

**IMAGINARIOS DE TIEMPO EN EL ADULTO MAYOR
EN PAISPAMBA, MUNICIPIO DE SOTARÀ**

**CARLOS ANDRES CRUZ MONTOYA
DOMINGO ANIBAL ORDOÑEZ DELGADO
GABRIEL JULIAN SANCHEZ MONTILLA**



**UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BASICA CON ENFASIS
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACION Y DEPORTES
POPAYAN
2013**

**IMAGINARIOS DE TIEMPO EN EL ADULTO MAYOR
EN PAISPAMBA, MUNICIPIO DE SOTARÁ**

Proyecto de investigación para optar al título de Licenciados en Educación Básica, con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes.

Investigadores

**CARLOS ANDRES CRUZ MONTOYA
DOMINGO ANIBAL ORDOÑEZ DELGADO
GABRIEL JULIAN SANCHEZ MONTILLA**

Director

Mag. PEDRO ANIBAL YANZA MERA

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BASICA CON ENFASIS
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACION Y DEPORTES
POPAYAN
2013**

NOTA DE ACEPTACIÓN

DIRECTOR: _____
Mag. Pedro Aníbal Yanza Mera

JURADOS: _____
Esp. Clara Inés Córdoba Llanos

JURADOS: _____
Mag. Carlos Ignacio Zúñiga

FECHA DE SUSTENTACION:

27 de febrero de 2013

TABLA DE CONTENIDO

Pág.

INTRODUCCION	6
1. REFERENTE CONCEPTUAL	7
1.1 IMAGINARIO	7
1.2 LA NOCION DE TIEMPO	9
1.3 ADULTO MAYOR.....	10
2. ANTECEDENTES	14
2.1 INVESTIGACIÓN MUNDIAL	14
2.2 INVESTIGACIÓN NACIONAL.....	16
2.3 INVESTIGACIÓN REGIONAL Y LOCAL.....	16
3. CONTEXTO SOCIOCULTURAL	18
3.1 CONTEXTO MUNDIAL:	18
3.2 CONTEXTO NACIONAL	19
3.3 CONTEXTO REGIONAL.....	19
3.4 CONTEXTO LOCAL.....	21
4. SITUACION PROBLEMATICA	23
4.1 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	24
5. JUSTIFICACIÓN	25
6. OBJETIVOS	26
6.1 OBJETIVO GENERAL.....	26
6.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	26
7. METODOLOGIA	27
8. PRE-CONFIGURACIÓN	31
8.1 DESCRIPCIÓN DE LAS CATEGORÍAS SELECTIVAS.....	31
8.1.1 <i>La vida en los Adultos Mayores cargados de lágrimas y risas</i>	31
8.1.2 <i>La cotidianidad del Adulto Mayor</i>	37
8.2 DISEÑO DE LA PRE-ESTRUCTURA SOCIOCULTURAL	44
9. CONFIGURACION DE LA REALIDAD	47
10. RECONFIGURACIÓN DE LA REALIDAD	49
10.1 ESTRUCTURA SOCIOCULTURAL	50
11. LOS IMAGINARIOS	54
11.1 <i>Las huellas del recuerdo en los Adultos Mayores.</i>	54
11.2 <i>Encuentro y relaciones sociales de los Adultos Mayores desde el día a día.</i>	62
11.3 <i>Los anhelos de los Adultos Mayores.</i>	68
12. HALLAZGOS	75
TIEMPO DE VIDA.....	75
13. ENSANCHAMIENTO DE HORIZONTES	78
12.1 MI CRECIMIENTO PERSONAL JUNTO A LOS ADULTOS MAYORES.	78
12.2 LA VIDA, UNA SENSACIÓN INOLVIDABLE	80
12.3 VALORAR A LOS ADULTOS MAYORES, MI NUEVA PERCEPCIÓN DE VIDA.	82
13. REFERENTE BIBLIOGRAFICO	85
ANEXOS	88

LISTA DE TABLAS

Tabla 1.Censo de Adultos Mayores.....	20
Tabla 2 .Entidades regionales para la atención del Adulto Mayor	21

LISTA DE FIGURAS

Figura 1.pre-estructura sociocultural.	44
Figura 2.Estructura sociocultural.....	50

LISTA DE ANEXOS

ANEXO A: DIARIO DE CAMPO.....	88
ANEXO B: RELACIÓN DE PREGUNTAS ORIENTADORAS	89
ANEXO C: CONSENTIMIENTO	90

INTRODUCCION

Este proyecto de investigación está enmarcado en el macro proyecto de Imaginarios de Tiempo de los Adultos Mayores, el cual se desarrolla desde los grupos de investigación de experiencias Pedagógicas en Educación Física, Recreación y Deportes y Kon-moción de la Universidad del Cauca.

En el presente trabajo investigativo acerca de los Imaginarios de Tiempo en el Adulto Mayor en Paispamba Sotará, Cauca, se enmarca y se inicia, desde un referente conceptual basado en el Imaginario, la Noción de Tiempo y los Adultos Mayores, en estos tres ejes fundamentales se sitúa la investigación y en una serie de contenidos que estructuran la misma. Posteriormente se considera importante tener en cuenta los Antecedentes y el contexto sociocultural, en el cual se retoma de ellos, los sucesos que describen las características mundiales, nacionales, regionales y locales de la población a investigar. Con ello, la Situación Problemática, donde nace la necesidad de la comprensión de este trabajo significativo en los Adultos Mayores de Paispamba, Sotará y por consiguiente surge la Pregunta de Investigación acerca de ¿Cuáles son los imaginarios de tiempo en los Adultos Mayores de Paispamba, Municipio de Sotará? Y de la misma manera entra en juego la Justificación al igual que se defiende el Objetivo principal y los objetivos específicos.

La Metodología se basa en una investigación de tipo cualitativo, de enfoque histórico hermenéutico, con un sub-enfoque de complementariedad etnográfica. De igual forma se presenta un diseño que asume tres momentos, la pre configuración, configuración y reconfiguración de la realidad y la utilización de técnicas e instrumentos de investigación. Finalmente se presenta un *Ensanchamiento de Horizontes* donde se describe el impacto de la investigación hacia los investigadores y se plantea las bases bibliográficas en las cuales se consultó para este trabajo.

1. REFERENTE CONCEPTUAL

1.1 IMAGINARIO

Se sabe que los imaginarios son construcciones socio culturales que se edifican en una comunidad o población, estas construcciones son dependientes del ambiente en el cual el ser humano interactúa entre sí, tales como una imagen, una leyenda o una historia del ambiente donde se vive. Los imaginarios no son únicos ni singulares, son modos y formas de vida que rompen con posibles estructuras teóricas y científicas y que por la fuerza que manifiestan sus actores se convierten en realidades sorprendentes y maravillosas. Entonces el imaginario social se convierte en una fuerza de existencia cultural en la cual se imagina su entorno social, y es así como lo manifiesta el siguiente enunciado de Taylor L y Charles:

Adopto el termino imaginario, (1) porque me refiero concretamente a la forma en que las personas corrientes "imaginan" su entorno social, algo que la mayoría de las veces no se expresa en términos teóricos si no que se manifiesta a través de imágenes, historias y leyendas. Por otro lado (2). A menudo la teoría es el coto privado de una pequeña minoría mientras que los imaginarios sociales que lo comparten amplios grupos de personas, si no la sociedad en su conjunto: (3) El imaginario social es la concepción colectiva que hace posible las prácticas comunes y un sentimiento ampliamente compartido de legitimidad¹.

Es por ello que los imaginarios sociales tienen un campo de amplitud, donde se comparten historias, leyendas, imágenes de manera colectiva, pues nacen en una interacción con la alteridad, se construyen en la subjetividad de las personas y se patentan en la creencia de su propio imaginario hecho realidad. El sentido subjetivo de los imaginarios y el carácter de relaciones sociales en el que se enmarcan es expresado en la siguiente cita de Baeza, Manuel A.

¹TAYLOR, L. & CHARLES. Imaginarios sociales modernos. Barcelona España: Paidós S. A., 2006, p. 37.

El imaginario social se constituye en singulares matrices de sentido existencial, como elemento coadyuvante en la elaboración de sentidos subjetivos atribuidos al discurso, al pensamiento y a la acción social. Los imaginarios sociales como siempre, son contextualizados, ya que le 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 colectivos².

El discurso, el pensamiento y la acción social como elementos de comunicación entre la sociedad, hacen que el imaginario se torne y se institucionalice socialmente como una manera de ver el espacio, el tiempo y el contexto en general. Castoriadis, dirá que: *“la institución es una red simbólica en la que se combinan dos variables, un componente funcional y otro imaginario”³.*

Así, todas las instituciones poseen un juego de fuerzas en tensión constante. Por un lado se encuentra lo instituido, que estará dado por lo establecido y lo determinado, que representa una fuerza que tiende a perpetuarse de un modo determinado, conservador, resignado, en contra de todo cambio. Y lo instituyente será aquella fuerza que oponiéndose a lo instituido, será portadora de la innovación, el cambio y la renovación.

De otro modo, el imaginario social es una creación o invento del ser social, que al convertirse en realidad se institucionaliza como imaginario. Es decir que la imaginación es fundamental para la creación de imaginarios sociales, esto con el fin de vivenciar el presente y el futuro de diversas maneras. Cornelius Castoriadis hace un acercamiento a esta percepción:

²BAEZA, Manuel A. Los caminos invisibles de la realidad social. En, Red internacional del libro Ltda. Ensayo de sociología profunda sobre los imaginarios sociales. Chile, 2000. p.132.

³ CASTORIADIS, C. El imaginario social y la institución. Buenos aires. Argentina: Tusquets. 1996. p.132.

Hablamos de imaginario cuando queremos hablar de algo "inventado" ya se trate de un "invento absoluto" (un historia inventada de cabo a rabo), 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).⁴

1.2 LA NOCION DE TIEMPO

Al hablar de tiempo hay que tener en cuenta muchos aspectos, ya que el tiempo abarca diferentes situaciones que no permiten definirlo o darle un significado propio, el tiempo en el estado en el que se vea ya sea pasado, presente o futuro tiene mucha importancia ya que ha permitido fundar, crear, conocernos y crecer culturalmente.

Ahora bien, en la preocupación por la identificación de los imaginarios de tiempo del Adulto Mayor en Paispamba cabecera municipal de Sotará, adentrándose específicamente en la concepción de tiempo, se alude que es una manifestación existencial vital y no cronológica, puesto que la preocupación de la investigación se basa cualitativamente en encontrar imaginarios que tienen un carácter subjetivo acerca del tiempo, es decir, cómo el Adulto Mayor concibe el imaginario de tiempo en una zona urbano. Para esto se retoma el siguiente apartado de Melich:

El tiempo vital o existencial (kairos). A diferencia de lo que podría pensarse es el tiempo real de la vida cotidiana. El tiempo vivido es el tiempo subjetivo opuesto al tiempo del reloj. El tiempo vivido es nuestra vía temporal como ser en el mundo. Cada individuo se orienta en el presente y en el futuro en función de él y también gracias a él revive el pasado. El tiempo objetivo, el kronos, posee un vocabulario propio en distintas lenguas, horas, minutos, segundos...pero cada pluralidad de horizontes del mundo de la vida vive a su modo el tiempo⁵.

⁴ Castoriadis, Cornelius. La Institución Imaginaria de la Sociedad. El imaginario social y la institución. Vol. 2. Buenos Aires: Tusquets Editores.2002 p.219.

⁵MELICH, Carles. Del extraño al cómplice, la educación en la vida cotidiana. Barcelona: Antrophos, 1994 p.77.

Sustentando la idea de concebir los imaginarios de tiempo subjetivo, existencial y vivido con el fin de enriquecerse en experiencias que el Adulto Mayor puede brindar en los diversos espacios, ya que en estos emergen las diversas situaciones de su vida social, desde los ámbitos profesionales, culturales, políticos, económicos, entre otros, puesto que se necesita de un medio en el cual puedan interactuar. Con ello se busca desentrañar por medio del discurso, el lenguaje, el pensamiento y la acción social, el tiempo vivido en el pasado, la construcción del presente y futuro. Además esta población tiene una experiencia significativa en cuanto al tiempo. En este sentido se toma al tiempo como una institución social, en palabras de Norbet Elías:

Pero tampoco es el tiempo una simple «idea» que emerja de repente de la nada en la cabeza de un individuo. Es asimismo una institución social diversa según el grado de desarrollo de las sociedades. Al ir creciendo, el individuo aprende las señales de tiempo habituales en su sociedad y a orientar según ellas su conducta. La imagen recordatorio del tiempo, la representación del mismo que posee un individuo, depende del nivel de desarrollo de las instituciones sociales que representan el tiempo y lo comunican, así como de las 23 experiencias que el individuo ha tenido de las mismas, desde su primera edad⁶.

Es así como se asume una posición acerca del tiempo más exactamente con los aportes de Melich y Elías, concluyendo que el tiempo es una institución social construida de manera subjetiva que refleja la experiencia vital del hombre.

1.3 ADULTO MAYOR

Como una primera aproximación al tema del Adulto Mayor y en términos muy sencillos, se puede afirmar que en la actualidad en casi todo el mundo las personas viven en promedio más años que antes, que se observa un importante incremento de personas de edades avanzadas y que ambas

⁶NORBERT, Elías. Sobre el tiempo. Fondo De Cultura Económica, 1984,p.23

situaciones se dan en cada país de manera diferente. Dicho de otro modo, la sociedad a nivel mundial ha envejecido y sigue envejeciendo más que en otros periodos de la historia y el número de adultos mayores también ha aumentado, aunque esta transformación demográfica presenta características propias en cada país.

De esta manera, solo desde hace algunos años se han establecido programas para el Adulto Mayor e iniciado reformas en los sistemas de salud, de seguridad social y políticas activas, para enfrentar el envejecimiento de la población.

A pesar de todas las iniciativas implementadas, aún quedan demasiadas tareas por hacer en cada uno de los países latinoamericanos de acuerdo con sus respectivas realidades. En Colombia, según noticias aparecidas en la televisión, está atrasado, principalmente en materias de oferta de médicos geriatras, de salud mental, de cuidadores para la tercera edad y de infraestructura urbana.

¿A qué edad se es Adulto Mayor? Se debe aclarar que este proyecto asume al Adulto Mayor como una etapa del ciclo vital, en la cual se puede demarcar de forma clara un rango de edad. Por esta razón es aquella persona que cuenta con 60 años o más. Según el artículo 7° de la ley 1276 del 5 de enero del 2009⁷, desde esta edad es posible desarrollar una mayor cantidad de acciones preventivas que a los 65, partiendo del supuesto de que a edades más tempranas los daños a la salud son menores y que, por lo tanto, se puede mejorar la calidad de vida con menor dificultad.

⁷LEY 1276 DE 2009 [En línea]. http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley/2009/ley_1276_2009.html. [Citado el 15 de febrero 2012].

Aunque este criterio tiene plena validez, es legítimo pensar que el problema esencial no radica en la edad límite que se fije para el inicio de la Adulter Mayor, sino en el derecho de todo ser humano a tener una vida digna, segura, saludable y de buena calidad en cada una de las etapas de la vida y, sobre todo en la última; como lo plantea García en el siguiente aporte:

El concepto de Adulto Mayor es un constructo reciente, joven que nació hace aproximadamente una década, su semántica no solo alude a personas ancianas que han alcanzado una edad cronológica mayor de 60 años, ni tampoco a personas vulnerables clínica, social y culturalmente. Si anteriormente la población longeva era denominada con adjetivos tales como "senecto", "viejo", "anciano" y "gente grande" entre otros⁸.

Por lo tanto, el Adulto Mayor es la persona que se le considera de esa manera, debido a que ya no puede laborar, trabajar o ejercer alguna actividad que requiera mucho esfuerzo físico, debido a enfermedades, medicamentos, desgaste por la edad o por haber trabajado desde una temprana edad; lo anteriormente dicho se puede justificar con el siguiente fragmento de la autora Martha Elena Yamasaki:

Es impreciso marcar una edad para aceptar que a partir de entonces comienza la tercera edad, puesto que el envejecimiento es un proceso progresivo que no todas las personas experimentan con la misma intensidad. La composición corporal varía a lo largo de la vida, y estos cambios están notablemente influenciados por el tipo de alimentación, la práctica de ejercicio, la edad, la situación fisiológica o patológica, el consumo de medicamentos, etc.⁹

En este grupo de personas se pueden encontrar algunos adultos que por el trajín del tiempo y el trabajo, aún no han cumplido la edad para formar parte de este grupo pero se encuentran dentro de él, porque su cuerpo ya no responde como antes, no con esto queriendo decir que ya no pueden realizar otro tipo de

⁸ GARCÍA, José. Los derechos y los años, otro modo de pensar y hacer política en Latinoamérica: los adultos mayores. México: Plaza y Valdés, S.A: de C.V. 2006. p.236.

⁹YAMASAKI, Martha Elena. Tofu. Madrid España: EDAF, S.A, Jorge Juan, 2004. p.195.

actividades que exigen tanto esfuerzo, también se pueden encontrar los pensionados dentro de este grupo los cuales al cumplir determinada edad se les considera que no deben laborar más, de igual manera su cuerpo ya no les responde igual, es así como dentro de este grupo se encuentran algunos de nuestros padres o abuelos, los cuales invierten su tiempo en actividades que le gustan o de ocio, como leer, charlar con sus amigos o la familia, asistir a actividades aeróbicas para no perder del todo su actividad física, tales como danza, trotar, caminar, aeróbicos. Nuevamente retomando a García con uno de sus aportes:

El Adulto Mayor deja de ser un individuo aislado, recluido en el asilo o marginado en el seno familiar para convertirse primeramente en un sujeto social que interactúa entre sus iguales a través de asociaciones o clubs llamados de la "tercera edad" y en los que experimentan relaciones de acercamiento, reconocimiento y toma conciencia de su situación social.¹⁰

Tal vez es equívoco encerrar a los abuelos en este grupo social de personas, pero se piensa que una persona se le considera Adulto Mayor o abuelo cuando la sociedad no les encuentra más utilidad laboral y los consideran más un estorbo que un ser humano, y ahí es donde son pocos los que hacen diferencia al apoyar y realizar actividades de recreación para estas bellas personas.

