

AUTOPERCEPCIÓN SOBRE EL PROCESO DE
ENVEJECIMIENTO DE LOS ADULTOS MAYORES QUE
FRECUENTAN EL PARQUE PRINCIPAL DEL MUNICIPIO
DE VILLAMARÍA (CALDAS)

ALEJANDRA MURILLO RAMIREZ

UNIVERSIDAD DE CALDAS
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS Y SOCIALES
PROGRAMA DE ANTROPOLOGÍA
MANIZALES

2022

AUTOPERCEPCIÓN SOBRE EL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO DE LOS ADULTOS
MAYORES QUE FRECUENTAN EL PARQUE PRINCIPAL DEL MUNICIPIO DE
VILLAMARÍA (CALDAS)

ALEJANDRA MURILLO RAMIREZ

Trabajo de Grado
Programa de Antropología

Director
David Osorio García
Magister en Ciencias Sociales

UNIVERSIDAD DE CALDAS
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS Y SOCIALES
PROGRAMA DE ANTROPOLOGÍA
MANIZALES

2022

Agradecimientos

Principalmente quiero agradecer a mi madre que desde un inicio me motivó a iniciar una carrera profesional y se mantuvo firme conmigo hasta el final, siempre con sus palabras de aliento y amor incondicional, persona a la cual admiro y respeto mujer y ser humano.

También a mi hermano que siempre me ha apoyado en mis decisiones y constantemente ha demostrado curiosidad en mis aprendizajes para intercambiar conocimientos y experiencias

A todos los profesores que me acompañaron durante la carrera, quienes de cierta forma dejan enseñanzas y conocimientos y, sobre todo, a mi asesor por brindarme claridad en este trabajo, con el cual reconocí que la investigación con compromiso social puede ser una labor muy gratificante.

Finalmente, pero no menos importante, a cada una de las personas que hicieron posible esta investigación con sus testimonios, por permitirme conocer sus valiosas historias de vida.

Contenido

1	Introducción	9
2	Antecedentes	13
2.1	A nivel internacional	13
2.2	A Nivel nacional	15
3	Marco teórico	17
3.1	Vejez	17
3.2	Vejez y cultura	19
3.3	Envejecimiento	24
3.4	Percepción	24
3.5	Autopercepción	25
3.6	Expectativas de vida	26
3.7	Calidad de vida	26
3.8	Historias de vida	28
4	Metodología	30
5	La autopercepción del proceso de envejecimiento	33
5.1	Independencia y autonomía	33
5.2	Hábitos	36
5.3	Aspecto físico	38
5.4	Sabiduría	39
5.5	Tiempo	40

6	Conclusiones
.....	42
7	Bibliografía
.....	44
8	Anexo. Consentimiento informado
.....	48

Tablas

Tabla 1. Definiciones de vejez de acuerdo a Zetina	16
Tabla 2. Diversas definiciones del concepto de calidad de vida	24
Tabla 3. Objetivos de las historias de vida como método de investigación	26

Figuras

Figura 1. Ciclos vitales del crecimiento y desarrollo hasta la vejez	15
Figura 2. Las ocho dimensiones de la calidad de vida	25

Resumen

Esta investigación gira en torno a profundizar en el estudio del *ciclo vital* y el significado que le otorgan los adultos mayores a través de la autopercepción en torno a su proceso de envejecimiento. Para dicho fin, se tiene como elemento principal todo lo referente al método biográfico y la historia de vida. Es importante señalar que estos cumplen con la función específica de fundamentar los ejercicios de campo realizados a través de encuentros y entrevistas semiestructuradas con personas mayores, en las cuales se realizaron una serie de preguntas orientadas hacia la obtención de información pertinente para llevar a cabo un análisis del fenómeno de la autopercepción del envejecimiento.

En la fase de resultados, los principales factores que se encontraron en el eje de percepción positiva sobre el proceso de envejecimiento está la independencia y la autonomía. Es interesante como los adultos mayores suelen nombrar la dependencia y pérdida de autonomía como un problema muy característico de la vejez, pero ninguno de los entrevistados se considera dependiente.

