

**IMAGINARIO DE TIEMPO EN EL ADULTO MAYOR DE LA COMUNA TRES DE LA CIUDAD DE
POPAYÁN**

AUTORES:

**CONRADO AUGUSTO GIRALDO DUQUE
ALBERTO MARTÍNEZ AGREDO
JULIÁN ANDRÉS PAZ ROSERO**

**TRABAJO DE GRADO PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN BÁSICA CON
ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES**

DIRECTOR:

Esp. PEDRO ANIBAL YANZA

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

INTRODUCCIÓN

Este proyecto se encaminó a comprender el Imaginario de tiempo en el adulto mayor de la comuna tres de la ciudad de Popayán, con la colaboración de los adultos mayores que asisten a la casa del abuelo, ya que en su gran mayoría ellos pertenecen a dicha comuna.

Esta investigación se desarrolló teniendo en cuenta la mirada de los investigadores a partir de las observaciones, como también desde la perspectiva de las historias orales y de vida que presentaron los adultos mayores respecto al imaginario del tiempo. Para ello, se tomó como base la investigación de tipo cualitativo y el diseño de la complementariedad etnográfica, que consiste en comprender una realidad a partir de sus manifestaciones sociales y culturales.

Esta investigación esta sustentada en tres capítulos:

En el capítulo uno se encuentra la construcción de los pilares teóricos los cuales son: Imaginario, Tiempo y Adulto Mayor, también se justifica el porqué de la investigación, los antecedentes, el área problemática y el lugar con su respectivo mapa de acción en donde los adultos mayores tienen la vivencia de sus acciones diarias.

En el capítulo dos se muestra el enfoque y diseño metodológico desde el cual se desarrolló este proyecto, basado en la teoría fundada, ella hace alusión a una comparación constante de la teoría formal y de la teoría sustantiva; para después poder sustentar la comprensión de la realidad, de acuerdo con los hallazgos obtenidos en el transcurso de nuestra investigación.

Finalizando la configuración de la realidad, se encuentra la re-configuración de la misma y en esta se aclara que la investigación llega a una fase interpretativa y con ella se da pie para comenzar el tercer capítulo.

En este tercer capítulo se halla la construcción teórica sobre el imaginario y el tiempo; se observa como la pre-estructura inicial cambia para dar origen a una categoría mas profunda de análisis llamada: “imaginario de tiempo en el adulto mayor de la comuna tres de la ciudad de Popayán”.

Para finalizar se hace un ensanchamiento de horizontes donde se da a conocer en que forma este proyecto influyó en las vidas de los investigadores y como se llega a comprender el Imaginario del Tiempo en el Adulto Mayor dentro de la comuna tres de la ciudad de Popayán.

JUSTIFICACIÓN

El envejecimiento de la población es un factor natural de gran incidencia en la sociedad actual, el cual debe ser abordado ante todo con una perspectiva más sensible, ya que esta población requiere ayuda para conservar un nivel de suficiencia física, psíquica y social durante el mayor tiempo posible.

Esto impone que como profesionales en el área de la Educación Física y la Salud se tenga un compromiso con la calidad de vida de estas personas, que debe concretarse en acciones dirigidas a la promoción de un estado de salud integral, desde el sentir, el pensar, el comunicar y el soñar, para no abordarlo solamente desde la ausencia o disminución de enfermedad, sino también facilitar un estado de bienestar que responda a los retos del entorno social de esta población.

Los avances de la medicina, la tecnología y las mejores condiciones de vida han elevado el porcentaje de longevidad de la población, con un descenso muy significativo en las tasas de fecundidad y un aumento gradual de la tasa de dependencia, es por esto que la gran cantidad de personas que establecen esta población conforman un grupo óptimo de trabajo, al cual se le puede contribuir mediante la ejecución de programas que ayuden a satisfacer sus necesidades de manera integral tanto a nivel físico como sociocultural, desde lo que ellos sienten, piensan y desean.

Esta investigación es novedosa porque se han hecho muy pocos estudios que se enfoquen sobre el imaginario del tiempo en el adulto mayor, hay muchos proyectos en este tipo de población; siendo la gran mayoría de tipo biológico cuyos resultados no transforman realidades, sino que aumentan las estadísticas. Lo que se quiere con esta investigación es que se encaminen sus resultados para que puedan ser tomados en cuenta al momento de diseñar planes de intervención

para mejorar la calidad de vida de estas personas de acuerdo a sus realidades. Esto permitió también en el transcurso de la investigación, ver los adultos mayores como sujetos y no como objetos para ser investigados.

Por otra parte fue pertinente considerar a los adultos mayores desde el campo de acción de la Educación Física como un reto educativo, siendo esta población un escenario de intervención para nuestra área, a partir de allí conviene entonces redimensionar y viabilizar objetivos que vayan orientados a rescatar como el adulto mayor concibe su mundo (tiempo) por medio de lo percibido, lo deseado y lo vivido, y nos permita en lo posible transitar por nuevos cauces formando nuevas redes cognitivas.

Se tomó para este estudio investigativo a los adultos mayores porque se considera que al llegar a esta etapa, se adquiere una gran experiencia de vida, la cual permite encontrar en ellos la noción de tiempo como una estructura ya establecida (tiempo objetivo) y comprender desde su imaginario otra concepción de tiempo (tiempo subjetivo).

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- Comprender el Imaginario del Tiempo en el Adulto Mayor de la Comuna Tres de la Ciudad de Popayán.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Comprender los imaginarios sociales que sean transformadores de realidades de los adultos mayores.
- Rescatar cómo el adulto mayor concibe su mundo (Tiempo) por medio de lo percibido, lo deseado, lo vivido y lo posible.
- Generar reconocimiento a la Educación Física, sobre la importancia que ella da para abrir espacios de conocimiento.

CAPÍTULO I

1. REFERENTE CONCEPTUAL

1.1 IMAGINARIO

Para hacer una aproximación al concepto de imaginario con el que se abordó el proyecto de investigación se realizó un recorrido desde los planteamientos de: Cassirer, Moscovici, Baeza, Franco y Castoriadis, los cuales consideramos muy significativos, porque son autores muy relevantes frente a este tema.

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

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

En este caso, la perspectiva ya analizada de Cassirer pudo ser una buena pauta para entender de una manera más clara el concepto de Imaginario, ya que define que las formas para interpretar significados parten de las vivencias e interacciones.

Por otra parte, en el campo de la psicología Moscovici (1960:165). Plantea que: “Percibimos categorías generales de la realidad, desde las cuales nos formamos

una imagen que inicialmente es particular, pero que luego, al compartirlas con otras personas que tienen la misma Imagen, vamos formando una especie de modelo de totalidad”.

En esta posición la realidad se capta desde diferentes puntos de vista, a partir de los cuales se forma una imagen que surge de manera personal y luego, a través de la interacción social acerca de las mismas imágenes; se llega a una construcción en general.

La perspectiva analizada de éste autor es un buen camino que llevó a entender la complejidad de lo imaginario, al reconocer que percibimos categorías generales de la realidad desde las cuales se forma una imagen, que inicialmente es individual y que luego al compartirla con otras personas que tienen la misma imagen, se va formando un concepto más general que permite percibir y entender el sistema social donde éste se ubique.

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

Por otra parte, para Castoriadis (1996:219). “El imaginario es una construcción activa, es decir, una creación de los sujetos donde el interés no está en el descubrimiento sino en la constitución de nuevas formas de entender y explicar las realidades, en los imaginarios éstas se desplazan desbordando lo preexistente, lo previsto, lo que es considerado como real”.

Entonces el imaginario se da de manera constante y mediada por el entendimiento; se plantea que las realidades no son permanentes, sino que son

cambiantes durante todo el proceso de la vida, dependiendo de la concepción de su entorno y la realidad actual del sujeto.

Es ésta, la mirada desde donde el grupo de investigación definió la posibilidad para orientar la búsqueda de los imaginarios.

El imaginario ha sido asumido como social por Castoriadis y Baeza (2000), para quienes; “Los imaginarios sociales se refieren en definitiva a esas múltiples cosmovisiones que el hombre engendra y desarrolla bajo diferentes formas para dar lugar así a la elaboración de sentidos”.

“El imaginario social adopta una posición a partir de las percepciones que se dan de las visiones, y se generan apropiaciones para entender las imágenes que a través del sentido se manejan en el contexto”. Por lo anterior, no existe una sola realidad, sino muchas realidades donde el imaginario es una constitución dinámica que se va formando y reformando permanentemente.

Para determinar de una manera más clara el concepto de transición de imaginario a imaginario social Baeza M. (2000:132) dice:

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

Hay que tener muy claro que varios imaginarios parecidos no conforman un imaginario social, sino que para que éste se de, debe cumplir con la aceptación de

un grupo que se enmarca en las relaciones sociales teniendo muy en cuenta la constitución del marco histórico para ser legitimado socialmente.

La transición que hay de imaginario a imaginario social se da afirmándolo de ésta manera: los imaginarios siendo socializados se colectivizan y se convierten en imaginarios sociales.

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

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

Los imaginarios como construcciones de sentido son formas creativas de vivenciar el futuro, de construir nuevas maneras de vivir ya que en los diferentes ámbitos de la vida se articula la imaginación, acorde con el concepto imaginario que nos propone Cornelius Castoriadis (2003:219) “Hablamos de imaginario cuando queremos hablar de <algo inventado> ya se trate de un <invento absoluto> (una 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)”.

Por lo tanto el imaginario aquí presentado, se ha enfocado hacia la representación de la imagen, teniendo en cuenta que el imaginario se va constituyendo en un marco histórico y social.

Corresponde a la categoría de la conciencia, que hace posible que trascienda y que vaya más allá de las características representativas de cada imagen, lo que implica la apropiación desde la historia vivida de quién le da sentido manifestando lo percibido, lo vivido, lo deseado y lo posible.

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

El ser humano que se constituye a sí mismo, que es capaz de soñar, de desear y de apostarle a utopías posibles, es el sujeto del imaginario radical, el cual consiste en el imaginario que tiene un reconocimiento individual.

1.2 TIEMPO

Desde la Grecia antigua, Parménides se ha cuestionado “Por el momento en que algo adquiere su ser y se interrogó sobre dónde están las cosas antes de acceder a la existencia”, Esto para él fue una encrucijada y quiso dar respuesta ante tal situación, encontrando que el ser no puede ser creado ni destruido, es único e inmóvil, por lo cual él observa el tiempo como algo que no tiene principio ni fin.

Los filósofos, teólogos de la antigüedad se preguntaron por el origen del tiempo pero llegaron a la conclusión que éste no se puede catalogar en parámetros medibles y que es cíclico estructurado en algo estático e inmutable (Eternidad).

A pesar de que en épocas pasadas se quiso dar sentido definitorio a la concepción del nacimiento del tiempo, es necesario reconocer y considerar inabordable la pregunta por lo cual la ciencia en ese entonces comenzó a indagar por el cómo. Newton al contemplar que no podía explicar el tiempo en toda su complejidad lo que hizo fue cortar el campo de acción para poder establecer límites que le ayudaran a tener parámetros determinados, donde se pudiera medir para encontrar futuros predecibles, aun sabiendo que al realizar estos planteamientos iba a sufrir una castración cognitiva.

Laplace citado por Najmanovich D. (1994) continúa con los planteamientos Newtonianos, es decir, que todo se puede medir y catalogar, además los límites los ponemos nosotros. Así el hombre será capaz “en principio”, -aunque no de hecho- conocerlo todo (pasado, presente, futuro) acercándose cada vez más a la verdad por lo cual el progreso humano no tendrá límites, llegando a conocer la medida exacta de las cosas, siempre y cuando se aleje de la subjetividad.

El tiempo relativo de Newton será tanto el tiempo como el espacio absolutos, los cuales pertenecen para el reino de Dios; los hombres sólo pueden contentarse con el establecimiento de un espacio relativo por lo cual es convencional, producto del acuerdo entre sujetos sobre una base arbitraria, será entonces comparación de intervalos temporales. Al definir una unidad y una escala y construir elementos que permitan su medida sobre la base de estos, al ser partícipe en el espacio relativo el hombre olvida su origen y subjetividad entrando en la ilusión de medida exacta y concreta.

El tiempo y el espacio son construcciones mentales que sobre bases abstractas no pueden ser concretas, cuyo único sentido es que, el tiempo se mide y se percibe por medio de relojes y reglas. La modernidad se ha encargado de construir y elaborar sistemas de representación de tiempo en medidas.

Para Szamosi G. (1986:C.III). “Lo que las sociedades humanas necesitaron desde un principio fue seguir la marcha del tiempo, que no tiene nada que ver con seguir el tiempo, aunque a veces se confundan ambas. Seguir la marcha del tiempo significa que hay que adaptarse a las fases de un cambio periódico medio”.

Para ello, todas las civilizaciones construyeron relojes y calendarios, pero los utilizaban más o menos como relojes biológicos, reflejaban el mundo natural y permitían que la sociedad estuviese preparada para sucesos predecibles pero no medían el tiempo.

Heidegger (1993:454). Contempla que el tiempo resulta comprendido como unos tras otro, “como flujo de las horas”. El tiempo, desde unas ópticas se puede definir según el conocimiento y su forma de ver las cosas como el transcurso del tiempo expresado en lo numerado y lo que se puede medir.

Teniendo en cuenta la afirmación y los conceptos manejados por Heidegger se puede decir que el tiempo para él nace de los ahora y lo cual procede de la temporalidad y se puede llamar tiempo original.

San Agustín interpretó de una mejor forma el contenido del Génesis, al decir “Al principio creó Dios el cielo y la tierra”, la creación para él fue el principio del tiempo, no hay un antes y tal vez no habrá un después.

Desde la perspectiva de Naishtat, F. (1994:C.III). “Racionalidad, determinismo y tiempo en la decisión humana” los acontecimientos del universo y en particular las acciones humanas se encuentran ligados de manera tal que, siendo las cosas lo que son en un momento cualquiera del tiempo, no existirá para los momentos anteriores o posteriores sino un estado, y solo uno que fuera compatible con el primero, desde el punto de vista ontológico.

En consecuencia, la existencia misma de decisión parece conllevar la emergencia de un elemento indeterminístico, implicando la introducción en el orden fáctico de un corte arbitrario respecto del estado de cosas existentes.

Un determinismo ontológico universal anularía la imputabilidad de la acción al agente y con ello la existencia misma de decisión en el tiempo, por otra parte la perspectiva epistémica se asocia como la incertidumbre que la gente tiene de los futuros estados de las cosas en el mundo.

Por lo tanto la decisión como la producción de incertidumbre limitada recobra su sentido en la significación ordinaria como invención y creación. Esta creación no es sinónimo de desorden y ausencia de regularidad, ya que en un mundo tal, la decisión carecería de efecto.

De esta forma se tuvo en cuenta lo afirmado por Naishtat, ubicando la investigación en el enfoque de tiempo que se quería manejar en este proyecto, ya que por medio de la decisión guiada por el indeterminismo se pudo lograr intervenir en la población del adulto mayor con relación al tiempo, expresando la existencia de una transformación de nuevas ideas, de lo histórico, del desarrollo, de la evolución, del progreso y la tradición, del devenir y el ser de la estabilidad, del orden y desorden, del azar y la necesidad, en fin todas las relaciones del sujeto mundo. Nuestras concepciones y nuestras vidas están buscando otras causas por donde transitar, formando nuevas “redes cognitivas”, por lo tanto nuevos mundos, en tanto nuevos imaginarios con los que viven los seres humanos.

1.3 ADULTO MAYOR

Para consolidar un concepto del adulto mayor se tomaron algunas bibliografías desde la vejez, envejecimiento, tercera edad, anciano; pero hablamos de adulto mayor, porque a raíz de múltiples investigaciones se ha comprobado que a partir de esta población es donde el ser humano empieza a tener ciertos cambios en su cuerpo a nivel fisiológico, psicológico y social. Además en el contexto nacional se maneja una ley de protección social, que mediante su resolución 412 de febrero 25 de 2000 del Ministerio de salud, establece las normas técnicas y guías de atención para protección específica, detención temprana y atención de enfermedades en salud pública, por lo cual se pretende trabajar desde un ámbito preventivo, por eso se analiza que a medida que transcurren los años, la calidad y la velocidad con que ocurren estos cambios difieren en el estilo de vida de cada sujeto. A pesar de ello el gobierno nacional ha implementado algunos programas para este tipo de población, teniendo en cuenta que para salud se atendería desde los 45 años y para los subsidios monetarios y programas complementarios desde los 60 años, razón por la cual para este proyecto se tomó la edad de 60 años en adelante para realizar el estudio.

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

Es por esto que el ser humano busca la prolongación de la vida, ya sea con los avances médicos y tecnológicos con el objetivo de luchar contra la muerte y las enfermedades, pero el hecho no es simplemente prolongar la vida, sino lograr aumentar la calidad de la misma, de una forma que sea digna y satisfactoria manifestando lo que dice el refrán popular “No hay que llenar de años la vida sino

darle vida a los años”. Y en lugar de la enfermedad, la incapacidad y la dependencia, la gente mantenga por años su juventud y vigor o que le permita a los adultos mayores llevar una vida activa y útil.

No se puede hablar de un solo concepto de vejez totalmente definido, debido a que hay diferentes maneras de valorar, clasificar y definir esa etapa de la vida, como por ejemplo Beauvoir (1985:69) “La vejez no es un hecho estadístico, es la conclusión y la prolongación de un proceso”.

Esto genera cambios permanentes o inestables en el transcurso de la vida, cada uno de estos cambios se dan individualmente y puede o no que se den en mayor o menor grado, conforme a la gran diversidad y multiplicidad del entorno en que el viejo esté rodeado y de cómo éste haya ido evolucionando en el transcurso de las generaciones; así como lo plantea Vaillant (1991), la vejez ha tenido diferentes valoraciones, por ejemplo:

Para Platón (Citado por Gómez (2004), en la época Griega la vejez era menospreciada, se prefería morir que envejecer, la calidad y estilos de vida llevados en esa época permitían a los jóvenes o a la juventud disfrutar de su preferencia y su rol en esta sociedad, ellos eran los preferidos por los dioses, además eran los jóvenes quienes por su estado físico participaban en las olimpiadas o juegos olímpicos.

Por otra parte, el viejo era relegado de participar en estas competencias, y sólo era tenido en cuenta y valorado por su sabiduría y su intelecto ya que su parte física no interesaba, debido a que por achaques y dolores en muchos casos no se les permitía competir, a esta población se les veía como seres a los cuales se les debía tener respeto por su poder de entendimiento y su vasta experiencia de vida.

Según este último planteamiento, para Platón (Citado por Gómez (2004), la idea era que con el tiempo se llega a la plenitud total, a la mayor sabiduría, a la paz espiritual, a la alegría que da la experiencia y a la madurez, por otra parte, Aristóteles concebía la belleza física dejando de un lado lo espiritual, hoy en día la gran mayoría de las sociedades buscan integrar estos dos aspectos con el objetivo de que al llegar a la adultez mayor, las personas tengan una mejor calidad de vida.

La historia de la humanidad muestra que las situaciones de los adultos mayores han sido cambiantes, debido a que cada cultura tiene su propia concepción de los adultos mayores, por ejemplo, la cronología que se manejaba o se presentaba en la época Romana, presentaba que una persona era vieja al llegar a los 30 años, debido a que el estilo y la calidad de vida de las personas no era la mejor, ellos se preparaban para la guerra, por lo cual la tasa de mortalidad era muy alta, la mayoría de las personas solo alcanzaban la edad de 30 años.

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

Lo que no se puede desconocer es que el ser humano al llegar a cierta edad le comienzan a suceder unos procesos naturales de cambios fisiológicos, afectivos, cognitivos y motores, así también como decrementos en las habilidades y capacidades intelectuales; como la pérdida de la memoria, el aprendizaje, la rapidez en la ejecución de movimientos, pero así como se deterioran algunos sistemas y facultades también otros empiezan a desarrollarse en un alto grado como es el caso de la comprensión.

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

Se piensa que el hombre para volverse sabio en las culturas primitivas y ostentar roles prevalentes y además ser un consejero, ha hecho su sabiduría a base de la experiencia aprendida a lo largo de la vida, y así como plantean escritores como Staudinger, Smith y Baltes (1992), la sabiduría va más allá del aprendizaje y del conocimiento, pues consiste en la acumulación de las experiencias vividas a lo largo de la existencia, al cumplir las tareas, manejar las situaciones y resolver los problemas que la propia vida impone, pero muchas veces el hecho de ser viejo no quiere decir que ese individuo sea un sabio, ni que todo lo que piensa se haga de forma positiva, esto depende de la calidad de vida que cada persona lleve, como también del rol que ejecute dentro de una sociedad, sin olvidar que una persona envejece tal como a llevado su vida.

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

Se busca entonces que los adultos mayores vieran la vida con satisfacción, madurez, inteligencia y alegría, buscando ser tenidos en cuenta y luchando contra

una sociedad que los quiere relegar por el hecho de no ser competitivos, partiendo de que se considera especialmente al individuo como miembro del grupo al que pertenece y las sociedades que lo acogen, por ello se deben buscar alternativas que lleguen a lo que dice Casanova F. (1999: nº 130). “El viejo no necesita modelos o readaptaciones de modelos grupales ni debe soportar formas más o menos maquilladas de segregación, tiene la suerte de tener su propia y plena dignidad, como el joven, el niño y el adulto, porque existen en relación con la sociedad”.

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

Se define al adulto mayor como un ser que la sociedad ha relegado a un segundo plano, ya que esta no está preparada culturalmente para aceptar las diferentes características, cambios físicos y emocionales que se dan en la vejez, la razón mas grande que la sociedad tiene para rechazarlo es el hecho de que ya no desempeña un rol laboral o productivo, sin tener en cuenta que el adulto mayor también se vuelve una persona mas comprensiva, tolerante y dispuesta a compartir su sabiduría y enseñanzas con su entorno.

2. ANTECEDENTES

Estos antecedentes se hacen a partir de datos descriptivos, para posteriormente, establecer una relación con el trabajo de investigación.

2.1 INVESTIGACIÓN MUNDIAL

- Vicente Romo Pérez, 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, este estudio permitió reconocer que en otros países se hacen investigaciones en adultos mayores.
- Sol Tarres Chamorro, en el año 2003, realizó un estudio cuantitativo denominado “Vejez y sociedad multicultural”, que buscaba como objetivo reconocer el espacio que tienen los ancianos actualmente en la sociedad española. Con este estudio se encontró que España vive un momento demográfico caracterizado por el envejecimiento progresivo de la población, con un descenso en la tasa de natalidad y un aumento gradual de la tasa de dependencia, por medio de esta investigación se confirmó como la población de adulto mayor a nivel mundial presenta un aumento progresivo y constante.
- María Elisa Sánchez Acosta, realizó un estudio cualitativo, en el año 2002, en Cuba, denominado “El adulto mayor, la actividad física y la calidad de vida”,

que tiene como objetivo desarrollar un proceso de promoción que repercuta en la calidad de vida y de la imagen que la población tiene acerca de la vejez. Se encontró que los grupos de adultos mayores contienen toda la heterogeneidad, tomando ante todo una consideración del estado de salud que nos permite planear actividades físicas y brindar mejor convivencia social y familiar, que por ende permita mejorar significativamente la calidad de vida, dónde no solo se agreguen años a la vida, si no que se den vida a los años, esta investigación permitió reconocer que en otros países también se hacen estudios de corte cualitativo con adultos mayores.