A este tipo de personas todos le deben cariño, afecto, esfuerzo, apoyo; son tantas las cosas que ellos han hecho por sus familias, que a decir verdad son pocos los que de alguna manera u otra hacen algo para compensar todo ese esfuerzo y sacrificio que han realizado, muchos piensan que la solución es llevarlos a un ancianato o casas de ancianos cuando creen que lo único que hacen es estorbar, pero no por ello queriendo decir que todas las personas consideradas Adultos Mayores terminan de esa manera, puesto que son variables las edades de este tipo de personas.

¹⁰GARCÍA, Op. Cit. p.237.

2. ANTECEDENTES

Para este trabajo fue de suma importancia buscar vacíos investigativos para ver la pertinencia de lo que se investigó, se tuvo que indagar, relacionar y reconocer los diferentes tipos de investigaciones, tanto cualitativas como cuantitativas acerca del tema a tratar; de modo que estas contribuyeron a encaminar el recorrido investigativo.

En la búsqueda realizada de antecedentes sobre imaginario, tiempo y Adulto Mayor se encontró un sin número de investigaciones nacionales e internacionales de tipo cualitativo enfocadas por lo general en la promoción y prevención de la salud, sin embargo a nivel local, en el rastreo ejecutado no se encontró ningún tipo de investigación sobre Adultos Mayores.

2.1 INVESTIGACIÓN MUNDIAL

Keith¹¹, en el año de 1980 realizó un estudio investigativo de tipo cualitativo en Estados Unidos, denominado “categorización de los roles fundamentales asumidos por las personas mayores” que tenía como objetivo categorizar en dos roles las sociedades primitivas. Con el 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 cuando las personas llegan su mayoría de edad son abandonados o relegados de cualquier rol. En este caso se pudo hacer un símil con las primeras sociedades primitivas, las cuales tenían culturalmente en su esencia el respeto por los Adultos Mayores, pues se les reconocía como riqueza los saberes adquiridos en sus experiencias; por lo anterior esta investigación

¹¹KEITH. Categorización de los roles fundamentales asumidos por las personas mayores. 1980 California: Magnus.

reconoció la perspectiva de Keith como un aporte válido para la apreciación del adulto mayor.

Sánchez M¹². Realizó un estudio cualitativo en el año 2002 en Cuba, denominado “el Adulto Mayor, la actividad física y la calidad de vida”, que planteo como objetivo desarrollar un proceso de promoción que repercuta en la calidad de vida y 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, lo cual le permite integrarse mejor con su familia, la comunidad en general, proyectándose a la vez a tener una mejor calidad de vida. Aunque esta investigación no se basó en la actividad física, fue necesario reconocer al Adulto Mayor como un ser integral, para lo que es importante estar bien en toda una serie de aspectos.

Vicente Romo ¹³ en el año 2002, realizó un estudio cuantitativo denominado “Actividad física y calidad de vida en personas mayores de 65 años”, el cual tenía como objetivo comprobar los efectos de los programas de actividad física sobre la calidad de vida percibida de un colectivo de personas mayores de 65 años, en Galicia España. En este estudio se encontró que los programas de actividad física desarrollados en el gimnasio tienen un efecto mayor sobre la calidad de vida, en relación con el programa desarrollado en la piscina.

¹²SÁNCHEZ, M, El Adulto Mayor, la actividad física y la calidad de vida. 2002. [En línea]. <http://www.kinesis.com.co/sumario3.html>. [Citado el 30 de octubre 2010].

¹³ROMO, V. Actividad Física y calidad de vida en personas mayores de 65 años. En: biblioteca universia. Galicia. España. 2002. [En línea]. <<http://biblioteca.universia.net/ficha.do?id=2053329>>[Citado el 30 de octubre del 2010].

2.2 INVESTIGACIÓN NACIONAL

Caicedo Hoffman y Cardona Rojas¹⁴, realizaron un estudio cualitativo 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 y estados. En la investigación se encontró que esta población por medio de la recreación obtuvo beneficios físicos, psicológicos y sociales.

Monsalve Marta Patricia realizo un estudio de tipo cualitativo en el año 2003 en la ciudad de Santa fe de Bogotá, denominado “Los Adultos Mayores en Colombia”, el objetivo fue establecer la realidad de este sector de la población en nuestro país. Cambiando las concepciones negativas que se tiene de Adulto Mayor, iniciando desde nuestra propia familia, la comunidad y la sociedad en general, teniendo en cuenta que el Adulto Mayor es una persona que ha vivido muchas experiencias que le permiten de igual manera brindar conocimiento.

2.3 INVESTIGACIÓN REGIONAL Y LOCAL

María Elvira Bernal y Gloria Inés López¹⁵, en el año 2004, realizaron un estudio cualitativo denominado “Implementación de la estrategia de auto cuidado y estilos de vida saludables en grupos intergeneracionales de los municipios del Departamento del Cauca para promover un envejecimiento activo y saludable”, cuyo objetivo era enfocado acerca de la sensibilización sobre el envejecimiento, la vejez y las personas viejas por medio de la actividad física,

¹⁴CAICEDO, H & CARDONA R. Programa para pensionados afiliados a Comfandi una resultado de la recreación como medio y no como fin. Cali (Valle): Funlibre, 1999.

¹⁵BERNAL, María E & LÓPEZ, G. Implantación de La estrategia de Autocuidado y estilos de vida saludables en grupos intergeneracionales de los Municipios Del departamento Del Cauca para promover un envejecimiento activo y saludable, 2004. (Licenciados en educación básica con énfasis en educación física recreación y deportes). Trabajo de grado. Universidad del Cuca. Departamento de Educación Física.

la lúdica y la nutrición adecuada. Este estudio logró que los grupos de adultos mayores y los intergeneracionales, lo mismo que funcionarios de salud se conformaran y capacitaran, concientizándolos de la importancia de la actividad física, la recreación y la nutrición, para prevenir enfermedades de riesgo y los grandes síndromes geriátricos.

En el año 2007 en la ciudad de Popayán, Sánchez Luis, Medina Javier y Carlosama Alejandro¹⁶, 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 y el Adulto Mayor. En esta misma línea de lo urbano se encuentran otros trabajos investigativos.

Una vez analizados cada uno de los antecedentes investigativos se reconoció que tanto a nivel mundial y nacional, los Adultos Mayores son vistos desde una sola perspectiva, ya sean programas encaminados a lo social, salud u otros. A nivel regional y local se encontró un estudio acerca del imaginario de tiempo del Adulto Mayor en el Municipio de Popayán que se desarrolló a nivel urbano, pero no se encontró una investigación de esta índole en Paispamba, cabecera municipal de Sotará, por lo tanto fue una propuesta novedosa, importante y única para mirar situaciones subjetivas a su condición de Adulto Mayor, la cual genera nuevas expectativas en contextos diferentes a los ya encontrados en el Municipio de Popayán.

¹⁶SÁNCHEZ, Luis, MEDINA, Javier & CARLOSAMA, Alejandro; Imaginario del tiempo en adulto mayor de la comuna dos de la ciudad de Popayán. Popayán. Cauca. Colombia. 2007. (Licenciados en educación básica con énfasis en educación física recreación y deportes). Trabajo de grado. Universidad del Cauca. Departamento de Educación Física.

3. CONTEXTO SOCIOCULTURAL

3.1 CONTEXTO MUNDIAL:

Según los estudios demográficos de las Naciones Unidas¹⁷, en el año 2000 el mundo contaban con 590 millones de personas de setenta 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 habitará tanto en los países desarrollados, como en los países en desarrollo.

Entre los logros obtenidos en el siglo XX con los avances de la tecnología y del conocimiento científico, fue aumentando 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 dichos cambios. Se puede decir que los países industrializados, cuyo crecimiento poblacional de Adultos Mayores se desarrollaron en forma gradual, están en mayor capacidad de adaptarse y de ajustar los planes de acción ya proyectados para esta situación.

Mientras los países que están en vía de desarrollo viven en la inmediatez, escasamente pueden afrontar su situación actual y no han contemplado las políticas necesarias para legislar, no tienen estrategias para enfrentar este nuevo y arrollador desafío y por la falta de tecnología y recursos no tienen manera de prepararse para asumir el crecimiento de una población que en el año 2025 llegará a ser cuatro veces mayor a lo esperado.

¹⁷PROGRAMA DE LAS NACIONES UNIDAS PARA EL DESARROLLO PNUD-Chile; informe nacional sobre el desarrollo humano en Chile 2000: más sociedad para gobernar el futuro: aspiraciones una necesidad personal y colectiva parte II. Chile: PNUD, 2000.

3.2 CONTEXTO NACIONAL

Colombia, como todos los países latinoamericanos, se encuentra con rápidas transformaciones poblacionales, que obedecen a distintos factores, como la inestabilidad política, los desajustes económicos, la violencia y, los desplazamientos forzosos, que dejan como secuelas el envejecimiento de la población a un ritmo mayor que en el primer mundo.

Según estadísticas del DANE¹⁸ para el 2005 la proyección arroja los siguientes resultados: el 9.4% de la población total de hombres mayores de 60 años, corresponde a un número de 4.426.040 habitantes aproximadamente. El 11% de la población de mujeres mayores de 60 años corresponde a un número de 5.084.702 habitantes. El 20.4% de la población total en Colombia (47.000.000) corresponde a personas mayores de 60 años, lo que corresponde a una cifra de 9.510.742 habitantes.

Las tendencias que registran las estadísticas nacionales es que hay un mayor número de mujeres con edad superior a los 60 años, siendo necesario que los programas de atención estén enfocados a brindarles el apoyo pertinente para su desenvolvimiento autónomo en la sociedad.

3.3 CONTEXTO REGIONAL

De acuerdo al censo del año 2005 la población se encuentra clasificada para el departamento del Cauca de la siguiente manera:

¹⁸ONU. Estadísticas de población mundial, 2005.

Tabla 1. Censo de Adultos Mayores

Edad	Población general
60-64	31299
65-69	27511
70-74	21591
75-79	14815
80 +	14541

Fuente: Dane Censo 2005¹⁹

De acuerdo al censo Nacional, se logró establecer que la población de los adultos mayores, se evidencia un índice de crecimiento, teniendo en cuenta que la ley 1276 de 2009 le da la condición de adultos mayores a aquellos que tienen más de 60 años.

A nivel departamental, se encuentran entidades que están dedicadas a la atención del Adulto Mayor, según la Red Departamental del Adulto Mayor:

¹⁹ Dane Censo 2005

Tabla 2 .Entidades regionales para la atención del Adulto Mayor

ENTIDAD	REPRESENTANTE LEGAL
Hogar San Vicente de Paúl. Popayán.	Hna. Dilia Vásquez Perdomo.
Centro Bienestar del Anciano – Hogar Divino Niño. Popayán.	Sor Manuela Gil Acosta.
Cottolengo del Padre Alegre. TEL. 246564.	Sor Mercedes Vásquez.
Ancianato San Vicente de Paúl. Corinto.	Deisy Janet Ocoró.
Asilo Centro Día Ancianos de Padilla.	Doris Méndez.
Asilo Casa Loreto – Centro de Bienestar del Anciano. Santander de Quilichao.	Magda Rosario Caicedo.
Voluntariado Vicentino Bolívar – Hogar del Anciano Santísima Trinidad. Municipio de Bolívar.	Sor Bertha Quintana.
Ancianato El Refugio. Pto. Tejada.	Leída Barrera de Moreno.
Centro Día. Pto. Tejada.	Diego Luís Viáfara.
Prefectura Apostólica. Guapi – Ancianato San Joaquín y Santa Ana.	Monseñor Rafael Morales Duque. Hna. María Perlaza.
La conferencia de San Vicente de Paúl. Piendamó.	Luís Albeiro López.
Asociación Albergue San Miguel. Miranda.	Consuelo Osorio,
Fundación San Pedro Apóstol. Timbio.	Oswaldo Galíndez. Mario Valencia.
Hogar El Oasis. Timbio.	Melba Narváez.
Fundación Avanzar – 8318047. ¿????	María Saray Chocué.

Fuente: Perspectivas para un Imaginario de Tiempo de los Adultos Mayores de la Ciudad de Popayán.²⁰

La mayoría de estas entidades están dedicadas a programas de asistencialismo al Adulto Mayor, es así como se pierde el sentir, el actuar, el pensar que se le debe dar a esta población tan vulnerable dentro de la sociedad.

3.4 CONTEXTO LOCAL.

El trabajo de investigación fue realizado en Paispamba, municipio de Sotará, Departamento del Cauca. Esta cabecera municipal está ubicada a los 2°19' de latitud norte y 76°34' de longitud Oeste de Greenwich. Tiene una extensión de 517,766 Km², una altura promedio sobre el nivel del mar de 2.600 metros.

²⁰ Perspectivas para un Imaginario de Tiempo de los Adultos Mayores de la Ciudad de Popayán. Citado por; Yanza, Pedro, en 2008.

Dista 41 Km de Popayán. La mayor parte del territorio es montañoso y su relieve corresponde a la cordillera central, Cuenca del río Patía. Paispamba es una palabra proveniente del Quechua "pai" el y "pamba" llano largo. También se conoce como el país de la pampa o el país de los vientos, debido a que los vientos en época de verano son muy fuertes. En las diferentes regiones del Municipio se presentan notables diferencias climáticas con referencia a factores de temperatura, precipitación, humedad relativa y vientos.

El municipio de Sotará fue fundado en 1.879 y comienza a tener vida en el año de 1.920 alcanzando la categoría de inspección de policía judicial. Su nombre se tomó del volcán Sotará, está dividido en 11 Corregimientos (Incluido el Resguardo) que a continuación se nombran: Chapa, Chiribío, El Crucero, Hato Frío, La Paz, El Carmen, Sachacoco, Piedra León, Buena Vista, Resguardo Río blanco y la Cabecera Municipal Paispamba.

La población de Adultos Mayores es de aproximadamente 1200, de los cuales 12 pertenecen a la zona urbana, (Paispamba) y los demás a veredas y corregimientos del Municipio de Sotará. Cerca del 50% aproximadamente está afiliado al Programa nacional de alimentación para el adulto mayor, el cual consta de un paquete alimentario, por otra parte se encuentra el Programa de protección social al adulto mayor, el cual cubre al 60% aproximadamente, este beneficio económico de 110.000 pesos que reciben los Adultos Mayores cada 2 meses es recogido en el Banco Agrario más cercano a su lugar de habitación. Aproximadamente cerca del 10% de la población de Adultos Mayores no está afiliado a ningunos de estos programas, pero si a alguna de las entidades que prestan salud (EPS) como son: SALUD VIDA, AIC (ASOCIACION INDIGENA DEL CAUCA y SISBEN Los lugares más frecuentados por los Adultos Mayores son: la casa del abuelo, escenarios deportivos y el teatro

4. SITUACION PROBLEMÁTICA

La problemática surgió inicialmente desde que se quiso encontrar cuales eran los imaginarios de tiempo del Adulto Mayor y con ello establecer un referente conceptual, el cual nos direcciono para enfocar esta investigación hacia muchas preguntas acerca de sus imaginarios de tiempo.

La situación problemática se basa en encontrar los imaginarios de tiempo en los Adultos Mayores de Paispamba Sotará, es decir, en su forma o manera de concebir el tiempo, en su contexto, sus expresiones, su cultura, y toda una serie de imaginarios que diariamente comparten en su comunidad en torno al tiempo y que se hace inquietante para la comprensión de quienes se han interesado por desentrañar esas expresiones tan diversas, poco comunes e instituidas en los Adultos Mayores de Paispamba, Sotará.

Las inquietudes, preguntas e incógnitas que surgieron como ¿Qué es el tiempo?, ¿Cómo viven y realizan su actividades diarias en torno al tiempo?, ¿Qué factores influyen para cambiar, realizar y ejercer diversas labores en el campo?, ¿Cuáles son sus experiencias en torno al tiempo vivido, pasado, presente y perspectivas para el futuro? entre muchas otras en las cuales se ve inmerso el tiempo.

El interés de los investigadores se basó en encontrar los conceptos de los imaginarios sociales de tiempo del Adulto Mayor en Paispamba Sotará, por medio de la observación participante. Los Adultos Mayores son el eje central de la investigación, entendiéndolos como sujetos sociales que interactúa entre sus iguales a través de asociaciones o clubes llamados de la “tercera edad” y en los que experimentan relaciones de acercamiento entre ellos, reconocimiento y toma de conciencia de su situación social.

4.1 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

Además de los referentes conceptuales y los antecedentes, fue indispensable para formular la pregunta de investigación conocer el contexto y así comprender los diversos o múltiples significados de los imaginarios de tiempo en la población del Adulto Mayor en Paispamba (Sotará). Situación que permitió descubrir, desentrañar y exteriorizar esos conceptos de imaginario de tiempo del Adulto Mayor. Es por lo tanto que desde esa interacción con la población arraigada en creencias múltiples en cuanto al tiempo vital o existencial en Paispamba, surgió la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son los imaginarios de tiempo de los Adultos Mayores en Paispamba municipio de Sotará?

5. JUSTIFICACIÓN

Esta investigación se realizó, porque se quiso comprender el imaginario de tiempo del Adulto Mayor en Paispamba, cabecera municipal de Sotará, al igual que su pensar, sentir y actuar.

Es novedoso porque es la primera vez que se realiza una investigación de los Imaginarios de Tiempo en los Adultos mayores de Paispamba Sotará, teniendo en cuenta que esta población está aumentando y por lo tanto se hace pertinente atender a las necesidades de la misma. De igual forma es interesante porque se quiere llegar a esta condición como actores sociales, útiles e importantes para la sociedad.

Se hace factible por el interés y la disposición de los investigados, su organización grupal, los escenarios y el apoyo de la Administración Municipal y en tanto así se abre el camino a la realización de propuestas para mejorar las condiciones sociales de los Adultos Mayores.

Los aportes prácticos construyen la experiencia de la interacción con esta población, en las actividades de recreación y mejoran las condiciones pedagógicas y de transformación subjetiva.

Y finalmente el aporte teórico de la investigación aborda a la recreación como una herramienta transformadora.

6. OBJETIVOS

6.1 OBJETIVO GENERAL

Comprender los imaginarios de tiempo en el Adulto Mayor, de Paispamba Sotará (Cauca- Colombia).

6.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Identificar los imaginarios del Adulto Mayor respecto al tiempo.
- Descubrir cómo el Adulto Mayor concibe su mundo (tiempo) por medio de lo percibido, lo deseado y lo vivido, desde sus historias orales y de vida.
- Profundizar en la conceptualización para comprender las realidades (de tiempo) de los adultos mayores en zonas urbanas.