En cuanto a las conclusiones, este tipo de investigación permite un acercamiento más genuino sobre los sentires, necesidades y deseos de las personas de la tercera edad para tomar medidas ante una población que cada vez es mayor y que más que un grupo vulnerable debe ser visto como sujetos de derecho. No se deben infantilizar, ya que como se evidencia en la investigación en cualquier etapa de la vida la libertad de decisión es fundamental para el bienestar personal. Así cohibirles ese derecho es una forma de maltrato y discriminarlos es discriminar nuestro propio futuro.

Palabras claves: Adulto mayor, envejecimiento, vulnerabilidad, ciclo vital, percepción, autopercepción, hábitos, costumbres.

Abstract

This research revolves around deepening the study of the life cycle and the meaning that older adults give it through self-perception around their aging process. For this purpose, everything related to the biographical method and life history is taken as the main element. It is important to point out that these fulfill the specific function of substantiating the field exercises carried out through meetings and semi-structured interviews with older people, in which a series of questions were asked aimed at obtaining pertinent information to carry out an analysis. of the phenomenon of self-perception of aging.

In the results phase, the main factors found in the axis of positive perception about the aging process are independence and autonomy. It is interesting how older adults usually name dependency and loss of autonomy as a very characteristic problem of old age, but none of the interviewees consider themselves dependent.

As for the conclusions, this type of research allows a more genuine approach to the feelings, needs and desires of the elderly to take action in the face of a population that is getting older and that more than a vulnerable group should be seen. as subjects of law. They should not be infantilized, since, as evidenced in research at any stage of life, freedom of decision is essential for personal well-being. Thus, restraining them from that right is a form of mistreatment and discriminating against them is discriminating against our own future.

Keywords: Older adult, aging, vulnerability, life cycle, perception, self-perception, habits, customs

1 Introducción

Esta investigación tiene como objetivo principal profundizar en el estudio del *ciclo vital* y el significado que le otorgan los adultos mayores a través de la autopercepción en torno a su proceso de envejecimiento. Dicha investigación se llevó a cabo mediante una exploración teórica del tema y un acercamiento a un grupo de adultos mayores. Durante el proceso se tuvieron en cuenta elementos como los hábitos, los espacios, la comunicación, las relaciones y las emociones que atraviesan su cotidianidad.

Así pues, la pregunta de investigación que orientó este proceso está relacionada con la autopercepción que poseen los adultos mayores sobre su proceso de envejecimiento. Antes de dar respuesta a dicho interrogante es importante esclarecer algunos conceptos, ideas y limitaciones que fundamentan el desarrollo de este trabajo. En primer lugar, es necesario definir la noción de adulto mayor, la cual puede variar según el contexto y la estructura social y cultural, ya que este fenómeno puede ocasionar el desarrollo de concepciones arbitrarias sobre este concepto, generando a su vez problemáticas y discusiones sobre los límites de edad, derechos y beneficios que pueden obtener personas con una serie de características que les definen como adultos mayores o ancianos. Respecto a esto, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) reconocen y usan como límite estándar la cantidad de 60 años para referirse a una persona de edad avanzada o a un adulto mayor.

En segundo lugar, es importante mencionar algunos elementos que participan en la configuración de la autopercepción y formas de relacionamiento de los adultos mayores con su entorno y la vida. Se habla entonces de conceptos como el espacio, entendido a partir de los lugares que ocupan o frecuentan los ancianos durante su rutina diaria, ejemplo de esto son los parques públicos, sitios que por sus características son frecuentemente visitados por todo tipo de personas, entre las que se cuenta un número significativo de adultos mayores, que han hecho de ellos espacios apropiados para realizar diferentes acciones como trabajar, ir a misa, jugar ajedrez o cartas, tomar café mientras conversan o pasan el tiempo en solitario contemplando las dinámicas a su alrededor.

Ahora bien, realizar un estudio de este tipo, tomando como referente un espacio abierto, permite comprender a las personas mayores como seres sociales activos, lo cual es pertinente para analizar la interacción de este grupo con los demás y, al mismo tiempo, lograr un acercamiento que permita entender sus relaciones interpersonales, la utilización del tiempo

y sus sentimientos. De forma simultánea, también es posible demostrar la individualidad de estos adultos mayores, reflejada en un espacio que se construye permanentemente a través de prácticas y vivencias que muestran diferentes realidades, las cuales se desarrollan con base en las lógicas de sus propias necesidades y deseos, sentidos e imaginarios, pero que coinciden en el ciclo vital del proceso de envejecimiento.

