el sustento económico pero ahora se les brindan ayudas a través del asistencialismo, permitiéndonos comprender que a través de las actividades el adulto mayor recuerda como era su vida laboral en el pasado y como es en el presente.

La depuración y análisis de estas dos categorías nos permitió interpretar y comprender la categoría emergente que es la más fuerte y la llamamos categoría núcleo, está sustenta las categorías selectivas, por esta razón la ubicamos en el fondo porque es la base donde recoge y almacena toda la estructura social de los hallazgos encontrados, como lo demuestra el grafico, en este se puede notar el impacto que causan las gotas “ categorías selectivas” las cuales se fusionan en el estanque para conformar la categoría núcleo que es,

el tiempo pasado y presente como referente de las vivencias en los adultos mayores, de esta manera podemos ver el tiempo como lo plantea Szamosi, (1986) “ lo que la sociedad humana necesito desde un principio fue seguir la marcha del tiempo, que no tiene nada que ver con seguir el tiempo, aunque a veces se confundan ambas” seguir la marcha del tiempo significa ir a la par con el paso de las horas, minutos y segundos por esta razón las civilizaciones construyeron medios como relojes y calendarios, los cuales eran utilizados para seguir esa marcha del tiempo, situación de la cual los adultos mayores no son ajenos, pero también había que percatarse que dentro de ese tiempo, vivían momentos (vida cotidiana) y que es dentro de esos momentos, en el cual los adultos mayores a través de sus vivencias recolectaban una serie de experiencias o conocimientos, que al transcurrir el tiempo se convertirían en pasado, conocimientos acumulados.

De esta manera los adultos mayores al transcurrir su vida, han logrado recolectar una gran cantidad de conocimientos, experiencias y saberes que en el tiempo presente estos se conformaran como referente para sus vivencias y por ende también en imaginarios instituidos, lo que les permite formar una pauta para afrontar así todas las vivencias, dando cabida a lo instituyente, que se les presentan de acuerdo a sus nuevos saberes adquiridos al transcurrir del tiempo, afrontándolas de manera adecuada y seguir aprovechándolas al máximo, lo que les permitirá desarrollarse como personas muy capaces dentro de una sociedad.

12. ENSANCHAMIENTO DE HORIZONTES

12.1 LA EXPERIENCIA DE LA VIDA LO MÁS VALIOSO

La carrera que he escogido, me ha llenado de muchos conocimientos importantes para mi vida personal y profesional, enriqueciendo mi vida personal. En el transcurso de todos estos años de aprendizaje he logrado trabajar, y valorar todas las actividades que realizan las diversas poblaciones, aceptando con agrado las opiniones y aportes que me han dejado, mirando con otra perspectiva la vida.

Me ha gustado trabajar con la población de el adulto mayor, porque son experiencias de trabajo que me ha brindado la universidad, por eso me sentí motivado a querer explorar y conocer más sobre ellos, por medio de este trabajo de grado que se ha realizado, titulado el imaginario de tiempo de los adultos mayores, donde aprendí a valorar más sobre ellos, como es su modo de vivir y mirar la vida. Aprendiendo a valorar mi vida y la de los demás sin importar la condición.

Se reconoce que el adulto mayor brinda mucho, y comparten con amplitud toda su experiencia y motivados cuando son escuchados amablemente, y aun más cuando desean el mejor futuro a la juventud demostrándolo con aprecio y cariño que es lo que inspiran al compartir. Es gratificante interactuar con ellos ya que logre grandes lasos de amistad, despertando una confianza mutua y así lograr intercambiar nuestro diarios vivir, además recibiendo por parte de ellos sabios consejos para las etapas de la vida y lograr evadir obstáculos de los que alguna vez ellos no lograron.

A nivel profesional ahora es mi labor enseñar a aquellas personas las cuales muestran un grado de lejanía del adulto mayor, y así divulgar y cultivar que ellos siguen teniendo sueños y que la felicidad siempre está ahí en cualquier época de la vida, y demostrar que no están solos o alejados de la sociedad, demostrar que somos nosotros los que los alejamos, enseñar a compartir con ellos, aprender a escuchar sus palabras entrelazadas en el susurro, oír con paciencia una voz del silencio opacada por la soledad o desconectados del mundo, porque son marginados de toda actividad familiar. Enseñar a tener paciencia hacia ellos,

porque son los que nos han legado, lo que algún día le legaremos, a los que vienen detrás de nosotros.