7. METODOLOGIA.

La investigación se desarrolló desde la perspectiva cualitativa, porque permite profundizar acerca del tema de investigación, que en este caso son los imaginarios de tiempo en el Adulto Mayor, ya que se tiene una mayor riqueza interpretativa de los fenómenos, igualmente se puede tener una visión amplia del fenómeno a investigar y como expresan.

Tomando los enfoques de investigación de tipo cualitativo, se profundizo en el enfoque *histórico hermenéutico*, que busca comprender la realidad, usando el sub-enfoque de *la complementariedad*, porque a través de este se puede trabajar con personas, las cuales son tomadas como sujetos que brindan innumerables experiencias que permitieron realizar la comprensión de los imaginarios, que según Murcia N. y Jaramillo L., lo consideran como “la descripción, interpretación y comprensión de fenómenos socioculturales y humanos”²¹.

Para este trabajo de investigación se tomaron tres momentos de investigación, pre-configuración, configuración y re-configuración de la realidad, los cuales permitieron hacer un acercamiento, descripción, construcción y hallazgos de los imaginarios de tiempo en los Adultos Mayores.

La pre configuración: es aquella que permite un primer acercamiento a la realidad, es decir al fenómeno a investigar, para Murcia N. y Jaramillo L. “la estructura se va descubriendo o configurando progresivamente, a medida que se interactúa con el fenómeno sujeto de estudio”²².

²¹MURCIA, N, & JARAMILLO E. La Complementariedad Etnográfica. Investigación Cualitativa. Una Guía Para Abordar Estudios Sociales. Universidad de Caldas. Armenia – Colombia: Kinesis, 2000. p.90.

²²MURCIA, N, & JARAMILLO, E, Investigación Cualitativa. “La Complementariedad” Una Guía Para Abordar Estudios Sociales. Universidad de Caldas, Universidad del Cauca. Armenia – Colombia: Kinesis, 2008, p.99.

La *Configuración*, es aquella que permite profundizar y organizar los hallazgos encontrados y de esa manera construir conocimiento, para Murcia N. y Jaramillo L. “configurar una realidad, implica armar el entramado de relaciones de cada elemento que la conforman. Lo anterior, se logra a partir de las pre-categorías encontradas en la pre estructura, a través de un proceso de búsqueda minucioso sobre cada uno de estas”²³.

La *Reconfiguración*, permite articular la teoría formal y sustantiva, para describirla, analizarla y posteriormente hacer una construcción de sentido y de acuerdo a Murcia N. y Jaramillo J. “es una búsqueda de sentido que intenta reconocer cada uno de los elementos de la estructura descubierta”²⁴; igualmente este se divide en dos momentos; los descriptivos y los estudios teóricos o conceptuales. El primer momento, ó el descriptivo, en el cual “el investigador intenta proporcionar una imagen fiel de lo que dice la gente y del modo en que actúa; se caracterizan por un mínimo de interpretación y conceptualización”²⁵y el segundo momento, los teóricos o conceptuales, en el cual “el análisis de la información se hace desde la comprensión y explicación de sesgos de la vida social que van más allá de las personas y escenarios estudiados”²⁶.

²³MURCIA, N, & JARAMILLO E. La Complementariedad Etnográfica. Investigación Cualitativa. Una Guía Para Abordar Estudios Sociales. Op. Cit., p.119

²⁴MURCIA, N, & JARAMILLO, E, Investigación Cualitativa. “La Complementariedad” Una Guía Para Abordar Estudios Sociales. Op. Cit., p.165.

²⁵MURCIA, N, & JARAMILLO E. La Complementariedad Etnográfica. Investigación Cualitativa. Una Guía Para Abordar Estudios Sociales. Op. Cit., p.153.

²⁶Ibíd.p.154.

7.1 TÉCNICAS

Entre las técnicas para desarrollar todo este proceso tenemos:

La observación participante: Este es uno de los métodos más utilizados por la investigación cualitativa. Consiste en que el investigador convive con los individuos y se convierte, dentro de lo posible, en miembro activo del grupo durante un periodo significativo. Teniendo en cuenta que su integración debe hacerse poco a poco y tratando de buscar o identificar las personas claves para que brinden la mayor y mejor información.

Historia oral y de vida: Son relatos profundos y significativos que cuentan los protagonistas acerca de las vivencias y experiencias que han construido a lo largo de su vida.

El grupo caracterizado por ser dinámico, y consecutivo con las reuniones fue de mucha importancia para nosotros, ya que nos permitieron acercarnos más a ellos, a mirar cual era el significado de tiempo que tienen, permitiéndonos conocerlos mejor y con la ayuda de la historia oral y de vida, como técnica, nos brindaron la posibilidad de disfrutar de cada una de sus historias y sus realidades.

Consideramos que a través de la técnica de trabajo con historia oral y de vida se pudieron recuperar relatos, testimonios, historias de vida, para extraer las experiencias, valores, cultura y significados, que ellos han presentado en sus reuniones y experiencias de vida relacionadas con su tiempo vivido.

7.2 INSTRUMENTOS

Diario de campo²⁷: Registros descriptivos e interpretativos de una sección de observación, elaborados con notas de campo organizadas en una libreta.

Historia Oral y de Vida²⁸: registros descriptivos e interpretativos de una sección de dialogo con el informante clave, organizado en una libreta.

Para presentar el análisis de las categorías encontradas se hizo necesario, aclarar los códigos de los relatos que comprenden los diarios de campo y las historias orales y de vida realizadas así:

Diarios de campo: Una de las formas para determinar el número es porque en la medida que se realizan las observaciones se empieza a repetir la información. Los diarios de campo se codificaron progresivamente por el número general de observaciones registradas en cada visita y los relatos se codificaron con un número sucesivo. Ejemplo: (DCG1R1) (Diario de campo Investigador 1 relato 1).

Historias orales y de vida: La codificación se hizo con la sigla HOV (historia oral o de vida), seguida del número de la historia, la sigla del investigador del relato y el número del relato. Ejemplo: (HOV1C1), (Historia oral o de vida 1 Investigador relato 1).

²⁷ Véase anexo A

²⁸ Véase anexo B

8. PRE-CONFIGURACIÓN

La presentación de las categorías simples, abiertas o culturales en este trabajo no se hace necesario mostrar, ya que tenemos en cuenta que de estas categorías se construyen las categorías axiales, y por ello se omiten para evitar la extensión del trabajo y así evidenciar el primer acercamiento a la realidad con su respectiva descripción.

8.1 DESCRIPCIÓN DE LAS CATEGORÍAS SELECTIVAS

8.1.1 La vida en los Adultos Mayores cargados de lágrimas y risas. La vida de los Adultos Mayores en gran parte esta mediada por sus recuerdos, en donde suelen sobresalir sucesos tristes, alegres, experiencias, momentos especiales, etc. Recuerdos que han dejado su huella personal en sus almas, en su vida. Se nota como en una actividad sana y divertida sobresale ese sentir *“Se escuchaba que decían: tanto tiempo sin bailar, se sentían muy oxidados pero querían desoxidarse y querían recordar aquellos tiempos cuando eran jóvenes y tenían más movilidad. (DCG8R3)”*, en otro relato expresan que:

Tanto tiempo sin bailar ya estamos oxidados entonces el orientador les dijo ese es el objetivo desoxidarse, soltarse un poco acordarse de esos tiempos cuando salían con sus novias, mujer o esposo a bailar, a gozar, disfrutar y pasarla bien, ellos dijeron en nuestros tiempos no dejaban salir a las muchachas a bailaderos toca es salir ahora y los demás se rieron. (DCC8R5)

Al mencionarle la palabra “recordar” al grupo de Adultos Mayores y pedirles que contaran sus anécdotas; que compartieran un poco de su vida personal y que podían sentirse a gusto para contar sus experiencias de vida, se animaron a compartir hechos puntuales que dejaron huella en sus vidas como: *“Ellos no hacían este tipo de actividades con frecuencia, sino cuando estaban en la escuela, pero que eso ya hacía mucho tiempo y todavía se acordaban (DCA1R15)”* existen situaciones que marcan y hacen que la memoria no las

olvide tan fácilmente, momentos específicos que al evocarse traen consigo ratos de alegría y tristeza, alegría por recordar instantes alegres y emotivos o tristeza por condiciones del ayer que ya no volverán a ser iguales, que son casi irremplazables, por ejemplo: un ser querido que murió.

Tal vez es equívoco encasillar a los abuelos en el grupo del Adulto Mayor, porque se considera Adulto Mayor o anciano en ciertas comunidades, a una persona cuando la sociedad no les encuentra más utilidad laboral y los ven más como un estorbo que un ser útil; y se establece la diferencia al apoyarlos y al realizar actividades de recreación para estas bellas personas.

“Aunque son personas de edad, todavía siguen siendo jóvenes con ganas de vivir y seguir aprendiendo de la vida y como dijo una adulta que vino por segunda vez a las actividades que es creyente en Dios, viejo el diablo que esta desde la creación” (DCA7R21).

El sentir de la vejez para algunos del grupo de Adulto Mayor está ligado a la muerte, sentirse viejos para ellos, es estar en el olvido, caminar por la calle y ver a la gente pasar que alguien los salude y no recordar quién es esa persona que les resulta familiar pero su memoria no les evoca su identidad, claramente dicen que no les gusta ser viejos. Una de las señoras dice: *“A mí no me gusta haber llegado a vieja porque uno le hace estorbo a todos y lo empiezan a mirar mal. (DCA10R13)”*

Para algunos adultos mayores hablar de hace 50, 40 o 10 años es como si hubiera sucedido ayer, tranquilamente pueden decir: *“Ya llevo cincuenta y cinco años de casada y eso parece que no fuera tanto tiempo, allí en la casa vivimos con mi esposo los dos solitos haciéndonos compañía. (DCA6R8)”*.

Actualmente la población del Adulto Mayor ha sido desplazada, lastimosamente por su propia familia; es común ver a un Adulto Mayor en un ancianato o asilo, porque como dicen ellos “ya nadie se quiere hacer cargo de uno”, al caso de que son mirados como un estorbo más que un ser útil. Pero por el contrario a este tipo de personas todos le deben cariño, afecto, esfuerzo, apoyo; son tantas las cosas que ellos han hecho por su familia que a decir verdad son pocos los que de alguna manera u otra hacen algo para compensar todo ese esfuerzo y sacrificio que hicieron por ellos, muchos creen que la solución es llevarlos a un ancianato o casa de ancianos, porque creen que lo único que hacen es estorbar, pero no por ello queriendo decir que todas las personas consideradas Adultos Mayores terminan de esa manera, puesto que son variables las edades en esta población.

Pensar que se suele olvidar lo divertido que puede ser un Adulto Mayor cuando de experiencias se trata, por lo general como nietos, amamos a nuestros abuelos, será por esa gran ternura que nos inspira, su risa, sus arrugas, sus gestos, sus grandes ganas de seguir en la vida, su gran sabiduría y su voz, que aunque temblona suele ser la más segura. (DCG1/R13).

El tiempo en la vida del Adulto Mayor está relacionado con lo que realizan todos los días, ellos no necesitan de un reloj para saber a qué hora deben levantarse, pues solo lo hacen y ya.

En charla con uno de los adultos mayores se encontró que el tiempo de levantarse no lo mide con un reloj, sino que por el contrario lo hace ya por costumbre y con los primeros rayos del alba se levanta, al igual que para realizar las cosechas y siembras se guían por la luna o simplemente ya lo calcula mentalmente o lo realiza de memoria, para él, el tiempo es sinónimo de horas productivas, jornada laboral o descanso. (DCC4R10).

Los Adultos Mayores no consideran el pasar del tiempo como algo puntual y medible, sino como algo más de experiencias del diario vivir, de lo cotidiano y es que no necesitan usar un almanaque o reloj para saber cuándo sembrar,

cosechar o levantarse; solo con ver el movimiento del sol, el cambiar del clima, la luna, las estrellas se guían inmediatamente, puesto que al ser algo que llevan realizando durante tanto tiempo ya se acostumbran, así como los animales no necesitan de una orden para descansar, ya que obedecen a los ritmos de la naturaleza, el Adulto mayor solo lo hacen por la costumbre que han adquirido desde joven: *“Un Adulto Mayor dice: En mi casa también las gallinas saben a qué horas irse a dormir que raro porque ellas no tienen reloj. (DCA9R18)”* y *“Otro dijo: Nosotros para sembrar siempre esperamos a que haya un buen tiempo para que salga buena la cosecha y así hace mucha gente aquí en el campo. (DCA9R14)”*

Una señora dijo: Yo cuando veo la luna llena me hago cortar el cabello porque crece bien bonito y cuando se siembran las matas en luna llena les crecen flores bonitas y cuando es luna menguante las plantas no florecen sino que las hojas les crecen grandes. (DCA9R13).

Hay algo que no se olvida en este tipo de población y es su sabiduría, la cual esta enriquecida con sus experiencias, sucesos, anécdotas; más aún las historias que cuentan sobre espantos como la viuda, el duende o el guando es porque algunos han visto esos espantos, se los han encontrado por desobedientes o por realizar cosas indebidas. Otro dijo: *“A mi hace mucho tiempo cuando yo era niño mi Papa me contaba que él también había visto la viuda en la puerta de la casa. (DCA9R6)”* y

Otra señora nos contó que cuando ella estuvo viviendo en la ciudad de Popayán, también escuchaba acerca de la viuda pero que ella no creía, hasta que un día había sentido un viento frío en la nuca y había escuchado un estruendo y le habían regado el almuerzo que estaba haciendo y le habían dicho que eso era el duende. (DCA9R11).

Estos hechos tan peculiares son los que ellos llaman espantos, seres mágicos y casi que fantásticos de creer en la actualidad, pero que por haber escuchado de ellos, se suele creer en ellos.

Otro dijo: Yo una vez cuando era muchacho me fui como a las 12 de la noche a la casa de mi abuelo que estaba enfermo y por el camino escuche que venía gente rezando y mire que traían una ataúd y tenía cuatro velas prendidas y lo raro era que hacía viento y las velas no se apagaban y le conté a mi abuelo y me dijo que eso era el Guando que siempre se aparecía por ahí. (DCA9R7).

Sucesos casi inverosímiles pero que al ser relatados por ellos son tan creíbles como si los miraran en el momento, tal cual de película se tratase, estas historias son contadas y escuchadas por ellos de sus ancestros; que cuando sentados en la noche al calor de una fogata se las relataban antes de dormir, ya que en ese tiempo no existía la televisión como hoy en día.

Pensar que los Adultos Mayores o específicamente los de la población de Paispamba, se asemejan a actitudes que toman los niños frente al juego que les interesa, son como niños pero con arrugas, no tienen inhibiciones y aunque pueden llegar cansados tras horas de caminar, a pesar de las actividades que hacen, se sienten descansados, tranquilos y con nuevas fuerzas para seguir en la vida (DCG2R23).

En esta población sobresalen las ganas de continuar el ritmo de la vida, no se preocupan por las situaciones a futuro; sino que por el contrario disfrutan cada día, instante, momento que les da el día a día superando el trajín diario, continuando con su cotidianidad momentánea pero atesorando esos recuerdos valiosos que el tiempo aún no ha logrado borrar de sus mentes y que su memoria les permite valorar todo lo posible. Otro dijo: *“Miren muchachos ustedes están jóvenes y nosotros estamos viejos, a punto de irnos al papayo, así que no importa el día, ni la hora solo queremos que se preocupen por nosotros. (DCA8R9)”* y así en sus palabras un Adulto Mayor dice: *“nosotros somos mayores, ya estamos viejos, pero debemos seguirle el ritmo a la vida y no dejarnos llevar porque nos morimos más ligero y nos vamos para donde papa Dios (DCA2R22)”* tal cual lo manifiestan ellos, las personas empiezan a morir o sentirse débiles cuando lo piensan de esa forma, el final de una vida puede estar cerca, pero si se continúa realizando las cosas como normalmente se hacen sin pensar en los problemas de salud, factores económicos y demás;

tengan por seguro que la muerte no los acechara de una manera momentánea, sino que la alegría de querer seguir el ritmo a la vida les dará las fuerzas necesarias para continuar con la misma.

Al iniciarse un proceso de familiarización, y al iniciar un relacionamiento con personas ajenas al entorno, se pueden presentar situaciones de miedo e indisposición; es ese temor de conocer a otros el que evita que se relacionen con los demás. Pero este no es nuestro caso: *“Observé una excelente disposición, risas, pero también un poco de miedo al abrazar a alguien que poco conocían, que tal vez lo habían visto, pero no habían tenido la oportunidad de relacionarse de esa manera. (DCG2/R10)”* El atreverse a conocer a otros, dejar ese que dirán y hablar con la persona que está sentada a su lado, nos lleva a adentrarnos en un mundo de experiencia y sabiduría, esa desinhibición que se presenta en situaciones de juego y diversión infantil, es como debería actuar la gente comúnmente, sin recelo, miedo o envidia.

Aquí sí que parecían niños estrenando un juego, se rieron cogiendo las colas, corriendo, yo no vi dolor, ni lamentaciones, solo diversión arrugas y risa. Tanto así que una de las señoras lloro de la risa al ver que uno de nuestros viejos la perseguía para quitarle la cola, tuve que intervenir porque ahí si se estaba sofocando la señora, recogí las colas he inicie una nueva actividad. (DCG2/R13).

Situaciones de tanta alegría que hacen llorar son las únicas que deberían experimentar los adultos mayores, dejar a un lado las angustias y reírse de la vida y de los problemas, así al cambiar el modo de ver el mundo puede llevar a no criticar a los demás, sin antes mirarse a sí mismos.

Observar de una forma distinta y mirar que los dibujos no tenían arrugas pero si tenían aretes, gorras, sombreros etc. *“una de ellas dijo yo no le hice arrugas porque no me gustan, además no estoy vieja, vieja la cedula (DCA7R11)”* estas

situaciones en donde el sentir de la edad es algo que no importa, solo deben preocuparse por cosas cotidianas como perder un lugar de reunión:

A mí lo que me preocupa es que esta casa del abuelo se está cayendo por pedazos, por los vientos tan fuertes que hacen; y el alcalde nos vino a decir que en el corredor ya no podíamos realizar ningún tipo de actividades porque el techo se podría caer y que era muy peligroso para nosotros (DCA8R12).