2.2 INVESTIGACIÓN NACIONAL

- Murcia P. N., Jaramillo E. L.G., Camacho C.H., Giraldo L.M., en el año 2005, Armenia (Colombia), realizaron una investigación cuantitativa llamada “Imaginario de los jóvenes escolares ante la clase de educación física”, el cual tenía como objetivo el mundo de la educación física desde el imaginario como forma de trascender la practicidad. El imaginario del joven en la clase de educación física es de tipo “deportivo – funcional”, es decir, responde a procesos mecánicos de movimiento estereotipado, movimientos que se materializan en deportes tradicionales reglados, como el fútbol, baloncesto, voleibol, microfútbol, este estudio permitió conocer que en el país hay investigaciones acerca de imaginarios.
- Patricia Cárdenas J. en el año 2003, realizó un estudio cualitativo denominado “Encuentros culturales y recreativos del adulto mayor, nuevo comienzo; otro motivo para vivir”, que tiene como objetivo orientar estratégicamente a tener un impacto sobre la formulación de políticas y la creación de ambientes para el desarrollo humano, esto significa ganar influencia sobre los entornos locales, creencias culturales, el envejecimiento, identificación y cambios de estilo de

vida en la ciudad de Bucaramanga (Colombia). Dentro de este estudio se encontró que la percepción e imaginarios de los adultos mayores frente a la recreación es tomada o asociada como diversión, juego, placer, oficios de la casa, lectura, asistir a reuniones de la tercera edad, ver televisión, dormir un rato, etc., esta investigación permitió encontrar que en el país también se han hecho estudios cualitativos en adultos mayores.

- Carlos Alberto Rico Álvarez, realizó en el año 2005, en la ciudad de Manizales, un estudio cualitativo denominado “ Niveles de equidad y eficacia social en el adulto mayor”, su objetivo es crear diversos programas inesperados en nuevas tendencias y cambios culturales para mantener así un estilo rico y estimulante dentro de su tiempo. Se encontró dentro de este estudio que las poblaciones más básicas en el adulto mayor se están reorientando y se consideran de tipo social, este estudio reafirma que los adultos mayores están siendo tenidos en cuenta en distintas investigaciones en el país.

2.3 INVESTIGACIÓN REGIONAL Y LOCAL

- María Elvira Bernal y Gloria Inés López, en el año 2004, realizaron un estudio cualitativo denominado “Implementación 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”. Cuyo objetivo era la sensibilización sobre el envejecimiento, la vejez y las personas viejas por medio de la actividad física, la lúdica y la nutrición adecuada. Este estudio logro 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. Este estudio permitió ubicar la investigación en el contexto de los adultos mayores.

- Hurtado H. Deibar R., Jaramillo E. Luis G., Zúñiga L. Carlos I. y Montoya P. José H., realizaron en el año 2005 un estudio cualitativo denominado “Jóvenes e imaginarios de la educación física” que tenía como objetivo comprender la transformación, la consciencia crítica, la lucha por el sentido y sentidos de los imaginarios de las jóvenes ante la clase de Educación Física en la ciudad de Popayán. De los estudios realizados en los últimos años, se puede decir que las opacidades del imaginario de la educación física se ubican alrededor de un bucle con las siguientes distinciones: cuerpo/máquina – encarnamiento – consumo. En este sentido, los jóvenes a través de las prácticas deportivas vivencien su corporeidad en un juego de relaciones difíciles de delimitar entre la producción y el consumo; A su vez, es un cuerpo atlético y saludable que el capitalismo avanzado ha convertido en ideal estético y que alrededor de patrones culturales de belleza lo ubica en los terrenos del consumo. Así, los imaginarios instituidos de Educación Física, de cuerpo y deporte, son los que han permitido avanzar hacia otro paradigma que recupera los procesos de subjetivación que no había tenido en cuenta la educación física, este estudio cualitativo aportó a la investigación porque en él se trabaja el concepto de imaginario a nivel local.
- José Milton Guzmán, Oscar Ospina y Nancy Leonor Bravo, en el año 2002 realizaron un estudio cualitativo en la ciudad de Popayán denominado “una luz para los años dorados”, cuyo objetivo era inducir en la capacidad funcional del anciano, potenciando la autonomía e independencia en estas personas, que sin ellas muchas veces conllevan a la discapacidad minusválida y en ocasiones a la muerte. Aunque todavía se encuentra en su proceso de desarrollo, este

proyecto intenta colaborar en la formación gerontológica al personal responsable de la atención y cuidados de personas mayores de 60 años a nivel de la familia, como de las instituciones, este estudio cualitativo apporto a la investigación porque en el se trabajo con adultos mayores.

- Wilson Javier Mosquera Palacios y León Bolívar Zúñiga, en el año 2002, realizaron una investigación de tipo cualitativa denominada “caracterización de los aspectos bio-psicosociales del grupo de vida a los años adscritos al I.S.S, de la ciudad de Popayán cuyo objetivo era caracterizar la población mayor de 60 años del programa de vida a los años. Se encontró que los ancianos integrantes del grupo en su mayoría son de procedencia rural, sus quehaceres o actividades propias siguen siendo las del cuidado del hogar, los hombres se definen como ser pensionados. A medida que aumenta la edad, disminuye las capacidades para la realización de la actividad física, social e instrumental. Con relación al mantenimiento físico y la práctica en algún deporte, los ancianos del grupo, no le prestan importancia y consideran que son propias de los jóvenes, este estudio cualitativo apporto a la investigación porque en el también se trabajo con adultos mayores.
- Alejandro Carlosama, Javier Medina, Felipe Sánchez, en el año 2007, realizaron una investigación de tipo cualitativa denominada “Imaginario de Tiempo en el Adulto Mayor de la comuna dos de la ciudad de Popayán”, cuyo objetivo era comprender el Imaginario de Tiempo de los Adultos Mayores de dicha comuna. Se encontró que los adultos mayores de la comuna dos de la ciudad de Popayán han podido manifestarse por medio de imágenes, ideas o juicios, para dar el significado o significados que tienen los objetos, los cuales al darles sentido dentro del grupo de reunión, pasan a conformar el mundo de lo imaginario, teniendo en cuenta que la necesidad de ser representado en éste

caso no ha sido dada por el objeto mismo, sino por los adultos mayores quienes los han juzgado y les han dado sentido para sus vidas, este estudio cualitativo apporto a la investigación porque en el también se trabajaron los conceptos de Imaginario, Adulto Mayor y Tiempo.

En la búsqueda por conocer los diferentes aspectos que rodean y caracterizan el imaginario de tiempo en el adulto mayor, se realizó una búsqueda de información y una revisión literaria a nivel mundial, nacional, regional y local.

Este recorrido que se hizo a través de los antecedentes permitió conocer como está orientado este proyecto y que tan actual puede ser, además de evidenciar que el concepto de imaginario de tiempo en adultos mayores es una temática que apenas esta comenzando a ser investigada.

3. AREA PROBLEMÁTICA

Dada la naturaleza social y cultural del proyecto se requirió de un proceso de investigación complejo y dinámico, donde se buscó responder a la pregunta inicial sobre lo que se va hacer y cómo hacerlo.

Se hace el abordaje del imaginario como marco referencial y especialmente en los adultos mayores donde se queda el imaginario consolidado en la representación de la imagen que se ha construido en la acción social.

Desde el concepto de imaginario se tuvo en cuenta lo relacionado con imaginario social para ubicar y guiar el enfoque de la investigación; ya que estos imaginarios, por su construcción permanente se integran en las realidades sin tomar una sola como absoluta, que también se consolidan por expectativas de un determinado grupo social, esto conlleva a que estas se colectivicen y se conviertan en un imaginario social.

El adulto mayor ha obtenido gracias a su vasta experiencia una acumulación de conocimiento, que desde el punto de vista teórico es una oportunidad fabulosa en el campo de la investigación. Por la disponibilidad de tiempo de estas personas, la cantidad de individuos inmersos en esta población y los potenciales de trabajo que se emergen como demanda social.

En torno a estas oportunidades que ofrece la población del adulto mayor, surge la idea de trabajo de este proyecto de investigación, permitiendo poder encontrar respuestas acertadas a la complejidad de situaciones de orden teórico, pedagógico, didáctico y metodológico, que implica el trabajo con este grupo poblacional, que permita consolidar otras formas de mirar el mundo.

Otro concepto del área problemática que se manejó en este proyecto es el Tiempo, debido a que es importante conocer su percepción dentro de la sociedad.

Por lo tanto el tiempo interviene de una forma activa dentro del Adulto Mayor, el tiempo nos acerca a las acciones o actividades que se desarrollan dentro de esta población, se indagó acerca del concepto de tiempo que no esté ligado solamente al espacio, sino que abarcara todas las dimensiones del ser humano, de esta forma los “Imaginario de Tiempo” que tiene ésta población permitirán llenar las expectativas de esta investigación y ser base para la creación de programas, que den una respuesta acertada de la complejidad de situaciones y acciones dadas en los adultos mayores.

Las reflexiones epistemológicas que se realizaron para la investigación, buscaron sustentar el porqué del proyecto y la necesidad de la población a intervenir, por ello lo que se investigó es el Imaginario de Tiempo en el Adulto Mayor.

El diseño cualitativo se definió como guía para este proyecto, el cual llevó a reflexiones teóricas desde el análisis de los imaginarios y del tiempo, ya que integran al adulto mayor como factor socio cultural, encontrando realidades y necesidades desde el ámbito social que permita trascender al adulto mayor en su realidad, para buscar un cambio de mentalidad con relación al concepto de tiempo, todo esto permite formular la pregunta de la investigación.

3.1 PREGUNTA DE INVESTIGACION

¿Comprender el Imaginario de Tiempo en el Adulto Mayor de la comuna 3 de la ciudad de Popayán?

4. CONTEXTO SOCIO-CULTURAL

4.1 CONTEXTO MUNDIAL

Los avances en la medicina y la tecnología, además de las óptimas condiciones de vida han mejorado la posibilidad de longevidad, que es tomada como uno de los indicadores de desarrollo de las naciones.

Según Arboleda (2005), “los países desarrollados y muchos en vía de desarrollo han ejercido un control sobre la fecundidad propiciando un aumento significativo en la población hacia edades maduras, el estado de salud y la calidad de vida en las personas mayores no están siendo enfocados hacia un fin que proporcione estabilidad social y un mejoramiento de sus actividades cotidianas, por tanto se está considerando que el adulto mayor genera problemas reflejados en la salud pública por su gran crecimiento poblacional presentado en el mundo.

PORCENTAJE DE LA POBLACION Y TASA DE CRECIMIENTO A NIVEL MUNDIAL*

CONTINENTE	% DE ADULTO MAYOR POBLACIÓN	% DE CRECIMIENTO
América del Norte	22.3	7.7
América Latina	10.8	4.5
Europa	24.1	6.7
Asia Oriental	19.6	11.4
Oceanía	17.8	8.5
África	6.6	1.7

*según O.M.S citado por Arboleda

Tabla # 1.

El mismo informe indica que habrá un mayor número de mujeres de edad avanzada y además sugiere una desproporción en el envejecimiento de la población de las zonas rurales comparada con las urbanas, debido a los fenómenos migracionales la ONU

estima que para el año 2025 podría haber 1.100 millones de personas mayores de 60 años en el mundo, debido a que este grupo poblacional ha crecido en un 224% desde 1975". LARA. H. cita algunas estadísticas de la ONU, donde resulta palpable la tendencia hacia el envejecimiento de la población mundial; en ella se hacen proyecciones hacia el año 2025 acerca del porcentaje de adultos diferentes continentes mayores en el total de la población y la tasa de crecimiento.

4.2 CONTEXTO NACIONAL

Según estadísticas del DANE (2004), la proyección para el año 2005 arroja los siguientes resultados; el 9,4% de la población total de Colombia son hombres mayores de 45 años, lo que corresponde a un número de 4.426.040 habitantes.

El 11% de la población total de Colombia son mujeres mayores de 45 años lo que 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 45 años, lo que corresponde a una cifra de 9.510.742 habitantes. Según estos datos se muestra que el sexo femenino está llegando más rápido a una edad más avanzada que los del sexo masculino.

4.3 CONTEXTO DEPARTAMENTAL

Según la proyección del censo del año 1993, el Departamento del Cauca tenía un total de 1.367.496 habitantes discriminados de la siguiente manera: 9.2% corresponde a hombres mayores de 45 años con un total de 125.809 personas, 10.3% corresponde a mujeres mayores de 45 años con un total de 140852 personas, resultado total de 266.661 habitantes mayores de 45 años de sexo femenino y masculino que corresponden al 19.5% de la totalidad de la población caucana.

De acuerdo al censo nacional y departamental de 1993 se logró establecer que el 56.4 % de los caucanos se encontraba con necesidades básicas insatisfechas (NBI), el 19.1 % con vivienda inadecuada, el 18.7 con servicios inadecuados, el 16.9 con hacinamiento crítico, el 10.5 % con inasistencia escolar, el 17.1 % con dependencia y el 22.5 % en miseria. Para 1999 el 67.7% de la población caucana estaba bajo la línea de pobreza y el 36.81 %bajo la línea de indigencia, la tasa de analfabetismo para este mismo año alcanzaba el 12.9 % discriminado de la siguiente manera: 11.2 % en hombres y 14.4 en mujeres.

A nivel departamental encontramos entidades que están dedicadas a la atención del adulto mayor, según la red departamental del adulto mayor (2006): las cuales se relacionan en la siguiente tabla:

**ENTIDADES DEPARTAMENTALES PARA LA ATENCION DEL ADULTO
MAYOR.**

REPRESENTANTE LEGAL	ENTIDAD
Hna. Dilia Vásquez Perdomo.	Hogar san Vicente de paúl. Popayán.
Sor Manuela Gil Acosta.	Centro bienestar del anciano – hogar divino niño. Popayán.
Sor Mercedes Vásquez.	Cottolengo del padre alegre. TEL. 246564.
Deisy Janet Ocoró.	Ancianato san Vicente de paúl. Corinto.
Doris Méndez.	Asilo centro día ancianos de padilla.
Magda Rosario Caicedo.	Asilo casa Loreto – centro de bienestar del anciano. Santander de Quilichao.
Sor Bertha Quintana.	Voluntariado vicentino Bolívar – hogar del anciano santísima trinidad.
Leída Barrera de Moreno.	Ancianato el refugio. Pto. Tejada.

Diego Luís Viáfara.	Centro día. Pto. Tejada.
Monseñor Rafael Morales D. Hna. María Perlaza.	Prefectura apostólica. Guapi - Ancianato San Joaquín y Santa Ana.
Luís Albeiro López.	La conferencia de san Vicente - Piendamó.
Consuelo Osorio,	Asociación albergue san miguel. Miranda.
Oswaldo Galíndez. Mario Valencia.	Fundación San Pedro apóstol. Timbío.
Melba Narváez.	Hogar el oasis. Timbío.
María Saray Chocué.	Fundación avanzar – 8318047.

Tabla # 2.

4.4 CONTEXTO MUNICIPAL

La población total en el municipio de Popayán es de 239.087 habitantes de los cuales el 2.61% corresponde a hombres mayores de 60 años dando una cifra de 6264 personas, el 3.2% corresponde a mujeres mayores de 60 años dando como resultado una cifra de 7789 personas, para un total de 14053 habitantes, es decir el 5.81 % de la población Payanesa es mayor de 60 años.

Según el censo del 25 de octubre de 1993 se obtiene el siguiente resultado:

POBLACION MAYOR DE 60 AÑOS EN EL MUNICIPIO DE POPAYAN

EDAD	TOTAL	HOMBRES	MUJERES
60 – 64	4.734	2.186	2.598
65 – 69	3.158	1.493	1.665
70 – 74	2.427	1.138	1.289
75 – 79	1.577	717	860
80 – 84	1.023	449	579
85 - +	719	281	438

Tabla # 3.

De acuerdo al censo de 1993 el porcentaje de personas con necesidades básicas insatisfechas (NBI). En el municipio de Popayán es del 21.7%, el 9.1% con vivienda inadecuada, el 3.21% con inasistencia escolar, el 1.9% con servicios inadecuados, el 9.0% en hacinamiento, el 7.5% con alta dependencia económica y el 66% en miseria.

Según el plan de ordenamiento territorial (P.O.T) de la ciudad de Popayán dentro del contexto de la comuna tres se encuentran los siguientes barrios:

Bolívar, Ciudad Jardín, Periodistas, Sotará, Deportistas, Los Hoyos, Yambitará, Villa Mercedes, Yanaconas, La Ximena, Palace, Pueblillo, Vega de Prieto, José Antonio Galán, Tres Margaritas, Torres del Rio, Galicia, Nueva Yambitará, Alto y Bajo Cauca, La Virginia, Villa Docente, Rincón de la Estancia, Altos del Jardín, Moravia, La Estancia, Guayacanes, Aida Lucia, Alicante, Las Acacias, Ucrania, El Rincón del Rio, Rincón de Yambitará, El Recodo del Rio, El Portón de Yanaconas, Altos del Rio, Portales del Norte, Arco de Yanaconas, La Floresta, Portón de Palace, Molino de la Estancia, Villa Alicia, Urbanización Yanaconas, El Portón de la Hacienda, Coinca, Colina Campestre, Vegas del Cauca, Venecia, que albergan una población total de 26.159 habitantes.

En la comuna tres, no hay un consolidado general de la población adulta mayor, por lo cual se ha definido como una estrategia, indagar con los presidentes de la junta de acción comunal de cada barrio, obteniendo como resultado aproximado que el 28% de la población de esta comuna son adulto mayores (60 años en adelante).

Dentro de la comuna tres se encuentran todos los estratos socio-económicos desde el 1 hasta el 6, mostrando que hay una amplia diversidad de población, los barrios poseen vías de acceso, servicios de acueducto y alcantarillado, energía, gas domiciliario, teléfono, transporte y recolección de basuras.

En cada barrio hay constituida una junta de acción comunal, conformada por sus directivos: Presidente(a), Vicepresidente(a), Secretario(a), Tesorero(a), Fiscal y sus respectivos comités; deportes, recreación, salud, financiero, trabajo, conciliador.

El lugar en donde se encontraron los adultos con los que se hizo la investigación para la realización del trabajo de campo fue la casa del abuelo.

Dentro de las transformaciones demográficas mundiales, nacionales y locales asociadas al perfil epistemológico del adulto mayor, nos planteamos cambios en todas las dinámicas sociales. Por lo tanto la educación física y el deporte deben tener en cuenta al adulto mayor, como campo de conocimiento e intervención considerando que la asamblea mundial sobre envejecimiento aclara que a mediados de siglo los porcentajes de viejos y jóvenes serán los mismos.

Los integrantes del proyecto investigativo, tomamos a los adultos mayores como sujetos a los cuales hay que hacerles una intervención inmediata, para así mejorar su nivel de vida y estabilidad social.

El reto que teníamos desde lo físico-educativo fue buscar un nuevo escenario donde encontremos espacios y programas bien fundamentados para obtener mejores ambientes de esparcimiento, desde lo lúdico, facilitando la socialización y mejoramiento de la salud y aceptación social.

4.5 MAPA DEL SITIO

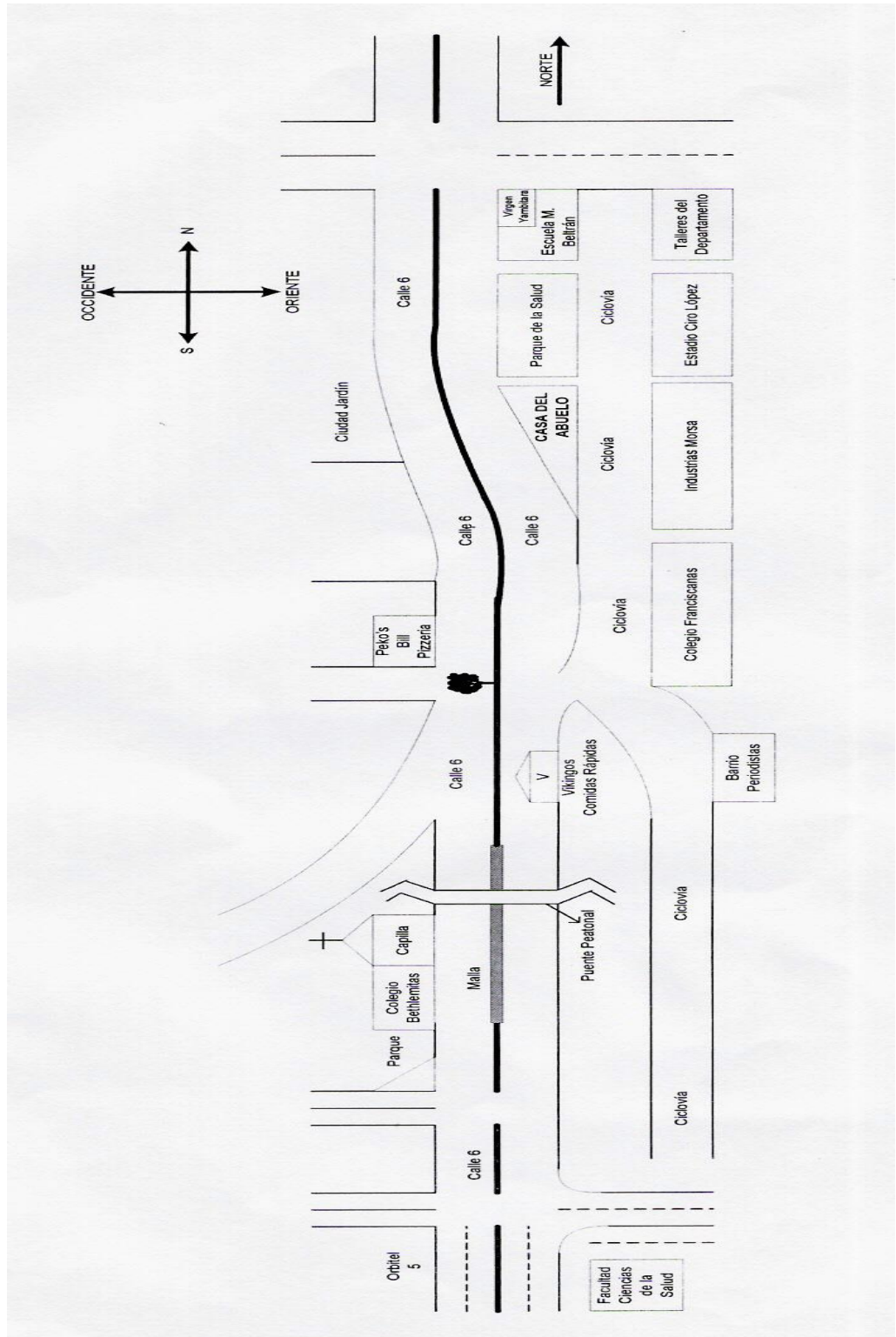
El centro de servicio día “Casa del Abuelo sede norte” esta ubicado en la comuna tres de la ciudad de Popayán, en el barrio la estancia siendo este el lugar de encuentro de los adultos mayores. Cerca de la Casa del Abuelo, se encuentran ubicados el colegio nuestra señora del Carmen, el colegio Bethlemitas, el parque

de la salud, las bodegas de Bavaria, es en la casa de abuelo en donde los adultos mayores encuentran un espacio muy amplio, para realizar sus tareas, las actividades se hacen dentro de las instalaciones a excepción de las caminatas que se hacen en el estadio o en el parque de la salud.

Los adultos mayores asisten puntualmente a este sitio de encuentro para salir de la cotidianidad de sus vidas y poder disfrutar de momentos agradables que les permitan ser parte activa de la sociedad buscando que esta los reconozca y les devuelva su lugar en la misma.

Podemos observar que las actividades que desempeñan la mayoría de integrantes de este grupo están encaminadas a realizar trabajos generalmente de tipo manual, artístico, recreativo, asistencia médica y psicogerontología, estos talleres son totalmente asistidos y dirigidos por profesionales capacitados en sus respectivas áreas, con una intensidad horaria de 6 horas semanales y una asistencia diaria aproximadamente de 80 adultos mayores.

Gráfico No.1 MAPA DEL SITIO



CAPITULO II

5. ENFOQUE Y DISEÑO METODOLÓGICO DE INVESTIGACIÓN¹

El enfoque teórico está apoyado desde la complementariedad etnográfica propuesta por Murcia y Jaramillo (2000); esta complementariedad etnográfica aborda diferentes teorías de investigación, lo que no limita el comprender la realidad, puesto que aborda diferentes miradas para comprenderla.