Doy gracias a los adultos mayores, porque nadie más que ellos nos enseñan cómo llegar aprender a conocer ese imaginario mundo del adulto mayor porque es un trauma cuando se es apartado de la sociedad, pero es la época más importante de la vida, y llegar a ella demostrando que tan importante somos y que no somos diferentes, si no que cada ser humano es un mundo diferente y mas a esta edad demostrar que aun somos jóvenes. Porque tratar a un adulto mayor diferente en cuanto a la posición social si el diferente es aquel que lo rechaza.

Me siento contento de haber logrado cumplir con mis expectativas y sé que de ahora marco la diferencia ante mis compañeros, marco diferencia, porque compartí con el adulto mayor como lo esperaba y sé que nadie lo hará como yo lo hice. Entregándome de alma.

Juan Carlos Becerra

12.2 LA EXPERIENCIA DEL TEMPO VIVIDO

La condición de adulto mayor está determinada por el número de años que tenga una persona y esto lo configura como tal, pero esto no es un índice que refleja que tan viejo pueda sentir una persona, también las características que estructuran la condición de adulto mayor están conformadas por los cambios biológicos y psicológicos, que a medida que pasa el tiempo estos van evidenciando ciertas limitaciones que dentro de un contexto sociocultural ellos pasan a un segundo plano y no son tomados como parte elemental de la estructura social.

En el proceso investigativo en el cual tuve la oportunidad de participar, que fue imaginario de tiempo del adulto mayor fue una experiencia que me marco demasiado a nivel personal y profesional, personalmente fue una experiencia que me enseñó a conocer la vida desde otros puntos de vista, ya que al poder compartir con personas que han recorrido las diferentes etapas de la vida, en las cuales han vivenciado diferentes experiencias, y que a través de mi proceso de observación pude comprender las formas de

ver el mundo desde sus perspectivas, las cuales marcan un precedente que hace que yo vea la vida de otra forma llenándome de todas las enseñanzas que me dejaron ellos, para poder así valor mi vida y aprovecharla al máximo.

A nivel profesional tuve la oportunidad de estructurar de forma muy coherente una serie de conocimientos que por primera vez tuve la oportunidad de experimentar, ya que esta fue mi primera experiencia a nivel profesional con este tipo población, lo que me permitió comprender mucho mejor a los adultos mayores, dándome cuenta que ellos son una población muy especial debido a sus características personales, lo que me dejó unos grandes conocimientos para así programar actividades de acuerdo a estas características y a los intereses de ellos, lo que fue un gran reto para mí ya que nunca había trabajado con esta población. desde la educación física fue fundamental incorporar todos los conocimientos adquiridos para desarrollar y estructurar metodológicamente el trabajo que se realizó con el grupo.

Este proceso investigativo también me enriqueció académicamente ya que desarrollo en mí una serie de conocimientos investigativos que me permitieron comprender mucho mejor esta población, para así implementar mi programa de trabajo teniendo en cuenta toda la metodología con la cual desarrolle mi proceso investigativo, pero que al transcurrir de este fuimos articulando con otra serie de elementos que me permitieron profundizar más en mi trabajo de investigación.

Este trabajo es un gran aporte para la educación física la recreación y el deporte ya que por medio de esta investigación se aborda al adulto mayor desde una perspectiva más humana en la cual se desarrolla de una manera holística tratando de comprender al adulto mayor desde su sentir, pensar, actuar, teniendo en cuenta sus anhelos, expectativas y siempre trabajando con el ánimo de mejorar su calidad de vida contribuyendo mediante la educación física a mejorar su condición física y psicológica para sí contribuir en su vida. Una de las preguntas que me surge a través del proceso de investigación fue. ¿Cómo está configurado el tiempo cronológico dentro de su perspectiva?