Lo interesante es que los Adultos Mayores no se dejan caer o derrumbar ante los golpes o inconvenientes de la vida, sino que por el contrario lo enfrentan con una sonrisa y la frente muy en alto, esto no quiere decir que ellos no tienen momentos de angustia y tristeza; todo lo contrario superan esos percances gracias a la misma experiencia que ya poseen. Vean pues como: *“Un policía que nos colaboró en las actividades les decía a los Adultos Mayores: corran, corran, ¿dónde quedo esa juventud? y una Adulta Mayor le dijo: quedo bien lejos (DCA4R7)”*, si saben bien la edad que tiene pero no por ello se dejan abatir por los golpes de la vida, solo los superan y continúan, aprendiendo sobre lo sucedido y recordando que hacer para no fallar de la misma forma. Pero sin dejar atrás esa sonrisa y alegría que tanto los caracterizo como grupo.

8.1.2 La cotidianidad del Adulto Mayor. El Adulto Mayor y su realidad diaria está rodeada de las actividades que este realiza en su día a día, el tiempo es su acompañante en tan larga vida y el espacio un testigo de su *cotidianidad*. Esa que los ha mantenido ocupados, estresados y quizá cansados, pero también alegres, dispersos, sonrientes y vivos, demostrando que aún tiene mucho por hacer. Es el Adulto Mayor quien sabe de la vida, es su experiencia de *cotidianidad* la que hoy puede juzgar y afirmar con toda certeza las dificultades de la vida, de los días y de las decisiones que hay que tomar.

En la cotidianidad de los Adultos Mayores se ve reflejado sentimientos tan importantes como la amistad y la alegría, que fortalecen la convivencia y armonía entre toda una comunidad llena quizá de apuros o de necesidades. La amistad y la alegría es una combinación que se genera a través de la actividad y el encuentro entre los Adultos Mayores, de sus relaciones interpersonales entre el grupo y demás personas del común. Como lo afirma en siguiente relato:

Existe una amistad y alegría características de este grupo, los hombres y las mujeres de este grupo son muy abiertos a las explicaciones que realizan los orientadores, siempre dispuestos a realizar cada una de las actividades y juegos; y acogen fácilmente a nuevos integrantes o personas desconocidas. (DCC4R7).

Quizá los recuerdos pueden ser para el Adulto Mayor, el presente de sus más grandes éxitos, fracasos, tristeza y alegrías, pero la vivencia y el primer acercamiento por medio del desarrollo de las actividades recreativas, provoca un gran parte de la cotidianidad y la monotonía, entrando a un estado de goce, disfrute, alegría y jocosidad que hasta los hacen llorar. Emociones quizá detenidas por el tiempo u opacadas por la cotidianidad, pero despertadas desde la recreación.

Hay una gran amistad entre los adultos mayores, mujeres y hombres, buscan de cada momento en la vivencia disfrutar al máximo, no hay temores entre ellos, hay demasiada actitud para cada actividad, son jocosos, recocheros y suelen llorar de la risa. (DCG2R20).

Así como la alegría y la amistad se muestran en los espacios, el Adulto Mayor está lleno de contrastes, pues en esa relación con la cotidianidad de los Adultos Mayores también aparece el cansancio, el desgaste físico y mental, donde cada día trae consigo afanes, temores y debilidades que extenua su mente y su cuerpo. Es el nuevo día, el que trae necesidades, quehaceres y responsabilidades las que lo hacen un día normal, poco diferente al anterior pero más extenuante que el ayer; son esas actividades tan comunes de lavar,

planchar, cocinar, y muchas otras actividades diarias, las que hoy afanan al Adulto Mayor para realizar aquello que es novedoso, creativo e interesante.

Expresiones como salir de la rutina, de hacer aseo, lavar, planchar, son expresiones que determinan un cansancio físico y corporal en cuanto a lo monótono, pero hay una fuerza y una actitud de los adultos mayores frente a lo novedoso, lo creativo, lo que no se ha experimentado (DCG8R10).

Las tareas diarias del Adulto Mayor proporcionan un mecanicismo de actividades, pensamientos condicionados por el tiempo. Evitar la rutina puede ser una posibilidad existencial donde se abre el camino al tiempo vivido. El siguiente comentario afirma la necesidad de nuevos espacios de vida. “Los comentarios que surgieron de la actividad por parte de los abuelos fueron: que estas actividades nos sacan de la rutina de la casa, de cocinar, planchar, lavar. (DCG8R5)”

No solo las actividades generan una nueva posibilidad existencial, si no, que a su vez, el lugar, en este caso la Casa del Adulto Mayor, genera en ellos cotidianidad y manifiestan que es necesario salir de ahí a explorar nuevos espacios: “este tipo de actividades nos saca de la rutina diaria de la casa que es cocinar, lavar y hacer aseo. Nos dijeron que bueno hacer estas actividades fuera de la casa del abuelo para distraerse y por último nos despedimos”. (DCC7R8)

El trajín es una manifestación relacionada conceptualmente con la cotidianidad, con la rutina y la monotonía, que al ser cambiante genera nuevas expectativas de vida en el Adulto Mayor, la vida y el tiempo está determinada por las condiciones mentales, físicas, sociales en las que se encuentra el Adulto Mayor, alterar estas puede conllevar abrir horizontes de vida y sacarles de su mente la idea de la muerte y su atropello con el tiempo, como afirma el siguiente relato:

El trajín en el Adulto Mayor es una manifestación sumamente importante dentro de su diario vivir, alude a acciones monótonas que al parecer por obligación debe realizar. Manifestar cansancio, debilidad, puede aludir al trajín que lleva en su vida el Adulto Mayor. Sin embargo realizar movimientos y acciones fuera de lo común, nuevas, positivas, pueden revalorizar su vida y su vitalidad. (DCG5R14).

Olvidar el tiempo cronológico y la monotonía es unos efectos del placer, del disfrute, novedad, impacto, que genera curiosidad e imaginación en los Adultos Mayores. “Matar el tiempo” desde la cotidianidad es consumir la vida, igual la vida se consume pero el placer la alegría, la curiosidad rejuvenece el espíritu.

Si ellos manifiestan que en ese momentico la pasaron muy bueno, muy rico y que se olvidaron de ese mundo monótono lleno de oficio y trabajo, donde pasaron un momento agradable que se les hizo tan corto que no lo notaron; pienso que como toda relación con el tiempo vivido, suele pasar que lo aburrido y lo que no nos gusta hace parte de un tiempo que pasa “lento” y cuando algo es divertido y se goza el tiempo se pasa “volando”, entonces una de las señoras aun quería más actividades, pues se le había hecho el tiempo corto y pedía que nos quedáramos hasta más tarde, esto demuestra que el ser humano siempre busca espacios de disfrute, goce y diversión y quiere pasar el mayor tiempo de la vida buscando estas características. (DCG2R24).

La experiencia del diario vivir de los Adultos Mayores genera aprendizaje que ayuda a muchas personas a comprender la realidad y el por qué pasan las cosas, y cómo afrontarlas en su debido momento. Escuchar al Adulto Mayor es un privilegio que puede prevenir obstáculos en la vida, evitar accidentes, preocupaciones a aquellas poblaciones adultas, juveniles e infantiles de la sociedad.

Los adultos nos dicen que en Paispamba se crían toros de casta y el dueño es de Cali, hay que tener cuidado con meternos a los potreros porque esos toros son muy bravos y a mucha gente ya han asustado, pero que son peligrosos cuando

*están solos o en el camino, pero cuando están en manada no.
(DCA3R13).*

Dentro de todos los aprendizajes que llevan a través de su vida, los Adultos Mayores son muy osados y se atreven a predecir el clima, teniendo en cuenta una serie de características acerca de la lluvia, el verano y muchas otras creencias que en muchas de las ocasiones suelen ser verdaderas. *“Además nos dicen que están preocupados por el invierno pero que si está venteando no nos preocupemos que eso quiere decir que no va a llover”.* (DCA4R3)

La cotidianidad del Adulto Mayor encierra también la soledad, soledad en cuanto al olvido de aquellos amigos y amigas que ya no están ahí, o quizá la distancia, la enfermedad y el claustro de una cama los que hoy los hace extrañar. *“Nos decía que bueno que me vinieron a visitar, porque yo aquí me siento sola sin nadie con quien conversar, porque mi familia está allá en el pueblo y casi no vienen sino los domingos”.* (DCA3R1)

Las creencias de los adultos mayores en el mundo de la religión, genera opiniones sobre diferentes situaciones que acontecen en la realidad. La fe tiene un sentido importante e indispensable, aquellos quienes creen y tiene fe, son quienes no sufren, mientras que los escépticos están propensos a fallar: *“Ella dice en otros lados llueve más, ¿será porque son menos cristianos y el señor los castiga?”* (DCA6R5)

Muchos de los Adultos Mayores tienen creencias que son contradictorias por las mismas experiencias que han construido a través de su vida. Es así como lo manifiesta el siguiente relato. *“Yo si no he visto ni he oído nada, ni creo en eso.* (DCA9R8)”

Así mismo el Adulto Mayor cree en vivir el presente sin ninguna condición, el ritmo de la vida, la condición de existir a la par con el tiempo y disfrutar cada momento activamente, porque contrariamente morirían más rápido: *Cuando se hace la evaluación de las actividades un Adulto Mayor nos dice: nosotros somos mayores, ya estamos viejos, pero debemos seguirle el ritmo a la vida y no dejarnos llevar, porque nos morimos más ligero (DCG4/R5).*

Algunas de las actividades cotidianas de los Adultos Mayores ocasionan dolor por la falta o exceso de movimiento en las articulaciones, se puede notar cuando se manifiesta dolor en la etapa inicial del movimiento articular de las actividades recreativas, lo cual los limita tanto en su cotidianidad como en la vivencia recreativa. Una señora dice *“que le duele al momento de realizar los movimientos articulares y más la rodillas (DCA2R5)”*

De igual forma y como se relacionó anteriormente, la soledad de los Adultos Mayores por ausencia de sus hijos y familiares desencadena un vacío y una dependencia entre otros Adultos Mayores que viven en soledad. Sus hijos ya no están y son dependientes el uno del otro cuando aún existen pareja de esposos Adultos Mayores, por lo tanto hay prioridades que se tienen que cumplir. *“Quiero que me disculpen por hoy, pero no puedo asistir porque mi esposo está enfermo y es posible que lo manden para Popayán al hospital. (DCA8R10)”*

La necesidad de cambiar de espacio y tal vez las ganas de compartir con los demás Adultos Mayores hace que aunque hallan diferentes obstáculos, se quiera participar en cualquiera de las formas de actividades placenteras y diferentes.

Después llega una pareja de adultos que son esposos y la señora se sienta en la banca a mirar las actividades porque

todavía sigue enferma y dice que el médico le recomendó mantener reposo, pero que quería venir a vernos y a mirar las actividades, porque ya estaba aburrida de no hacer nada en la casa y llevarse encerrada todo el día (DCA6R4).

Es así como la cotidianidad del Adulto Mayor desencadena variables y diversas situaciones de vida que están reflejadas a través del tiempo de vida específicamente experiencial, aquellos sucesos que los hacen rígidos, pero también móviles, aquellos que dan alegrías, pero también tristezas. Entonces decimos que la cotidianidad del Adulto Mayor está reflejada en un contraste de acciones y situaciones que valorizan su existencia en el mundo, que valorizan su tiempo y su espacio dentro de la sociedad. Claramente se diría que el tiempo es un elemento esencial donde se construye la vida llena de contrastes que se consumen y se mantienen, sin embargo es importante resaltar que aquello vivido nunca se recupera, el tiempo lo consume, solo se hace más duradero cuando se es feliz, entre risas y arrugas.

No se puede rescatar el tiempo ni la cotidianidad del Adulto Mayor, solo se consume inevitablemente, lo que se puede hacer es cultivar en ellos y ellas la concepción de un amplia receta de vida a través de la recreación.

De esta pre-configuración surge la pre-estructura sociocultural.

8.2 DISEÑO DE LA PRE-ESTRUCTURA SOCIOCULTURAL

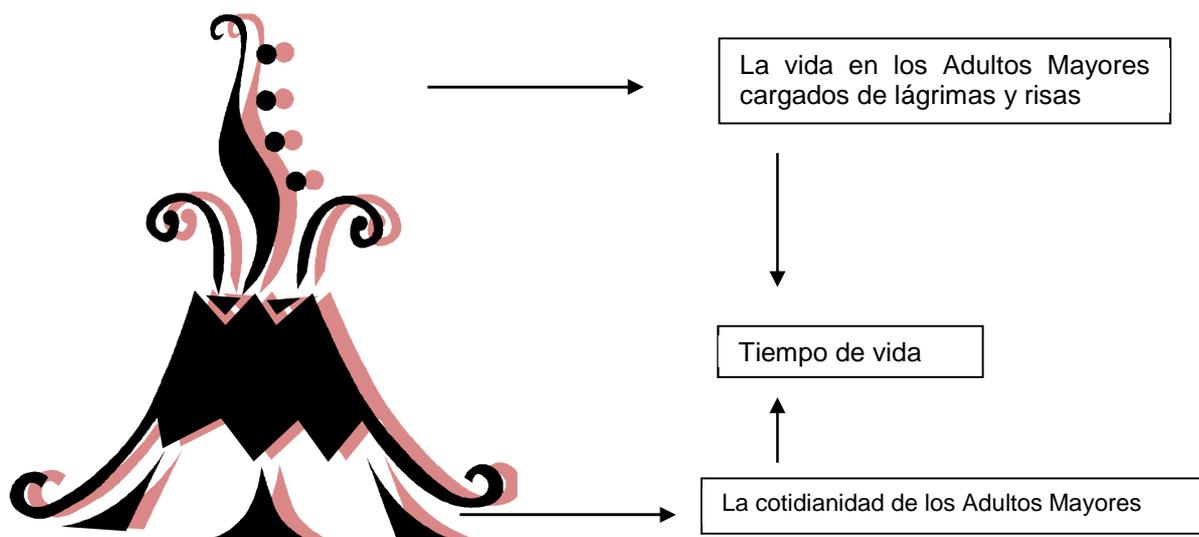


Figura 1.pre-estructura sociocultural.

Descripción de la pre-estructura

Mirando los diferentes aspectos encontrados desde el proceso de observación participativa a los Adultos Mayores, se puede hacer la comparación con un volcán en erupción, que tiene muchas grietas, salientes que demuestran su existencia y su gran poder, su "Estructura" del volcán es comparada con el tiempo de vida de los Adultos Mayores, porque es a través del tiempo, donde se forman tanto física como mentalmente, lo que hace que así como el volcán tenga en su interior mucho material piro plástico acumulado que puede expulsar por los aires, donde quizá cause daños o beneficios para unos u otros, los Adultos Mayores también pueden mostrar a los demás su capacidad para cambiarle la vida a una persona ya sea con un consejo o mostrándole lo bueno y lo malo de acuerdo a lo adquirido en su tiempo de vida, que hasta el momento ha transcurrido; lo cual les ha enseñado que de una u otra forma son útiles para la sociedad y aunque el volcán explota y sigue en el mismo sitio, los Adultos Mayores pasan pero quedan sus recuerdos y consejos.

Siguiendo con la comparación, la lava o magma del volcán que brota con gran fuerza desde su interior, al estallar el magma va recorriendo y abarcando más y más terreno, dejando su huella a su paso, se puede comparar con la “Cotidianidad de los Adultos Mayores” porque es aquí donde se ve reflejado que ellos en su diario vivir van adquiriendo ciertas expresiones y experiencias que dicen mucho de ellos, lo que hace que puedan ser utilizadas para demostrar su gran capacidad de hacer cambios de actitudes, pensamientos en la sociedad los cuales generan un gran respeto, porque ellos demuestran el gran poder que se adquiere en los quehaceres del día a día, que son demostrados por los actos y las palabras mencionadas por ellos, que hoy en día gracias a su sabiduría han transformado gran cantidad de oyentes de cada una de sus vivencias y son los demás quienes lo confirman.

Ahora bien, se puede decir que las cenizas que emanan del volcán llegan hasta lo más alto del firmamento, las cuales cubren un gran espacio y a medida que son llevadas por el viento pueden durar ahí por varios días, dando a conocer que este gran volcán está activo y que aún tiene mucho tiempo de existencia en ese lugar al mirar la gran nube de ceniza. Se le compara con “los Adultos Mayores Cargados de Lágrimas y Risas” porque a medida que pasa el tiempo, cada actividad realizada, ellos se la disfrutan al máximo, dejándose envolver de la alegría de los demás, dándoles libertad a cada una de sus emociones, olvidándose de los problemas y la rutina de la vida, demostrando que la vida está llena de alegrías, amor, goce, lo cual marca la diferencia porque es esto lo que los adultos dejan sembrado en sus hijos y nietos, lo cual hace que estén siempre presentes aunque sea en el pensamiento, pero que alimentan día a día la vida de cada uno de los suyos y la de los demás.

Entonces así como el volcán en su estructura tiene todo para su funcionamiento en el ecosistema, así mismo es el tiempo de vida en los Adultos Mayores, porque es aquí donde acontecen todas sus experiencias buenas o

malas, aquí ellos viven todas sus emociones, disfrutan, se alegran o tienen sus más profundas penas pero siguen adelante ocupando un lugar en el corazón de cada uno de los suyos, así como el volcán ocupa un espacio en este mundo.

9. CONFIGURACION DE LA REALIDAD

Para lograr el segundo momento del diseño de investigación, se continuo con el mismo contexto, ya que ahí se realizó el primer momento, por lo tanto el lugar de reunión era en la casa del abuelo en donde cada martes se reunían alrededor de 10 a 15 Adultos Mayores, de las cuales en su mayoría eran mujeres y cerca de 4 hombres, las reuniones tenían una duración de dos o tres horas, donde ellos compartían momentos de alegría, realizaban ejercicios físicos, manualidades y diálogo; también se disfrutaba del compartir algunos alimentos y se trataba de pasar un rato ameno.

De igual manera se hizo necesario por parte de los investigadores, realizar actividades de recreación, movilidad articular, entre otras, para dar paso a la aplicación de las historias orales o de vida que contribuyeron a la recopilación de la información para su posterior análisis.

Es así como del grupo “Dejando Huellas”, ubicamos los informantes claves que fueron nuestra fuente de información para el desarrollo y aplicación de las historias orales o de vida para la investigación, ya que como lo afirma Balcázar P.:

Por lo general, los investigadores de campo tratan de cultivar relaciones estrechas con una o dos personas respetadas y conocedoras en las primeras etapas de la investigación. A estas personas, se les denomina informantes claves. Éstos apadrinan al investigador en el escenario y son sus fuentes principales de información, ya que proporcionan una comprensión profunda del escenario. Puesto que la investigación de campo está limitada en el tiempo y alcances, los informantes claves narran la historia del escenario y completan los conocimientos del investigador sobre lo que ocurre mientras él no se encuentra presente²⁹.