Por lo cual, este tipo de análisis permite un mejor acercamiento a este grupo poblacional, pues el espacio es de donde surgen y se desarrollan constantemente diversas maneras de habitar, teniendo en cuenta las características singulares de los diferentes tipos de adultos mayores. Para esto es importante tener en cuenta la antropología y otras disciplinas que contribuyen en el análisis de las experiencias y sentidos que se cruzan y transitan en este escenario representativo, haciendo énfasis en los imaginarios y emociones de estas personas sobre su ciclo vital.

Otro elemento destacable en el análisis de la autopercepción de la vejez es la comunicación, la cual se ve reducida y fragmentada a medida que el proceso de envejecimiento se hace más marcado, dicha disminución se debe a complicaciones expresivas, comprensión de nuevos códigos de lenguaje y en algunos casos, una mezcla de sentimientos contradictorios que conducen a las personas hacia un aislamiento voluntario o no que conlleva a un estado de soledad o abandono.

Por otro lado, los hábitos, costumbres y acciones representan otra categoría destacada en un estudio de este tipo, puesto que constituyen una parte fundamental en el día a día de las personas y permiten hacer un rastreo de las situaciones, acontecimientos y sobre todo la calidad de vida de los individuos.

Asimismo, la autopercepción sobre las condiciones estéticas y el desgaste pueden representar un impacto sobre la visión que los sujetos tienen de sí mismos a medida que el envejecimiento avanza. Adicional a esto, dentro de los muchos objetivos planteados en esta investigación se busca contribuir en la eliminación de los prejuicios sobre el envejecimiento.

Este objetivo permite hacer un análisis en torno a la heterogeneidad del proceso de envejecimiento y la forma de entender a los adultos mayores, ya que su desconocimiento ha encasillado por mucho tiempo a estas personas en categorías rígidas y muchas veces

despectivas, que desconocen la particularidad que poseen distintas historias de vida. Por esto, el trabajo tiene en cuenta la individualidad de cada participante, ya que se considera la única manera de entender este proceso, puesto que, como cualquier etapa de la vida, es subjetiva y existen múltiples formas de vivirla de acuerdo a las circunstancias y decisiones personales. Con base en esto, y siguiendo a Robles (2006),

... la propuesta es entender a la vejez como “una experiencia” porque ésta se convierte en la razón de ser del sujeto; para analizar a la vejez como una experiencia habría que centrarse en la relación del viejo con el tiempo, el espacio, el yo y las condiciones de su realización, asimismo incluir sus significados, sentimientos, deseos, sufrimientos, trascendencia; sin dejar de lado los ritos de paso (p.152).

Al describir de manera integral lo que implica ser adulto mayor y sus diferentes procesos de envejecimiento, se contribuye en la actualización de los conocimientos que se tienen sobre el grupo poblacional en las ciencias sociales, lo cual tiene como meta gestionar un aporte a futuras investigaciones y estudios antropológicos sobre el envejecimiento.

También es una invitación a reflexionar sobre el compromiso que se debe asumir al etnografiar las condiciones de estas personas, y entrevistarlas para acceder a los relatos y visiones que componen su historia de vida, por lo cual sus vivencias y deseos son fundamentales en la erradicación de prejuicios y la generación de conciencia sobre sus necesidades y virtudes, para así abandonar esa visión errada de personas totalmente diferentes, especialmente dependientes y con pocas expectativas, ya que envejecer es un proceso que afecta a todos los seres vivos a diario.

En conclusión, el presente trabajo tiene la intención de señalar los aspectos que más impacto tienen sobre la vida de las personas de la tercera edad, teniendo como eje principal su entorno, su comunicación, sus hábitos, sus relaciones interpersonales, su propia visión del mundo y su autoconciencia frente al proceso de envejecimiento.