Pablo Palacios

12.3 EL CAMINAR DEL ADULTO MAYOR A TRAVÉS DEL TIEMPO

El proceso investigativo que lleve a cabo en el grupo de adultos mayores “atesorando” fue un trabajo muí enriquecedor tanto a nivel personal como profesional, puesto que esta fue una experiencia nueva en mi vida me marco de muchas formas, el poder compartir con personas que han pasado por las diversas etapas de la vida y que están llenas de experiencias las cuales te permiten ver la vida con mucho optimismo así como lo ven ellas lo que a su vez te llena también de ese optimismo y alegría por la vida te da la oportunidad de pensar más acerca de todas esas metas que te propones a largo plazo y que si te dedicas y esfuerzas lo lograras, y lo importante no es llegar a esa meta sino disfrutar el recorrido que se hace para poder conseguirla , este trabajo investigativo me permitió interactuar con estas personas que han recorrido este camino y que han sabido afrontar todas las diversas circunstancias que se presentan al recorrerlo, pudiendo crear así una forma de ver la vida a través de los ojos de otras personas que ya la han experimentado permitiéndome así poder ampliar mi perspectiva acerca de lo verdaderamente valioso que hay en mi vida y así valorar y aprovechar al máximo esta.

A nivel profesional el trabajo realizado es muy valioso puesto que nunca había trabajado con esta población, fue un reto para mí el programar actividades que fueran de su agrado y que estuvieran acordes con sus capacidades físicas, de esta manera cada día que estuve trabajando con ellos era un proceso de aprendizaje para así poder enfrentar este reto de la mejor manera, dejando huella en los adultos mayores como ellos en mi, fue una experiencia muy placentera puesto que los adultos mayores son personas que saben lo que quieren y que cada momento para ellos es un espacio para disfrutar al máximo y sacarle el mejor provechó que se pueda a la situación, es un proceso que no podre olvidar puesto que me marco el poder aprender a interactuar con esta población pero como todo en la vida el aprendizaje nunca termina pero si marca en mi pautas para enfrentarme a un trabajo con adultos mayores en cualquier momento de mi vida profesional, sabiendo que para trabajar con los adultos mayores hay que dar lo mejor para que así ellos disfruten de tu trabajo valoren este y sea muy beneficioso para ellos tanto físico y psicológico.

El trabajo realizado con los adultos mayores del grupo atesorando es un aporte muy grande a la educación física la recreación y el deporte ya que es una población con necesidades especiales debido a su capacidad física, pero este trabajo permite profundizar en dichas necesidades para así poder comprender mejor al adulto mayor y desarrollar planes de trabajo especializados solo para esta población, además la población de adultos mayores está un poco abandonada y estos trabajos de investigación permite abordarlos para así poder comprender y mejorar su situación ya que es una población que necesita mucha atención debido a los diferentes cambios físicos que sufren en esta etapa y que mejor que la educación física la recreación y el deporte para hacerse cargo de dichos cambios permitiendo así a través de esta mejorar su capacidad física y por lo tanto su estado anímico y psicológico así como lo plantea la educación física mente sana y cuerpo sano. Después de la realización de este trabajo me quedan muchas preguntas pero una de las más importantes es; ¿por qué el adulto mayor está configurado dentro del tiempo presente y pasado y no se proyecta hacia el futuro?

Wilson Hernán Meneses

BIBLIOGRAFÍA

BAEZA, Manuel Antonio. (2000). *los caminos invisibles de la realidad social, imaginario social*, Chile: biblioteca virtual universitaria- Antioquia

BEAUVOIR, Simone. (1985) “*La vejez no es un hecho estadístico, es la conclusión y la prolongación de un proceso.* 1ª edición revisada. Biblioteca virtual universitaria.

CÁRDENAS Patricia J. en el año 2003, realizó un estudio cualitativo denominado “*Encuentros culturales y recreativos del adulto mayor, nuevo comienzo; otro motivo para vivir*”

CARDOSO, Cuenca Hernán (2001). *Contabilidad de entidades de economía solidaria.*

CASANOVA, Forcada (1999) “*El viejo no necesita modelos o readaptaciones de modelos grupales*”

CASSIRER, Ernst. (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*”

CASTORIADIS, Cornelius. (1996), *la institución imaginaria de la sociedad I* (Barcelona) Tusquets Editores.

CASTORIADIS, Cornelius. (2003) “*Hablamos de imaginario cuando queremos hablar de algo inventado*” Barcelona Tusquets.

CHARLES G Morris, Albert a Maisto. (2001). *Introducción a la psicología*, 10 edición

COOPER Y GOETHALS (1981) *“es frecuente descubrir al anciano como un ser introvertido, rígido y deprimido”*.

COMFORT, A. (1986), *una buena edad. La tercera edad*. Editorial Blume.