²⁹BALCÁZAR, P. et al. 47 Investigación cualitativa. 2005, p.47. [En línea]. <http://books.google.com.co>. [Citado el 13 de diciembre de 2010].

Es por esta razón que resulto importante identificar a los informantes claves, para lo que tuvimos presente la lucidez, edad y género de las personas; y ellos nos proporcionaron una información más real de lo que se quiso investigar.

En cuanto a los principios éticos se solicitaron los correspondientes permisos³⁰ para la realización de la investigación en esta población, cabe resaltar que no se colocaran los nombres de los informantes claves por respeto a su integridad como ser humano. Al igual se solicitó una autorización para la publicación de fotografías en la investigación y en la presentación del informe final.

Para desarrollar la segunda y tercera fases de la investigación, se utilizó la técnica historia oral o de vida, la cual es definida por Murcia N. y Jaramillo J. así:

La historia oral es un término que viene asociado al campo de la historia y concretamente a la historia social y sus derivaciones tales como la historia local y popular. La historia de vida es una noción que se refiere al campo de acción antropológica y psicológica, pero también al de la sociología³¹.

Teniendo en cuenta que la historia oral o de vida como técnica de investigación fue la que permitió una interacción con las personas y un acercamiento en profundidad del quehacer cotidiano de ellos, en este caso a través de los relatos de los Adultos Mayores.

La técnica estuvo apoyada con un instrumento que permitió recolectar la información de manera completa y verídica, el cual fue una grabadora.

³⁰ Ver anexo C

³¹MURCIA, N. & JARAMILLO E. La Complementariedad Etnográfica. Investigación Cualitativa. Una Guía Para Abordar Estudios Sociales. Op. Cit.p.78.

10. RECONFIGURACIÓN DE LA REALIDAD

En este momento se pasa a describir las historias orales o de vida codificadas de los informantes claves para construir la estructura sociocultural de la investigación

Durante el proceso investigativo se realizaron 18 historias orales o de vida, las cuales fueron codificadas una a una, y que dieron origen a las siguientes categorías con sus respectivas codificaciones que las sustentan.

Luego de haber obtenido las categorías abiertas se inició el proceso para obtener las categorías axiales, donde se empiezan a relacionarse aquellas categorías abiertas que pueden ayudar a descubrir el objetivo de la investigación, obteniendo así conceptos más precisos y fundamentales respecto a lo investigado. Mercado J y Torres T. “Los datos se entrelazan de diferentes formas estableciendo conexiones entre las categorías y subcategorías en análisis”³².

Las categorías selectivas surgen a partir de las categorías axiales, es el proceso de integrar y refinar las categorías gracias a la relectura que el investigador hace de los relatos. Es así como lo proponen Mercado J y Torres T. “Existe una integración de las categorías para conformar la teoría que está siendo generada, lo cual implica trabajar en un nivel más abstracto”³³.

³²MERCADO, J & TORRES, T. Análisis cualitativo en salud: teoría, método y práctica. Plata y Valdés S.A. Universidad de Guadalajara. 2000, p.82. [En línea]. <http://books.google.com.co>. [Citado el 15 de febrero 2012].

³³Ibíd., p.82

Las categorías selectivas son los imaginarios hallados en la investigación, ya que estos se conjugaron desde el tiempo de vida de los adultos mayores, los cuales se describirán más adelante:

1. Las huellas del recuerdo en los Adultos Mayores.
2. Encuentro y relaciones sociales de los Adultos Mayores desde el día a día.
3. Los anhelos de los Adultos Mayores.

10.1 ESTRUCTURA SOCIOCULTURAL



Figura 2. Estructura sociocultural

Descripción de la estructura sociocultural

En la vida de los Adultos Mayores, siempre se ha acogido el tiempo y el espacio como aspectos significativos, donde él se desenvuelve y logra compartir con otros Adultos Mayores todas las experiencias de vida que le han permitido sentirse como un Adulto satisfecho por todo lo realizado en el transcurso de la vida.

Un reloj en su estructura muestra cómo se marca el pasar del tiempo, ya que sus engranajes y manecillas marcan cada movimiento que tiene el pasar del tiempo, entonces así como la estructura del reloj marca las horas, minutos y segundos diariamente, el Adulto Mayor es para la sociedad un reflejo de todas las experiencias que lleva consigo, sus pensamientos, sentimientos, vivencias, proyectos de vida, entre otros, que hacen de él una persona rica en sus conocimientos y saberes, permitiéndole ser un Adulto Mayor valioso, aunque en muchas ocasiones no es valorado ni tenido en cuenta.

Por lo tanto la estructura en sí es lo que mantiene estable y en funcionamiento al reloj, ayudado por una batería o mecanismo de cuerda, mueve sus engranajes para que las manecillas marquen las horas, minutos o segundos. Los Adultos Mayores demuestran como el tiempo vivido ha sido eje fundamental para su vida, en el que han podido compartir diversas vivencias con sus amigos, familiares entre otros, tiempo durante el cual se formaron como seres humano llenos de virtudes y cualidades, permitiéndoles recordar todas sus experiencias. Así mismo han podido conocer lugares en donde han compartido momentos de alegría, que los llevan a recordar la felicidad obtenida, aquella que aún anhelan tener, como lo muestra el siguiente relato: *“Me gustaría salir a correr, a pasear, a estudiar porque es muy bueno”* (HOVA2R5).

Retomando las características de un reloj, en él se evidencia que las manecillas son lo que les ayuda a marcar el pasar del tiempo, en donde se encuentran horario, minuterio y segundero, las cuales son las que le dan las características funcionales al reloj, pero como las manecillas son parte de su mecanismo y dan señales de continuar marcando el tiempo, sea pasado, presente o futuro, así mismo los adultos mayores mantienen tres perspectivas, una hacia el pasado, otra hacia el presente y una a futuro por la concepción del tiempo como construcción social.

El pasado ha sido el cimiento de sus recuerdos, siendo este un elemento principal de su existencia, ya que gracias a ello le permite expresar lo vivido a través del tiempo. Además esta es la fuente de sus experiencias; ya que al recordar, regresa a su pasado, donde demuestra lo que han vivido y sentido cada día de sus vidas, esto es lo que hace de ellos un Adulto Mayor con innumerables modos, costumbres o estilos de vida.

Sin embargo se muestra en su segunda perspectiva otro aspecto de vida que ha asumido el Adulto Mayor, que es su presente llevado al hoy, ese momento que quiere vivir y compartir con sus semejantes o familiares.

Y por último sus aspiraciones a un futuro, solo desean disfrutar el aquí y el ahora, pero también tienen sueños y metas que aún esperan cumplir en algún momento de sus vidas.

Así como el siguiente relato lo manifiesta: *“Yo nunca pensé llegar a esta edad, se me hacía cuarenta años mucho para vivir. Ahorita no, ahorita quiero vivir más, por mí, a medida que va pasando aprende cosas que a uno se le pegan. He conocido personas casi perfectas, usted es especial” (HOVG7R1)*

Partiendo de los imaginarios encontrados en la investigación, se puede decir que la relación de la estructura sociocultural parte desde *el encuentro y las relaciones sociales de los Adultos Mayores (minutero)*, se correlaciona con la necesidad de la comunicación con el otro y con el mundo, desde donde surgen escenarios de socialización en los cuales están presentes *las huellas del recuerdo de los Adultos Mayores (horario)*, esa reconstrucción de recuerdos y trabajo identitario es lo que da paso a otro de los imaginarios llamado, *los anhelos de los Adultos Mayores (segundero)* que están presentes desde los recuerdos y todos aquellos escenarios donde la memoria evoca al presente los *anhelos de los adultos mayores*. Estos anhelos tienen una carga emocional cuyo objetivo esencial es la felicidad, es entonces cuando el *encuentro y las relaciones* tienen un escenario de socialización muy importante y su propósito es el bienestar.

El tiempo de vida es la maquinaria o motor fundamental de todo este esquema sociocultural, en el cual se desarrollan los tres imaginarios, 1) *el encuentro y las relaciones*, 2) *las huellas del recuerdo* y 3) *los anhelos de los Adultos Mayores* de Paispamba Sotará.

A través de la estructura sociocultural, se pudo evidenciar cómo a este grupo de Adultos Mayores les permitió revivir los recuerdos que les traen alegría al presente, tal y como se evidencio en el compartir con ellos, en donde pudieron expresar que los recuerdos les han permitido recordar todo lo vivido y gracias a ello han podido identificarse como sujetos llenos de sentimientos y pensamientos, y es así como ellos han construido toda su forma de ser, ya sea con derrotas, triunfos, sufrimientos y satisfacciones, que han vivido a través del tiempo.

11. LOS IMAGINARIOS

11.1 Las huellas del recuerdo en los Adultos Mayores. Existe un proceso mental que evoca al presente, algunos hechos que dejaron huellas de dolor, tristeza, felicidad, alegría, exceso de responsabilidad para la edad, donde casi siempre se culpa a los Mayores, ya sean padres de familia o aquellas personas responsables de que se presentaran esas situaciones. Al analizar esos hechos no se piensa en que sentían los Adultos Mayores, pues esas huellas de recuerdos también las vivieron ellos, y las personas están tan inmersas en lo suyo que poco le prestan atención a los demás; pero ellos constantemente con sus enseñanzas demuestran que hay que interesarse por igual, sin juzgar, sin juicios de valor ni cosas similares, pero siempre añorando lo que pasó en sus vidas. Así como se puede leer en el siguiente relato: *“El tiempo pasado fue mejor, porque la juventud era más amable, ahora no porque ni el saludo le da la juventud a uno. A uno le gustaría llegar a la alegría, a la felicidad, andar a la libertad, pero ya uno no sale lejos y ni a irse a demora”*. (HOVA1R7)

Para las anteriores situaciones, los autores Yuni, J. y Urbano, C. en su libro Educación de adultos mayores: Teoría, investigación e intervenciones dicen que:

Ellos desde la obra de Ricoeur, F. (1998) toman el planteamiento de las alternativas que enfrentan los sujetos frente a la memoria, evidenciando que “la diferenciación entre memoria de repetición y memoria de reconstrucción, muestra el papel de los procesos de memoria en los itinerarios de la subjetividad”³⁴.

Frente a la memoria, los recuerdos en los sujetos se consiguen desde dos situaciones, una desde los recuerdos obligatorios o compulsivos que se denotan en la memoria y que los autores relacionan como por repetición y

³⁴YUNI, José A. & URBANO, Claudio A. Educación de adultos mayores: Teoría, investigación e intervenciones. Córdoba Argentina: Editorial Brujas, 2005, p.133.

los recuerdos que se denotan en la memoria y que cumplen una función fundamental para la vida de los sujetos, por tanto cargan identidad en ellos.

Veamos los primeros:

Yuni, J. y Urbano, C. (2005) citando a Ricoeur, F. (1998), señalan que “la memoria de repetición es aquella en la que el sujeto, reitera compulsivamente sus recuerdos, quedando ligado el registro subjetivo de su historia personal, de su propio pasado, a lo perdido, a lo que ya no es, a lo que fue”³⁵.

Por eso es tan común ver a un Adulto Mayor hablar de los buenos tiempos que vivieron en su juventud, que el tiempo actual ya no es lo mismo que el de hoy en día, por eso es que “*Ya no se alcanza hacer las cosas que uno deseaba, lo que no se pudo, pues no se pudo hacer. Dentro de 30 años uno se vuelve chiquito, arrugadito y despreciado del mundo*”. (HOVA1R6) además “*Los años pesan*” (HOVC3R2) y “*Los sufrimientos lo hacen envejecer a uno*” (HOVC6R1).

Estas expresiones son características de la generación de los padres, abuelos y población de Adultos Mayores en general, ellos relatan sus vivencias, dan consejos y dan de qué hablar o charlar con cada persona que conocen, porque ya lo han vivido, ya saben qué es cometer un error, conocen de personas a las que les ha sucedido situaciones similares; porque así lo vivieron en su época, y en la actualidad no se diferencia mucho de la realidad que ya habían experimentado, situación que nos muestra lo que se da por repetición.

Retomando un poco más a los autores ellos relacionan ese proceso de recordar desde la repetición, como situaciones que se han dado desde la

³⁵Ibíd., p.133.

vivencia; al leer la siguiente cita se puede comprender un poco más hacia donde se dirigen este tipo de recuerdos.

Esta modalidad de la memoria se asemeja y da contenido experiencial al duelo patológico, configurando así uno de los itinerarios posibles de la vejez, el de las pérdidas, del anclaje en la nostalgia de lo perdido, componentes de la imagen siniestra de la vejez. Desde esta posición el sujeto se proyecta como 'sido'. El Yo se presenta como un proyecto acabado, enajenado y atrapado en la atemporalidad de la certeza de que ha sido³⁶.

En los Adultos Mayores la exteriorización del Yo está presente al hablar porque hablan de cosas que ya les han sucedido y ante eso no quieren callar cuando están hablando, porque al dialogar con los demás, los transeúntes o con su propia familia, están recordando posiblemente lo que vivieron y sintieron en su niñez, adolescencia y en su juventud; relatando lo que fueron, lo que son ahora ya a la espera de que un mañana tal vez se esté con vida. Sus relatos de infancia pasan, y hablan así de su niñez: *“Desde niña me enseñaron a trabajar con carbón en la finca de papá”* (HOVC1R10) y fuera de ello nos hacían *“arrodillar en maíz para aprender en la escuela”* (HOVC2R5).

Existen situaciones a las que se tienden a no dar importancia en el diario vivir del Adulto Mayor, algunas cosas no las mencionan con tal de no sentirse como una carga más para sus familiares: *“Si me duele algo me aguanto, yo no me quejo, yo no voy donde mi mamá, yo solo me cuido. Le sé un poco a las hierbas, para que sirven y sí me asientan”.* (HOVG7R2) Estas situaciones de independencia llevan a que la gran mayoría de Adultos Mayores no terminen en un asilo, evitando de esta forma que sus familiares se deshagan de ellos fácilmente, siendo así que pueden continuar con sus vidas hasta la hora de su muerte con plenitud y felicidad.

³⁶Ibíd., p.133.

Para cada Adulto Mayor el pasado ha sido recordado y ha estado lleno de anécdotas que han transitado por la vida de ellos, situación que hace notar como los recuerdos se presentan en el día a día, pero sin repercusiones trascendentales.

El segundo tipo de memoria, fue la que para la investigación tuvo más notoriedad y se hace referencia a:

La memoria de reconstrucción, por el contrario, juega un papel fundamental en el trabajo identitario de la persona mayor, en la medida que expresa una modalidad de vinculación con el pasado que permite el reconocimiento de lo vivido como constitutivo de la propia experiencia existencial y como dadora de contenido y sentido a la propia subjetividad. Desde esta posición subjetiva, el pasado es representado como aquello que ha sido, pero que en parte continúa operando en el presente, y como punto de referencia del continuo vital para poder proyectarse al futuro³⁷.

Hay que decir aquí que en esta investigación se encontró que los Adultos Mayores tienden a no proyectarse hacia el futuro, viven el día a día, y lo que hacen notar en ese día a día es recordar lo bien que lo pasaban en sus años de juventud, resaltan sus anhelos y deseos, dentro de estos se pueden encontrar los siguientes: “A mí me motivaba estudiar, para hacer cualquier carrera” (HOVC3R1), “Yo solo hice primaria, porque mis viejitos eran muy pobres” (HOVC1R3); pero también se encuentran situaciones en donde es tal la monotonía y el tiempo que llevan viviendo en un mismo lugar que se les hace largo y cansado su diario vivir: “Yo llevo viviendo cincuenta años en Paispamba y se me ha hecho largo y me siento vieja.” (HOVA2R4). Situaciones como estas son las que los Adultos Mayores evidencian constantemente en sus conversaciones, hablan de lo que han vivido con tanta alegría y entusiasmo que teniendo en cuenta la edad que tienen, son huellas de felicidad, deseo, anhelo, situaciones que marcaron sus vidas ayudándolos a ser lo que hoy en

³⁷Ibíd., p.133.

día son, personas de bien, con familia, con historias que contar, anécdotas de diversas situaciones; un pasado recordado, una realidad presente y un futuro por venir.

Ese pasado que se presentifica a través de la función del recuerdo, el sujeto realiza un verdadero 'trabajo de la memoria' (similar al trabajo del duelo) en el que trata de reapropiarse de su propio pasado a través de un proceso de discriminación, selección y evaluación de aquellos contenidos de la memoria cuya evocación se convierte en fuente de reaseguro de la propia identidad y en un proceso de compensación emocional positiva que permite afrontar las vicisitudes del envejecimiento. Desde esta posición, el Yo se presenta como 'seré', como un anhelo que moviliza el deseo de ser en el proyecto³⁸.

Dentro de los muchos recuerdos que tienen los Adultos Mayores están los momentos alegres en donde sus familiares forman parte primordial en ayudarles a apegarse a la vida; como se puede leer en el siguiente relato:

Mi nieta es hija de una nieta, me acuerdo de los chistes. Yo guardo los regalitos para acordarme de tal época. Cuando veo este muñequito me acuerdo de mi nieta y de la hija de ella. Uno en esa época jugaba a la gallina ciega, aguinaldos. Me acuerdo cuando era niña que mis manos eran lisitas bien bonitas. En ese tiempo habían monedas de 20 pesos y 5 centavos, eso hace años cuando yo era joven, cuando vivía con mi papá. (HOVA2R1) Y también situaciones personales: Con mi marido somos casados hace 55 años y él tiene 75 años pero de la fecha de nacimiento de él no me acuerdo, pero yo soy nacida en marzo en 1932. A uno lo ponían a la escuela a los 7 años hasta que hiciera la primera comunión. Yo tengo 20 nietos. La mente le ayuda a uno a acordarse. (HOVA1R3).

Estos trabajos particulares de recordar, ayudan al Adulto Mayor a aferrarse a la vida, desear continuar viviendo, corregir situaciones del pasado que con sus hijos no pudieron cumplir, haciéndolo con sus nietos, pero igualmente saben bien que su tiempo pasa muy deprisa, “esto es como cerrar los ojos un momentico y cuando vuelvo a abrirlos ya ha pasado media hora, el tiempo

³⁸Ibíd., p.133.

ahora es cortico, porque ahora uno no alcanza a nada. (HOVA1R4)".Al relacionar estas situaciones con lo que los autores muestran, se puede identificar que si un Adulto Mayor realiza un buen trabajo de memoria, o sea eso que se llama por reconstrucción, significa que aún posee un estado de salud mental notable y de gran admiración, por tanto eso que está en la memoria se recuerda para configurar su vida.