Se ubica dentro de los métodos cualitativos de investigación y propone tres momentos que son: Pre-configuración, Configuración y Re-configuración de la realidad, los cuales se cruzan a lo largo de todo el proceso de investigación, con el fin de ir develando una posible estructura que de cuenta de la comprensión obtenida, con el objetivo de clarificar un poco el desarrollo de estos tres momentos procederemos a explicarlos por separado, sin querer decir que existen entre ellos fronteras definidas.

5.1 PRIMER MOMENTO: PRE-CONFIGURACION DE LA REALIDAD

El momento de pre-configuración de la realidad como primera aproximación a la posible pre-estructura se considera como una forma de lograr la pre-estructura mediante una búsqueda paralela de teoría formal y de teoría sustantiva. Lo anterior significa que mientras se está realizando una revisión de la teoría formal, que conlleve un conocimiento amplio del área y del contexto de desarrollo sociocultural (perspectiva deductiva), se hace un primer acceso al escenario donde se realizará el estudio, para lograr un conocimiento empírico del contexto sociocultural. Este primer contacto se realiza desde el contacto directo con los sujetos sociales mediante métodos de observación participante. De este proceso y

¹ Este capítulo ha sido consolidado de acuerdo a la misma ruta metodológica propuesta en el proyecto de investigación "IMAGINARIO DEL TIEMPO EN EL ADULTO MAYOR DE LA COMUNA DOS DE LA CIUDAD DE POPAYAN. Por los autores Medina J. Carlosama A. Sánchez F. 2007.

haciendo uso de las descripciones realizadas y de ordenamientos conceptuales de la realidad, se construye la teoría sustantiva que se complementa por relación de sentido con la teoría formal para plantear una pre-estructura. La primera construcción de sentido es la que nos permite elaborar una guía flexible con la cual se da inicio al momento de configuración.

5.1.1 PROCEDIMIENTO

- Permiso institucional: se acudió a la directora de la institución “casa del abuelo” para solicitarle formalmente el permiso para realizar el proceso investigativo en este lugar.
- Observaciones participantes: se realizaron a lo largo del proceso investigativo en donde interactuamos con los adultos mayores, procurando no afectar sus actividades programadas.
- Acercamiento y familiarización: durante algunas visitas se llevaron a cabo diálogos y actividades recreativas como caminatas y talleres prácticos mediante los cuales nos ganamos la confianza de los asistentes a la institución.
- Primer análisis de datos: se hizo por medio de un proceso depurativo el cual consistió en rotular toda la información, luego comparar y seleccionar los datos que se relacionan entre sí, para encontrar categorías selectivas y posteriormente la dimensión temática.
- Dimensión temática encontrada: esta nos permitió llegar a la categoría núcleo, la cual fue la base para seguir el proceso investigativo.
- Trabajo de campo: se realizaron 27 diarios de campo en general, en los cuales se describían los acontecimientos mas significativos de las reuniones, esto trato de ser lo mas objetivo posible con los relatos y con las historias orales y de vida, pretendimos que los adultos mayores nos contaran sus historias de vida las cuales fueron grabadas y luego transcritas sin alterar su contenido.

Para la elaboración de esta pre-estructura se llevaron a cabo los siguientes pasos:

5.2 GUÍA DE PRE-CONFIGURACIÓN

- Familiarización
A través de charlas, acompañamiento, dinámicas, caminatas, integraciones.
- Lugares de observación: centros de servicio día (salones comunales, parques deportivos y casas de apoyo al adulto mayor). La información y la recopilación de datos se harán por barrios.
- Número de observaciones: 30 observaciones = diarios de campo, a los cuales se les hizo una codificación línea a línea de la cual emergieron las categorías abiertas, por la regularidad que tenían en los diarios de campo.

5.3 POBLACIÓN E INFORMANTES

Los informantes que se escogieron para la investigación del Imaginario del tiempo en el adulto mayor, pertenecen al centro de servicio día “Casa del Abuelo”, que está ubicado en el barrio La Estancia, contiguo al parque de la salud a las afueras del estadio Ciro López, se eligió este sitio porque la gran mayoría de los adultos mayores que asisten a él son residentes de la comuna 3 de la ciudad de Popayán.

En este lugar se encuentran personas con distintas clases de comportamientos: personas activas, pasivas, introvertidas, extrovertidas, con capacidad de liderazgo, personas que nos recibieron con el mayor de los agrados.

Estos hallazgos se realizaron a través de los pequeños diálogos y momentos de interacción que se dieron en los distintos espacios que daba la institución, tales como dinámicas, caminatas, charlas y talleres dirigidos; que nos permitieron crear unos lazos de confianza.

Los informantes que se escogieron cumplieron con ciertos requisitos tales como: tener lucidez, ser coherentes en sus diálogos, tener disponibilidad para compartir sus anécdotas y estar dispuestos a contar sus experiencias adquiridas a lo largo de todas sus vidas, permitiendo esto una buena fuente de recolección de datos.

Luego de haber encontrado los informantes se comenzó la familiarización con cada uno de ellos, mediante conversaciones amenas en la institución y en sus casas ya que brindaron la posibilidad de conocer sus hogares, esto se hizo con el propósito de romper el hielo y realizar la investigación. Las relaciones comenzaron con la interacción a través del dialogo, pidiendo así un permiso para poder escoger otros sitios en donde se pudiera dialogar; como sus casas, parques, cafés o lugares propicios para la comunicación y así lograr que estos adultos mayores nos contaran capítulos importantes de su vida.

Los encuentros con los informantes se acordaban mediante citas programadas de acuerdo a su disposición de tiempo, estas reuniones para el dialogo se dieron en sus casas y en la institución.

5.4 CODIFICACION DE LOS RELATOS

Para presentar el análisis de las categorías encontradas, es necesario aclarar la codificación que se le dio a los relatos, lo cual se explica a continuación:

DIARIOS DE CAMPO: Se realizaron dos tipos de diario de campo correspondientes a:

DC= Diarios de campo de observaciones generales.

HOV= Historias orales y de vida.

Seguido a lo anterior se encuentra el número del diario de campo, las iniciales del investigador y por último el número del relato. Ejemplos:

(DC: 1/CAG/2) - (DC: 3/AMA/6) – (DC: 4/JAP/9).

HISTORIAS DE VIDA: La codificación iniciará con la sigla HOV (Historia oral y de vida), seguida de las iniciales de la institución, el sexo del informante clave, el número de historia oral y de vida y el número del relato. Ejemplos:

(HOV/CA/M1/6) - (HOV/CA/F/2/9) – (HOV/CA/M/3/2)

Estos relatos se transcribirán iguales a las respuestas originales de los adultos mayores sin alterar su contenido.

5.5 CATEGORÍAS ABIERTAS

Según de la Cuesta (2002,18) la Teoría Fundamentada comprende en su análisis de los datos cualitativos, tres momentos así: En el primero, denominado descriptivo, se realiza la codificación abierta; en el segundo se utiliza la codificación axial para relacionar las categorías; y en el tercero, la codificación selectiva, que completa descripciones, refina categorías e identifica la categoría central.

Inicialmente se realizó una recopilación de todos los datos comunes que surgieron en todas las observaciones que hicieron los adultos con los que se hizo la investigación, a lo que se denominó como categorías abiertas.

- Falta de concentración
- Poca capacidad de análisis
- Rigidez y dificultad en coordinación fina
- Esmero en realizar el trabajo
- Trabajos en la institución
- Pequeños trabajos
- Ayudar a sus hijos y nietos
- Reunirse con otras personas de su edad
- Tratan de estar ocupados

- Constante actividad
- Sentirse productivo
- Diligencias personales y de familiares
- Visitar amistades
- Salir en grupo
- Demasiado tiempo libre
- La mayoría son jubilados
- Salir de la monotonía
- Se aburren sin nada que hacer
- Libertad frente al tiempo
- Descansar de las actividades caseras
- Actividades domésticas
- Recuerdan el pasado
- Aislamiento social
- Estigma social
- La familia no los apoya a asistir
- La familia no los tiene en cuenta
- Disposición para trabajar
- Dedicación en el trabajo que hacen
- Motivación por aprender
- Oportunidad de aprender
- Transmitir conocimientos
- Alegría por lo que hacen
- Compañerismo
- Confianza en los demás
- Estrechos lazos de amistad
- Respeto y colaboración

- Abiertos al diálogo
- Disfrute de la vida
- Espíritu joven
- Vivir a plenitud
- Transcurso de la vida
- Historias de vida
- Buena memoria
- Comparación de época

Se buscaron las semejanzas y similitudes entre todas las categorías abiertas, llevando a cabo un proceso depurativo mediante el cual se hizo una reducción del número de las categorías, dando paso a las que se denominaron como categorías axiales.

5.6 CATEGORIAS AXIALES

- Dificultad de aprendizaje
- Gusto por mantenerse en constante actividad
- Tienen una buena disponibilidad de tiempo
- Labores de la casa
- Recuerdan el pasado
- Discriminación social
- Motivación por sentirse útiles
- Relaciones humanas
- Facilidad para comunicarse
- Amor a la vida
- Discuten sobre temas de actualidad
- Buenas relaciones humanas

Estas categorías se relacionaron entre sí, encontrando ciertas similitudes permitiendo consolidar unas categorías más concretas las cuales son categorías selectivas

5.7 CATEGORIAS SELECTIVAS

- Gusto por estar ocupados y entablar relaciones interpersonales
- Disponen de bastante tiempo libre
- Discriminación social

5.8 UNION DE CATEGORIAS SELECTIVAS

Haciendo la relación entre estas tres categorías, resultaron dos categorías más completas y congruentes, las cuales son:

1. “Los adultos mayores utilizan el tiempo libre para estar ocupados y entablar relaciones interpersonales”

Después de la inactividad laboral dada por la jubilación o por terminar la etapa productiva, los adultos mayores pasan a tener una gran disponibilidad de tiempo y como consecuencia de esto su concepción del mismo cambia de manera drástica.

La pérdida de los roles laboral y social los conlleva a caer en una rutina diaria, pero esto no se convierte en un impedimento para que puedan seguir siendo parte activa de la sociedad, ya que mediante la interacción entre los mismos adultos mayores, la participación y la realización de sus trabajos tienden o buscan mantener un nuevo rol social en el que se sientan activos y ocupados.

De esta forma el centro de servicio día casa del abuelo es un sitio propicio de encuentro para todos los barrios de la comuna tres ya que se forma parte de esta comuna, en este lugar los adultos mayores recuperan y mantienen su rol social,

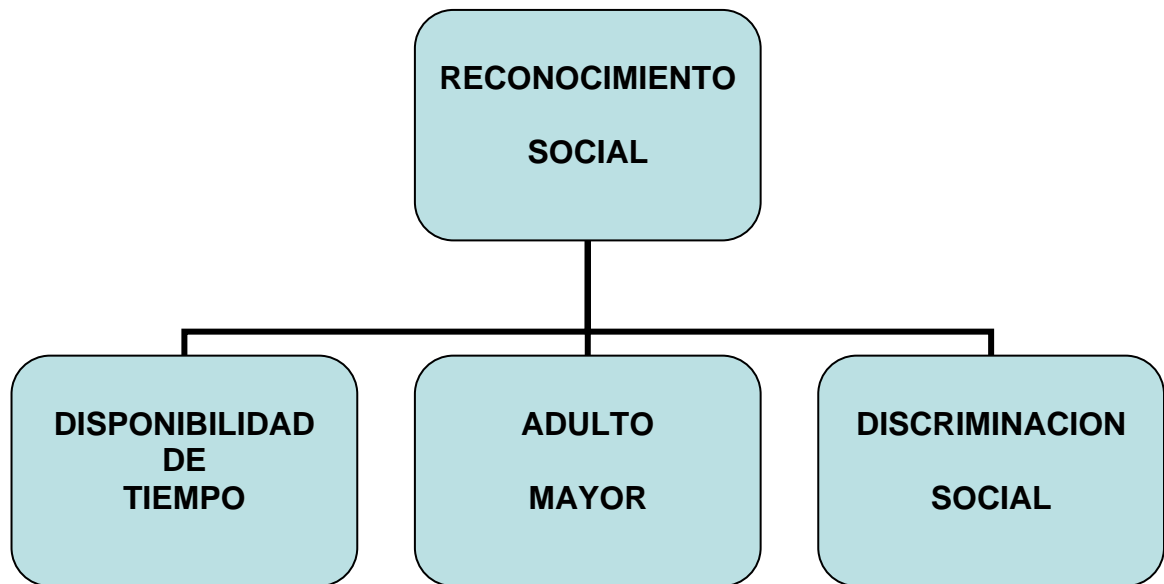
por medio de las actividades que allí se realizan, tales como: manualidades, danzas, recreación, música, charlas dirigidas y caminatas, logrando con esto que los adultos mayores interactúen más entre sí y le den un buen uso a su tiempo libre.

2. “Los adultos mayores se sienten discriminados debido a que la sociedad no está preparada para aceptar este tipo de población y sus limitaciones”.

Los adultos mayores se sienten discriminados por la sociedad que ha fijado en ellos un estigma social haciéndolos ver como unos seres que debido a su edad y a su deterioro físico ya no son tan útiles como lo fueron en sus años de juventud, quedando relegados y aislados socialmente, sin ser tenidos en cuenta y sin la importancia que todas las personas se merecen, aún por parte de sus propias familias que muchas veces no los apoyan para que asistan a la institución (casa del abuelo) o los hacen sentir como una carga más en el hogar, dando como resultado un problema de adaptación social debido a que el nuevo estilo de vida al que ahora deben acoplarse los hace sentir relegados y marginados por la sociedad.

Estas dos categorías selectivas y su historia construida alrededor de lo que emergió en las categorías axiales, dio la posibilidad de construir una categoría central o núcleo que permitió llegar a la construcción de la siguiente pre-estructura socio-cultural.

5.9 PRE-ESTRUCTURA SOCIO-CULTURAL ENCONTRADA.



Gráfica N° 2

Con la llegada del final de la etapa laboral y la jubilación, los adultos mayores comienzan a sentirse improductivos e incluso en algunas ocasiones inútiles, lo que conlleva a tener estados depresivos generados por la inactividad a la que llegan y a la cual no están acostumbrados, sumado a esto comienzan a sentir el rechazo y la discriminación por parte de las personas que los rodean e incluso por sus propias familias que a veces los hace sentir como una carga, a la cual se le resta la importancia que antes se le daba por el solo hecho de ya no estar trabajando y produciendo dinero.

Es por esto que los adultos mayores ahora disponen de mucho más tiempo libre, el cual les permitirá tener nuevos y más espacios en los cuales pueden realizar actividades variadas que anteriormente sus rutinas diarias no les permitían llevar a cabo, debido a las múltiples ocupaciones que estas conllevan.

Debido al cambio de ritmo en sus vidas, los adultos mayores no logran ubicarse en esta nueva etapa, viéndose enfrentados a una serie de nuevas situaciones para las que no estaban preparados.

Es por esto que ahora buscan la manera de realizar un sinnúmero de tareas o actividades mediante las cuales buscan dar un correcto uso a su tiempo libre y sentirse productivos para demostrarle a la sociedad que aun están vigentes en ella y de esta forma lograr ser aceptados y seguir siendo parte activa de la sociedad en la cual viven, de este modo luchan contra la exclusión y la desigualdad de las cuales son víctimas.

En algunas sociedades, la jubilación significa la “consecución de una meta largo tiempo acariciada” y el poder disfrutar de un merecido descanso.

(Davidson y Kunze, 1956)

Cuando los Mayores se convierten en dependientes económicos, físicos y emocionales de sus hijos, muchas veces se invierten los roles, el tener que dejar el rol de adulto independiente para ocupar el rol de adulto dependiente, los coloca en una situación de riesgo. (Aristizábal Vallejo N., 2000)

La jubilación y la inactividad profesional significan la pérdida del rol laboral, la disminución de los ingresos, el cambio de ritmo de vida cotidiana, la reestructuración de los contactos familiares y sociales y la disponibilidad de una gran cantidad de tiempo libre, que si uno no se ha preparado previamente para utilizarlo, de modo que le resulte significativo y agradable, la jubilación puede convertirse en un castigo más que en una liberación.

La explicación de la pre-estructura social encontrada permitió continuar con el siguiente paso el cual consistía en realizar la categoría central o categoría núcleo.

5.10 CATEGORIA CENTRAL

Las anteriores categorías selectivas dieron paso para consolidar la siguiente categoría núcleo o central:

La disponibilidad de tiempo que tienen los adultos mayores que asisten a la casa del abuelo les permite realizar diferentes actividades con las cuales buscan ser aceptados por la sociedad.

Los adultos mayores que asisten a la Casa del Abuelo en su gran mayoría son personas jubiladas o están inactivas laboralmente, por lo cual tienen una buena disponibilidad de tiempo libre que les permite y facilita llevar a cabo un sin número de actividades dentro y fuera de esta institución, mediante las cuales buscan sentirse productivos y dar un correcto uso a su tiempo libre para demostrarle a la sociedad que aun están vigentes en ella y de esta forma lograr ser aceptados y tenidos en cuenta.

Después del final de la etapa laboral o la jubilación, para los adultos mayores la concepción de tiempo cambia drásticamente, porque este “tiempo” es presidido por la construcción newtoniana, la cual se rige por normas y reglas para ser medido y marcado. Esto a los adultos mayores le ocasiona ciertos problemas de adaptación a sus vidas, problemas que repercuten en su cotidianidad, llevándolos a transitar por estados depresivos y de ansiedad, porque no están listos ni preparados para asumir ese nuevo modelo que se les presenta, el cual rompe con los esquemas preestablecidos de cada individuo.

Estamos hablando del paso de la vida rutinaria y del modelo productivo a la tranquilidad de no tener que cumplir horarios y sin presiones laborales, ya que la vida sin metas o propósitos concretos como estar ocupados en cualquier labor que genere alguna satisfacción que llene ese vacío de inactividad, lleva a las personas a sentirse inútiles y/o improductivas, es por esto que los adultos mayores son relegados y dejados en un segundo plano en la sociedad debido a su supuesta

inutilidad es por esto que ellos buscan demostrar que siguen siendo parte de esta por medio de actividades variadas que les permitan sentirse útiles y aportar a la sociedad para ser reconocidos y tenidos en cuenta por esta.

Por otra parte a los adultos mayores les es muy difícil cargar con el estigma social del cual son victimas debido a sus cambios físicos y emocionales en donde su autoridad pierde importancia y los relega, las demás personas les imponen ordenes que terminan reduciendo su autoridad, por lo que tienden a relacionarse mas con personas de su misma edad.

Los cambios físicos y emocionales no son impedimentos para que los adultos mayores cumplan con un sinnúmero de tareas que demuestren que siguen siendo parte activa de la sociedad, a través de estas actividades los adultos mayores buscan mantener y recuperar su rol en la sociedad, como por ejemplo en este aparte de los diarios de campo:

Yo voy en bicicleta todos los días a la casa del abuelo, además a veces hago trabajos de pintura en casas, también tengo una pequeña huerta en mi casa. (DC: 5/AG/7/9)

La falta de sensibilidad social frente al adulto mayor hace que la sociedad lo relegue a un segundo plano y no le da el lugar que realmente se merece en el devenir de la sociedad, porque ellos tienen un cumulo de experiencias vividas muy significativas el cual pueden compartir y transmitir a otras generaciones, tal como dice lo siguiente:

“Mi punto de vista acerca de los adultos mayores era algo equivocado, creyendo que eran personas débiles sin ganas de vivir y con poco animo. Pero me di cuenta que estaba totalmente equivocado al verlos cantar, reír, bailar, etc. Me sentí reconocido

en ellos encontrando que compartía con ellos muchos sentimientos y deseos (DC: 6/AG/6/5)

Los sitios de común reunión como el centro de servicio día “La Casa del Abuelo” son lugares muy propicios en los que se dan a los adultos mayores espacios y actividades desde su sentir, su pensar y su expresar, mediante los cuales se les brinda momentos agradables para que puedan compartir y sentirse bien anímicamente olvidándose de angustias, pesares y problemas emocionales causados por la depresión.

6. SEGUNDO MOMENTO: CONFIGURACIÓN DE LA REALIDAD

En el momento de configuración, se continúa con el trabajo de campo pero en profundidad (intensiva y extensiva), con el fin de obtener una estructura más plausible que la anterior (pre-estructura). Esto implica armar el entramado de relaciones de cada elemento que va emergiendo del proceso de recolección y familiarización con los datos, teniendo como base las pre-categorías o categorías iniciales analizadas en el momento anterior. Es así como: a partir del trabajo de campo en profundidad, se busca escudriñar la realidad sobre la cual se hizo el análisis para comprender si las pre-categorías son las que efectivamente constituyen esa realidad, o por el contrario, se encuentran elementos nuevos configuradores de dicha realidad; en este sentido, se hace de la investigación un proceso de descubrimiento y ello se realizará desde la mirada de los investigadores.

6.1 ESTRATEGIA METODOLÓGICA

El estudio se ubicó dentro de los paradigmas y métodos cualitativos, los cuales se basan en la comprensión de un fenómeno en particular, más que en la explicación que se le pueda dar a este. De la Cuesta (2002:16) considera que "los métodos cualitativos de investigación son aquellos métodos no cuantitativos que intentan capturar el fenómeno de una manera holística y así comprenderlo en su contexto, enfatizando en la inmersión y comprensión del significado humano atribuido a unas circunstancias o fenómenos".

Como estrategia metodológica dentro de los estudios cualitativos, se encuentra la Teoría Fundamentada, la cual surge de la corriente sociológica denominada "Interaccionismo Simbólico". Esta, aparte de poder utilizarse como un proceso psico-social básico (Morse 1994; De la Cuesta 1997), también se sirve como estrategia metodológica pues esta implica la comparación constante con los datos,

es decir, se comparan constantemente desde dos perspectivas; en primer lugar la teoría sustantiva que surge de la información recolectada y en segundo lugar la teoría formal la cual se confronta con las categorías que surgen de los datos en tanto esta sirve como apoyo a la teoría sustantiva y no a la inversa. Todo este proceso investigativo pretende comprender a partir de las diferentes estrategias metodológicas que ofrece la Teoría Fundamentada, pues esta nos proporciona un conjunto de guías y procedimientos que "pueden ayudar a cualquier investigador cualitativo a desarrollar conceptualizaciones más o menos provechosas de sus datos" (Charmaz, 1990) citado por De la Cuesta (2002,18). Según de la Cuesta (2002,18) la Teoría Fundamentada comprende en su análisis de los datos cualitativos, tres momentos así: En el primero, denominado descriptivo, se realiza la codificación abierta; en el segundo se utiliza la codificación axial para relacionar las categorías; y en el tercero, la codificación selectiva, que completa descripciones, refina categorías e identifica la categoría central.

Según Martinelli (1994) la investigación cualitativa, tiene ciertos presupuestos: el primero es el de reconocer al sujeto en su singularidad. Es permitir que éste se revele tanto en el discurso como en la acción, en el contexto de su vida. El segundo presupuesto es el de reconocer la importancia del conocimiento de la experiencia social del sujeto. Siguiendo el análisis de Thompson (1981), el modo de vida que es justamente el modo en el que el sujeto construye y vive su vida envolviendo en este proceso sus sentimientos, valores, creencias, costumbres y prácticas sociales.

Como también nos señala Martinelli (1994), es importante que la investigación retorne a los sujetos, ya que su sentido es siempre social y nos presenta tres consideraciones sobre la investigación cualitativa:

- La primera es en cuanto a su carácter innovador, como una investigación que se inserta en la búsqueda de significados atribuidos por los sujetos a sus experiencias de vida.
- La segunda es en cuanto a la dimensión política de ese tipo de investigación, que como construcción colectiva, parte de la realidad de los sujetos y a ellos retorna de forma crítica y creativa.
- La tercera es exactamente que por ser un ejercicio político, una construcción colectiva, en donde no hay cabida para la exclusión.