Para llevar a cabo tal objetivo ha sido necesaria una ruta de trabajo que permita articular un rastreo de información estandarizada y la recolección de relatos pertenecientes a personas mayores, quienes exponen sus vivencias y pensamientos. Así pues, el siguiente texto se compone de 4 partes fundamentales; primero, la introducción, los antecedentes, los

objetivos y la metodología; segundo, el marco teórico y la descripción de la información formal; tercero, las evidencias fundamentadas en los relatos de las personas entrevistadas y por último, las conclusiones, que sirven para dar fuerza a las ideas expuestas y establecen posibles rutas de análisis y acciones futuras sobre las problemáticas identificadas.

2 Antecedentes

El envejecimiento es un fenómeno que tiene diversos impactos sobre todos los seres vivos, especialmente sobre los seres humanos y sus construcciones culturales, por lo que su estudio ha estado presente desde los inicios de la civilización.

Ahora bien, al hacer una revisión bibliográfica enfocada en la realización de un análisis de tipo académico y popular, se encontró que este tema ha sido abordado desde diferentes puntos de vista, entre los que resaltan disciplinas de la salud como la psicología y algunas ciencias sociales como la sociología, la antropología y el trabajo social.

Así pues, el proceso de envejecimiento ha sido trabajado desde distintos enfoques y campos de estudio, partiendo desde lo físico, lo mental, lo social, lo político y lo cultural, sin embargo, son pocos los estudios que se proponen comprender el sentido de la vejez desde y para las propias personas, pues son pocas las investigaciones que permiten a los individuos establecer su posición respecto a esta etapa de su vida y la forma en la que piensan su trayectoria, su presente, pasado y futuro.

A continuación, se presentan algunos trabajos destacados sobre la vejez, los cuales pretenden evidenciar desde diferentes enfoques la perspectiva del anciano en torno a sus emociones y opiniones, de acuerdo a sus vivencias particulares.

2.1 *A nivel internacional*

En el IV Congreso Chileno de Antropología, Nue (2001) presenta una investigación que contiene una serie de testimonios que permiten identificar algunas percepciones colectivas e individuales en torno a lo se considera ser anciano y quienes lo son, partiendo de una concepción territorial ubicada en Santa Cruz de Andamarca. Se realizaron entrevistas a personas jóvenes (entre los 16 y 40 años) y a personas mayores (desde los 65 años). A partir de la información obtenida se establece que si una persona de más de 60 años de edad continúa trabajando no se le denomina como un anciano propiamente dicho, caso contrario al de aquella persona cuyas actividades y capacidades se han visto reducidas.

Por otra parte, durante el V Congreso Chileno de Antropología, Escalante (2004) presenta un estudio enfocado en el sentir de vejez de algunas mujeres de edad avanzada en Santiago de Chile. La intención de esta investigación estuvo orientada e influenciada por ejercicios empíricos y bibliográficos de recolección de información, que dan cuenta de la importancia del cuerpo entre la población andina desde el punto de vista biológico, su papel en la construcción social de la subjetividad étnica y su relación con la vejez.

En este orden de ideas, el sentir de vejez podría manifestarse mediante las transformaciones del cuerpo, como aquel sentimiento que las personas le otorgan al desgaste físico manifestado a través de la pérdida de los sentidos, fenómeno que está socialmente atribuido al grupo etéreo de las personas mayores, desde donde es posible distinguir y comprender las dimensiones fisiológicas, estéticas y kinésicas del envejecimiento. Este trabajo se realizó con población de origen indígena de habla aymara del norte chileno.

En los relatos recogidos en las entrevistas, fue posible descubrir que envejecer es un evento que parte desde el cuerpo, pero que a pesar de toda su más cruda manifestación es estar desanimada frente a la vida, principalmente a casusa de la pérdida de autonomía. En conclusión, el sentimiento de vejez es vivenciado a través de la mente y el cuerpo, pues se da cuando ya no se tienen ganas de vivir debido a las transformaciones y la disminución de las capacidades físicas.

Según lo planteado por Pardo (2013), es importante establecer una comprensión profunda del significado que tiene la ancianidad, tomando en cuenta lo universal de las vivencias y las características colectivas, a la vez que el carácter singular y dinámico de cada persona. Para ello desarrolla una metodología sustentada en la interpretación y la descripción de relatos obtenidos de un grupo de personas mayores que participan en un centro diurno italiano.