El sujeto que cursa un envejecimiento saludable puede realizar un trabajo saludable de la memoria, convirtiéndola en un recurso psicoafectivo de fundamental importancia para un envejecimiento exitoso. Los sujetos envejecientes que se ubican en esta posición frente a su pasado y a su proyecto personal, 'regulan' (no debe entenderse regulación como un proceso absolutamente conciente) su proceso de recuerdo y de olvido. Enfrentados a los avatares de su propio envejecimiento, asumen el trabajo de la memoria como una posibilidad de reconstrucción y de fortalecimiento de su Yo amenazado por las pérdidas reales o fantaseadas de la vejez. En ese trabajo, el olvido puede ser una estrategia activa que permite la evitación de aquellos recuerdos cuyas huellas emocionales son displacenteros o no contribuyen al mantenimiento del autoconcepto y la autoestima. Ese olvido activo es pues siempre selectivo.³⁹

Dentro de las cosas que contribuyen a que el Yo tenga un buen mantenimiento, está el recordar las palabras, anécdotas, enseñanzas, experiencia de profesores, amigos, familiares y allegados, que en situaciones determinadas de la vida dan fuerza e identidad para continuar con los proyectos de vida; "eche para adelante, no para atrás; para atrás ni para coger impulso (HOVC6R5)" y también es bueno "oír y no solo oír sino practicarlo. (HOVG13R3)", pero también están las situaciones que nos estremecen, "él dice. Me aparte un poco del vicio hasta los 32 años porque me podía morir. (HOVG4R1)"; estas situaciones llevan a las personas a continuar con sus vidas con un poco más de apoyo generando situaciones de independencia desde la reflexión que estas han causado, "Yo me enfrente a la vida sola (HOVC2R3)" aunque también están esas situaciones en que toca "explicarle a los muchachos que es lo bueno y lo malo (HOVC5R2).

³⁹ *Ibíd.*, p.134.

Dentro de los procesos figurativos en el recuerdo se encuentra que las situaciones de aprendizaje forman parte importante dentro del crecimiento personal, *“para cosechar se siembra en menguante y se cosecha a penas se ven las flores (HOVC1R11)”*, *“ya la tierra uno busca picarla o limpiarla, pero hay un día, para merma es el maíz y con luna llena. La cosecha es mala cuando se siembra en una luna que no es. (HOVG12R2)”* Situaciones como estas son ejemplo de que algunos aprendizajes obtenidos en el transcurso de la vida dejan huella en cada una de las personas.

En otras palabras, en el curso del envejecimiento normal no habría razones para pensar que el proceso de envejecimiento cognitivo normal escapa a los procesos regulatorios generados por el propio sujeto que se halla implicado en la preservación de su autonomía y en el sostenimiento de su identidad⁴⁰.

Uno debe *“tener mucho amor a Dios y confiar en él (HOVC6R3)”*, además está claro que *“los médicos no saben de las enfermedades, el único que sabe es Diosito. Estar en paz con Dios. Yo me siento vencida por la edad y pronto me toca aspirar a la eternidad, porque Dios ya no nos deja que sigamos disfrutando de la vida. (HOVA1R2)”*. La fe forma parte importante dentro del crecimiento de cada uno de los individuos, el aferrarse a una creencia espiritual ayuda a no temerle a la muerte, sino que por el contrario aspirar a una próxima vida en el más allá; además el apoyarse en una creencia ayuda a que la persona tenga más deseos de vivir y aún más una razón por la cual continuar sus tareas diarias. *“El día domingo uno debe dedicárselo al Señor, porque uno no sabe mi Dios con que destino lo tenga. (HOVA4R2)”*.

Dentro de las creencias también se pueden encontrar los llamados espantos o historias sobre seres sobrenaturales, historias que en muchas ocasiones han sido experiencias de vida o situaciones que le han pasado a amigos o conocidos.

⁴⁰Ibíd., p.134.

Allá arriba donde empieza el desecho para acá y uno pasa, se escucha un quejido, uno queda paralizado, un quejido horroroso. Allá arriba hay una portada grandota, ahí sale un hombre de negro altote, sale y se va delante de uno y luego desaparece, es un espanto, él va despacio y luego se pierde. (HOVG11R1).

Estas situaciones, llevan a que la mente evoque situaciones similares de susto o simplemente mera curiosidad.

Cuando los sujetos cursan una modalidad de envejecimiento patológico, el funcionamiento cognitivo se ve afectado por el efecto deteriorante de los problemas de salud (física y mental) sobre la estructura cognitiva, así como también por trastornos psicológicos tales como la ansiedad, la depresión, la pérdida de autoestima, etc. De ese modo, los aspectos psicoafectivos generan una inhibición y/o alteración del funcionamiento intelectual que se manifiestan como síntoma en los trastornos de memoria⁴¹.

En los Adultos Mayores es notable que el trajín del día a día genere desgaste en ellos, pero también es cierto que el paso de los años generan desgastes físicos y psicológicos, situaciones como esta son ejemplo: *“Yo me canso cuando corro porque sufro de la presión y me da fatiga, me duele el pecho y se escapa uno de desmayarse, se le tuercen los dedos. (HOVA2R2)”* pero no por estas situaciones se debe: *“dejar a un abuelito tirado, eso es no tenerles respeto” (HOVC5R3)*, este tipo de situaciones son visibles hoy en día en muchos hospitales y clínicas de muchas ciudades del país, tenemos que tener dignidad y aprecio por ellos.

También está que el paso del tiempo tiene un rol importante en el diario vivir del Adulto Mayor, pero claro está que el saber interpretar de diferentes formas la medición del tiempo puede ayudar en gran parte en la vida de las personas, *“yo no tengo reloj pero tengo celular para mirar la hora o cuando canta el gallo uno ya tiene un cálculo de que se pasó el tiempo o que se va aclarando el día.*

⁴¹Ibíd., p.134.

(HOVA1R5)” y también: “en una zanja de la finca sabía que era el medio día apenas daba el sol ahí (HOVC2R9)”.

Si las personas se detuvieran a mirar alrededor lo que sucede con la naturaleza, se darían cuenta que esta misma, muestra diferentes formas de configurar el tiempo desde una construcción social, la cual nos presenta como los recuerdos que se encuentran anclados en la memoria, se manifiestan por las vías de la repetición y la reconstrucción, siendo esta última la que cobra más significado para la vida de los Adultos Mayores, evocando de manera precisa la frase de que “todo tiempo pasado fue mejor”.

11.2 Encuentro y relaciones sociales de los Adultos Mayores desde el día a día. Uno de los imaginarios que se evidenció en los Adultos Mayores de Paispamba Sotará, fue la fuerza que para ellos tienen el Encuentro y las Relaciones que se presentan en el marco del día a día, situaciones que se denotan en los relatos desde cada una de las vivencias contadas por ellos.

“Don Mario pregunta: ¿Qué habían hecho en la integración con todos los Adultos Mayores? Y él respondió que un sancocho con casi todos los adultos mayores” (HOVG1R1)

El encuentro es un acto donde dos o más personas se unen, ya sea para hablar, mirar, contemplar, recordar etc., también es una comunicación con la naturaleza o las cosas. Esto muestra que los Adultos Mayores buscan estos encuentros para acercarse a sus amigos, familiares y objetos tanto para conversar, preguntar o contemplar, con la excusa de recordar momentos de la vida pasada, enterarse de lo que está pasando, como también planear y poder tener una constante relación con los demás y con su entorno.

En palabras de Castañeda dice:

Las razones por las que los ancianos y adolescentes buscan a sus compañeros son muy diferentes, pero las conductas y comportamientos que dentro de estos dos grupos se manejan, presentan gran similitud. Mientras que para los ancianos el problema deriva en el desarraigo de que son objeto por parte de la sociedad y el nuevo rol familiar; para los adolescentes, es el rechazo del mundo normativo de los adultos⁴².

Es de notar aquí como los Adultos Mayores acuden a sus compañeros para no perderse de los comentarios que surgen de las actividades planeadas por ellos, razón para buscar el encuentro con el otro, desde donde se despliegan relaciones en busca del compartir.

Esto lo hace notar muy bien Zarebski, G. y Knopoff, R. En su libro viejos nuevos, nuevos viejos cuando dicen que *“el establecimiento de fuertes lazos de relación entre pares, el aumento de sus competencias participativas y el surgimiento constante de proyectos de vida, están mostrando los alcances de una experiencia sumamente valiosa”⁴³.*

Una relación es una interacción recíproca entre dos o más personas. Se trata de relaciones sociales que, como tales, se encuentran reguladas por las leyes e instituciones de la interacción social, donde también juega un papel muy importante la comunicación, que es la capacidad de las personas que va más allá de obtener información respecto a su entorno y compartirla con el resto de la gente.

⁴²CASTAÑEDA, Elsa. Los adolescentes y la escuela de final de siglo. En: *Revista Nómadas: Fundación Universidad Central. No 4.* Santafé de Bogotá (marzo de 1996) p.76. ISSN. 0121-7550.

⁴³ZAREBSKI, G. & KNOPOFF, Rene. *Viejos Nuevos, Nuevos Viejos.* Buenos Aires Argentina: TEKNE, 2001, p.31.

Por lo anterior mencionado, es de gran importancia para los Adultos Mayores tener este tipo de relaciones personales, porque los ayudan a interactuar con otras personas de su entorno y enterarse de las cosas que para ellos pasaron, pasan o que están pensando hacer, lo que ayuda a mantener una constante comunicación, ya que hay de por medio afectos que se establecen en esa interacción.

Las relaciones se convierten en algo trascendental en la vida de los Adultos Mayores, sin ellas, el día a día se tornaría monótono y eso configuraría otra forma de ver la vida, las relaciones marcan reflexiones de los actos de los seres humanos y en los Adultos Mayores se refleja.

Mi mamá se fue y me quede solo, eso hizo que dejara todo mi pasado, desde ahí yo no volví a beber, no volví a fumar yo voy a la ciudad y me dan ganas de devolverme a mi vereda, tantas cosas que he visto, ya no me enseño en la ciudad. Yo antes vivía en una rutina, o trabajando, o jugando toda la noche hasta las dos o tres de la mañana y me levantaba a las diez de la mañana y otra vez en la misma rutina, ósea que no me daba cuenta que vivía con unos amigos que también vivían así. (HOVG6R3)

Los cambios en las conductas de los seres humanos no solo se dan desde las relaciones del momento, también cuando las personas mueren o se van, se reflexiona por los lazos de afecto que estas han dejado, en el caso particular de los Adultos Mayores.

Tengo dos niñas en Cali, yo las tuve cuando era muchacho, ella se fue sin avisar y ni más, no me dijo por qué y se llevó las peladitas pequeñitas. Yo jugaba con ellas y voy llegando a la casa y no estaban y busqué y por ninguna parte las encontré, entonces deje el trabajo ese mismo día y no sabía qué hacer. Yo las quería mucho. (HOVG4R3).

Es por esto que los Adultos Mayores cuando sufren una pérdida por muerte o por distanciamiento de un ser querido, con el cual pasaron momentos felices se

dan cuenta que estos sucesos los transforman no solo para su bien, que todo lo que pasa bueno o malo tiene su razón de ser, por más años que tengan y por más experiencia adquirida siempre van a estar aprehendiendo de la vida del día a día los cuales les enseñan que todo en esta vida tiene solución y que la muerte de un ser querido puede ayudar a cambiar la forma de actuar, pensar, por un lado sacándolos de este mundo rutinario, donde ni siquiera la propia vida importa, siendo aquí donde toman caminos diferentes para ser marcados por la sociedad, y por el otro lado, adquiriendo distintos roles, los cuales hacen que los Adultos Mayores se sientan capaces, útiles y desempeñen actividades que den ejemplo a los jóvenes de hoy, lo que hace que los Adultos Mayores sean interesantes cuando se escuchan sus historias para aprehender de ellas.

Desde el encuentro los Adultos Mayores establecen relaciones y especialmente ocupan la mayor cantidad de tiempo en actividades creativas, pasan el tiempo jugando para olvidarse de los problemas y alejarse de toda preocupación que los agobia, situación que ubican en el grupo donde se encuentran.

Zarebski y Knopoff Rene *“El juego solo existe cuando los jugadores tienen ganas de jugar y juegan, así fuera el juego más absorbente y más agotador, con intención de divertirse y escapar de sus preocupaciones, es decir para apartarse de la vida corriente.”*⁴⁴. Quizá este tipo de distracción los mantenga alejados por un momento de todas sus preocupaciones, pero en gran medida los ayuda, aunque sea por algunos momentos a olvidarse de las angustias.

Yo nunca pensé llegar a esta edad, se me hacía cuarenta años mucho para vivir. Ahorita no, ahorita quiero vivir más, por mí, a medida que va pasando aprende cosas que a uno se le pegan. He conocido personas casi perfectas, usted es especial (HOVG7R1)

⁴⁴Ibíd., p.43.

Las cosas que viven en el día a día de los Adultos Mayores, les permiten seguir motivados para impregnarse de más y más experiencias para su recorrido.

Según Zarebski y Knopoff Rene *“La participación continua y activa de los adultos mayores en la vida comunitaria hace que estas personas alcancen una edad elevada porque su sociedad les da algo porque vivir”*⁴⁵. En las relaciones de los Adultos Mayores se puede evidenciar que las personas marcan momentos importantes en la vida de ellos, donde las relaciones interpersonales les hacen ver la vida de otra forma y a medida que va pasando el tiempo van aprendiendo cosas nuevas, conociendo personas diferentes, lo cual los anima a vivir por mucho más tiempo.

Se puede llegar a pensar que los Adultos Mayores, cada día están enseñando cosas nuevas desde sus experiencias vividas acerca de sus relaciones con los demás, tanto buenas como malas, las cuales se deben tomar como ejemplo para no cometer los mismos errores.

Él dice: Aprendí a vivir, yo no me meto con nadie, vivo para mí y en ese tiempo vivía para otra gente. Los abuelos me decían que si no tenía casa, que para que me ponía a tener mujer, pero uno no tenía nada, todo era para los hijos y las mujeres. Hoy en día no me interesa tener mujer, me ha ido muy mal. ¿Qué hay buenas las hay, pero dónde?, no me hacen falta, yo no me enseño acompañado. (HOVG5R1)

Desde el encuentro con los otros en los diferentes espacios, los Adultos Mayores gozan, pero también sufren, y con relación a estos últimos, se muestra que aun en los peores momentos han podido mantenerse por sí mismos, aguantando toda dificultad que la vida les coloca en su camino, en ocasiones sienten que son utilizados por los demás, solo para sacar provecho de lo material y económico los buscan y el mismo lo dice *“todas me salieron*

⁴⁵Ibíd. p.103.

malas” y de una u otra forma supo afrontar la vida y demostrarles a los demás que podía salir a delante sin dejarse vencer por los desengaños, la enfermedad y mantenerse activo, aun pasando por momentos difíciles.

Retomando a Murcia y Jaramillo quien cita a Castañeda dice: *“Al igual que el joven, el anciano crea su propio espacio para buscar la comprensión que no encuentran en sus espacios habituales de desenvolvimiento (hogar, estudio o trabajo)”*⁴⁶.

Aclarar que en este estudio no se toma la palabra anciano como lo plantea Castañeda citando Jaramillo, ya que esta los estigmatiza, por lo cual se llaman Adultos Mayores, que es una designación que va de acuerdo con la ley Colombiana y nos da otras posibilidades de mirarlos. Lo que si se quiere hacer notar desde el autor, es como ellos también crean sus propios espacios, para el encuentro y las relaciones, donde como seres humanos pueden expresar sus sentimientos y emocionales, demostrando lasos de solidaridad para con los otros, en este caso buscando una integración y bienestar de todo el grupo, siendo aquí muy pertinente lo que plantea el Autor cuando dice que: *“la red de relaciones de los ancianos apunta más hacia lo colectivo, lo grupal y en pro del grupo”*. Por tal motivo estos realizan actividades de integración para el encuentro y desde ahí entablar relaciones interpersonales, donde hablan de la cotidianidad de los sucesos que cada día trae, y entablan una comunicación con los demás, de la cual surgen lasos de afecto entre los Adultos mayores

Por lo anterior, hay que entender que una persona por muchos años que tenga, siempre está necesitando del apoyo de los demás, sea familia, vecinos, amigos, por consiguiente si no lo encuentra en ellos, no se queda quieto, sino,

⁴⁶MURCIA, N, & JARAMILLO E. La Complementariedad Etnográfica. Investigación Cualitativa. Una Guía Para Abordar Estudios Sociales. Universidad de Caldas. Armenia – Colombia: Kinesis, 2000, p.78-90,119, 153,154.citado por CASTAÑEDA. Elsa. Los adolescentes y la escuela de final de siglo. En: *Revista Nómadas: Fundación Universidad Central. No 4.* Santafé de Bogotá (marzo de 1996) p.76. ISSN. 0121-7550.

por el contrario, crea espacios desde donde lo pueda conseguir para sentirse importante y no ser visto como una persona de etapas, donde lo único que se distingue, es la piel que se arruga y la condición física que limita a realizar ciertas actividades, para identificarlos como bien los llaman ancianos.

El encuentro es uno de los ejes fundamentales en la vida, ya que estos permiten entablar diferentes formas de relaciones con los otros y lo otro. Por ello, la familia, los grupos, los vecinos y los amigos, entre otros escenarios, son los que potencializan tal situación.

Así, en los Adultos Mayores el encuentro se dio en varios escenarios, pero especialmente desde el grupo “Dejando Huellas”, espacio que les permitió compartir desde las situaciones de la vida cotidiana, aspectos como el distanciamiento de un familiar o la muerte de los mismos. Este tipo de relaciones sociales establecidas en este ámbito, se fundamentó en la comunicación y no solo la adquisición de información, esto con el fin de dar y recibir afecto de los demás y así poder vivir todas las situaciones que se le presenten desde el día a día, ya sea con las alegrías y tristezas que esta trae.

11.3 Los anhelos de los Adultos Mayores. Otro de los imaginarios que se encontraron en esta valiosa investigación, son los Anhelos de los Adultos Mayores, comprendidos como aspiraciones de la vida que aún no se acaban, aquellas fuerzas intensas de encontrar lo que se aspira, anhelos muy fuertes de conseguir algo. Los anhelos se convierten en la lucha continua del éxito, del bienestar y de aquellos quienes no quieren dejar pasar su vida tan desapercibida.