6.2 TÉCNICAS

- Observación Participante: utilizada en el primer momento (preconfiguración)
- Historia Oral y de Vida : utilizada en el segundo momento (configuración)

6.3 INSTRUMENTOS

- Diarios de campo: utilizados en la preconfiguración.
En estos diarios de campo se hizo el registro de todas las observaciones participantes que desarrollaron los investigadores en La Casa del Abuelo.
- Audio grabadoras: utilizadas en la configuración. (H.O.V)
En estas se grabaron las Historias Orales y de Vida que los Adultos Mayores seleccionados compartieron con los investigadores.

6.4 OBSERVACIÓN PARTICIPANTE:

Se puede afirmar que la observación es uno de los métodos más utilizados por la investigación cualitativa, consiste en la relación que el investigador entabla con los individuos y se convierte dentro de lo posible, en miembro activo del grupo durante un periodo significativo, este proceso de observación se dio a través de la

familiarización en las numerosas visitas que hicieron los investigadores a la casa del abuelo, con el objetivo de familiarizarse con los adultos mayores que allí asisten y llegar a ser parte de su cotidianidad, permitiendo esto que el proceso de observación y recolección de datos se diera de una forma mas natural.

6.5 RELATOS, HISTORIA ORAL Y DE VIDA:

Comprender el significado que los adultos mayores tienen acerca del imaginario del tiempo, utilizando la metodología de historia oral y de vida como forma de acercarse a los sujetos y de llevar al ámbito de lo “público” las voces de los mismos, hace que trabajar con historia oral y de vida abra una posibilidad sumamente enriquecedora y que posibilite redescubrir las realidades de los adultos mayores.

Se hace necesario conocer la mayoría de mecanismos que permitan que ese proceso sea continuo, y que se pueda interactuar con los sujetos de una comunidad a investigar de la mejor forma, en donde se deben buscar herramientas que permitan que esa interacción no solo se límite a contestar la pregunta investigativa, si no lograr realizar un verdadero proceso de socialización y humanización.

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

En palabras de Yazbek (1996:24) “de la colecta de relatos de vida de los subalternos, procurando comprender el modo como organizan la realidad en sus mentes y la expresan en sus comportamientos. Esos relatos de vida son aquí analizados considerando que no pueden ser desvinculados del movimiento más

general de la sociedad, en que cada experiencia contribuye para la comprensión de la trama de relaciones que constituyen la vida social.”

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

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

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

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

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

Para esto se propuso el siguiente posible diseño de pautas para un diálogo, este dialogo se hizo con los informantes de una manera muy esporádica, ya que se buscaba mayor interacción y que los adultos mayores contaran sus realidades y experiencias vividas sin ninguna presión y a su manera, pero sin salirse del objetivo de la investigación, por lo cual se diseñaron unas posibles pautas o preguntas orientadoras que sirvieran de guía para llegar a ese objetivo, las cuales surgieron en el proceso de la preconfiguración, donde se tomaron las categorías selectivas como guía para generar dichas preguntas orientadoras, y así seguir un dialogo y no una entrevista.

Preguntas Orientadoras

- ¿Usted cómo distribuye sus actividades diarias?
- ¿Usted cómo mide el tiempo?
- ¿Qué es lo primero que usted hace en el día?
- ¿Usted programa sus actividades?
- ¿Usted cómo cree que sería la vida si no existiera la muerte?
- ¿Usted cómo maneja sus metas a corto, mediano y largo plazo?
- ¿A usted qué le falta por hacer?

- ¿Se ha sentido discriminada por su familia o por la sociedad?
- ¿Con qué tipo de personas le gusta relacionarse más?
- ¿A usted cómo le gustaría que fuera la sociedad?
- ¿Su opinión es tomada en cuenta?
- ¿Para usted qué sería vivir plenamente y feliz?
- ¿Siente que ha cambiado su actitud de desempeño en su diario vivir?
- ¿Para usted cuál es la mejor actividad para realizar en la casa del abuelo?

6.6 ASPECTOS ÉTICOS

Teniendo en cuenta que a través del desarrollo de la humanidad, la protección de los derechos humanos ha logrado una alta prioridad entre las comunidades científicas y del cuidado de la salud, las consideraciones éticas son para el desarrollo de este trabajo, una fuente de máximo cuidado, tanto para los responsables como para los involucrados. De ahí que, la ejecución de todas y de cada una de las etapas de la investigación se fundamenta en aspectos normativos como los siguientes:

Normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud estipuladas en la resolución número 008430 de 1993, expedida por la Dirección de Desarrollo Científico y Tecnológico del Ministerio de Salud (1993, p.8), artículos 5 y 11 que refieren entre otros aspectos los siguientes:

“En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de ella, deberá prevalecer el criterio respecto a su dignidad y a la protección de sus derechos y su bienestar”. Así este estudio, no representa riesgo alguno para quienes están involucrados, directa o indirectamente. También este estudio posee particularidades que según la resolución anteriormente mencionada, relaciona el empleo de “Técnicas y métodos de investigación documental retrospectivos, y aquellos en los que no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada en las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos

que participan en el estudio entre los que se consideran: revisión de historias clínicas, entrevistas, cuestionarios y otros en los que no se identifique ni se trate aspectos sensitivos de su conducta. También se tiene en cuenta el reporte de Belmont, que se articula sobre tres principios éticos fundamentales, que regulan la conducta ética estándar, es decir beneficencia, respeto a la dignidad humanidad y justicia.

Durante el tiempo que duró el proceso de recolección de datos siempre se mantuvo el respeto por los investigados, teniendo como precedente su condición humana, ya que sin la formación en ética y valores que tenemos no se hubiese dado una interacción amena y eficaz con los informantes claves, de esta manera logramos ganarnos la confianza, el aprecio y la estimación de los adultos mayores.

7. TERCER MOMENTO: RE-CONFIGURACIÓN DE LA REALIDAD

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

CAPÍTULO III

8. IMAGINARIO DE TIEMPO EN EL ADULTO MAYOR

A partir de los instrumentos que se utilizaron D.C y H.O.V; y de la sistematización surgen las categorías emergentes. Estas ayudaron a comprender como es el imaginario de tiempo en el adulto mayor de la comuna tres de la ciudad de Popayán.

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

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

8.1. CATEGORÍAS DE ANÁLISIS

Estas nacieron desde las historias orales y de vida, teniendo en cuenta los siguientes cuatro aspectos por su regularidad e importancia en las historias: **Felicidad-Satisfacción**, **Cotidianidad-Tiempo**, **Sueños-Deseos** y por ultimo **Religiosidad-Espiritualidad**, estos factores se determinaron por su recurrencia en las historias orales y de vida y dieron paso a las categorías emergentes encontradas.

8.2 ESTRUCTURA SOCIO-CULTURAL ENCONTRADA



Grafica N° 3

Se escogió la imagen de la Torre del Reloj porque es un sitio muy representativo y lleno de identidad para la ciudad de Popayán, además el reloj es muy expresivo, gráfico y demasiado literal a la hora de representar las categorías emergentes encontradas, ya que nos ubica en Tiempo (investigación) y Espacio (Popayán).

Esta imagen se relaciona con lo que se ha encontrado en las categorías selectivas, ya que estas se vinculan y complementan entre sí, de igual manera sucede con el reloj que a través de sus componentes, forma un todo que se integra y funciona para cumplir su objetivo que es el de dar la hora (imaginario del tiempo en el adulto mayor de la comuna tres de la ciudad de Popayán), de esta forma simbolizamos la estructura socio-cultural encontrada en la investigación con la torre del reloj, porque a nuestro parecer es muy conveniente y acertado para dicha estructura.

8.3 LA RELIGIOSIDAD Y ESPIRITUALIDAD PERMITEN AFRONTAR LA SOLEDAD Y RESUELVEN UN PROBLEMA EXISTENCIAL QUE UBICA AL ADULTO MAYOR EN LA BUSQUEDA DE DIOS.

La religiosidad es un aspecto de gran impacto en la sociedad payanesa debido a su reconocida tradición por la práctica religiosa, práctica que se encuentra en íntima relación con su pasado colonial, él que se ha sabido mantener a lo largo de su historia, por tanto el pueblo payanés es de una tendencia marcadamente católica.

Los adultos mayores de la ciudad no son ajenos a estas prácticas religiosas, pues ellos son parte activa de los distintos actos religiosos que se llevan a cabo durante las distintas celebraciones religiosas.

La Religiosidad y la Espiritualidad son aspectos contrarios pero con un fin en común que es la búsqueda de lo divino (Dios). Se debe diferenciar la Religiosidad de la Espiritualidad, ya que la religiosidad se trata de personas involucradas en las creencias, valores y prácticas propuestas por una institución organizada y la búsqueda de lo divino, ésta se logra a través de una manera de vivir, y la Espiritualidad, puede definirse como la búsqueda de lo sagrado o de lo divino a través de cualquier experiencia de la vida. Una definición más amplia de Espiritualidad debería incluir sentimientos de estar conectado con uno mismo, con la comunidad y la naturaleza, y propósito en la vida (Mitko 1999).

La religión viene a ser como el software de programación de los miembros de la sociedad, ella les da la cosmovisión más amplia, su identidad, la conciencia de pertenencia, los grandes relatos que organizan el bien y el mal frente a un posible caos ético, y sobre todo la internalización de la autoridad y de la obediencia como

los resortes de poder imprescindibles para manejar y hacer viable una sociedad.
(Revista Éxodos Vigil J.M 2007)

La espiritualidad es la forma como las personas encuentran significado, esperanza, alivio y paz interior en su vida. Muchas personas encuentran espiritualidad a través de la religión. Otras la encuentran a través de la música, el arte o de una conexión con la naturaleza, mientras que otros la encuentran en sus valores y principios. “2004 American Academy of Family Physicians”

Los adultos mayores recurren a la Religiosidad y a la Espiritualidad de una forma más significativa, debido a que por medio de estos pueden afrontar con más éxito el estrés causado por las pérdidas típicas de este período de vida, tales como: la depresión, inestabilidad emocional. Además es una forma preventiva de afrontar la soledad y mejorar los niveles de bienestar y por último termina resolviendo una situación existencial que ubica al sujeto en la búsqueda de Dios. Al respecto dice un adulto mayor

Darle gracias a Dios por ser lo que soy porque para que más, ya no tengo tiempo ni para leer porque no tengo tiempo para eso, para sacarle el jugo a la riqueza de los libros, porque para eso hay que tener los conocimientos para poner a funcionar lo que mi Dios le de en función de los demás, entonces así como estoy como mi Dios me tiene estoy amañado. (HOV/CA/M1/1)

Las necesidades espirituales son inherentes al ser humano, durante la historia de la humanidad el hombre siempre ha buscado llenar con la religión el vacío espiritual que siente. Por medio de la convicción en Dios el Adulto Mayor busca resolver una cuestión existencial que por lo general se plantea al querer explicar o dar respuesta a algo que se sale de los parámetros establecidos por la razón. Los adultos mayores transitan por un período de la vida donde se hace imprescindible tener un soporte, religioso, que les permite tener más actitud frente a la vida y a

las distintas carencias que la adultez mayor trae, mejorando de una forma significativa su calidad de vida. A continuación nos dice un adulto mayor

Le pido fuerzas a mi Dios para aceptar todo lo que venga porque es solo el quien nos da el valor suficiente para enfrentar los problemas y las adversidades que se nos presentan en la vida diaria. (HOV/CA/M1/3)

Tales argumentos parten de un convencimiento tácito en un poder sobrenatural con quien el sujeto establece una relación emocional y lo suficientemente intensa como para someterse a su poder de una manera ego sintónica (Rivera y Montero 2004)

La relación que los adultos mayores toman con Dios y en especial con la religión les permite crear adherencia a un determinado grupo social que profese los mismos gustos religiosos, mejorando las redes de apoyo social, además fortalece las actitudes para el cumplimiento y el cuidado corporal, de tal manera que termina brindando estabilidad emocional a estas personas. De esta forma nos dice un adulto mayor:

Rezamos el Santo Rosario, comenzamos desde el primer mes es necesario estar a los pies del Señor y la Santísima porque uno necesita muchas ayudas y porque vivo muy agradecido con él, no se cuando me toque ir a dar cuentas y tengo que estar bien con dios para descansar en el cielo.(HOV/CA/M3/1)

Para los adultos mayores la oración amplía su vínculo con Dios, además permite que la práctica religiosa se desarrolle de una manera más completa, creando una situación de desprendimiento que ayuda a los adultos mayores a que se liberen de las presiones que les presenta la vida cotidiana y permite reforzar las relaciones interpersonales en este tipo de población formando mejores redes de apoyo social. Frente a ello un adulto mayor dice:

Uno al levantarse debe dar gracias por todas las cosas que posee, que puede caminar, que tiene salud tiene la papita para alimentarse, que puede hablar, que puede funcionar ¡y la gente portándose mal! ¿que pasa? Uno debe estar agradecido con el Señor y la Santísima sin Dios no se puede mover un dedito. (HOV/CA/M3/2)

Las creencias religiosas como la de “El cuerpo es el templo del Espíritu”, tal vez estimulen en las personas de edad avanzada las conductas que promueven la buena salud, (Gillum Frank. Lapatriaenlinea.com)

La conexión de mente y cuerpo es conocida como la medicina de cuerpo que nos permite relacionarlo con un posible bienestar espiritual, que contribuye a la salud de los adultos mayores, porque les da la posibilidad de mantenerse mental, y físicamente sanos por medio de la profesión de la fe en Dios. No es algo concluyente, pero si podemos decir, que facilitaría cualquier proceso en cual se busque la ausencia de enfermedad o de mayor bienestar. Frente a esto se puede traer a colación la opinión de un adulto mayor:

Pues lo que más me gusta es por la mañana cuando abro los ojos y siento que estoy vivo, le doy gracias al señor que estoy vivo le doy gracias al señor que está allá arriba al mandamás que me dio permiso para despertarme, eso significa que voy a vivir otras 24 horas, se supone, no estamos seguros si me dio permiso para despertarme y a la media hora me vaya, de golpe el como es tan bueno me da otro placito para vivir otras 24 horas y así sucesivamente, y llevamos 83 años en esas. (HOV/CA/M1/2)

El concepto de Dios es la máxima creación cultural para dotar a la Humanidad de un padre, que ha de emparejarse de forma natural con la madre-tierra. (Freud citado por wikipedia)

Es muy posible que los adultos mayores redescubran un mundo olvidado o relegado debido a que en su anterior período de vida o período laboral no disponían de tiempo para dedicarlo a la vida religiosa o no eran lo suficientemente sensibles frente al aspecto religioso, es por esto que en esta nueva etapa de su vida, los adultos mayores encuentran o descubren una nueva forma de socializarse con su entorno y crear nuevas redes culturales o formas de expresarse por medio de la actividad religiosa. De esta forma un adulto mayor dice:

Una vez conversando con una hermana del Espíritu Santo me decía las cosas, no es que sean buenas o malas, es el hombre que las hace buenas o malas, por eso hay cosas buenas que son malas eso depende como las interpretemos y las hagamos.
(HOV/CA/M3/4)

Las normas de la moral cambian y deben cambiar; puesto que cambia la realidad a la que se aplican, pero en un aspecto son inmutables por definición: esas normas, esos comportamientos pueden ser definidos como morales siempre que superen de alguna forma el horizonte individual y obren a favor del bien del prójimo. Este será siempre el fruto de una elaboración autónoma y, como tal, relativa, pero ésta no podrá prescindir nunca de la comprensión y del amor hacia los demás, puesto que éste es el instinto biológico que se halla en la base del comportamiento moral. (Eugenio Scalfari citado por Héctor Valle en su ensayo la inmunda libertad)

Por medio de la práctica religiosa los adultos mayores complementan su formación moral porque les da más pautas frente a la relación consigo mismo y con los demás, es decir, una forma más rápida para acceder al camino de la búsqueda de Dios a través del cumplir con ciertos valores morales que la gran mayoría de religiones promueven. A continuación un adulto mayor dice:

Hombre la vida es muy linda, le doy gracias a Dios por todo lo que me dio la vida y especialmente por los hijos que tengo, pero todo tiene un final y un comienzo, la vida eterna esta en cielo no aquí, uno tiene que descansar de todo este trajín de esta vida aunque es muy linda le toca a uno duro para vivirla. (HOV/CA/M3/5).

“Bienaventurados los que saben vivir gozosamente el presente, los que aceptan la vida de cada día y de cada año con gozo, con esperanza, con optimismo y con audacia”. (Fuente: revistaecclesia.com)

La forma en que los adultos mayores asumen su vida es fruto de su gran recorrido a través de los pasillos de la vida y les permite tener un concepto mas idóneo de cómo debemos asumir nuestro diario vivir, porque nos dan ejemplo de vida mostrándonos un posible camino a seguir, enseñándonos cómo dar más años a la vida y más vida a los años. Un adulto mayor dice:

Me agarraría a recordar todas las cosas malas que hecho y todas mis equivocaciones para que de todo acto malo pedirle perdón a dios, en una semana no alcanzaría a rendirle cuentas a chuchito de los ochenta y tres años pero ahí resumo por capítulos y luego que él decida. (HOV/CA/M1/3)

Uno de los regalos que trae la edad es poder ver las cosas desde otro punto de vista, aprendemos a mirar hacia nuestro interior, tomando responsabilidad de nuestras acciones y de lo que es nuestra vida en estos momentos. Hay que reconocer que las personas tienen unas cualidades que pesan más que la misma apariencia física.

“Con la edad somos más generosos y compasivos, más tolerantes, lo cual nos ayuda a estar en paz con nosotros mismos. Estamos más conscientes del proceso de la vida y la muerte, lo que nos ayuda a soltar el miedo a dejar el cuerpo. Cuando soltamos el apego

al cuerpo y a la juventud asimilamos el verdadero significado de la vida y sabemos vivir con un propósito. Estamos abiertos y receptivos al cambio, con una actitud de curiosidad y entusiasmo por la salud y la vitalidad en las etapas que nos quedan por vivir".
(www.demayores.com/category/espiritualidad)

Los adultos mayores aportan a la sociedad la experiencia, sabiduría y amor, encontrando un nuevo significado a las cosas, tomando riesgos y aún en tiempos difíciles pueden dar una nueva visión de las cosas. Los beneficios que trae la edad permiten reconocer que cambia el aspecto físico pero algo muy profundo permanece igual; la honestidad, sus valores y la satisfacción de haber vivido. Cuando se llega a la etapa de la adultez mayor se trabaja para mantenerse saludables y jóvenes, no por vanidad ni apego a la juventud, sino para conservar el estado saludable que permita superar la cierta dependencia que se genera en esta etapa de la vida, De igual forma permite la integración más activa a la sociedad. A continuación dice un adulto mayor

Doy gracias a Dios por darme inteligencia para manejar mi cerebro y no para que me lo maneje otra persona, y como me ve he sido siempre y lo seguiré siendo con fortalezas, debilidades y uno que otro dolor que traen los años
(HOV/CA/F2/1)

“Lo mismo que un árbol tiene una sola raíz y múltiples ramas y hojas, también hay una sola religión verdadera y perfecta, pero diversificada en numerosas ramas, por intervención de los hombres”. (Mahatma Gandhi). Así, la espiritualidad necesita de una doctrina o religión para ser experimentada por las personas, de esta forma, los adultos mayores toman gusto por la religión que más llene sus expectativas y por la cual sientan una mayor proyección de su fe, llenando ese vacío espiritual que los seres humanos satisfacen a través de los distintas formas para expresar la espiritualidad y así trascender más allá de la existencia.

Los adultos mayores denotan una tendencia hacia los gustos religiosos porque por medio de estos asumen su realidad desde una perspectiva más trascendental que les da la posibilidad de afrontar sus necesidades físicas, emocionales y sociales, para transitar por una nueva etapa de su vida que le coloca un sinnúmero de situaciones que superar, pero que por medio de la práctica religiosa podrán asumir con una mejor suficiencia estos factores y así esta población llevará su vida y la relación con su entorno de una forma más integral, que les permita disfrutar de una mejor calidad de vida.

8.4 LA COTIDIANIDAD DE LOS ADULTOS MAYORES ESTA ENMARCADA EN LA IMPORTANCIA QUE LE DAN AL DEVENIR DEL TIEMPO.

El tiempo es un agente determinante en la vida del ser humano, es un factor de impacto y estrés en la vida cotidiana, pues las personas tienden a desear y disponer de más tiempo para vivir, para trabajar o para divertirse. El tiempo se puede considerar como la esencia de la vida, es lo que conforma nuestra existencia, nosotros le damos sentido a este y si somos verdaderamente conscientes del valor que tiene tendremos una mentalidad más sensible frente al acontecer de nuestra vida.

Entre las cosas que aceptamos sin pensar, es decir, los conceptos que hemos interiorizado sin jamás meditar sobre su significado, fiándonos de la evidencia que ha ideado la cultura en nuestras mentalidades, se encuentran el tiempo. El concepto de tiempo posee un vasto campo semántico, tan amplio como el que las lenguas han sido capaces de conceder a los términos en los que no ha encontrado una fácil definición. Lo que sorprende, en todo caso, es que la mayoría de la población haya adquirido el hábito de asimilar tales conceptos sin preguntarse los porqués de su validez.

Para Zapatero (2005), “la flecha del tiempo procede de lo posible, que en una linealidad temporal la situaríamos en el porvenir, y se mueve hacia la acción de dicha posibilidad, que es el presente. Por lo que la dichosa flecha nos está apuntalando constantemente. La forma de poder esquivarla es tejiendo un plan”. Es decir, se tiene el concepto de que el tiempo es una flecha que va desde el pasado hacia el futuro. Debido quizás a la influencia de la física, al no poder retroceder hacia atrás para remediar algo que ya pasó, o la aparición de la misma Historia como disciplina de almacenaje de algunos acontecimientos y de institucionalización de algunos sucesos. Sucede además que el tiempo nos empuja hacia delante a través de estos proyectos o deseos que se miran en el futuro, mientras que los constantes recuerdos, la memoria y la nostalgia parecen que nos estuviesen disponiendo hacia atrás, creando así un vaivén, describiéndonos así la vida, con relación a lo anterior veamos lo siguiente:

Claro que también me gustaría que el tiempo que mi Dios le da a la gente para vivir lo utilice bien en pro de la humanidad haciendo el bien a todo aquel que lo necesite sin mirar a quien. (HOV/CA/M1/1)

Teniendo en cuenta lo anterior, se considera que los adultos mayores desean que las personas hagan un uso más racional y significativo del tiempo, haciendo lo que es realmente importante y que contribuya más a la sociedad, aprendiendo a vivir de una manera serena, con menos ansiedad y culpa, logrando encontrar un sentido profundo al devenir del tiempo y por consiguiente, abandonar el individualismo y buscando ser más sensibles y tolerantes. Seguramente se habrá aprendido a emplear con mayores satisfacciones el tiempo que nos queda, ése al que nadie recurre para tratar de entender lo que le pasa, lo que está pasando, mientras (se pierde el tiempo) en hablar de ciertas cosas, que contribuyen en la busca de una mejor vida.

Por otro lado cada quien decide como maneja su tiempo independientemente de la construcción del mundo que se tenga. El tiempo es nuestra referencia o coordenada para saber cómo estamos llevando nuestra existencia, además nos correlaciona cronológicamente con el medio,

Gonzalo Gallo (1997), dice: “No esperes a vivir el mañana, vive el hoy. El tiempo es vida y la vida es tiempo; un tiempo que está hecho de instantes fugaces. El ayer se fue, el mañana es incierto y sólo contamos el hoy”.

Disfrutar al máximo el ahora es lo mejor que podemos hacer sin viajar inútilmente al pasado o al porvenir. Al pasado sólo debemos volver para animarnos con gratos recuerdos y motivarnos con lo alcanzado. Al futuro sólo debemos proyectarnos para planear, fijarnos metas y alimentar la esperanza con grandes ideales, el presente debe centrar nuestra atención y canalizar nuestra energía. Sólo tienes un tesoro en el tiempo: el presente. Vivir en paz con el pasado, aprovechar el presente y planear el porvenir es lo mejor que podemos hacer.