La investigación que tiene un enfoque fenomenológico y hermenéutico, concluye que tener una edad avanzada conlleva a los sujetos a experimentar numerosas pérdidas y con ello sentir una mayor cercanía con la propia muerte, lo cual para muchos le acerca a una visión de la eternidad que les ayuda a encontrar un sentido profundo en esta última etapa y una visión positiva del futuro.

Durante este mismo año Aldana (2013) realizó un estudio desde la gerontología social, en el cual se analizaron las diferentes percepciones de un grupo de ancianas y ancianos de la comunidad de San Cristóbal Ecatepec en el Estado de México, acerca de la vejez y su relación con la salud. Los resultados mostraron que las personas reconocen los cambios físicos que han presentado con el paso de los años, los cuales implican la disminución de sus capacidades físicas y mentales; sin embargo, también se refieren a estrategias que les permiten enfrentar dichos cambios, de tal manera que logran estar activos en su vida diaria a

partir de una actividad ajustada, lo que representa una acción de resistencia ante los estereotipos que la modernidad le ha impuesto al anciano: como una persona en declive y decadencia.

2.2 *A Nivel nacional*

Varela (2008) realiza un estudio ubicado geográficamente en el municipio de Caldas (Antioquia), bajo la tutela del componente de salud, en el cual se describen algunas percepciones sobre el envejecimiento, relatadas por adultos mayores. Este fue un trabajo etnográfico en el cual se utilizaron observaciones, entrevistas semi-estructuradas y revisión documental. La observación participante se realizó en la zona urbana del municipio, en sitios como el Parque y el Centro DÍac, habitualmente frecuentados por personas mayores. El objetivo era caracterizar las actividades realizadas por este grupo, sus comportamientos y preferencias, así como las diferencias entre hombres y mujeres en la apropiación de los espacios en la vida cotidiana y las celebraciones especiales en el municipio, como las fiestas del Aguacero, Semana Santa, día del adulto mayor entre otras. Este trabajo permitió develar que los participantes reconocen como elementos característicos de la vejez, la jubilación, la enfermedad, la soledad y por último la muerte.

Por otro lado, Alonso et al (2010) plantean como eje central de su estudio la relación entre el bienestar y el proceso de envejecimiento en un grupo de personas mayores internados en el Hogar Geriátrico San Camilo, de la ciudad de Barranquilla. Esta investigación permitió establecer que las percepciones que tienen las personas viejas sobre la vejez están relacionadas con la familia, la idiosincrasia local y la espiritualidad. Se concluye que los individuos con mayor valoración positiva en su percepción del proceso de envejecimiento tienen como característica común el haber sido activos y poseer buenas relaciones con la familia; mientras que aquellos con mayores dificultades psicoafectivas en entornos familiares poseen valoraciones más negativas de la vejez y todo lo que esta implica.

Por último, Hernández (2016) presenta un trabajo que tiene como objetivo principal la comprensión de la vejez, el envejecimiento y la longevidad, como construcciones sociales complejas que responden a una serie de factores entre los cuales destacan la contextualización y la lectura del fenómeno como un proceso con una doble visión desde lo colectivo y lo individual. Este trabajo muestra la variedad de interpretaciones asignadas a esta etapa de la vida y cuestiona el impacto de las visiones que fundamentan políticas, programas y prácticas

sociales en el entorno de las personas mayores. Por lo cual la autora concluye que a pesar de los condicionamientos biológicos y socioculturales existe un margen de autonomía individual para asumir la vejez, por lo que es ilusorio predecir absolutamente el proceso de envejecimiento y más aún, estandarizarlo. Debido a esto es posible afirmar que se reconocen diversas formas de envejecer, como lo testimonian las narraciones biográficas producto de la investigación.

Cada uno de estos trabajos se relaciona con la investigación en curso, ya que se centran en la experiencia particular del individuo que envejece sin dejar de lado las demás variables que influyen en este proceso. Debido a esto y como resultado de arduas investigaciones y análisis de información, resultan interesantes y pertinentes para el documento actual, puesto que ofrecen visiones particulares a partir de elementos como el territorio, la temporalidad y la cultura de cada sujeto de estudio; mientras que establecen categorías de análisis objetivas que permiten seguir una ruta en la lectura de los fenómenos y relatos expresados por las personas mayores en torno al proceso de envejecimiento.