En los Adultos Mayores de Paispamba Sotará se evidencian ese Anhelos y fuerza intensa de vida de realizar un sin número de actividades, que puedan

generar un bienestar espiritual, mental, o corporal, comprendiendo que ellos aún tienen sueños, esperanzas, y anhelos de vida. El Adulto Mayor que aun quiere correr, es porque su actitud frente a la vida es muy positiva, llena de capacidades y motivaciones que los habilita como seres dinámicos y propositivos para su comunidad, y que tiene la posibilidad de realizar acciones como cualquier otra persona, sin restricción; que su cuerpo y su mente aún están preparados para la vida como cualquier joven de hoy dispuesto a triunfar.

Pasear es una actividad para conocer y cargar de experiencia, de interacción y descanso su vida para relacionarlo con el mundo que lo rodea, inquietándose por lo desconocido y explorando aquello que no es conocido, lo cual tiende a ser una preocupación del Adulto Mayor Sotareño. Los Adultos Mayores anhelan porque sienten que la vida es larga y mientras se esté despierto nada les impide disfrutar de la misma y los induce a pensar en actividades tan importantes como las que describe el siguiente Adulto Mayor en este relato; *“Me gustaría salir a correr, a pasear, a estudiar porque es muy bueno”* (HOVA2R5). Aquí se describe el fuerte deseo o anhelo de realizar una actividad placentera, aspirada en el gusto de una acción que se quiere realizar, identificando que cada acción descrita en el relato es una actividad buena, importante, significativa para el Adulto Mayor de Paispamba Sotará.

Ellos anhelan con la fuerza de vivir intensamente su momento, porque están completamente seguros que su condición es la mejor. El Adulto Mayor Sotareño, se consagra como una persona llena de experiencia y sabiduría, esto le permite seguir sus anhelos glorificados en la fortaleza de su vida y en la conciencia que se tiene de cada instante que le pueda brindar su existencia, gracias a la lucidez de su ser como Adulto Mayor de Paispamba, llenos y llenas de metas y perspectivas que quieren realizar, y que para anhelar solo se

necesita la fuerza de la vida. Aspectos muy importantes, que se ven en el libro filosofía del anhelo (ensayos) de García ⁴⁷quien afirma:

“el anhelo no constituye estado de transitoriedad como es la angustia o la esperanza; carece de temporalidad, no puede ser modificada por voluntad, que no tiene fuerza para desviar su intención. Es un concepto matriz en que se siente fecundar la vida misma, cobrando sentido y perspectiva.”

El anhelo fundamental de vida como fuerza, va de la mano con la felicidad, como una condición inmodificable de cada Adulto Mayor Sotareño, el cual sostiene la felicidad como motor de existencia, vivir para ser feliz y vivir siendo feliz. Como lo comparte el siguiente relato: *“Estoy bien, ando feliz, donde me vea yo estoy contento” (HOVG8R1).*

Tener la certeza de que se ha construido durante tanto tiempo, con sufrimientos, tristezas y alegrías la vida del Adulto Mayor Sotareño que hoy maravillosamente comparte y describe con seguridad, que la felicidad es un estado que se edifica en el tiempo y las relaciones con el otro y lo otro, y que en este momento se vive y se manifiesta en la bondad, la alegría, las risas, los abrazos, y el amor.

Que no hay ningún motivo para la tristeza, que en su presencia y en su andar solo hay lugar para la alegría y la felicidad, en pocas palabras hay un estigma de felicidad en el Adulto Mayor Sotareño, y aquello que se quiere no se queda simplemente en un sueño, sus pensamientos se hacen realidad para cargar sentimientos de intensa felicidad.

⁴⁷GARCÍA, José. Filosofía del Anhelo. San Vicente (Alicante) España: Club Universitario, 2008.p.24.

Así puede notarse como en ellos el anhelo de satisfacer y realizar actividades catalogadas como acciones muy buenas, en términos del Adulto Mayor, hacen alusión a la capacidad de actuar y efectuar diferentes dinámicas de vida, que favorecen la felicidad de cada individuo.

En el libro: *Psicología del desarrollo, Aspectos biológicos, psicológicos y sociales, Vejez*, Cornachione A. menciona que: *“La felicidad como anhelo y aspiración de todo ser humano es la motivación que está en la base de todas las demás motivaciones; ella es la aspiración de todo hombre y mujer desde que nace hasta que muere.”*⁴⁸.

La felicidad se construye como anhelo, es el fundamento de la vida, de las motivaciones que cada Adulto Mayor Sotareño ha cimentado y que hoy lo identifica con plenitud y autorrealización. Pedroza V, et al., mencionan sobre el sentido de la vida del Adulto Mayor, el cual afirma: *“el adulto mayor siente la vida como plenitud y autorrealización”*⁴⁹.

Los Adultos Mayores de Paispamba manifiestan diariamente las ganas incesantes de vida, de anhelos y no hay ninguna preocupación por la muerte y por el afán de la inexistencia.

Ahora bien, acercándonos al tema de la plenitud y autorrealización se asegura, así como lo comparten los autores Aimar et al., en su libro *“Desmitificando la vejez... hacia una libertad situada. Vivencias del adulto mayor en la complejidad de la vida cotidiana”*, plantean que *“La plenitud y autorrealización expresados por nuestros A. M. son uno de sus motores para la concreción de sus proyectos*

⁴⁸ CORNACHIONE, María A. *Psicología del Desarrollo, aspectos biológicos, psicológicos y sociales*. 2 ed. Argentina: Editorial Brujas, 2008, p.195.

⁴⁹PEDROZA, V. et al. *Nuevo diccionario de catequética*. Madrid España: San Pablo, 1999, v. 1, p.557.

*de vida. En sus voces se denota el placer que les produce el ocio en su condición de jubilados y en la realización de actividades y proyectos postergados*⁵⁰.

Aunque los Adultos Mayores de Paispamba no están catalogados como jubilados, si manifiestan el placer de hacer acciones y actividades que son anhelos de vida y que producen felicidad. Como lo manifiesta el siguiente relato: *“La agricultura me gusta mucho, me llena, soy feliz y lo hago sin interés, es mi dedicación, es como un deporte y me mantiene bien”* (HOVG2R3)

El Adulto Mayor en el placer de realizar una actividad que lo satisface incorpora el gusto, el interés y la dedicación de lo que se hace y el cual lo carga de felicidad. Este es el anhelo más fuerte y más significativo del Adulto Mayor Sotareño.

La relación entre la felicidad y la muerte en la etapa de la vejez, no es una condición presente en los Adultos Mayores de esta comunidad, sus relatos manifiestan anhelos de vida y no se denota ningún horizonte de muerte y preocupación por su llegada. Sus aspiraciones están enmarcadas en el tiempo presente y futuro, proyecciones futuras como lo afirma PNUD (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, PNUD-Chile) en el libro: Desarrollo humano en Chile, Aspiraciones Colectivas, parte II:

Se entenderá aquí por aspiraciones o también anhelos y sueños las representaciones que se hacen los individuos y los grupos acerca del estado de las cosas, personales o sociales, que desean para el futuro y que caracterizan “como lo mejor”⁵¹.

⁵⁰AIMAR, Ángela et al. Desmitificando la vejez hacia una libertad situada: vivencias del Adulto Mayor en la complejidad de la vida cotidiana.1 ed. Argentina: Editorial Villa María Eduvim, 2010, p.38.

⁵¹PROGRAMA DE LAS NACIONES UNIDAS PARA EL DESARROLLO PNUD-Chile. Op. Cit., p.58.

Ahora bien, los anhelos se fundamentan en conseguir lo mejor, felicidad, lo bueno, lo que se tiene como una meta a lograr en un futuro. Acercándose a un concepto no propiamente acabado al decir, que los anhelos en los Adultos Mayores se definen como aspiraciones y perspectivas de vida enmarcadas de felicidad, goce y disfrute, mientras se está en el horizonte de ella misma.

El querer de los Adultos Mayores se manifiesta desde el pasado, en el cual se quisieron construir aspiraciones que por diversas circunstancias se han ido aplazando. En la condición de la vida, el hombre y la mujer construyen un proyecto de vida, el cual será la carta de navegación de cada sujeto, las perspectivas, las aspiraciones y los anhelos están dentro de este gran proyecto. Las circunstancias que se viven a lo largo de la vida, hacen que los objetivos y las metas propuestas tengan un desarrollo o una evolución ya sea lenta, rápida o estancada. Por lo tanto el tiempo pasado juega un papel importante en las aspiraciones de nuestros Adultos Mayores. En el libro Desarrollo humano en Chile, Aspiraciones Colectivas, parte II PNUD: se afirma lo siguiente *“Otro mecanismo mediante el cual las personas definen sus aspiraciones es la referencia a experiencias vividas en el pasado”*⁵².

Muchas de las aspiraciones de los Adultos Mayores se basan en planes para el futuro, sus prioridades en el pasado fueron diversas, y hoy buscan lo que prioritariamente da continuidad a cada aspiración. Es así como en uno de los diarios de un Adulto Mayor expresan lo siguiente; *“quiero tener mi casa propia”* (HOVC4R3).

En la condición en que se encuentran los Adultos Mayores y teniendo en su mente unos horizontes claros, los anhelos que persisten, lo que puede conllevar a acciones significativas.

⁵²Ibid.,p.19

Teniendo claro que se asume a los Adultos Mayores como condición y no como etapa, y el hecho de estar involucrados en los procesos sociales de la comunidad, se construyen aspiraciones colectivas, en esa necesidad de interacción con el otro y con el mundo.

Entonces se concluye que uno de los imaginarios más fuerte de los Adultos Mayores Sotareños es el anhelo de vida, enmarcado en las actividades y acciones que les produce felicidad y todas aquellas aspiraciones que motivan y cimientan las ganas de vivir intensamente las actividades del día a día. Esta carga emocional de anhelo de vida en horizontes de felicidad, es la fortaleza de la existencia de quienes por tantos años han recorrido la tierra Sotareña y hoy comparten sus experiencias y su sabiduría, como son los Adultos Mayores.

Los Adultos Mayores de Paispamba Sotará, anhelan la misma condición de estar vivos y sentirse útiles, capaces y seguros de que todo su potencial experiencial aporta significativamente al bienestar individual y social. Ellos no dejan de anhelar, porque saben que su fuerza, su energía, sus ideas y proyectos han tenido frutos, y eso les produce esa necesidad de anhelar más de lo que puedan conseguir.

Esa particularidad de los Sotareños que tienen la virtud del anhelo incansable, luchador e incesante de conseguir sus metas y objetivos hasta el final de sus vidas, pueden dejar sembrado el legado a sus nuevas generaciones. Ellos jamás dejarán de anhelar porque su capacidad y su fuerza de lucha son mayores que su edad

12. HALLAZGOS

TIEMPO DE VIDA.

El tiempo de vida comienza en el momento en que se es consciente y se percibe la realidad, las personas son parte del tiempo y viven inmersas en él. La vida como el tiempo está limitada individualmente, los humanos somos seres finitos con un comienzo y un final, muchos esperan o se dedican a “matar el tiempo”, como se dice popularmente, sin entender que el tiempo es irrecuperable o más bien consumible.

Algunas personas consideran el tiempo más como un mal que un bien, desde la infancia se desea ser mayor, pero al llegar a la adolescencia el tiempo es algo que de momento no interesa solo está presente el disfrute, pero al llegar a una edad más madura, se desea que el tiempo se detenga, se pare, con tal de tener siempre la misma apariencia física pero con la sabiduría de toda una vida.

En la vida están inmersos en un tiempo medible y experiencial, medible en términos de horas, días, meses... mientras que el experiencial es una condición de vida que se refleja en presente, en el momento, en el instante y todos aquellos sucesos que pasan por la vida que en ocasiones se hacen largos o cortos según su intensidad. Como lo plantea Melich en el siguiente apartado:

El tiempo vital o existencial (kairos). A diferencia de lo que podría pensarse es el tiempo real de la vida cotidiana. El tiempo vivido es el tiempo subjetivo opuesto al tiempo del reloj. El tiempo vivido es nuestra vía temporal como ser en el mundo. Cada individuo se orienta en el presente y en el futuro en función de él y también gracias a él se revive el pasado. El tiempo objetivo, el Kronos, posee un vocabulario propio en distintas lenguas, horas, minutos, segundos pero cada

*pluralidad de horizontes del mundo de la vida vive a su modo el tiempo*⁵³.

Sustentado la idea de concebir el tiempo subjetivo, existencial y vivido con el fin de enriquecerse con experiencias que el Adulto Mayor puede brindar. Con ello se busca desentrañar por medio del discurso, el lenguaje, el pensamiento y la acción social el tiempo vivido en el pasado, la construcción del presente y del futuro, si lo hay. Además una población como el Adulto Mayor tiene una experiencia significativa en cuanto al tiempo.

Para algunos Adultos Mayores la condición del fin de sus días está condicionada a saber que ya les queda poco tiempo de vida, pero para otros su vida está determinada por disfrutar el día a día sin pensar en la hora de su muerte, se piensa más en el disfrute que en la tristeza de morir.

El tiempo pasado de los Adultos Mayores estuvo mediado por los recuerdos significativos de su vida, el recuerdo se convierte entonces en una manifestación de vida, de momentos, experiencias, logros, tristezas, alegrías; en el tiempo pasado habitan un sin número de situaciones que gracias a la memoria están en el Adulto Mayor como un presente de aquellos recuerdos, entonces no se puede asegurar que el pasado, el presente y el futuro son los tres tiempos del tiempo de vida, si no que a su vez se relacionan formando uno solo como lo afirma a continuación Xirau Ramón (1993).

*Si nos mantenemos en las dimensiones del tiempo vivido no se "puede decir con propiedad que son tres los tiempos (presente, pasado y futuro) sino que tal vez sería más propio decir que los tiempos son: presente de las cosas pasadas y futuras". La primera presencia proviene de la "memoria", la del presente, de la "visión", la tercera, de la "expectación"*⁵⁴.

⁵³ MELICH, Op. Cit., p.77.

⁵⁴XIRAU, Ramón. El tiempo vivido acerca de estar. Madrid España: editorial siglo XXI, 1993, p.19.

El presente de las cosas pasadas en el Adulto Mayor es una premisa y una prioridad, el pensamiento consumista de un Adulto Mayor en cuanto al tiempo poco le permite pensar en las cosas futuras. Es un posicionamiento de este ser ubicado en un tiempo y espacio. Entonces lo cotidiano se convierte en el presente de las cosas pasadas, de la memoria y su recuerdo. La visión de un Adulto Mayor se inclina en el estar en el presente, en vivir el presente, y esperar que en el transcurso del tiempo *kronos* tratado por Melich, consuma lo esperado. Entonces es atrevido pero quizá certero en este caso, decir que el Adulto Mayor se ubica en el presente de las cosas pasadas que provienen de la memoria y que el futuro más cercano es esperar la muerte.

Prieto Guillermo dice:

El tiempo, ese maestro que tanto enseña, ese sanador que todo lo cura, ese juez implacable que acaba colocando cada cosa en su lugar, es una parte inseparable de nuestra vida. Gestionarlo bien es vivir mejor, es una garantía de calidad. Dominarlo nos permite dirigir nuestra vida, sin dejar ningún área desatendida: la pareja, los hijos, la familia, los amigos, los estudios, el trabajo, el ocio, la salud. Hay que saber invertirlo en lo verdaderamente importante, aquello que apunta de lleno a nuestros objetivos, sin dejarse llevar por la inercia o por la habitual cortina de humo de lo que parece muy urgente. Debemos abordar cada asunto con la atención, la decisión y la dedicación que merece⁵⁵.

Las tareas rutinarias son parte de una cotidianidad, los roles que ejercen los Adultos Mayores conllevan a un estado monótono de su pensamiento, de sus emociones y de su corporalidad, mientras tanto aquello que es novedoso los lleva a ser curiosos y dinámicos, les saca de la rutina diaria y motiva a continuar con sus vidas generando un amplio espacio y tiempo de vida, contrario al tiempo que los limita. Lo anterior permite ratificar la pregunta de investigación de **¿CUÁLES SON LOS IMAGINARIOS DE TIEMPO DE LOS ADULTOS MAYORES EN PAISPAMBA, MUNICIPIO DE SOTARA?**

⁵⁵PRIETO, Guillermo. Artículo: La vida es tiempo 2005, p.2. [En línea]<http://www.cop.es/colegiados/m-13106/>. [Citado el 30 de octubre de 2010].

13. ENSANCHAMIENTO DE HORIZONTES

12.1 MI CRECIMIENTO PERSONAL JUNTO A LOS ADULTOS MAYORES.

Antes de iniciar esta investigación no tenía muy claro sobre qué tema iba a realizar mi trabajo de grado, la Educación Física es un campo muy grande del cual podía escoger lo que más quisiera para realizar mi trabajo; decidí trabajar junto con otro compañero con los Adultos Mayores, aunque pocas eran las oportunidades que había tenido en mi carrera el relacionarme con esta población y pienso que es necesario pasar por todos los escenarios poblacionales para ver con cual nos podemos desenvolver mejor o si en todos podemos trabajar con facilidad.

Al adentrarme en este lindo proceso de investigación, en un principio tuve mis miedos sobre cómo debía trabajar y más aún tratar a los Adultos Mayores, poco a poco me fui relacionando con ellos y entablando amistad, empecé a compartir momentos de alegría, risas, juegos y también participar en sus actividades manuales, de baile y cotidianidad. Fue un proceso en el cual aprendí gran manera sobre ellos, al igual que ellos de las pocas actividades que les compartí; hablando de ese compartir ellos son personas que valoran enormemente cada una de las actividades y enseñanzas que por muy simples que pensemos que son, para ellos son de gran alegría y emoción que las compartamos pasando tiempo de calidad con los Adultos Mayores.

A nivel personal en lo poco o mucho que llegue a compartir con los Adultos Mayores, comprendí que son una población que ha sido dejada de lado, algunas veces apartada por los propios familiares, pero que a pesar de todo lo mal que hayan sido tratados u olvidados, tienen un corazón de oro y mucho para ofrecer si nos permitimos compartir algo de nuestro tiempo con ellos, que

se muy bien, va a ser de gran provecho para nosotros en nuestro crecimiento como profesionales, al igual que seres humanos.