Aprendamos de la naturaleza como algunos insectos los de las especies más raras del mundo, que sólo viven un día. Lo curioso del tema es que en su estado larvario se prolongan hasta cuatro años, y en su único día de vida se reproducen pero no se alimentan. Ojala tomemos conciencia de que somos efímeros; nuestro peregrinaje terreno es fugaz. Malgasta el tiempo el que se menosprecia y no lo valora.

Lo anterior nos ayuda a entender de una manera más clara el pensamiento del adulto mayor que afirmó lo siguiente:

Mi papá y mi mamá que decían el tiempo perdido los santos lo lloran porque nuestra vida pasa tan rápido que no notamos a que

hora se nos consumió la vida por eso a que aprovechar cada instante. (HOV/CA/F2/1).

Con la frase anterior comprendemos que los adultos mayores le otorgan un valor al Tiempo, ya que consideran que es un elemento que se agota de manera irreversible en la vida de cada ser humano. De esta forma los adultos mayores le dan un significativo especial al tiempo, siendo más sensibles frente a éste, gracias a su experiencia, razón por la cuál tratan de aprovechar al máximo su permanencia en el mundo sin dejar que pase en vano, haciendo actividades que les hagan sentir que no “están perdiendo el tiempo.”

Henry Roth (2007) conceptualiza sobre el tema “El pasado se forja como metal de calvario en mi historia, el arrepentimiento y la culpa de saltarme y perderme lo importante, por no poder madurar a tiempo, hacen llorar a mi corazón”.

Hay algo mejor que malgastar las energías en lamentos, gritos, culpas o maldiciones, mejor es sentarnos a meditar y reflexionar para corregir, aprender y avanzar, todo fracaso nos esta enseñando algo. Lo más conveniente es dedicar tiempo a reflexionar y meditar, ya que ante un problema u oportunidad desaprovechada lo que cuenta no es buscar culpables sino encontrar posibles soluciones que nos ayuden a salir adelante. El valor positivo es el que permite actuar con realismo y nada tiene que ver con la dañina resignación, que es la que mueve a salir adelante a los adultos mayores.

Los adultos mayores no se esperan a vivir el mañana, viven el hoy, ellos entienden que el ayer ya se fue, que el mañana es incierto y que lo verdaderamente seguro es el tiempo que se vive hoy, que el tiempo es vida y la vida es el tiempo; un tiempo que esta hecho de instantes, los cuales tratan de valorar al máximo.

Tiempo y espacio: categorías constantemente cuestionadas en cuanto a su

existencia real y, sin embargo, siempre presentes en toda imaginación, representación y medición del universo. En toda experiencia cognitiva del mundo, y desde cualquier tipo de ejercicio intelectual, el tiempo y el espacio están allí para recordarnos las dificultades y los riesgos que se corren cuando intentamos unificar las miradas en un solo concepto. En este sentido se trae a colación el siguiente comentario del adulto mayor:

Yo no mido el tiempo yo mido la oportunidad que mi dios me da para desarrollar mis labores si yo hubiera sido de oficina, empleada de oficina, pues que habría hecho son 8 horas estar frente a un computador frente a una maquina y allí la persona nunca progresa porque sabe que hace sus 8 horas de trabajo a través de una maquina y eso es todo. (HOV/CA/F2/2)

Según Durand (2005), Es natural, por tanto, que se haya tratado de valorar el tiempo, ya que su empleo ha sido considerado como fuente de riqueza para quien lo utiliza correctamente y, viceversa, causa de desventura para el que lo malgasta.

Se expresa sentido moral a su empleo y manejo. De aquí que casi inconscientemente, se utilicen alocuciones y frases hechas relativas al carácter moral de nuestro comportamiento en relación con el uso que se hace del tiempo que se han concedido: (emplear bien o mal el tiempo) son formas que se utilizan corrientemente en el lenguaje popular de la gente que constituye la comunicación en nuestra cotidianidad.

Esto lleva a considerar que se mira el valor tiempo en su empleo considerado desde las instancias del poder adquisitivo que cada persona posee. Porque se responde desde las instancias del poder, la vida es lo que se tiene para gastar, es la ley del consumismo, del que más tenga, el despilfarro de los recursos y con ella sin darnos cuenta estamos quitando el tiempo de vida que nos pertenece no sólo nosotros si no a los demás. Si se considera que nuestra vida no es más que el

tiempo que vivimos, ¿por qué no dedicarnos a ganar tiempo, es decir, vida, en vez de concebir nuestra existencia como un vano reflejo del capital acumulado, en el tiempo arrebatado a nuestra vida?

Estas situaciones resultan paradójicas si apenas nos interesamos en meditar sobre algo que conforma nuestra cotidianidad, si el tiempo no es fuente de riqueza, ¿qué es?, ¿para qué sirve? De ahí que se haya deducido, inexorablemente, que el que no aprovecha el tiempo trabajando o realizando alguna ocupación está «perdiendo el tiempo».

Se ha marcado unas diferencias de pensamiento acerca de las concepciones de tiempo que tiene el adulto mayor. Las experiencias de vida han originado en ellos concepciones diferentes acerca del tiempo, miremos algo al respecto:

No programo las actividades porque a veces hace falta el tiempo y uno no tiene que medir el tiempo uno tiene que hacer una programación a su manera de como vas a desarrollar algún programa, yo me pongo a decir yo me levanto a tales horas no le digo mentiras, yo ayer me levanté a las 8 de la mañana saque la perrita y me fui hasta las 10 por allá, conversé, caminé, conocí más gente, cuando me toca madrugar madrugo, pero yo no tengo nada que hacer a las 7 de la mañana, entonces hago un uso del tiempo a mi manera. (HOV/CA/F2/3)

En el caso de nuestras sociedades, el hecho de tener trabajo o tener una actividad establecida, organiza los horarios, los espacios, el tiempo futuro, el tiempo libre, los tiempos de acciones. El trabajo entendido como eje es un gran organizador de la vida cotidiana, de ahí el efecto devastador que tiene la desocupación, que va crea un nuevo tipo de subjetividad. Esta situación de exclusión social para alguien que no elige ser un excluido es muy destructiva.

Sin que tomemos conciencia clara de ello, el tiempo y el espacio organizan nuestra vida, desde la cotidianidad más personal hasta las complicadas redes de

interacción que mueven el mundo. Ante la riqueza conceptual que contienen estas dos nociones, tiempo y espacio, son entonces la clave para seguir entendiendo la cotidianidad del adulto mayor en el mundo actual. Un tiempo que cobra características de inmediato, un tiempo donde los cambios se aceleran y las incertidumbres aumentan pero aún así el concepto de lo cotidiano prevé el cambio. Por otra parte, afirma un Adulto Mayor:

“Yo tengo una huertita permanezco en la huerta trabajándola, me levanto temprano a sembrar y a limpiarla, tengo unos curíes también que me dieron en la alcaldía, me levanto a limpiarlos y darles de comer, también tengo unas matitas que algo hay que hacerles, desyerbar, abonar, trabajo de mi cuenta en la huertita así me pasa la mañana y permanezco en la casa”. (HOV/CA/M3/1)

Cotidianidad se refiere a la actividad consecuente de las personas. Esta noción existe y se construye en relación al tiempo y al espacio, la percepción que tenemos de estas nociones y las circunstancias personales y colectivas en la cual y por la cual actuamos implica una rutina, pero también un cambio y un movimiento. Mientras las personas evolucionan en su relación con otras, con las cosas y fenómenos que les rodean, la cotidianidad individual y colectiva nos configura, nos define.

Pichón Reviere (1985), conceptualiza la cotidianidad como: “El espacio y el tiempo en que se manifiestan, en forma inmediata, las relaciones que los hombres establecen entre sí y con la naturaleza en relación de sus necesidades. Cotidianidad es la manifestación inmediata, en un tiempo, en un ritmo, en un espacio, de las complejas relaciones sociales que regulan la vida de los hombres en una época histórica determinada.”

La cotidianidad sería entonces el día tras día de cada uno de nosotros, que tiene un ritmo, un espacio y un tiempo, que está determinado históricamente. Una de las

características fundamentales que hace a la vida cotidiana es su carácter pragmático, que se nos presenta como vida en movimiento, que vamos sintiendo como algo natural. Se debe partir de que este hecho lo cotidiano es un fenómeno de la cultura y no un hecho natural, es importante conocer este fenómeno cultural para entender los porqués de determinados comportamientos” sociales en el adulto mayor.

La vida diaria es un tejido de relaciones y representaciones que nos aferran a lo existente de múltiples maneras. En la cotidianidad se vive de modo inmediato lo más profundo de nuestros deseos y proyectos, pero a su vez en ella se oculta y se pierde lo mejor de nuestra vida en la inautenticidad, la superficialidad y la insignificancia del transcurrir diario.

La cotidianidad se nos revela primeramente como un marco de representaciones, de relaciones con las cosas y con los demás. Ahora veamos lo que manifestó un adulto mayor:

Las programaciones son falsas porque uno no debe programar sin tener en cuenta el tiempo que le va a dedicar a un a determinada tarea o cosa además el papel aguanta con todo por eso es mejor dejar que las cosas tengan una marcha natural. (HOV/CA/F2/4)

¿Por qué es importante reflexionar acerca de la cotidianidad? Porque tendemos a tomar la cotidianidad como lo evidente, lo perdurable, lo inmóvil. Procuremos mirar nuestro modo de pensar y de reflexionar acerca de la cotidianidad, la posibilidad de no naturalizarla, porque si uno toma distancia, la distingue, la discrimina y puede reflexionar sobre ella, estamos mucho más predispuestos a cambiarla; la realidad social se muestra y se oculta a la vez en la vida cotidiana se muestra en los hechos y se oculta en la representación sociales. Desde esta representación de la cotidianidad (evidente, perdurable, inmóvil) nos movemos en

ella con una familiaridad, con una ilusión de conocimiento que sólo es desconocimiento, a partir del mito de lo natural.

Por otro lado, Luís Carrizo (1985) dice: “La vida cotidiana constituye un crisol fundamental donde se puede potenciar una reforma del pensamiento que supere los reduccionismos y fragmentaciones del sentir, pensar y actuar, contribuyendo al desarrollo de una política de civilización.”

Los planteamientos de carrizo son muy valiosos a la hora de clarificar los conceptos de la cotidianidad. En esta posición la realidad social se muestra y se esconde a la vez en la vida cotidiana, se muestra en los hechos y se oculta en la representación social de los mismos.

Continuando con el tema del Tiempo se encuentra la siguiente frase de un adulto mayor:

El tiempo no lo programo yo, lo programa dios lo programa la mentalidad de cada ser humano porque nosotros somos dueños de nuestras acciones. (HOV/CA/F2/5)

Para hablar del tiempo, es oportuno remitirse a la Biblia, cuya temática constituye el hombre, sencillamente como tal sin recurrir a adjetivos de ninguna naturaleza.

Eclesiastés 2.3, nos relata que: “en este mundo todo tiene su tiempo y todo lo que hay debajo del cielo pasa en el término que se ha prescrito. Un tiempo para nacer y un tiempo para morir, un tiempo para plantar y un tiempo para arrancar lo plantado. Un tiempo para destruir, y un tiempo para construir. Un tiempo para el amor, y un tiempo para el odio. Un momento para callar, y un momento para hablar”

Según este pasaje de la Biblia, se tienen varias etapas en la vida y que independiente de que el tiempo no se detenga se puede tener tiempo para cumplir con todos los deberes y sueños. Hay que seguir paso a paso, ya que es paso a paso como se hace un largo camino, no hay que pensar en una eternidad por delante; avanzar por tramos de 24 horas es lo que se debe hacer y así es como se consiguen los triunfos, sólo por hoy se debe luchar y mañana ser capaces de subir otro peldaño.

El tiempo es un concepto muy filosófico ya que la percepción del mismo es diferente para cada persona en función de la actividad que está desarrollando e incluso del estado de ánimo.

Es obvio que la percepción subjetiva del tiempo es muy variable. Si hemos estado muy ocupados parece que el tiempo va más deprisa, por el contrario, cuando nos sentimos aburridos tenemos la sensación de que el tiempo es muy lento.

Otro efecto similar en cuanto a la velocidad del tiempo se produce por el estado de ánimo. Si estamos muy contentos también parece que el tiempo va más deprisa, mientras que si tenemos un gran deseo de que se produzca un hecho del futuro próximo parece que el tiempo se detiene, como si quisiera llevarnos la contraria. En definitiva, cualquier actividad, ya sea física, mental o emocional, afecta significativamente la percepción subjetiva del tiempo, sin que tengamos medios de medir con precisión sus pequeñas variaciones.

Entre los numerosos significados que se utilizan de este concepto, desde la duración de las cosas sujetas a variación, ejemplo característico de la amplitud semántica señalada, se encuentra también el relacionado con el imaginario, en esa medida, miremos lo que expresa un adulto mayor

Cada ser humano cumple su ciclo vea mi mamá fue una mujer enérgica fue profesora, directora de la normal, y hoy en día la tenemos muerta. Porque vive en las tinieblas, no conoce a nadie, casi ni habla ya ni ve, entonces por eso la muerte si debe existir, el mundo es completo con la muerte porque si no hubiera muerte este seria un mundo de tinieblas en la oscuridad, el mundo sin la muerte no es nada. (HOV/CA/F2/6)

Desde las vivencias de los seres humanos obtenidas en el transcurso de sus vidas se captan imágenes que al darles un sentido conforman la representación de la realidad, de lo imaginario, donde el interés no está en el descubrimiento sino en la constitución de nuevas formas de explicar y entender las realidades, en lo imaginario éstas se trasladan, desbordando lo existente, lo conocido, lo considerado como real.

Shotter (2002), considera que los imaginarios tienen un carácter dinámico, incompleto e inmóvil: tienen además la capacidad de tener atributos reales a pesar de que no son localizables ni el espacio, ni el tiempo.

La perspectiva de Shotter puede ser una buena pauta para entender de una manera más clara lo imaginario del adulto mayor, ya que define entonces el imaginario que se da de manera constante y mediada por el entendimiento, parten de una realidad ya estructurada, que existe fuera del sujeto. Se plantea que las realidades no son permanentes, sino son cambiantes durante todo el proceso de la vida, dependiendo de la concepción de su entorno y la realidad actual del sujeto. Ya que define las formas para interpretar significados y parten de las vivencias e interacciones; es así como cada individuo a través de la interacción le da sentido a toda una vida llena de formas que parten de lo individual y luego llegan a lo colectivo.

Pues el hecho de realizar cualquier trabajo o aprender algo lo hacen sentir que uno es útil, que uno vale que todavía uno puede

hacer muchas cosas y que la edad no es impedimento, los límites solo están en la mente. (HOV/CA/M3/2)

Un adulto mayor decía que le gustaría que se dictaran más cursos y talleres, ya que esto le permitiría emplear mejor su tiempo y sentirse útil haciendo algo productivo. (DC6: /CAG/3)

Frente a ello Álvaro Jiménez Cadena (2007) escribe:

“El tiempo libre es, por el contrario, aquel del cual uno puede realmente disponer para emplearlo como más le convenga, sin depender de nadie y sin obligación de ningún género: estudiando, leyendo, practicando algún hobby, relacionándose con personas amigas, orando, divirtiéndose, descansando, prestando un servicio a quien uno quiere, y mil otras ocupaciones gratas. Este tiempo libre es el que verdaderamente le pertenece a uno; puede usarlo de manera útil, placentera y satisfactoriamente; conseguir esa trilogía de oro es difícil, pero necesario”

Los adultos mayores tienen un concepto más profundo y significativo del tiempo, ya que han adquirido una gran cantidad de experiencias que los ha hecho ser más sensibles y conscientes frente a este aspecto, es por eso que ellos buscan realizar la mayor cantidad de actividades provechosas que les produzcan gozo y satisfacción, para no dejar pasar el tiempo en vano. Su recorrer por la senda de la vida, les da un sentido más completo del concepto de tiempo y lo valioso de los segundos, los minutos y las horas. Se vive el ahora con pasividad, entereza, entrega y gran responsabilidad.

Un adulto mayor mencionaba que después de su jubilación pasó a tener mucho tiempo, el cual no sabía como utilizarlo, esto lo hacía sentir improductivo y por eso decidió asistir a la casa del abuelo, ya que le pareció una buena opción para darle un buen uso a su tiempo. (DC: 7/AMA/2)

En la tercera edad hay más tiempo libre; se suponen suspendidos el horario y el reloj. Pero debe tenerse muy presente la advertencia del premio Nobel en

medicina, Dr. Alexis Carrel: “El tiempo libre es aún más peligroso para el anciano que para los jóvenes y a aquellos cuyas fuerzas declinan debemos darles un trabajo apropiado, pero no sumirlos en la desocupación”

Con el término de la etapa laboral y productiva, los adultos mayores pasan a tener una gran cantidad de tiempo libre, por lo que si no se esta lo suficientemente preparado para afrontar esta situación y disponer de una manera favorable y placentera, puede ocasionar un sinnúmero de situaciones negativas que pueden afectar la vida de la persona, tales como: depresión, soledad y ansiedad, es por eso que buscan ocupar ese tiempo en realizar distintas actividades que le permitan estar ocupados para sentirse útiles y productivos.

Tu tiempo es un tesoro tan valioso que merece un tratamiento especial. De ese tesoro puedes extraer diamantes y perlas preciosas que te ayudarán a sentirte útil a los demás y serán una fuente de la más pura felicidad para tu corazón. Álvaro Jiménez Cadena, S.J., PH.D.

8.5 EL ADULTO MAYOR TRATA DE REALIZAR DIFERENTES ACTIVIDADES QUE LE PRODUZCAN FELICIDAD Y SATISFACCIÓN CON LAS CUALES BUSCA SER RECONOCIDO POR LA SOCIEDAD.

La felicidad es un concepto difícil de definir, en términos generales se puede decir que se compone de pequeños momentos, de detalles vividos en el día a día, en instantes que aparecen y desaparecen de forma constante e inconstante a lo largo de nuestras vidas y que nos hacen sentir plenos, realizados y con una sonrisa constante en nuestro rostro. La felicidad es un estado de ánimo que se complace cuando obtenemos algo, ya sea material o espiritual. Es una dicha, un contento, pero momentáneo, porque esa es la vida, la suma de infinidad de momentos.

El ser humano generalmente va en búsqueda de la felicidad, por ello, son muchos los que se han ocupado de éste complejo tema; los filósofos, los psicólogos, los libros de autoayuda, entre otros, buscan incansablemente “recetas” para hacer felices a las personas. Pero la felicidad es volátil, pasajera, de momentos y más aún de múltiples accesos a ella. Para unos, la felicidad puede estar en los placeres sensuales y materiales, reducida a la satisfacción de necesidades básicas o secundarias (un auto, vestir a la moda, etc.), para otros la felicidad se encuentra en sentirse aceptado por la sociedad, respetando las normas de conducta proclamadas por la comunidad. También está la felicidad del inconformismo, de la aventura, de tratar de descubrir cada día nuevos caminos y de ser diferentes y precisamente en estos constantes cambios se es feliz. Para otros en cambio, la felicidad está relacionada con la aceptación de lo que se tiene, de lo que se conoce, y por tanto se huye de lo inmanejable y lo imprevisible.

En este largo e intrincado camino de lo que nos produce felicidad, se encuentra la felicidad del éxito, del prestigio, del poder, de la fama, del dinero, que quizás es el concepto que está primando en nuestra actual sociedad. Al lado de esta, también es posible encontrar la felicidad del altruismo, esa felicidad que se logra entregándose en cuerpo y alma a los demás, pensando en su bienestar y en la felicidad de ellos, porque por contraste nos la proporciona a nosotros. Hay una felicidad profunda del perdón, de la autorrealización, dada en el sentimiento de autonomía, de encontrarse a uno mismo, en plantearse y descubrir el sentido de la propia existencia. También está la felicidad en el ego, en pasear por una llanura, en una sonrisa, en una burla, etc.

El camino para definir la felicidad es largo y como ya se mencionó intrincado, pero parece que los seres humanos encontramos la felicidad en un sinnúmero de cosas y de múltiples maneras. Por tanto, la felicidad es un concepto abstracto y relativo, es todo y es nada y es desde todas estas visiones, que muchos autores han emitido

frases que han tratado de sintetizar el concepto, cada uno desde su visión y su experiencia. Porque la vida sólo es posible vivirla a través del propio crisma y no del de los demás.

Para el ensayista y poeta estadounidense Ralph Waldo Emerson, quien afirma que: “El éxito consiste en obtener lo que se desea. La felicidad, en disfrutar lo que se obtiene.”

Con referencia a la anterior cita se puede traer a colación la opinión de un adulto mayor:

Así como estoy vivo bien a mí me hace falta todo y a la vez nada, así como estoy vivo tranquilo porque si tengo un poquitico más estoy deseando otras cosas más y eso lo intranquiliza a uno, desde que uno tenga algo que despierte la ambición la sola ambición lo saca de quicio, unos tienen la mujer pero buscan la manera de conseguirse otra, siendo ambas lo mismo, y producen el mismo efecto, si uno le queda mal a la primera lo mismo le va a pasar con la segunda, entonces no va a estar bien con ninguna y comete el peor delito que es jugar con la humanidad, jugar con las personas. (HOV/CA/M1/1)

Para los adultos mayores la felicidad es algo del momento, que se debe vivir en el ahora, en el presente, se debe tener cierto “conformismo”, aceptar las cosas como llegan en el momento, sin complicaciones y sin ambicionar lo que seguramente no conseguiremos y que a la larga nos complicará la vida.

Cuando se es ambicioso, siempre terminaremos inconformes y por tanto no felices, si deseamos cada día algo nuevo y diferente, será imposible encontrar la felicidad o al menos mirarla desde la cima. Para ser feliz se debe ser conforme, aceptar sin preguntas y quizás sin respuestas, es vivir con lo que se tiene en el presente, lejos del pasado y del incierto futuro.

Para el militar británico y fundador de los Boy Scouts, Robert Stephenson, primer barón Baden-Powell, la felicidad se apoya en los pilares fundamentales: tomar la vida como un juego y prodigar amor a los demás. Con él se identifica la opinión dada por uno de los adultos mayores que afirma:

Tengo varios nietecitos hasta bisnietos tengo una nietecita más linda, el 31 la vistieron de conejita se veía mas linda y es un amor conmigo, con ella me distraigo mucho, los niños lo contagian con su alegría lo hacen sentir feliz ellos con su forma de ser lo hacen sentir bien a uno. (HOV/CA/M3/1)

Al igual que el autor, para los adultos mayores la felicidad se traduce en la capacidad que tenemos para amar a los demás, para entregarnos a las personas que nos rodean. Ser feliz es compartir con los familiares y con las personas que conforman nuestro pequeño mundo. La felicidad se relaciona con la entrega a los demás, ser feliz es ver feliz a los que están a nuestro lado, nuestra familia unida y amorosa es el fin y el medio de sonreírle a la vida y al mundo entero.

En el texto “Un abrazo del Alma” de Patricia Maradei, se encuentran varios apuntes sobre la felicidad, uno de ellos dice: “La felicidad es la paz que se logra a través de la comprensión y la tolerancia. Es agradecimiento, es benevolencia, es ayuda espiritual, es esperanza, es el trabajo por los demás. Son momentos de plácido descanso en el amor del ser amado”.