Así, elementos como la interpretación negativa, el agotamiento físico y mental, el rechazo por el cuerpo débil, la desvinculación en los procesos comunicativos y sociales, la falta de oportunidad laboral y la constante lucha por mantenerse vigentes y activos, evidencian una gama de sentimientos, pensamientos y acciones que acompañan de forma constante a los sujetos en sus procesos de envejecimiento, durante los cuales se establece una lucha entre el temor por ser excluidos y rechazados y el sobreesfuerzo por dar a entender que no se es lo suficientemente viejo, en tanto el cuerpo y la mente permitan ser útiles en las labores físicas y los procesos comunicativos.

3 Marco teórico

En este apartado se pretende plasmar los resultados encontrados en una amplia revisión sobre los diferentes autores y conceptos que giran en torno al tema de autopercepción sobre el proceso de envejecimiento de los adultos mayores. Para este fin se abordan temas como vejez, concepción, cultura, calidad de vida, y teorías de diferentes expertos que ayudan a clarificar o marcar un derrotero claro que debe seguir esta investigación y que se desarrolla de la siguiente manera:

3.1 Vejez

En el idioma español el concepto vejez está vinculado desde su significado y su uso al transcurso final de la vida de una persona, en el cual se consagra la culminación de algunos procesos involucrados en el desarrollo personal y profesional de los individuos. Este acontecer se da a través de la comparación entre los sujetos involucrados en los distintos grupos sociales y se determina en torno a la prolongación de la vida y la funcionalidad a nivel físico y psicológico (Iacub, 2011).

Según se define por Zetina (1999), la vejez es una dimensión que tiene una estrecha relación con una parte de la vida de los seres humanos de una forma amplia e invariante que puede ser mayor de 40 años y que por lo tanto puede llamarse “vejez”. En la Figura 1 es posible observar los ciclos vitales del crecimiento y desarrollo hasta la vejez y que es muy descriptiva en las etapas de la vida de un ser humano.

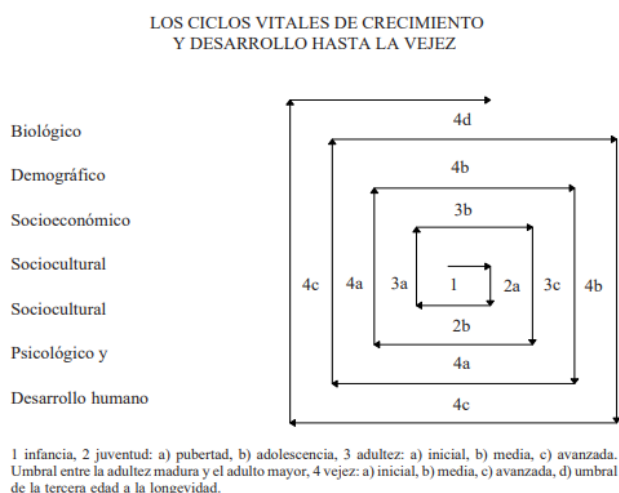


Figura 1. Ciclos vitales del crecimiento y desarrollo hasta la vejez

Fuente: Rodríguez (2011). Vejez y envejecimiento.

Grupo de investigación en Actividad Física y Desarrollo Humano. Universidad del Rosario

Lo que se debe destacar según Zetina (1999), es que las etapas del ciclo vital se pueden ver con enfoques distintos por diferentes disciplinas y se puede partir del supuesto que en el proceso de envejecimiento se tienen variables interdependientes y que se interrelacionan en distintos momentos de tiempo y que tienen que ver con el cambio social e histórico, existiendo etapas o movimientos que tienen distintos ritmos por lo cual es necesario no ser rígido con relación a esta etapa de la vida.

Entre los principales estereotipos se encuentra el hecho de etiquetar a los ancianos como una persona disfuncional de la vida activa y productiva y donde la vejez se percibe como un deterioro y no crecimiento y desarrollo y donde todo el entorno y el medio ambiente enfatiza en la apreciación que la vejez es equivalente a decadencia lo que genera sentimientos de duda y destrucción con un desarrollo psicosocial en varios sentidos según se señala por Zetina (1999).