A nivel profesional puedo decir, que el trabajar con esta población me ayudo a valorar mucho más este tipo de personas y entender qué tipo de actividades son adecuadas para ellos, cuáles de más provecho con lo que no solo se ejerciten si no que las disfruten y puedan compartir un rato ameno con sus semejantes, también dar cuenta de la importancia que se debe dar al Adulto Mayor en las actividades que realicemos, pues debemos pensar en él como un sujeto y no un objeto, con el cual no solo podemos adquirir información, sino también dejar una huella en sus corazones.

Para finalizar me llevo grandes recuerdos y amigos, pues fui muy bien acogido por ellos casi como un hijo, nieto o familiar, todo lo que compartí sé que va a ser de gran provecho para mi crecimiento como persona, al momento de la despedida tuve sentimientos encontrados que me causaron sentir algo de tristeza, pues me había encariñado con los Adultos Mayores al igual que ellos conmigo.

A modo de recomendación digo que las personas que trabajan con este tipo de población deben conocerlos, investigar sobre su vida, intereses, metas, etc. Brindarles amor, compañía, hacerlos sentir importantes, útiles, hacer actividades de recreación con ellos; a los profesionales en educación física, recreación y deporte se les recomienda variar las actividades lúdicas, con recreación, manualidades y terapia física, integrándolos para que ellos se sientan importantes y a los Adultos Mayores que se sientan que ellos todavía son importantes, que pueden compartir ideas que servirán para trabajar en grupo y que olviden que ya llegaron a una edad en donde creen que ya son rechazados porque no pueden rendir igual que los demás.

Carlos Andrés Cruz

12.2 LA VIDA, UNA SENSACIÓN INOLVIDABLE

Al iniciar esta investigación tenía mucho miedo al enfrentarme a un grupo diferente porque no había tenido experiencias con este tipo de grupos, mi deseo era saber de qué se trataban los imaginarios de los Adultos Mayores Sotareños, al paso del tiempo y al ir ganando confianza con los Adultos Mayores, me di cuenta que era un trabajo muy especial debido a la calidad de seres humanos con los que iba a trabajar, pues a pesar de su avanzada edad, son personas muy especiales con muchas experiencias, historias que contar y aprender de ellas, al punto que lograron dejar en mí aprendizajes muy importantes, los cuales me han permitido cambiar mi forma de mirar la vida y ser mejor persona.

A nivel personal a medida que uno se va relacionando, dándoles y recibiendo confianza, con los adultos mayores Sotareños, van dejando ver la cara amable y los motivos por los que algunos asisten al grupo, esta experiencia me deja muchas enseñanzas, las cuales fueron aprender a valorar a los Adultos Mayores con todas sus cualidades que los rodean, pues son personas que aprecian mucho las enseñanzas que les brindamos y se gozan al máximo el poco tiempo que se pasa con ellos, y con los cuales logramos compartir muy gratos momentos que marcan la vida de uno, también me permitió ser una persona más comprensiva con cada uno de ellos, logrando escuchar cada una de sus historias y enseñanzas cuando nos hablaban, este fue un reto que aportó que en la vida hay que saber hacer las cosas y hacerlas bien y sobre todo con mucha entrega y amor para que todo este trabajo realizado con ellos saliera muy bien.

A nivel profesional aprendí que por muchos años que uno tenga, aún no se ha dejado de aprender y eso es un motivo más para relacionarse con personas diferentes para que cada día sea de grandes enseñanzas tanto para los adultos como para los jóvenes, lo cual hace que uno se siga preparando para dar lo

mejor. Además hay que fortalecer la autoestima de los seres humanos, para que al llegar a esta edad no se sientan olvidados y oprimidos, sino todo lo contrario que se sientan importantes y útiles para la sociedad.

Además también me permitió distinguir qué actividades son adecuadas para un Adulto Mayor, en las cuales no solo se ejercite sino que las disfruten y pueda compartir un rato ameno con sus semejantes, también de darme cuenta de la importancia que se debe dar al Adulto Mayor en las actividades que realicemos, pues debemos pensar en él como un sujeto y no un objeto, con el cual no solo podemos adquirir información, sino también dejar una huella en sus corazones y una huella imborrable llena de cariño y amor.

Sin embargo cuando llegue a mi edad adulta debo recordar cada uno de los momentos que pase con este grupo para hacer las cosas que a ellos les gustaba o hasta mejores para darle a los años una alegría llena de risas y disfrute, también aprovechar las tecnologías que se vayan presentando para estar en un continuo crecimiento intelectual y personal sin olvidar la formación que tuvimos en el transcurso de nuestras vidas y de esta manera lograre llevar una vida más amena, donde no me sienta excluido de la sociedad sino todo lo contrario, que a pesar de todos los años que tenga encima aun pueda seguir aportándoles algo a los jóvenes para su crecimiento como personas.

Como profesional, puedo decir que todo este trabajo con los Adultos Mayores me ayudo a comprender un poco más el pensar de ellos y de igual manera a cómo planear actividades de agrado para este tipo de comunidad, ya que los Adultos Mayores al igual que los jóvenes tienen gustos diferentes y es por esto que cada actividad debe ser pensada para así lograr que ellos disfruten y aprendan algo diferente cada día.

Mis recomendaciones a los profesionales en Educación Física Recreación y Deporte, es que no olvidemos que los Adultos Mayores vuelven a ser niños, lo cual hace que un profesional se preocupe por planificar cada actividad sin olvidar que de eso depende que ellos se olviden por un momento de su cotidianidad que tanto los agobia. Además leer mucho sobre cómo y qué problemas son los más comunes en este tipo de población, para así no aumentar uno más sino ayudar a darles solución y seguir preocupándose por los Adultos Mayores, ya que ellos se sienten olvidados y demostrarles que no es así.

Por último me brindaron momentos encantadores los cuales no podré olvidar, pues fui muy bien acogido por ellos, al momento de la despedida igualmente me causo un poco de tristeza, ya estábamos muy encariñados con los Adultos Mayores.

Aníbal Ordoñez Delgado

12.3 VALORAR A LOS ADULTOS MAYORES, MI NUEVA PERCEPCIÓN DE VIDA.

La investigación acerca de la comprensión de los Imaginarios de Tiempo del Adulto Mayor de Paispamba Sotarará, en el grupo de Adultos Sotareños denominado “dejando huellas”, deja más que una satisfacción, grandes enseñanzas acerca de la comprensión de esta población tan importante para mi municipio. Aprendí en esta investigación, la fuerza de vida y el anhelo intenso de vida que cada adulto mayor lleva en su camino y quienes estamos en la juventud muchas veces nos hace falta. Mientras muchos de los jóvenes Colombianos tienen en sus horizontes la muerte, nuestros adultos Mayores están enmarcados en la vida y en categorías tan importantes como el encuentro, las relaciones, el recuerdo, los anhelos entre otros. Qué buena enseñanza que hoy nos presentan quienes han recorrido la vida con tantas

vivencias, tristezas, alegrías, fracasos y éxitos que los han hecho testigos, héroes y protagonistas de una comunidad tan maravillosa como lo es Paispamba.

Yo, corrí por la calles de Paispamba siendo niño, y recuerdo quienes son los que hoy nos enseñan a vivir la vida tan fuerte y tan apasionada. Recuerdo que muchos de ellos me regañaban por muchos de los daños que como niño hacía en las casas, calles y espacios de mi pueblo. Recuerdo quizá no su juventud, pero si su condición de Adultos, recuerdo sus energías, su fuerza, su respeto, su amabilidad y su servicio. Con ello, pienso que he estado rodeado de gente maravillosa, inteligente y cargada de experiencia sin saberlo, era niño y poco me importaba en aquella época la condición de Adulto Mayor. Hoy después de esta investigación aprendí a valorar más que a quienes fueron mis vecinos, mis abuelos y mis amigos, a todos los adultos Mayores que puedan existir. En ellos hay una riqueza humana increíble, su alegría, su sonrisa y sobre todo sus arrugas puestas a través del tiempo hacen que al sonreír se pronuncien con gestos de alegría y felicidad. Nadie puede experimentar una alegría tan firme y tan segura como ellos. Ver en sus rostros risas y arrugas llenas de felicidad me enseña que ningún problema podrá impedir la felicidad, cuando hacemos frente a las dificultades. Muchos de los Adultos Mayores no han tenido la facilidad y la posibilidad de estudiar, conocer, pero la vida y los golpes que les ha dado, les enseñó a valorar lo material y lo intangible. Todos sus gestos, cariño, amor, consejos, son los más seguros que pueden existir en mi pueblo.

Lo que no hacía antes cuando era un niño, hoy lo hago con admiración y respeto, al saludar y abrazar a quienes me enseñaron a través de las prácticas a vivir, sonreír y gratificar cada acto de bondad, alegría y enseñanza.

En las historias orales o de vida mencionan la admiración hacia los investigadores, yo también lo digo, “admiro a mis Adultos Mayores de Paispamba Sotará”, porque ellos son los protagonistas de la investigación y del cambio que hoy le ha dado a mi vida. Defiendo a capa y espada su condición y manifiesto que todo niño, joven, adulto, debería valorar a nuestros Adultos Mayores. Ellos tienen en sus palabras, sus gestos y en su vida, la esencia de la seguridad de cada principio y valor de la vida.

Mis recomendaciones a quienes trabajan con Adultos Mayores en todo el País, Licenciados en Educación Física, Recreación y Deporte. Tener en cuenta que la virtud y los valores más importantes que debemos tener frente al trabajo con esta población son el de la tolerancia, el respeto y el amor hacia ellos. El afecto es una condición que los Adultos Mayores necesitan y que están perdiendo. La enseñanza debe darse con amor; con cariño y paciencia.

Tener mucho cuidado con el trabajo recreativo y de actividad física, el tipo de actividades y la intensidad de cada una de ellas. Nuestros adultos mayores no se deben sobre esforzar de sus condiciones y se deben motivar con buenas actividades, cortas pero emotivas. Cuando se entra a trabajar con estas poblaciones es sumamente importante el control médico periódicamente.

En el acto de investigar, es muy importante la comprensión y la interacción en sus diferentes entornos, (casa, calle, el trabajo) con cada uno de ellos, para que así el acercamiento sea un motivo de investigación y de afecto e importancia a esta población.

Gabriel Julián Sánchez Montilla

13. REFERENTE BIBLIOGRAFICO

AIMAR, Ángela et al. Desmitificando la vejez hacia una libertad situada: vivencias del Adulto Mayor en la complejidad de la vida cotidiana.1 ed. Argentina: Editorial Villa María Eduvim, 2010, p.38.

BAEZA, Manuel A. Los caminos invisibles de la realidad social. En, Red internacional del libro Ltda. Ensayo de sociología profunda sobre los imaginarios sociales. Chile, 2000, p.132.

BALCÁZAR, P. et al. 47 Investigación cualitativa. 2005, p.47.[En línea]. <http://books.google.com.co>. [Citado el 13 de diciembre de 2010].

BERNAL, Maria & LÓPEZ, G. Implantación de La estrategia de Autocuidado y estilos de vida saludables en grupos intergeneracionales de los Municipios Del departamento Del Cauca para promover un envejecimiento activo y saludable, 2004. p. (Licenciados en educación básica con énfasis en educación física recreación y deportes). Trabajo de grado. Universidad del Cuca. Departamento de Educación Física.

CAICEDO, H & CARDONA R. Programa para pensionados afiliados a Comfandi una resultado de la recreación como medio y no como fin. Cali (Valle): Funlibre, 1999.

CASTAÑEDA. Elsa. Los adolescentes y la escuela de final de siglo. En: *Revista Nómadas: Fundación Universidad Central. No 4*. Santafé de Bogotá (marzo de 1996) p.76. ISSN. 0121-7550.

CASTORIADIS, Cornelius. El imaginario social y la institución. Buenos aires. Argentina: Tusquets. 1996.

CASTORIADIS, Cornelius. La Institución Imaginaria de la Sociedad. El imaginario social y la institución. Vol. 2. Buenos Aires: Tusquets Editores.2002 p.219.

CORNACHIONE, María A. Psicología del Desarrollo, aspectos biológicos, psicológicos y sociales. 2 ed. Argentina: Editorial Brujas, 2008, p.195.

DANE Censo 2005

GARCÍA, José Carlos. Los derechos y los años, otro modo de pensar y hacer política en Latinoamérica: los adultos mayores. México: Plaza y Valdés, S.A: de C.V. 2006, p.236-237.

GARCÍA, José. Filosofía del Anheló. San Vicente (Alicante) España: Club Universitario, 2008. p.24.

KEITH. Categorización de los roles fundamentales asumidos por las personas mayores.1980 California: Magnus.

LEY 1276 DE 2009[En línea].http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley/2009/ley_1276_2009.html. [Citado el 15 de febrero 2012].

MELICH, Carles. Del extraño al cómplice, la educación en la vida cotidiana. Barcelona: Antrophos, 1994, p.77.

MERCADO, J & TORRES, T. Análisis cualitativo en salud: teoría, método y práctica. Plata y Valdés S.A. Universidad de Guadalajara. 2000, p.82.[En línea]. <http://books.google.com.co>. [Citado el 15 de febrero 2012].

MONSALVE, M. Los adultos mayores en Colombia. Bogotá: Siglo del hombre editores, 2003.

MURCIA, N, & JARAMILLO E. La Complementariedad Etnográfica. Investigación Cualitativa. Una Guía Para Abordar Estudios Sociales. Universidad de Caldas. Armenia – Colombia: Kinesis, 2000, p.78-90,119, 153,154.

MURCIA, N, & JARAMILLO, E, Investigación Cualitativa. “La Complementariedad” Una Guía Para Abordar Estudios Sociales. Universidad de Caldas, Universidad del Cauca. Armenia – Colombia: Kinesis, 2008, p.99-165.

NORBERT, Elías. Sobre el tiempo. Fondo De Cultura Económica, 1984, p.23.

ONU. Estadísticas de población mundial, 2005.

PEDROZA, V. et al. Nuevo diccionario de catequética. Madrid España: San Pablo, 1999, v. 1, p.557.

PÉREZ G. Modelos de investigación cualitativa en educación social y animación sociocultural, aplicaciones prácticas. 2004, p.267. [En línea] <http://books.google.com.co>. [Citado el 8 de diciembre de 2010].

PRIETO, Guillermo. Artículo: La vida es tiempo. 2005, p.2. [En línea]<http://www.cop.es/colegiados/m-13106/>. [Citado el 30 de octubre de 2010].

PROGRAMA DE LAS NACIONES UNIDAS PARA EL DESARROLLO PNUD-Chile; informe nacional sobre el desarrollo humano en Chile 2000: más sociedad para gobernar el futuro: aspiraciones una necesidad personal y colectiva parte II. Chile: PNUD, 2000, p.19-58

ROMO, V. Actividad Física y calidad de vida en personas mayores de 65 años. En: biblioteca universia. Galicia. España. 2002. [En línea]. <<http://biblioteca.universia.net/ficha.do?id=2053329>>[Citado el 30 de octubre del 2010].

SÁNCHEZ, Luis, MEDINA, Javier & CARLOSAMA, Alejandro; Imaginario del tiempo en adulto mayor de la comuna dos de la ciudad de Popayán. Popayán. Cauca. Colombia. 2007. p. (Licenciados en educación básica con énfasis en educación física recreación y deportes). Trabajo de grado. Universidad del Cauca. Departamento de Educación Física.

SÁNCHEZ, M, El Adulto Mayor, la actividad física y la calidad de vida. 2002. [En línea]. <http://www.kinesis.com.co/sumario3.html>. [Citado el 30 de octubre 2010].

STRAUSS & CORBIN, J. (2002) Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada. Colombia: Universidad de Antioquia. Extraído febrero 15 de 2012 <http://books.google.com.co>

TAYLOR, L. & CHARLES. Imaginarios sociales modernos. Barcelona España: Paidós S. A., 2006, p.37.

XIRAU, Ramón. El tiempo vivido acerca de estar. Madrid España: editorial siglo XXI, 1993, p.19.

YAMASAKI, Martha Elena. Tofu. Madrid España: EDAF, S.A, Jorge Juan, 2004, p.195.

YUNI, José A. & URBANO, Claudio A. Educación de adultos mayores: Teoría, investigación e intervenciones. Córdoba Argentina: Editorial Brujas, 2005, p.133-134.

ZAREBSKI, G. & KNOPOFF, Rene. Viejos Nuevos, Nuevos Viejos. Buenos Aires Argentina: TEKNE, 2001, p.31-43,103.

ANEXOS

ANEXO A: DIARIO DE CAMPO

FECHA
LUGAR:
HORA:
NUMERO DE ADULTOS MAYORES:
INVESTIGADOR:

VIVENCIA _____

ENCUENTRO _____

ECOLOGICO _____

SUBJETIVO _____

ANEXO B: RELACIÓN DE PREGUNTAS ORIENTADORAS

HISTORIA ORAL O DE VIDA

- a. ¿Cómo sabe usted a qué horas debe levantarse, sembrar, etc.?
- b. ¿Cuánto tiempo le toma de su casa llegar al pueblo?
- c. ¿Qué es lo que más recuerda de su infancia?
- d. ¿Qué recuerdo marco su infancia, adolescencia y ahora adultez?
- e. ¿Qué cosas del pasado recuerda más fácilmente?
- f. ¿Tiene planes o metas a futuro?
- g. ¿Cómo se ve dentro de 10 años?
- h. ¿Cuánto tiempo lleva viviendo en el pueblo?
- i. ¿Qué enseñanza en la escuela o de sus padres marco su vida?

ANEXO C: CONSENTIMIENTO

No. _____

CONSENTIMIENTO INFORMADO

LA INVESTIGACIÓN TITULADA IMAGINARIOS DE TIEMPO EN EL ADULTO MAYOR EN PAISPAMBA, MUNICIPIO DE SOTARÀ DURANTE EL AÑO 2010

Será de gran valor para realizar futuras investigaciones que permitan establecer los imaginarios de tiempo en el Adulto Mayor para así optimizar la calidad de vida del individuo. Esta investigación se llevara a cabo en un lapso de tiempo de 1 año, en la que los participantes se citaran previamente para la realización de diversas actividades recreativas las cuales no tienen ningún tipo de riesgo que comprometa la salud del participante. La información resultado de este trabajo será utilizada desde la academia guardando la identidad de cada uno de los participantes.

Yo _____ identificado con cedula de ciudadanía No. _____ de _____ acepto participar voluntariamente. Dentro de las condiciones establecidas previamente.

Firma C.C