Con referencia a lo anterior, se puede hacer un breve paralelo con una de las opiniones que emitió un adulto mayor:

Yo sinceramente la paso muy bueno aquí uno se ríe, conversa, habla con los otros compañeros y recochamos como dicen los jóvenes, vuelve a esos corrillos cuando uno esta en el colegio que la pasaba tan bueno y la vida se veía como tan suave. (HOV/CA/M3/2)

Al leer las dos citas, se entiende claramente que el significado de la felicidad, consiste en saber escuchar y tolerar a las demás personas, encontrar en ellas esperanza, agradecer por cada acción que se haga a nuestro alrededor. Ser feliz es comprenderse, es ayudar a los otros tanto física como espiritualmente. En resumen, la felicidad es entregar al otro lo mejor de nosotros mismos, es vernos reflejados en los ojos de amor del que está a nuestro lado. Es una visión romántica e ideal del vivir y convivir entre “hermanos” y es quizás esta definición o forma de entender la felicidad la que necesitamos para vivir mejor en sociedad, para ser tolerantes y comprender al que está a nuestro lado, al pobre, al rico, al que sabe, al que ignora, al que acierta y al que se equivoca, porque todos tenemos una historia para contar y para vivir, sin prejuicios y falsos cuestionamientos.

En otro aparte de su texto Patricia Maradei define la felicidad de la siguiente manera: “Y en un plano esotérico, la felicidad está hecha de momentos de regocijo interno, es el despojar el cuerpo de preocupaciones y sufrimientos y lanzarlos al viento. Es tener el corazón liviano, libre y bien amado. Es comenzar un sueño de luz, un mundo sin restricciones, sin limitaciones ni razones absurdas para explicar lo inexplicable.”

Aparte que se puede equiparar con la idea de felicidad que se lee entrelíneas en el concepto que da un adulto mayor:

La paso contento, yo trato de hacer cualquier cosa para no aburrirme, trato de estar ocupado y distraído; usted se hace el ambiente usted decide como vive su vida, yo solo trato de tener buenos momentos que hagan sentir bien. (HOV/CA/M3/3)

La felicidad para ellos es vivir a plenitud cada instante, es mirar el encanto de un amanecer y la magnificencia de un ocaso, es vivir sin ataduras, sin restricciones,

sin falsos tabúes que ensordecen el alma y llenan la vida de cientos de dificultades, en ocasiones inexistentes, es aprovechar el ahora mientras exista, mientras se tenga la oportunidad de vivir y de saborear el néctar que ésta tiene. Cada día tiene su afán y así se debe vivir, teniendo en cuenta solamente los problemas reales y del ahora y no los inventados o que no se pueden solucionar. Aprovechar cada instante y vivirlo como si fuera el último, pero con toda la responsabilidad que ello implica.

La autora que se viene nombrando (Patricia Maradei), concluye su texto diciendo: La felicidad es, en suma, una actitud personal frente a la vida, sus circunstancias, deleites y desengaños. Se es feliz cuando no se busca la felicidad, pues ¡ella siempre está con nosotros!

Conclusión que sin leer en ningún libro la ha entendido muy bien el siguiente adulto mayor:

Esta casa del abuelo es muy sabrosa déjeme decirle que esto es muy bueno a uno le gusta estar ocupadito y compartir con otros compañeros, yo me entretengo mucho aquí. (HOV/CA/M3/4)

Lo importante para ser feliz es aceptarnos a nosotros mismos y aceptar las circunstancias que nos rodean, debemos tratar siempre de mejorar nuestras condiciones de vida y de prodigar un bienestar no sólo para nosotros sino para todos aquellos que nos rodean, pero el no lograr esta meta no se debe convertir en un obstáculo para no aprovechar el momento de la mejor manera.

La vida nos presenta infinidad de circunstancias, unas buenas otras regulares y otras muy malas y difíciles de superar, pero aún así la vida necesita quietud y picante, todo depende de lo hábil que sea para aceptarlas, convivir con ellas y en

lugar de convertirlas en constantes preocupaciones y lamentaciones transformarlas en momentos de aprendizaje y autorrealización.

Para el novelista francés Víctor Hugo, escritor de excelente obras, cuyos títulos y contenidos han hecho pasear a los lectores por encuentros felices y desdichados, infortunios y alegría, la felicidad se define como: “La suprema felicidad de la vida es saber que eres amado por ti mismo o más exactamente, a pesar de ti mismo”.

Concepto con el que se puede hacer una equivalencia al ver la cita de éste adulto mayor:

“Vivir plenamente como humano es sentirse administrador de sus propias riquezas, y conocerse uno mismo como se crió, como se formó y como sigue adelante, pero la plata no es lo que hace una vida plena. (HOV/CA/F2/1)

Para los dos, anciano y poeta, la felicidad está relacionada con la aceptación de nuestra propia existencia, aceptarnos con nuestras debilidades, con nuestras fortalezas, con nuestras alegrías e infortunios. Ser feliz es aceptar el devenir del universo, vivir a plenitud sabiendo que somos quienes somos y que los que están a nuestro alrededor nos aceptan por lo que somos y no por lo que tenemos o podemos darles en un momento dado. La felicidad no es material, es un autoconocimiento, es saber quiénes somos, para dónde vamos, qué queremos y esperamos, pero no de los demás sino de nosotros mismos.

La felicidad depende mucho de la visión y papel que se desempeñe en el mundo y también de las circunstancias que hayan atravesado nuestro largo o corto vivir. Desde estas perspectivas cada autor opina sobre ella y nos pone en abstracción con nosotros mismos a través de las cortas pero profundas reflexiones. Tal es el caso de John Locke, pensador inglés y máximo representante del empirismo. “Los

hombres olvidan siempre que la felicidad humana es una disposición de la mente y no una condición de las circunstancias”.

Idea que se puede contrastar con el concepto que emite el adulto mayor al afirmar que para él la felicidad consiste en disfrutar la vida precisamente desde lo que él más le gusta hacer, el deporte. Atravesar el campo en su caballito de acero es el deleite que necesita para estar tranquilo. Pasear, ejercitarse a su manera es la forma de ser feliz, es decir, igual que el pensador inglés la felicidad para él es una disposición que está en su mente, no en las circunstancias que atraviesan su vida en el momento, en el ahora o en lo que está viviendo.

Me ha gustado hacer algo de deporte, el deporte lo hace sentir bien y le mejora el bienestar, el ejercicio también es muy bueno, yo ando en bicicleta cuando salgo me encanta pasear, el pasear por un lugar bonito lo hace sentir bien y es salud, a mí siempre me ha gustado salir en bicicleta. (HOV/CA/M3/5)

Mientras que para John Locke la felicidad es una disposición de la mente, para León Tolstoi, escritor ruso e importante pensador social ésta es "El secreto de la felicidad no es hacer siempre lo que se quiere sino querer siempre lo que se hace”.

Tal como nos lo reafirma los adultos mayores en sus intervenciones.

Yo soy feliz como soy y como Dios ha hecho que esté, es decir, yo soy feliz con lo que tengo, no me importa que usted tenga lo que tenga y haga lo que haga, yo hago las cosas como aprendí, entonces mi felicidad reside en lo que tengo y en lo que puedo hacer. (HOV/CA/M1/3)

Si fuera boquinche ya me hubiera hecho arreglar pero no tengo que arreglarme nada porque así nací y así me siento feliz. (HOV/CA/F2/2)

Para ellos, la felicidad no se basa en la libertad para actuar sino en el sentimiento de satisfacción respecto a lo que se hace. En muchas ocasiones no tenemos la oportunidad de hacer y desempeñarnos en aquello que siempre deseamos, pero frente a estas situaciones, que son muy comunes en nuestro diario vivir, hay que ser positivo, verle la mejor cara y tratar de dar todo de nuestra parte, porque debemos querer lo que hacemos, así en ocasiones no sea lo que deseamos. Si trabajamos y vemos la vida desde esta perspectiva, existirán menos complicaciones y más momentos felices.

Para Thomas Carlyle, ensayista, historiador escocés y crítico social la felicidad está en el trabajo, en ocuparse en una actividad que le sirva como sustento y forma de realización en todos los campos. “Puede considerarse bienaventurado y no pedir mayor felicidad el hombre que ha encontrado su trabajo”

Frente a esta intervención se trae a colación la intervención de una de las damas que amablemente nos colaboró con su opinión:

Para mí, vivir plenamente y feliz es haberme podido desarrollar como mujer y poder desempeñar un cargo para no depender de nadie. (HOV/CA/F2/3)

El trabajo dignifica al hombre y a la mujer, lo ayuda a crecer, mantenerse y recrearse, sólo mediante la ocupación de la mente y el cuerpo en algo productivo se puede encontrar la felicidad y la realización plena, a la vez que se puede proveer de ciertas comodidades que hacen la vida más llevadera. No hay mejor medicina que la de mantener la mente ocupada y de sentirse útil.

Para el filósofo, político y científico estadounidense Benjamín Franklin: “La felicidad humana generalmente no se logra con grandes golpes de suerte, que pueden ocurrir pocas veces, sino con pequeñas cosas que ocurren todos los días”.

Cita que puede equipararse con la siguiente:

En la casa del abuelo uno cambia de ambiente, se desaburre. Uno se distrae, hace cosas que degustan y la pasa bueno con sus compañeros. Yo me siento como en mi ambiente, me siento bien al estar con mis amigos, al hacer las cosas que nos ponen. El estar aquí le levanta el ánimo y me hace sentir bien. (HOV/CA/M3/6).

Veamos ahora lo siguiente:

Un adulto mayor que asiste a la casa del abuelo afirmó que le gusta mucho los cursos que se dan allí porque aprende cosas nuevas que luego podía hacer en su casa y además conocía a otras personas y hacía más amigos. (DC: 4/JAP/2).

Con respecto a esto N, Anierte Hernández dice que:

El adulto mayor vivirá una existencia plena y productiva si se conoce a sí mismo y tiene interés, si se siente motivado y es capaz de razonar, si demuestra habilidad para solucionar situaciones referidas al aprendizaje, si se plantea cuestiones, dudas y preguntas acerca de sus emociones, sentimientos y existencia.

A los adultos mayores les gusta mucho mantenerse en contacto con otras personas y llevar a cabo actividades que los haga sentir que como seres aptos para desenvolverse en sociedad y en los diferentes ámbitos que trae la etapa que están viviendo. Deben sentirse como protagonistas de su propia historia y forjadores del presente y el futuro de si mismos y de los de su entorno.

Un grupo de asistentes, aparte de reunirse en la casa del abuelo también se reúne en la casa de una de ellas para terminar los trabajos y pasarla “chévere” en compañía de las amistades. (DC: 2/CAG/5)

Esta intervención está acorde con la afirmación de Philip F. Rice (1997,568) quien dice que:

Las relaciones interpersonales “causan en el adulto mayor un bienestar mental o subjetivo que se traduce en: ánimo, afecto, congruencia, felicidad, satisfacción con la vida, redes sociales y salud”.

Las relaciones sociales son un aspecto que hace parte del bienestar mental del adulto mayor. El mantener relaciones con otras personas le permite reconocerse y ser reconocido por los demás como ser social dentro del pequeño colectivo con el que se relaciona. Los talleres de la casa del abuelo permiten que se constituya una red de relaciones donde se hace posible el mutuo reconocimiento del sujeto, donde se comunican experiencias con un lenguaje que les es propio.

Un adulto mayor dijo que le agradaba mucho asistir a la casa del abuelo porque en ese sitio conversa con los demás, conoce amigos y hace cosas diferentes a lo que siempre hace en la casa que es muy mínimo y por eso se la pasaba muy aburrido. (DC: 1/AMA/3)

Con respecto a esto N, Aniorte Hernández dice que:

Se puede decir que el adulto mayor necesita comunicarse y relacionarse con el entorno de forma verbal y no verbal, expresar deseos y opiniones y tener pertenencia a un grupo, mantener una movilidad suficiente que le permita mantener las relaciones sociales, tener una imagen de sí mismo que corresponda a la realidad.

A través de la interacción y la comunicación con los demás, el adulto mayor establece y mantiene relación con el contexto, esto le permite tener pertenencia hacia la comunidad en la cual se desenvuelve, para así lograr combatir la soledad y el aburrimiento característicos en este período de la vida.

La felicidad no es azar ni un juego de lotería, es el goce de instantes, de momentos, de minutos pasajeros, que si se aprovechan al máximo se convertirán

en recuerdos perdurables que llenarán nuestra existencia de alegría y satisfacción. Hay que vivir el presente, gozar el ahora y las pequeñas cosas que rodean nuestra existencia y que en algunas ocasiones por complicarnos la vida con grandes dificultades y problemas imaginarios no la apreciamos en toda su grandeza.

La felicidad nunca es eterna, solamente es momentánea, es una ráfaga que aparece en nuestra existencia y que en ocasiones brilla con mayor intensidad y en otras se opaca hasta casi perder su brillo. La vida es corta y como tal hay que vivirla, con sus angustias, tristezas, triunfos y fracasos. El ser feliz consiste precisamente en aprender de todas y cada una de las circunstancias que debemos vivir, sacar el mejor provecho de cada una de ellas y de convertir nuestros fracasos, problemas y tristezas en caballos de batalla mejores para afrontar nuevas dificultades en un futuro.

8.6 MEDIANTE LOS SUEÑOS Y DESEOS LOS ADULTOS MAYORES SATISFACEN CARENCIAS PARA TENER UNA ESTABILIDAD EMOCIONAL QUE LOS MOTIVE A CONTINUAR POSITIVAMENTE SU EXISTENCIA.

Ángel Enrique Carretero Pasín define lo imaginario como una fuente de creación de posibilidades alternativas de realidad, como aquello que permite instaurar una suerte de irrealidad por medio de la cual se fractura y transmuta la realidad establecida, por tanto, lo imaginario es el resultado del despliegue de una fantasía que intenta restaurar una identidad originaria del sujeto.

El mundo imaginario como una fantasía es un recurso necesario para poder interpretar la realidad social de nuestro entorno, a diario necesitamos de la fantasía para resolver nuestros grandes problemas, para enfrentarlos y encontrar nuevas alternativas. A través de la potencialidad de la imaginación, el hombre inventa unos fecundos recursos experienciales cuya significación escapa a la

lógica del pensamiento discursivo-conceptual. El hombre necesita la capacidad de inventiva y creatividad para poder tener fantasías e ilusiones que le permitan re-significar su propia realidad.

Los adultos mayores mediante los sueños y deseos buscan compensar necesidades y suplir carencias para tener una satisfacción emocional que los motiva a continuar su existencia de una manera más optimista, y no solamente ellos, sino el hombre en todas sus etapas necesita hacerlo.

El Adulto Mayor al igual que los niños, los jóvenes, los adultos, vive atado a sueños, deseos, esperanzas, por volver a un pasado feliz o simplemente querer rescatar de alguna forma lo que no se hizo antes.

El imaginario es entendido como un mundo que está en íntima relación con nuestro mundo real, porque quién no se alimenta de sueños e ilusiones o de esperanzas de que todo puede ser mejor o al menos un poco cercano a lo que “imaginamos” o pensamos en un alguna etapa de nuestra vida.

Los seres humanos somos hombres y mujeres pensantes y deseosos, siempre estamos en busca de satisfacer algo, de mejorar o de hacer algo que en nuestro interior deseamos con todas nuestras fuerzas, tal como se puede entender en la siguiente cita: “El deseo es la consecuencia de uno o más sentimientos no satisfechos, postergados de forma voluntaria o involuntaria”.

Frente a lo anterior uno de los adultos mayores afirma:

“AHH si yo volviera a nacer pues comenzaría por corregir todos mis errores para no tener que volver a cometer todas las equivocaciones que he tenido a lo largo de toda mi vida y si eso

pasara sería una persona perfecta y como va a ser tan perfecta entonces no nace ni mandado a hacer". (HOV/CA/M1/1)

El ansia de mejorar en parte o en todo nuestros errores del pasado, siempre va a ser una constante en la vida del hombre y de la mujer. El deseo de ser mejores, de corregir nuestras equivocaciones, dejar de hacer tal o cual cosa, o de lamentarnos por lo que hicimos o dejamos de hacer, siempre estará unido a la consciencia del hombre, siempre estará como un martillo que golpea insistentemente. Si hacemos y nos salió mal hay un motivo de reproche y si dejamos de hacer, estará la duda latente de qué hubiera pasado si hubiésemos actuado de otra manera o tomado partido de X o Y situación.

El hombre por naturaleza es inconstante y cambiante y es quizás allí en la magia de siempre desear y esperar que todo sea mejor, donde está el encanto de la vida, porqué que sería un mundo dónde el hombre no pueda experimentar, equivocarse y aprender de esas equivocaciones o de esos golpes del infortunio.

Emmanuel Levinas, filósofo francés de origen ruso, afirma que "El deseo del otro nace en un ser al que nada le falta, o más exactamente, nace más allá de todo lo que le puede faltar o satisfacer". Levinas, E. 1982

El deseo nace de una carencia, carencia que los otros que nos rodean no tienen y que de alguna u otra manera han logrado satisfacer a lo largo de su vida. El ser humano es un ser egoísta, envidioso y ambicioso y que pasaría si no lo fuera, de dónde saldría la fuerza necesaria para luchar por sus ideales, por sus sueños, por sus fantasías. El problema nace cuando estos caracteres comienzan a gobernar nuestra vida de manera hiperbólica, es entonces cuando nos volvemos esclavos de nuestras propias pasiones y sentimientos dañinos.

En la siguiente cita, se puede ver, como uno de los Adultos Mayores, deseó en el inicio de su adolescencia ser otra cosa muy diferente a lo que está reflejando su vida en este momento. Él deseaba y quería con todas sus fuerzas ser jugador profesional de fútbol, no sólo porque le encantara el deporte y se sintiera atraído por este juego, sino porque él veía que los que estaban en este mundo del balón pie, vivían de una forma cómoda y a simple vista fructífera. Él quería un mejor estar para su familia y para sí mismo y de paso asegurarse un futuro más llevadero. Le fascinaba el mundo de sentirse estrella, de estar en televisión, en radio, ser el ídolo de la juventud y el ejemplo a seguir de muchos. Desafortunadamente las circunstancias para él fueron adversas y de sus sueños y deseos de ser un gran jugador de fútbol, sólo queda el grato recuerdo de una época que no pudo ser y de un sueño que se quedó en eso en un sueño sin realizar.

Yo quería ser jugador profesional pero las circunstancias no me lo permitieron, era buen jugador, mi sueño era darles una mejor vida a mis papás y en esa época el fútbol estaba en apogeo, era el sueño de todo muchacho. (HOV/CA/M1/2)

El anterior ejemplo de sueños fallidos, más que desanimar a las personas debe ser un ejemplo para darse cuenta que aunque no siempre el mundo que imaginamos o nuestros imaginarios se hacen realidad o llegan a feliz término, sí sirven para alentar nuestra vida, para hacernos sentir bien con nosotros mismos y para enseñarnos que la vida está llena de posibilidades y que si no se logra lo que se anhela con tantas fuerzas, también existen muchas otras alternativas que pueden llenarnos de satisfacción y placer.

En su artículo “El rol del Adulto Mayor en la comunidad”, publicado en enero de 2006, el doctor Oscar A. Ojea dice: “Los sueños, los deseos, las diferentes sensaciones y las ganas de vivir no envejecen”.

Nada más cierto, el concepto Adulto Mayor se puede equiparar al rol biológico, pero se puede seguir siendo joven y alimentando cada día los sueños, los deseos y las ganas de vivir. Mientras se cuente con la gota de néctar que es la vida, siempre habrá muchas posibilidades abiertas para ser conquistadas. Las sensaciones cambian, en la medida que el hombre cambia, ya los intereses de ahora no son los mismos de la juventud, pero siguen allí latentes, en busca de soñadores y forjadores de un mañana en calma y tranquilidad.

En algunas ocasiones la Tercera Edad, cuando se ha sabido sembrar en las otras etapas, es la oportunidad precisa para cumplir sueños que se han quedado en pausa por el corre corre que es la vida.

Pues ahora de viejo el antojo mío es la música, porque cuando estuve trabajando no tenía tiempo para eso porque vivía en los montes trazando carreteras porque soy tipógrafo, vivía antojado de la música, pero como no tenía tiempo de aprender a tocar algún instrumento no aprendí, pero ahora de viejo estoy aprendiendo a tocar la guitarra, tocando se aprende a tocar los demás instrumentos. (HOV/CA/M1/3)

El llegar a ser adulto mayor le ofrece la posibilidad de hacer realidad algo que no pudo hacer antes, es la oportunidad de reconciliarse con el pasado y sacar de él la mejor ventaja. La música fue y es su sueño, pero el día a día nunca se lo permitió, ahora desde su gran experiencia y recorrido por la vida, vuelve atrás y hace su gran sueño realidad. La música, el “antojo” de toda una vida, de repente se le presenta como su compañía en estos últimos años, los instrumentos llegan a su mundo con la ansiedad de siempre haberlos deseado, pero con la tranquilidad de que ahora les puede dedicar el tiempo necesario para su aprendizaje y disfrute.

Muy similar a lo anterior y desde otra perspectiva de vejez, aparece la frase de O. Loudet, donde equipara la vejez como un estado del cuerpo y del alma al que se

llega sólo cuando se han perdido las ganas de luchar, de triunfar, de hacer la vida más llevadera. “Sólo se envejece cuando se abandonan los ideales”.

Sólo se envejece cuando se abandonan los ideales, es una aseveración fuerte pero cierta, el alma y el futuro se pierde cuando se pierde el rumbo y no encontramos un ideal que guíe nuestra existencia. El ser humano no puede deambular sin rumbo fijo, sin un horizonte que lo mueva, por más contradictorio que sea siempre estamos en busca de un ideal, bueno o malo, correcto o incorrecto, mentira o verdad, siempre vamos en busca de algo, de un motivo, una razón, que nos lleve a levantarnos cada mañana con la mirada puesta en un futuro. La edad no es una razón para dejar de soñar, desear e idealizar, es una razón más para seguir adelante y ser mejores.

Uno de los Adultos Mayores entrevistados, a través de sus palabras deja entrever un dejo de resignación por la labor cumplida, al parecer no sólo su cuerpo ha envejecido sino también sus ideales. Se siente realizado y seguro de haber conseguido todo lo que había soñado, la vejez le ha dado la oportunidad de revisar su vida y darse cuenta que hizo con ella lo que deseaba, lo que quería, que cada etapa que vivió la hizo a consciencia y desde una perspectiva de aprendizaje. Ahora desde su posición de creyente, sólo espera lo que le deparará el más allá, esa unión que se da después de la muerte con el Dios en el que siempre ha puesto sus esperanzas, esfuerzos y dedicaciones.

Yo no quiero quedarme a vivir para siempre, yo ya viví lo que tenía que vivir, la vida son etapas, las cuales hay que quemar y yo las quemé, nos motiva saber que nos depara luego el reunirnos con el Señor. (HOV/CA/M3/1)

El hombre y la mujer durante su recorrido, como se ha venido analizando en cada una de las intervenciones anteriores, se alimenta de sueños, deseos, fantasías, que pueden ser verdaderas o falsas, creadas o inventadas, pero es en ellas donde

encuentra una forma de conectarse con el mundo y en muchas ocasiones de librarse de las experiencias amargas que éste tiene. ¿Quién no ha deseado huir del presente para olvidar un mal momento o una mala experiencia?, ¿Quién no ha deseado irse lejos de todo y comenzar una nueva vida?

Al respecto, el señor Ángel Carretero Pasín de la Universidad de Santiago de Compostela (España), en su artículo Lineamientos para una aproximación al imaginario social de su libro “Imaginario”, trae a colación una cita del sociólogo y filósofo francés Edgar Morín, 2000 131: “El hombre se abastece de quimeras y sueños que, con independencia de su condición de verdad o falsedad, sirven de contraréplica a su marcado destino biológico”.

El hombre para él vive de quimeras y sueños, ya sean estos verdaderos o falsos. Todo ser humano necesita soñar y desear, alimentar su vida de ilusiones y fantasías independientemente de que las pueda hacer o no realidad, pero necesita una excusa para enfrentar al mundo, para sentirse vivo, para luchar y sacar adelante sus sueños.