CON, Denis. (2006) *“recuerdos, psicología”* Extraído el 10 de mayo, 2010, de [www. Google, libro.com](http://www.Google.com)

EISDORFER, Carl. (1983). *“El viejo no es más ni menos una víctima, no sabemos si de la vida, de la ciencia o de la sociedad”*.

FERNÁNDEZ (2006) *“el tiempo libre adquiere en la vejez otras funciones,”*

FREIRE Paulo. (2001) *“Educación y actualidad brasileña”*.

FREIRE Paulo. *“Nuevos planteamientos en la educación de adultos”*. 1 edición

FRANCO (2003) *“el imaginario radical como fuente de creación”*

GONZÁLES (1983) *“Los ancianos verdaderos abrazan la vejez con alegría y así descubren su papel propio en la sociedad”*

GARDUÑO, L. Estrada, y SALINAS B. Amezcua. (2005). *“Calidad de vida y bienestar subjetivo en México”* 2 edición.

HURTADO René, Jaramillo Luis G., Zúñiga Ignacio y Montoya Harvey en el 2005; realizaron un estudio de tipo cualitativo en la ciudad de Popayán denominado *“jóvenes e imaginarios de la educación física”* armenia. Quindío: Kinesis

KEITH, en el año de 1980 “*Categorización de los roles fundamentales asumidos por las personas mayores*”,

LACHNER Norbert, (2008) “obras escogidas”

LIDIA N. C. de Loughlin en el año 2002 “*El curso de la vida humana*”

MAYORES SOLIDARIOS, (2000) “*caritas españolas*”.

MARDONES, José maría. (1993) fe y políticas, “*el compromiso político de los cristianos en tiempo desencanto*”. 2° edición.

MORÍN Edgar y Kern (199,189), Teorías de la complejización de las ciencias:

MOSCOVICCI, serge. (1960) Plantea que: “*Percibimos categorías generales de la realidad*” Chile, Ril.

MOCKUS, A. (1994) siguiendo a Habermas, “*comprensión de los textos culturales desde el análisis e interpretación de los contratos de habla*”

ONU (2005) estadísticas de población mundial.

ORDÓÑEZ y GÓMEZ (1998) *Comportamiento y salud 2*. Santa fe de Bogotá: kinesis

Plan de ordenamiento territorial 2002 – 2011 del municipio de Popayán, extraído el día 4 de junio, de 2002 de pot@popayan.gov.co.

RAMÍREZ, G José Carlos, (2006). *Los derechos y los años, otro modo de pensar y hacer política en los adultos mayores, por Referencias*. Primera edición

ROSALES N, Rosa maría (2002). “*Trabajo salud y sexualidad*”

SAN AGUSTÍN (1990) *confesiones XI*, 14. Madrid, Alianza Editorial S.A.

SÁNCHEZ I. María del pilar. (2008). “*familia trabajo y sociedad*” mujer y salud, ediciones Días de santos S.A Madrid

SÁNCHEZ, L, Luis F, Medina J. y Carlosama M. Alejandro, en el 2007, “*imaginario de tiempo de la comuna dos de la ciudad de Popayán*” Popayán cauca. Facultad de ciencias naturales exactas de la educación. Universidad del cauca

SÁNCHEZ A. María Elisa (2002), “*El adulto mayor, la actividad física y la calidad de vida*”. Extraído el 20 de octubre, de <http://www.kinesis.com.co/sumario3.html>

SOPRANO Ana M, Narbona Juan, febrero de 2007.

La memoria del niño, desarrollo normal y trastornos, Buenos Aires y Pamplona publicaciones masson

SPANO (2006, marzo) “*Los espacios en blanco, de nuestros viejos los llevan muchas veces a estados de apatía y alejamiento*”

SAMOSI, G. (1986). *Temporalidad, Determinación y Azar*. En Bleichmar, S. (comp). Lo reversible y lo irreversible. Argentina, paidòs.

Organismo Mundial de la Salud (2007).

WELFORD. (1983 Citado por Quintero, 1983) “*la sabiduría no depende de la agudeza visual o de estímulos*”

ZAPATA Farías y Hernán en el año 2005 realizaron un estudio de tipo cualitativo denominado “ *participación e identidad en el adulto mayor* “

ZUBIRI, X. (1989). *Espacio, Tiempo, Materia*. Madrid, España. Alianza Editorial
Fundación Xavier Zubiri

WWW. DANE. gov.co – link, censo, 2005, población.