Me imaginaría una sociedad donde todos vivían felices pero dentro de esa felicidad hay diez personas quejándose, entonces se comienza a acabar esa felicidad, desde que una célula comience a flaquear se acaban las demás. Si un millón de personas son felices y hay uno solo quejándose, se pierde todo, a nosotros los hombres resulta que Dios nos hizo y como nunca estamos conformes con lo que tenemos por eso a Adán y Eva los echaron del paraíso, por pasarse el reglamento por la faja comiéndose el fruto prohibido y desde allá que todo era perfecto comenzaron los errores, cómo será nosotros que estamos súper degenerados.
(HOV/CA/M1/4)

El mundo en que vivimos no es fácil y si no lo enfrentamos de manera adecuada terminamos dejándonos llevar por su perdición. Nada es perfecto y alcanzar la

perfección es casi imposible, en la mayoría de los casos la felicidad de unos pocos es la infelicidad de muchos, los logros de unos son los fracasos de otros tantos. En una competencia sólo gana el primero y los demás deben conformarse por ocupar el segundo, el tercer puesto y así sucesivamente, y así es la vida, un interminable correr donde en algunas ocasiones se gana, en otras se empata y en otras se pierde. Tratar de mantener a todo el mundo feliz es cosa imposible, pero tampoco se puede estar eternamente triste porque el resto del mundo no vive bien. Como seres humanos debemos vivir al acomodo de las circunstancias y cuando nuestro mundo está realmente en caos, el imaginario surge como una salida, como una escapatoria, como un puente que se nos cruza para ayudarnos a salir del abismo y mostrarnos que no todo está perdido y que con una visión nueva, las cosas que nos defraudaron y salieron mal se pueden convertir en nuestro punto de apoyo para mejorar una situación que es caótica y contradictoria.

El imaginario está en cada uno de nosotros, en la fuerza de soñar, en la imaginación que se transforme en una voz de aliento para tapar con un velo las injusticias de la vida.

Volvemos nuevamente a los artículos de Ángel Enrique Carretero Pasín, pero esta vez en su artículo “La relevancia sociológica de lo imaginario en la cultura actual”, publicado en la Revista Nómadas (Revista crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas, de enero a junio, en el número 009), él hace alusión a un apunte del filósofo y ensayista francés Gastón Bachelard: “La imaginación crea realidades alternativas a lo establecido, cómo alumbra posibilidades de realidad que ensanchan el horizonte del mundo”.

Según estos dos grandes pensadores, la imaginación nos ayuda a crear realidades alternativas a la que vivimos y de tal manera brinda nuevos horizontes, nuevas formas de entender el mundo y lo que nos rodea. Sólo haciendo uso de

nuestra imaginación es posible fabricar nuevos mundos y a su vez entenderlos. El hombre imaginativo tiene más posibilidades de llevar a cabo sus sueños y de vivir a plenitud que aquel que se compadece de su triste realidad.

Tal es el caso del adulto mayor entrevistado que con nostalgia y un dejo de tristeza afirma:

Si retrocediera 40 años hacia atrás, trataría de dedicarle más tiempo al fútbol y buscaría jugar profesionalmente. Debí haberme esforzado más, ¡El fútbol es muy bello! (HOV/CA/M3/2)

A este hombre quizá le faltó un poco más de imaginación para luchar por su sueño. Para él, jugar profesionalmente era una forma de realización, de ser él mismo y de lograr lo que durante tanto tiempo había deseado, pero ahora ya es tarde y sólo le queda la posibilidad de reprocharse así mismos su falta de lucha y su conformismo. Un poco de imaginación tal vez le hubiese permitido tener una oportunidad más clara, pero no fue capaz de imaginarse otra realidad y se dejó consumir por la que enfrentaba en el momento.

En el mismo texto, en el capítulo “La Transfiguración de lo real por lo imaginario”, Ángel Enrique Carretero Pasín afirma: “Lo imaginario nace de un perpetuo desajuste existente entre lo real y lo posible, de una fantasía que no se resigna a ser doblegada a los imperativos que la constriñen, de una ansia arquetípica de ruptura con las coacciones de lo real”.

El mundo real en muchas ocasiones es inclemente, injusto y nos lleva a lamentaciones generales. La realidad es dura e implacable y es por eso que necesitamos una gran dosis de imaginación, de un imaginario que nos lleve a ver el mundo de otra forma, que nos lleve a comprender las cosas desde otro punto de vista. Necesitamos que nuestra fantasía no se deje acabar, que no se termine,

que no ceda ante las inclemencias de los demás. Necesitamos que nuestra fantasía rompa con la realidad y nos alimente de sueños y esperanzas para poder ser mejores y vivir en medio de tantas dificultades con la ilusión de que todo puede cambiar y nacer un nuevo sol que alumbre y guíe nuestro horizonte.

El adulto mayor, ha recurrido a su imaginario para apoyarse en el pasado, para desear vivir en una sociedad que según sus palabras era mejor, era más saludable, una sociedad, que era eso “una sociedad” en la medida que todos se ayudaban, todos se conocían y no habían distinciones de raza, credo, estratos y tantas otras diferencias que crea puentes infranqueables entre los seres humanos.

Me gustaría que la sociedad fuera como la de mi tiempo, que la gente se saludaba, que la gente era más solidaria. Ahora con las circunstancias que se ven, si usted ve que van a herir a una persona por el temor, usted no se mete, o no nos metemos.
(HOV/CA/F1/1)

El desear volver a un mundo anterior, a épocas pasadas es estar acorde con algo que estaba en nuestra imaginación, con una forma particular de ver el mundo. “Que todo pasado fue mejor”, son expresiones que ha diario oímos de nuestros abuelos, que antes había más respeto, que antes si se era padre, que los alimentos, que la música, son imaginarios que nuestros adultos mayores han creado. Pero valdría la pena preguntarse si un joven y un adolescente piensa lo mismo acerca de las formas de conducta, vestido y demás que ellos tenían, porque cabe aclarar que los jóvenes tienen un imaginario diferente, lleno de valores que se viven desde perspectivas distintas.

Sean cuales sean nuestros imaginarios o los de nuestros adultos mayores, lo cierto es que Manuel Sternik en algunas de sus reflexiones, sabiamente dice: “La Tercera Edad no viene sola si el sujeto no procura descubrirla en base a

motivaciones diferentes y superadas de la vida anterior, si no se constituye como una oportunidad que nos da la vida para dar inicio a la realización de deseos y expectativas que quedaron frustradas o en estado de postergación”.

La Tercera Edad es una etapa que si se vive y se acepta como es, puede brindar la oportunidad clara de vivir mejor, de conseguir aquello que antes nos quedó pendiente, de hacer muchas cosas que las ocupaciones, la familia y el trabajo no dejaron que se hicieran. La vejez debe ser un momento de tranquilidad, de ver el mundo con otros ojos y a través de un crisol diferente. Lejos de el corre corre diario está la posibilidad de enfrentar el mundo con más experiencia y más sabiduría, de ver los sueños con más claridad y de luchar por ellos con la paciencia que dan los años, pero con los bríos suficientes como para hacerlos realidad.

Mire, a mí me gustaría un paseo con toda la familia, para conocer otros lugares de otros países como Roma – Italia, ir a conocer al Santo Papa, una belleza de plan. (HOV/CA/M3/3)

En la intervención anterior, se puede entrever el sueño apacible de éste Adulto Mayor, el contemplar un sitio que siempre se quiso conocer, el buscar una fantasía que quizás siempre lo acompañó, se formula ahora desde la añoranza, desde la posibilidad abierta de que tal vez se haga realidad, desde la esperanza que sólo da la imaginación y el deseo profundo de que sea posible y verdadero.

Manuel Sternik en este mismo texto habla sobre la jubilación, estado al que llegan desafortunadamente sólo las personas que han tenido oportunidades de un trabajo estable en su juventud y adultez, pero vale la pena mencionar lo que él piensa al respecto. “La jubilación psicológica y social solo serán posibles cuando al interior de cada sujeto cambien las formas de percibir el mundo, cuando sean sus posibilidades y deseos los que gobiernen sus elecciones y acciones”.

Todos nosotros deberíamos tener abierta la posibilidad de una jubilación, de llegar a este estado sin los afanes que implican no tener un techo, una comida y una compañía, pero lo cierto es que todos debemos irnos preparando para llegar allá y aceptar lo que ello implica, con todos sus problemas, falencias e incomodidades. Sólo cuando aceptemos que la Tercera Edad es una gran etapa a la que todos llegaremos, se podrá percibir de una manera diferente el papel tan importante que juega el adulto mayor en nuestra sociedad y en nuestra familia en particular.

La siguiente intervención es un claro ejemplo de lo anterior.

Uno inicia un camino para ver dónde llega y esa es la motivación de recorrerlo y ver dónde termina, además las cosas tienen que ser así, por algo nos las dieron como son. Dejémoslas como están, imagínese si le dijeran a la humanidad que no va a morir la gente, no se esforzarían por hacer las cosas. (HOV/CA/M3/4)

Todos necesitamos tener un imaginario del cual alimentarnos, necesitamos luchar por algo o alguien, necesitamos una fantasía, un sueño, un ideal para sentirnos vivos y tener la posibilidad de contemplar las maravillas que día a día ofrece el mundo.

Un adulto mayor decía que le gustaba asistir a la casa del abuelo porque en ese lugar no es rechazado y es respetado por todos los demás, muy diferente a como se siente cuando está en su casa, ya que no era tratado con respeto y no le daban el lugar que le corresponde, haciéndolo sentir relegado. (DC: 4/JAP/5).

Con respecto a esto Maika Etxarri Yábar afirma:

Una de las razones más comunes de abandono es cuando el adulto mayor ha cumplido con su vida laboral útil. Entonces es considerado como persona no productiva en la sociedad actual, transformándose en una carga potencial de

gastos para la familia a la que pertenece. Circunstancia que lo lleva a estados de depresión, rechazo, desequilibrio emocional, y su estado anímico decae.

La sociedad cataloga a los adultos mayores como personas improductivas, porque han terminado su etapa laboral, esto hace que ellos se sientan rechazados y relegados a un segundo plano en la misma, razón por la cual buscan sitios y espacios en los cuales sean aceptados y tenidos en cuenta, en los cuales puedan desarrollar diferentes actividades y labores que les permitan sentirse útiles y demostrar que aun tienen conocimientos y aportes para darle a la sociedad actual.

Un adulto mayor expresaba que la sociedad actual no los tiene en cuenta y no respeta sus derechos, ya que en los tiempos de antes eran vistos como personas con mucha sabiduría y experiencia, razón por la cual eran muy respetados por todos los demás.
(DC: 3/AMA/1).

Según Maika Etxarri Yábar en esta sociedad se subestima a los adultos mayores. No todos están enfermos de la cabeza para que los traten y les hablen como si fueran unos niños, o para que les quiten sus pertenencias. Tener dificultades para desplazarse no significa que no puedan realizar actividades que los hagan sentirse útiles. Muchos adultos mayores se desconectan del mundo porque están terriblemente solos, porque son marginados de toda actividad familiar.

La sociedad actual ya no le otorga la importancia que anteriormente se le daba a la población de los adultos mayores, por el hecho de que su vitalidad ha disminuido, lo que hace que sean vistos como personas que no pueden valerse por sí solas convirtiéndose en una carga para los demás, sin tener en cuenta que aun pueden llevar a cabo distintas tareas o labores que de una u otra forma los hacen sentir que siguen siendo parte activa de la sociedad. Al adulto mayor se le debe valorar por su experiencia, por su rol protagónico dentro de la historia de la familia y como constructor de una sociedad que esta en constante cambio.

9. INTERPRETACIÓN DE SENTIDO

En esta parte se interpretarán los datos obtenidos a partir de los diarios de campo y de las historias orales y de vida de los adultos mayores que asisten al centro de servicio día Casa del Abuelo, esto se realiza con el objetivo de comprender “El Imaginario del Tiempo del Adulto Mayor de la comuna tres de la ciudad de Popayán”, desde la mirada de los investigados y desde la mirada de los investigadores.

Se tomó como base el diario vivir y la vasta experiencia que tienen los adultos mayores, para hacernos una idea de lo que para ellos significa el Tiempo y cuál es su concepción del mismo. Se partió de las relaciones e interacciones sociales que se dan en la Casa del Abuelo a través de las reuniones, charlas, clases, fiestas y demás actividades que allí se dan y las experiencias de los asistentes vividas a lo largo de su existencia, cabe mencionar que estas actividades y experiencias están mediadas por el Tiempo que a su vez está regido por la cultura.

La población del adulto mayor es la más indicada para querer encontrar el imaginario de tiempo, porque son personas que tienen un cúmulo de experiencias vitales, culturales y sociales constituidas a lo largo de toda su vida, es decir, poseen un saber que sólo les pertenece de manera personal, ya que han transitado por una serie de historias particulares, lo que los hace dueños de una historia vital intransferible, dada por los años y que les permite adquirir identidad de su realidad desde un lugar de protagonismo.

Al igual que todos los seres humanos, los adultos mayores tienen representaciones simbólicas del mundo, manifestándolas a través de imágenes, ideas o juicios; mediante las cuales dan significado a los objetos, es en ese momento en el que al darles sentido esas representaciones pasan a conformar el

mundo de los Imaginarios, que como constructos de sentido se constituyen en formas creativas de vivenciar el futuro, al articular la imaginación a los diferentes ámbitos de la vida social, en el imaginario se construyen nuevas maneras de vivir.

Es por eso que el imaginario no debe entenderse como imagen de, sino como creación incesante e indeterminada, ubicada en las subjetividades particulares, por tanto reconociendo la existencia de un sujeto de la imaginación y el deseo (Baeza 2000).

Es importante y necesario que la sociedad genere espacios y dispositivos socioeducativos donde los Adultos Mayores puedan reencontrarse consigo mismo, con sus proyectos postergados y con los demás (Sternik 2006) con relación a esto veamos lo siguiente:

Pues ahora de viejo el antojo mío es la música, porque cuando estuve trabajando no tenía tiempo para eso, porque vivía en los montes trazando carreteras por que soy topógrafo, vivía antojado de la música pero como no tenia tiempo de aprender a tocar algún instrumento no aprendí, pero ahora de viejo estoy aprendiendo a tocar la guitarra, tocando eso se aprende a tocar los demás instrumentos. (HOV/CA/M1/)

Como se puede observar, los adultos mayores tratan de aprovechar el Tiempo en actividades que de jóvenes no pudieron llevar a cabo debido a sus ocupaciones. Ellos en sus diferentes formas de agrupación desarrollan procesos de creación de nuevos estilos de vida, en los que se pueden ubicar actividades como: danza, música, manualidades, recreación, etc., estos estilos de vida los utilizan en procesos de adaptación a esta nueva etapa de su vida porque su percepción del tiempo cambia de una forma muy brusca, debido a la pérdida del rol laboral o la inactividad productiva, de esta forma ellos buscan sentirse socialmente activos al

querer ubicarse en esta nueva etapa de transición en sus vidas, permitiendo un mejor proceso de afrontamiento a las situaciones que les genera la condición de la adultez mayor.

Ahora veamos el relato de otro adulto mayor:

Yo trato de estar bien ocupado, distraído para que el tiempo se me pase rápido, mire cuando uno esta bien o contento el tiempo se le pasa más rápido y cuando uno esta haciendo algo que no le gusta se le hace eterno. (HOV/CA/M3/7)

Los adultos mayores tratan de darle a su tiempo un uso más productivo y ameno a través de la realización de actividades llamativas que sean de su agrado, además que les permita una correcta utilización del tiempo libre produciéndoles felicidad y satisfacción, es así como logran que ese tiempo transcurra de la manera que ellos quieren o desean, de este modo el devenir del tiempo lo perciben de una forma más acorde y significativa que satisface sus necesidades de manera conveniente, logrando con esto darle al tiempo un sentido más agradable, a la vez que se vuelve un factor trascendental en sus vidas.

Lo anterior se hace más evidente con el siguiente relato:

El hecho de realizar cualquier trabajo o aprender algo, hacen sentir que uno es útil, que uno vale, que todavía uno puede hacer muchas cosas y que la edad no es impedimento, los limites solo están en la mente. (HOV/CA/M3/8)

Debido a su experiencia y recorrido por la vida, los Adultos Mayores son más conscientes frente al aspecto del Tiempo, son más sensibles con respecto a éste, es decir, no se toman las cosas a la ligera y asumen el Tiempo en toda su dimensión, ellos quieren que este no se desvanezca entre sus manos y así

aprovechar cada oportunidad que les da la vida para aprender, conocer, hacer, en fin, vivir la vida a cada instante y no permitir que esta se esfume.

Veamos el siguiente relato de un adulto mayor:

 Mi papá y mi mamá me decían “El tiempo perdido los santos lo lloran” porque nuestra vida pasa tan rápido que no notamos a que hora se nos consumió la vida por eso hay que aprovechar cada instante. (E.M-TIE1).

Las creencias religiosas que tienen los adultos mayores influyen en su imaginario del tiempo, ya que en esta edad la práctica religiosa tiende a volverse parte importante en la cotidianidad de sus vidas, dado que les permite asumir su realidad desde un punto de vista espiritual, resolviendo una cuestión existencial que ubica al sujeto en la búsqueda de lo divino, llegando a obtener una estabilidad emocional que repercute física y socialmente en sus vidas, y de esta manera transitar por la sociedad, sintiendo que están vigentes y siguen siendo parte activa de ella.

Los adultos mayores a diferencia de las demás personas de otras edades, tienen una construcción de mundo mucho más amplia debido a su experiencia, razón por la cual poseen una perspectiva más compleja y profunda frente a la forma de asumir la vida y las situaciones que esta les presenta cotidianamente, de esta manera la construcción de sus mundos imaginarios esta marcada por un sinnúmero de imágenes simbólicas que han adquirido gracias a su gran cúmulo de experiencias obtenidas en el transitar de sus vidas, generando historias que son únicas y particulares permitiéndoles tener una multiplicidad de pensamientos e ideas con respecto al amplio y diverso concepto del tiempo, el cual consideran como un factor determinante y de mucha importancia que no se debe desperdiciar ni

malgastar, dejándolo pasar sin sacarle el provecho que le puede dar a la vida de cada ser humano.

El adulto mayor es un ser con un vasto conocimiento dado por sus experiencias vitales en el largo transcurrir de su existencia. Sus concepciones de vida están marcadas por las situaciones que en su devenir ha confrontado y por las relaciones y las circunstancias cotidianas que de alguna manera le han marcado. El adulto mayor espera con la paciencia que dan los años y son capaces de mirar el mundo que les rodea con nuevos ojos, con los ojos de los que ya vivieron y sintieron infinidad de experiencias y con los ojos de aquellos que sienten que su tarea en este lugar está cumplida, pero que desde su papel de adultos mayores pueden seguir aportando. El mundo de la Adulter Mayor es un mundo que espera, un mundo de anhelos, de deseos, de oportunidades de mirar con la tranquilidad que da lo ya vivido.

El adulto mayor se aferra a viejas costumbres y creencias, a Dios, a un anhelo a un imaginario de sueños, esperanzas y deseos que quizás en su juventud no realizó y que ahora se le abren las puertas como oportunidades para aprovechar el resto de tiempo que les queda, o con el sosiego de que se logró hacer todo lo que se quiso y ahora sólo resta esperar a que los días, las horas y los minutos pasen sin premura y sin afán.

Los adultos mayores son un mundo único, unas creencias anhelantes y unos sueños que todavía siguen siendo creados, renovados y vueltos al cauce si se han dejado inconclusos. Ser anciano, de la tercera edad o adulto mayor es la oportunidad precisa para compartir imaginarios, experiencias, historias de vida, relatos, nuevas miradas y nuevos sueños.

La felicidad es mirada como la oportunidad única de compartir con los seres queridos, con la hija, la nieta o el vecino, es la dicha de tener una mano amiga que nos sostenga, una sonrisa cálida que nos dé aliento, es mirar a nuestros hermanos a través del crisma del compartir, del gozo de sentir que son importantes para ciertas personas y que ellos en el transcurrir del tiempo quisieron y desearon lo mejor para sus seres amados.

Respecto a esto veamos lo siguiente:

En la casa del abuelo uno cambia de ambiente, se desaburre. Uno se distrae, hace cosas que degustan y la pasa bueno con sus compañeros. Yo me siento como en mi ambiente, me siento bien al estar con mis amigos, al hacer las cosas que nos ponen. El estar aquí le levanta el ánimo y me hace sentir bien. (HOV/CA/M3/6).

Volver a deseos que se dejaron en el camino es un ideal para luchar en esta edad, lograr aquello que el trabajo y las ocupaciones cotidianas no dejó que se hizo es la idea que ronda por las mentes de los adultos mayores. Desear un mundo mejor o rescatar los valores que ellos tuvieron y que experimentaron es un anhelo que se pasea por los rincones del lugar donde habitan estos increíbles seres humanos. Querer un mundo mejor, con la calidez del buen vecino, con el respeto de los jóvenes con los valores de antaño es rememorar vidas anteriores y desear que el mundo sea mejor.

Como a continuación lo afirma un adulto mayor:

A mi me gustaría que la gente fuera gente en todo el sentido de la palabra, con sentido de responsabilidad y respeto, que cumpliera con las leyes, con sus deberes, que piense en el bien, que tenga valores, que ayude los demás, que no solo piense en sí solamente sino que también piense en los demás. (HOV/CA/M1/1)

El Imaginario del Tiempo construido por los adultos mayores es un imaginario tomado desde su forma de ver la vida, desde su experiencia vital y desde esa historia particular en la que han transitado, viéndose siempre enfrentados con las alegrías, tristezas y desasosiegos que trae la existencia misma.

10. ENSANCHAMIENTO DE HORIZONTES: A MANERA DE CONCLUSIÓN

SIMPLEMENTE ¡VIVE!

Cuando yo inicie esta investigación realmente no era muy consciente de toda la importancia que tenían los conceptos ahí expuestos, pues nunca me había detenido a analizar estos temas y más aun con la profundidad en la que los hemos explorado y mucho menos relacionado con adulto mayor.

De hecho no había dimensionado todo lo que traería realizar este trabajo de investigación, pues suponía que no demandaría tanto trabajo y tiempo invertido en el y que seria como por lo general como comúnmente se hacen los trabajos de grado, sin buscar mucha trascendencia, solo para superar un requisito que diga que lo hiciste.

Pero a nuestro trabajo de grado parece ser que se le quiere darse un sentido mas significativo porque termino por afectar nuestras vidas de una forma u otra, es decir en el desarrollo de este sucedieron tantas cosas que no solo se relacionaban con el trabajo de grado sino con el común desarrollo de nuestra cotidianidad, porque nos demando y consumió mucho esfuerzo para llevar a un buen termino el trabajo de grado, en primer lugar el trabajo se extendió mucho mas de lo normal lo cual nos trajo y me trajo muchos altibajos respecto a la continuidad de este, también después de terminar el pensum académico el entusiasmo respecto al proyecto de grado cambio mucho, pues la vida debe seguir y por lo menos yo tenia necesidades inmediatas que debía atender, esto termino por retardar aun mas este proceso.

Con lo anterior no quiero justificar nuestro retraso o mi retraso frente al proyecto, pero si que se conozcan algunos motivos se extendió el tiempo de entrega.

Por otro lado quiero hablar de las cosas positivas que trajo el proyecto, pues las dimensiones en las cuales se desarrolló este me permitieron aumentar mi grado de conciencia no solo frente a estos temas sino también en mi vida, porque la concepción de tiempo e imaginario para mi eran una palabra mas, conocer de mas cerca como era la cotidianidad de los adultos mayores fue un factor que me impacto mucho porque me hizo cuestionar muy profundamente la forma como yo asumiría mi vida de ahora en adelante.

La relación que tuve con los adultos mayores fue buena y agradable, me enseñaron muchas cosas como la forma en que ellos ven la vida, pues parece ser que cuando uno se hace más viejo, más se aferra a la vida y a querer hacer cosas que demuestren que aun son personas significativas para la sociedad porque aportan conocimiento y experiencia, que son dueños de una historia de vida la cual refleja una vida bien o mal llevada y que cuando llegas a esta etapa de la vida te afecta ya sea para bien o para mal y si como una persona joven no he hecho una proyección o no he sido consecuente con mis actos y mi forma de actuar, difícilmente estaré preparado o listo para llegar a la adultez mayor.

El tiempo es un factor que nunca me había puesto a analizar, escasamente era consciente que transcurría el día y la noche y las horas en el reloj, pero jamás era reflexivo de cómo repercute en la sociedad ya sea para bien o para mal, todo o casi todo gira en torno al tiempo, por eso ahora intento ser un poco mas sensible frente a este aspecto, este no solo esta en un reloj sino en la forma como yo asumo la vida, como soy capaz de ser y de proyectarme desde mi interior desde lo que yo deseo y quiero, para no dejarme afectar por una visión positivista que me parece que se esta manejando en la actualidad.

El imaginario para mi era tener mucha imaginación pero es una cosa muy diferente y tomaría como ejemplo de este el como yo creía o imaginaba el tiempo

y como ese imaginario cambio para dar paso a un nuevo concepto o forma de ver algo, para convertirse en una realidad, ¿para mí? ¿Para quién? difícil de decirlo. Para finalizar quiero decir que los adultos mayores me pusieron en una paradoja existencial, es decir quiero y debo vivir la vida en el ahora y explotarme hasta que me alcance la vida misma o proyectarme a futuro donde tal vez y solo tal vez sea un viejo, con una historia que contar que de pronto no le interese a nadie, sinceramente siento miedo de llegar a viejo y volverme dependiente, un lastre para mi familia y la sociedad.

Pero de nuevo pienso donde queda esa historia que tal vez no le importe a nadie, ¡NO! me importa a mí, le importa a la gente que de una u otra forma fue parte de esa historia y mi vida misma, y por la vida que sea lo que Dios quiera.

CONRADO AUGUSTO GIRALDO DUQUE.

¡VIVIR, SER, SENTIR Y PENSAR!

Al comienzo de esta investigación, sentí mucha inseguridad y ansiedad, ya que este sería el último y más importante trabajo para culminar mi carrera de educación física, tenía incertidumbre por saber si mis dos compañeros y yo seríamos capaces de llevar a cabo y con éxito este proceso de gran magnitud para nuestras vidas, debido a que durante todo el transcurso de la misma realice trabajos pero no de la misma dimensión y trascendencia como la de este.

Mi preocupación era demasiado grande, pues no quería defraudar a mis padres, familiares, amigos que de una forma u otra me han apoyado y depositado su confianza en mí, es por eso que tenía que asumir el trabajo de investigación con la mayor seriedad y compromiso posible.

Durante la carrera había estado en contacto con distintos grupos de personas como: niños, adolescentes y adultos en las prácticas escolares y en los escenarios de salud y recreación, pero no con adultos mayores, razón por la cual me sentí atraído por esta propuesta de investigación.

Los adultos mayores son personas portadoras de un gran conocimiento y de muchas historias vividas para contar a los demás, llegamos a ellos sabiéndolos ganar su confianza para que compartieran con nosotros algunas de sus experiencias adquiridas a lo largo de todas sus vidas, ellos sin vergüenza o temor nos brindaron su Tiempo tan apreciado y respetado para hacernos testigos de lo que un día hicieron, sintieron y pensaron, dejando de lado la timidez a un lado para ser libros abiertos a nuestro alcance.

Mi pensamiento frente a la vejez era muy distinto del que tengo ahora, ya que por medio de la experiencia que me dejó esta investigación llegué a tener una mejor

comprensión de este proceso tan natural e inherente de todas los seres humanos, yo no me había cuestionado como seria mi vida cuando llegara a viejo porque todavía me considero muy joven como para pensar en eso y además porque no quisiera llegar a esa etapa inevitable de la vida.

Hoy en día mi pensamiento con respecto a la vejez es diferente ya que siendo un poco mas consciente y reflexivo frente a este tema, he comprendido que es algo que ni siquiera la ciencia y el desarrollo tecnológico tan avanzados hoy en día, han podido evitar y que tarde o temprano todos llegaremos a esta etapa tan crucial de la vida, que es aun mas larga que la niñez o la misma juventud.

Comprendí que lo más importante en la vida no es la eterna juventud sin pensar en la vejez, sino vivir la vida minuto a minuto, sacándole el mejor provecho a estos sin dejar que nuestras vidas se desvanezca en el Tiempo como agua entre las manos.

La grata experiencia de estar en contacto con los Adultos Mayores me llevo a hacerme una proyección de lo que puede llegar a ser mi vida en el futuro cuando llegue a esta etapa, proyección que me lleva a tener la mente mas abierta y saber que lo que en realidad importa no es llegar a viejo sino saber llegar, haciendo lo que mas nos gusta sin herir ni pasar por encima de nuestros semejantes, además de sacarle el mejor provecho a las situaciones que nos trae cada etapa de nuestras vidas afrontándolas de la mejor manera y con la mayor sensibilidad, haciéndonos personas mas humanas, contribuyendo así al desarrollo de una sociedad mas consciente, sensata y justa con los Adultos Mayores ya que aunque no lo queramos todos vamos a llegar a esta etapa de la vida.

ALBERTO MARTINEZ AGREDO

EL TIEMPO ES VIDA Y LA VIDA ES TIEMPO

Al comienzo de esta investigación se me presentaba el adulto mayor como un nuevo acontecimiento y una oportunidad en la cual podía desempeñarme como persona, en lo que se refería a mi estudio y posteriormente a mi etapa laboral, ya que por su capacidad de conocimiento e importancia, estas personas pueden aportarme para en un entendimiento de este ciclo de vida, ya que a través del tiempo que han vivido en el transcurso sus vidas, han adquirido un sin número de experiencias que les permiten desenvolverse mejor en el vivir diario y así sacar el mejor provecho a situaciones que se presentan y que hacen parte de nuestra cotidianidad, y que serían de gran aporte para mí como persona y así por medio de mi labor social como individuo mejora de alguna forma a la sociedad actual en la cual nos desenvolvemos, si yo en mi perspectiva sobre el adulto mayor tuviera más en cuenta a esta población, para la corrección de problemas que presenta actualmente comenzando desde mi diario vivir hasta mi entorno se prevenirían situaciones desfavorables que no permiten un mejor desarrollo en el mundo moderno en el cual me encuentro sumergido. En países como el mío y en mi comunidad especialmente con un sostenido desarrollo socioeconómico y donde progresivamente aumentan las expectativas de vida al nacer, las pirámides poblacionales se transforman hacia plataformas seniles sin que para ello exista una cultura del envejecimiento por parte de mí como individuo y que luego tendrá una repercusión en la misma sociedad, siendo esto también de gran importancia para el propio adulto, para el mejoramiento de la calidad de vida de estas personas, ya que como se mencionó mejor anteriormente son fuente de grandes aportes y de inspiración para el mundo actual en el cual mi carrera tiene gran importancia con este tema .

En la sociedad actual donde existen un sin número de normas preestablecidas para la organización del diario vivir y las cuales no me son indiferentes como

individuo, en este contexto en cual me encuentro enmarcado, cuando una persona se jubila o termina su etapa laboral le queda por delante un período de vida tan largo como la niñez y la juventud juntas y en la medida que estas personas van perdiendo cualidades físicas, poder adquisitivo y su rol protagónico en el seno familiar, comienzan a sentirse poco reconocidos por la sociedad y hasta por la propia familia, Sin darnos cuenta del error que cometemos con esas personas y el daño que nos hacemos a nosotros mismos, convirtiéndose en todos los tiempos en uno de los perjuicios más notables en mi generación. Sin que para ello le preste la menor atención a las posibles implicaciones de tales comportamientos implican en mi vida diaria y posteriormente.

Por lo que la tarea que me corresponde como persona y que pertenezco a esta sociedad actual está encaminada no sólo a la satisfacción de las necesidades limitadas de estas personas sino también en la participación en el desarrollo de nuestra sociedad, creando espacios de interacción por medio de mi practica profesional con las generaciones venideras para la creación de condiciones que le permitan hacer de este período vital una etapa útil, con sus satisfacciones y potenciales, Propiciando espacios ya sean individuales, grupales y sociales para reencuentros consigo mismo, con los familiares y con los nuevos estilos de vida que el mundo presenta.

Los adultos mayores se convirtieron en una oportunidad de desarrollo en el área de la educación física, que se puede aprovechar con programas que permitan que el adulto mayor reflexione y se de cuenta de la importancia que posee en la sociedad, para el mejoramiento de la calidad vida de de estas personas y los contribuciones que le puede brindar a la sociedad para el mejoramiento de la calidad de vida.

Todo este trabajo realizado con los adultos mayores despierta grandes interrogantes que me hacen ver e imaginar miles de oportunidades que estas personas pueden dar y aportar a si mismo y la sociedad para el desarrollo de esta. Estas personas a través de sus años han recorrido miles de caminos, donde vivenciaron cosas buenas y malas, pero lo más importante es que supieron desenvolverse, aprender de estas y seguir adelante en busca de sus sueños y deseos, y nos dan una enseñanza de vida donde lo mas importante es: disfrutar y aprovechar la vida tratar de tener solo buenos momentos, porque lo que se va con el tiempo no vuelve y lo que se deja de hacer jamás se recuperara, solo hay oportunidad, pasa solo una vez.

Estas personas nos pueden dar y aportar mucho pero debemos recordar que ala misma vez necesitan de mucho aprecio, y así como tuvieron sus aciertos también tuvieron sus equivocaciones y necesitan de nuestra comprensión para darles a entender que la vida con sus manifestaciones de aridez, todo posee una razón de ser y la felicidad esta en todo lo que nos rodea solo hay que dejar que manifieste.

JULIAN ANDRES PAZ ROSERO

11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN ACADEMY of FAMILY PHYSICIANS (AAFP) (2004)

ANIORTE HERNANDEZ, N (2007)

http://perso.wanadoo.es/aniorte_nic/trabaj_enfermer_ancianid.htm

Título: "El proceso del envejecimiento. Papel de la enfermera ante las necesidades del anciano".

ARBOLEDA, Santiago (2005). Ciencia y Deporte. Vol. 6. El adulto mayor como campo de conocimiento e intervención de la educación física: perspectiva demográfica y epistemológica.

ARISTIZAVAL, N. (2000). Dependencia Económica en la Tercera Edad.

BAEZA, Manuel (2000). Los caminos invisibles de la realidad social. Chile. Ril.

BEAUVOIR. (1985). Psicología del desarrollo. Norte de Santander. Universidad de Pamplona

BERNAL, María E y López G. (2004). 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. Popayán. Cauca. Facultad ciencias naturales exactas y de la educación. Universidad del Cauca.

CARDENAS, Patricia (2003). Encuentros culturales y recreativos del adulto mayor, nuevo comienzo; otro motivo para vivir. En: Funlibre. Bucaramanga. (2003)
<http://www.Redcreacion.Org./documentos/simposio3if/pcardenas.html>

CARLYLE, T. (2006) <http://es.wikiquote.org/wiki/felicidad>

CARREL, Alexis citado por Álvaro Jiménez Cadena

CARRETERO PASIN Ángel Enrique (2005) <http://es.wikipedia.org>

CARRIZO, L. (1985) <http://www.ceprodih.org/vidacotidiana/>

CASANOVA. F. (1999).ancianidad y nuevo civismo social. En: cena – coloquio. Barcelona, España. Nº 130. <http://www.au.ambit.org/she130.htm>

CASSIRER, (1993). Los caminos invisibles de la realidad social. Chile. Ril.

CASTORIADIS, (1975).La institución imaginaria de la sociedad.Bacelona:Tusquets.2vlos. 1983-1989.

CASTORIADIS, (1986). Los dominios del hombre. Las encrucijadas del laberinto. Barcelona: Gedisa. 1994

CASTORIADIS, (1996). El imaginario social y la institución. Buenos aires. Argentina. Tusquets.

CENSO del año 1993 DANE.

CHARMAZ citado por De La CUESTA en 2002

COOPER y GOETHALS (1981). Psicología del desarrollo. Norte de Santander. Universidad de Pamplona.

CROTHENBERG, LENTZENER y PARKER (1991). Psicología del desarrollo. Universidad de Pamplona. Norte de Santander.

DANE. DEPARTAMENTO NACIONAL DE ESTADISTICA, (2004). Estadísticas de población. Popayán. Cauca. Colombia.

DAVIDSON y KUNZE (1956) Jubilación: Premio o Castigo.

DE LA CUESTA, C. (2002) Tomarse el amor en serio. Contexto del Embarazo en la Adolescencia. Facultad de enfermería. Universidad de Antioquia. Ed. Uniantioquia

DURAND, G. (2005) Las Estructuras Antropológicas de lo Imaginario. Taurus. España

ECLECIASTES 2.3, Tomado de La Sagrada Biblia

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

ETXARRI YABAR, Maika

<http://www.noticiasdenavarra.com/ediciones/2006/11/17/opinion/d17opi4.738650.php>

FRANCO, (2003). El imaginario social y la institución .Buenos aires. Argentina. Tusquets.

FRANKLIN, B. (1706-1790) <http://www.proverbia.net/citastema.asp?tematica=4>

FREUD, S. citado por Wikipedia., S. (2005) en http://es.wikipedia.org/wiki/Antropolog_Freud

GALLO, G. (1997) El arte de fracasar, Cargraphics S.A., Cali, Colombia

GANDHI, M. (2006) citado por Wikipedia

GILLUM, F. citado por Lapatriaenlinea.com

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

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

GUZMÁN, J., OSPINA, O. y BRAVO N. (2002). Una luz para los años dorados. Popayán. Facultad de ciencias naturales exactas y de la educación. Universidad del Cauca.

HEIDEGGER, (1993). El ser y el tiempo. Santa Fe de Bogotá. Fondo de cultura económica.

HURTADO, D., JARAMILLO, E., ZÚÑIGA, L. y MONTOYA, P. (2005). Jóvenes e imaginarios de la educación física. Popayán. Cauca. Ed. Universidad del cauca.

JIMÉNEZ CADENA, Álvaro S.J., PH.D.
http://elmensajero.com.co/Abril_2007/psico.html
No. 1.390 II Época Año 2007 Tomo CXIX Bogotá d.c. Colombia

LAPLACE citado por Najmanovich D. (1994)

LARA. H. Citado por Arboleda Santiago (2005)

LEVINAS, E. citado por MELICH, J. (1982) El Tiempo Y el Deseo) Universidad Autónoma de Barcelona. España

LEY DE PROTECCIÓN SOCIAL (2000).resolución 412. Colombia. Ministerio de salud

LOCKE, J. <http://www.psicologia-positiva.com/felicidad.html>

LOUDET, O. citado por OJEA, O. (2006) El Rol del Adulto Mayor en la Comunidad.

MARADEI, P. (2005) actosdeamor.com/lafelicidad.html

MARTINELLI, M. (1994) Seminario sobre Metodologías Cualitativas de Pesquisa. Sao Paulo. PUC

MINISTERIO DE SALUD. (1993) Dirección de Desarrollo Científico y Tecnológico.

MITKO, citado por NAVAS, C (1999).

MORIN, E. citado por CARRETERO, E., (2004) La Relevancia Sociológica De Lo Imaginario En La Cultura Actual. Revista Nómadas número 009. Universidad Complutense de Madrid. España

MORSE citado por De La CUESTA en 1997

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

MOSQUERA, W. y BOLÍVAR L. (2002). Caracterización de los aspectos bio-psisociales del grupo de vida a los años adscritos a la ciudad de Popayán. Facultad ciencias naturales exactas y de la educación. Universidad del Cauca.
OMS. (Organización Mundial de la Salud)

MURCIA, P., JARAMILLO, E., CAMACHO, C. y GIRALDO, L., (2005). Imaginario de los jóvenes escolares ante la clase de educación física. Armenia. Quindío. Kinesis.

MURCIA y JARAMILLO, (2002). Investigación cualitativa. Armenia. Quindío. Kinesis.

NAISHTAT, F. (1994). Racionalidad, determinismo y tiempo en la decisión humana: temporalidad, determinación y azar. En: Bleichmar, S. (comp). Lo reversible y lo irreversible. Argentina. Paidós. 92. Cap. III.

OCHOA, M. (2004). Imaginario de las suegras. En: Monografías. Medellín. Antioquia. <http://www.monografias.com/trabajo13/imagin/imagin/5htm/250>

Plan de ordenamiento territorial (P.O.T) de la ciudad de Popayán.

PICHON, E. Psicología de la Vida Cotidiana. Buenos Aires, Nueva Visión. 1985. <http://www.ceprodih.org/vidacotidiana/1>

PLATÓN. Citado por Gómez (2004). Aportes de recreación y actividad física en el adulto mayor. Bucaramanga. Revista palestra

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

Red departamental del adulto mayor (2005).

Revista Digital (2005) www.revistaecclesia.com

Revista Digital (2007) www.demayores.com/category/espiritualidad

RICE, Philip F. (1997) Desarrollo humano. *Estudio del Ciclo Vital*. Bogotá: Prentice Hall HispanoAmericana, 1997. 689p.

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

RIVERA, L., Montero M. (2004) Estructura de Perdidas en la Aduldez Mayor, memorias congreso ibero americano de psicología clínica y salud. Apicsa .México

ROMO, V. (2002). Actividad física y calidad de vida en personas mayores de 65. En: biblioteca universal. Galicia. España. <http://biblioteca.universia.net/ficha.do?id=2053329>.

ROTH, H. (2007) <http://schutz1981.blogspot.com/>

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

SCALFARI, E. (2006) citado por Héctor Valle en su ensayo la inmunda libertad.

SHOTTER (2002) Citado por Hurtado D. Reflexiones Sobre la Teoría de Imaginario una posibilidad de comprensión desde lo instituido y imaginación radical.

SILVA, A. (1992). Cultura y comunicación urbana en América Latina. Sao Paulo. Brasil. Ed. Tercer mundo editores. Colombia. Edinson: softcover.

STAUDINGER, SMITH y BALTES (1992) Psicología del desarrollo. Norte de Santander. Universidad de Pamplona.

STEPHENSON, R. (1857-1941) <http://www.proverbia.net/citasautor.asp?autor=61>

STERNIK, M., (2006) ¿Existe la Jubilación y la Tercera Edad como estado vital, como proyecto? En Maimonides. <http://weblog.maimonides.edu/gerontologia2006/12/html>

SZAMOSI, Geza (1986). Temporalidad, determinación y azar. En: Bleichmar. S. (comp). Lo reversible y lo Irreversible. Argentina. Paidós. 92. cap. III.

TARRES, S. (2003). Vejez y sociedad multicultural. En: gaceta antropología. Sevilla. España. Nº 18. http://www.ugr.es/pw/ac/g18_05sol_tarres_chamorro.html.

TOLSTOI, L. <http://www.psicologia-positiva.com/felicidad.html>

THOMPSON, P (1981). A Miséria da Teoria o Planetario de Erros. Uma crítica ao pensamento de Althusser. R. de Janeiro. Ed. Zahar 1981.

THOMPSON, E. (1992). A Voz do Passado. Historia oral. Rio do Janeiro. Paz e Terra. 1992

VAILLANT, (1991). Psicología del desarrollo. Norte de Santander. Universidad de Pamplona.

VICTOR HUGO (1802-1885) <http://www.proverbia.net/citastema.asp?tematica=4>

VIGIL, J. (2007) citado en la revista Éxodos

WALDO, R., Obtenido de <http://es.wikiquote.org/wiki/Felicidad>

WELFORD citado por Quintero

YAZBEK, María. (1996) Clases subalternas e asistencia social. 2 Ed, Sao Paulo, Ortez, 1996

ZAPATERO (2005) www.filomusica.com/filo70/direccion.html

ANEXOS

1. CUADRO DE MATICES Y TENDENCIAS

Los cuadros de matices y tendencias se utilizan para observar en cuantos relatos están sustentadas las categorías encontradas con el fin de tener más confiabilidad, pero sobre todo que en el momento de realizar la fase interpretativa se pueda hacer una triangulación de los relatos tanto de diarios de campo e historias orales y de vida, junto con la interpretación de los autores del proyecto.

1.1 PRECATEGORIA ENCONTRADA

PRECATEGORIA ENCONTRADA	RELATOS	N° DE RELATOS	DIARIOS DE CAMPO = 27	H.O.V
<p style="text-align: center;">La disponibilidad de tiempo que tienen los adultos mayores que asisten a la casa del abuelo les permite realizar diferentes actividades con las cuales buscan ser aceptados por la sociedad.</p>	<p>Un adulto mayor decía que le gustaría que se dictaran más cursos y talleres, ya que esto le permitiría emplear mejor su tiempo y sentirse útil haciendo algo productivo. (DC6: /CAG/3)</p>	3	6	0
	<p>Un adulto mayor mencionaba que después de su jubilación pasó a tener mucho tiempo, el cual no sabía como utilizarlo, esto lo hacia sentir improductivo y por eso decidió asistir a la casa del abuelo, ya que le pareció una buena opción para darle un buen uso a su tiempo. (DC: 7/AMA/2)</p>	2	7	0

1.2 CATEGORIAS EMERGENTES ENCONTRADAS

CATEGORIAS EMERGENTES	RELATOS	N° DE RELATOS = 90	DIARIOS DE CAMPO = 27	H.O.V
RELIGIOSIDAD Y ESPIRITUALIDAD	Le pido fuerzas a mi Dios para aceptar todo lo que venga porque es solo el quien nos da el valor suficiente para enfrentar los problemas y las adversidades que se nos presentan en la vida diaria. (HOV/CA/M1/3)	3		
	Una vez conversando con una hermana del Espíritu Santo me decía las cosas, no es que sean buenas o malas, es el hombre que las hace buenas o malas, por eso hay cosa buenas que son malas eso depende como las interpretemos y las hagamos. (HOV/CA/M3/4)	4	0	1

<p>COTIDIANIDAD Y TIEMPO</p>	<p>Claro que también me gustaría que el tiempo que mi Dios le da a la gente para vivir lo utilice bien en pro de la humanidad haciendo el bien a todo aquel que lo necesite sin mirar a quien. (HOV/CA/M1/1)</p> <p>Yo no mido el tiempo yo mido la oportunidad que mi dios me da para desarrollar mis labores si yo hubiera sido de oficina, empleada de oficina, pues que habría hecho son 8 horas estar frente a un computador frente a una maquina y allí la persona nunca progresa porque sabe que hace sus 8 horas de trabajo a través de una maquina y eso es todo. (HOV/CA/F2/2)</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>0</p>	<p>1</p>
-------------------------------------	--	-------------------	----------	----------

<p style="text-align: center;">FELICIDAD Y SATISFACCION</p>	<p>Tengo varios nietecitos hasta bisnietos tengo una nietecita más linda, el 31 la vistieron de conejita se veía mas linda y es un amor conmigo, con ella me distraigo mucho, los niños lo contagian con su alegría lo hacen sentir feliz ellos con su forma de ser lo hacen sentir bien. (HOV/CA/M3/1)</p>	1	0	1
	<p>Yo soy feliz como soy y como Dios ha hecho que esté, es decir, yo soy feliz con lo que tengo, no me importa que usted tenga lo que tenga y haga lo que haga, yo hago las cosas como aprendí, entonces mi felicidad reside en lo que tengo y en lo que puedo hacer. (HOV/CA/M1/3)</p>	3		1

<p style="text-align: center;">SUEÑOS Y DESEOS</p>	<p>“AHH si yo volviera a nacer pues comenzaría por corregir todos mis errores para no tener que volver a cometer todas las equivocaciones que he tenido a lo largo de toda mi vida y si eso pasara sería una persona perfecta y como va a ser tan perfecta entonces no nace ni mandado a hacer”. (HOV/CA/M1/1)</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">0</p>	<p style="text-align: center;">1</p>
	<p>Me gustaría que la sociedad fuera como la de mi tiempo, que la gente se saludaba, que la gente era más solidaria. Ahora con las circunstancias que se ven, si usted ve que van a herir a una persona por el temor, usted no se mete, o no nos metemos. (HOV/CA/F1/1)</p>	<p style="text-align: center;">1</p>		