De todas formas, en Zetina (1999) se tiene que es posible decir, se tiene una variación amplia en cuanto a definición de concepto de vejez y que este concepto presenta unas variaciones de acuerdo con lugares y culturas. De esta forma la Organización Mundial de la salud ha establecido 60 años como la edad del inicio de la vejez. En la Tabla 1, se encuentran una serie de autores que se ajustan a definiciones de vejez.

De acuerdo con la Tabla 1 es posible observar que se tienen algunas discordancias en las definiciones, pero también algunas coincidencias observando unas escalas de percepción de tres niveles para tres de los autores mencionados y solo uno que difiere y relaciona cuatro etapas.

Tabla 1. Definiciones de vejez de acuerdo a Zetina

<i>Autor y/o institución</i>	<i>Grupo de edad</i>	<i>Concepto</i>
Brocklehorst 1974	60-74	Senil
	75-89	Ancianidad
	90 y más	Longevidad
De Nicola 1979	45-50	Presenil
	50-72	Senectud gradual
	72-89	Vejez declarada
	90 y más	Grandes viejos
Sociedad de Geriatria y Gerontología de México	45-59	Prevejez
	60-79	Senectud
	80 y más	Ancianidad
Stieglitz 1964	40-60	Madurez avanzada
	61-75	Senectud
	76 y más	Senil

Fuente: Zetina (1999).

3.2 *Vejez y cultura*

Desde la antigüedad la vejez ha estado asociada a distintos tipos de lecturas e interpretaciones. Algunas de ellas permeadas por ideales de respeto, aprecio y comprensión; otras, compuestas por representaciones negativas y destructivas. Sin embargo, cualquiera sea el caso, desde ambas perspectivas la vejez se mantiene como una condición atravesada por una serie de fenómenos que evocan el final de la vida, acercando a los seres humanos al desfallecimiento, el abandono de su conciencia y finalmente a la muerte.

Por lo tanto, para realizar un análisis antropológico y sociológico de la condición de vejez, es importante empezar por decir que ésta ha sido tratada por distintas sociedades como un tema no sólo biológico sino cultural, dándole así una caracterización propia frente a otros acontecimientos que ocurren en el transcurso de la vida de los seres humanos, algunos animales e incluso algunos objetos (vejez en la antigüedad).

Antropológica y socialmente las civilizaciones antiguas se han considerado como pertenecientes a dos grandes grupos; aquellas que fundamentaron su vida en lo itinerante, en el cambio y el desplazamiento, y aquellas que cimentaron sus prácticas diarias en puntos fijos, de aquí se desprenden las categorías de sociedades nómadas y sociedades sedentarias.

En las primeras, el valor de la vida estaba dictado por la capacidad de autocuidado y supervivencia, para lo cual era necesario ser joven, fuerte y poseer grandes habilidades físicas y mentales, no obstante, en este tipo de grupos sociales la fuerza estaba por encima del razonamiento, por lo cual los signos de debilidad y dependencia que aparecen con el desgaste de la vejez eran interpretados como problemas, cuyas consecuencias conducían a los sujetos hacia la muerte, en algunos casos ocasionada por el abandono del grupo al individuo.

Por su parte, en los grupos sedentarios la expectativa de vida se acrecienta, se desarrolla el deseo por una vida más larga y se empiezan a dar una serie de condiciones que permiten a algunos individuos aspirar a vivir su etapa de vejez. Sin embargo, aunque la longevidad ha estado ligada a la mejora en las condiciones socioeconómicas, para las civilizaciones antiguas no era suficiente este hecho para permitir que los integrantes de la comunidad pudieran vivir hasta una avanzada edad.

Este fenómeno encuentra su explicación a través de una serie de elementos relacionados entre sí que dan peso a cuestiones de tipo antropológicas, las cuales se entremezclan para dar sentido a las creencias, pensamientos y acciones de los participantes en el grupo social.

De aquí que la mayoría de pueblos antiguos centraran algunas explicaciones de la vejez y sus características en torno a creencias de tipo mítico-religiosas o mágico-ancestrales. Esto se debe principalmente a un hecho cuando menos particular, ya que, debido a las difíciles condiciones ambientales, culturales y socioeconómicas de épocas remotas, los seres humanos no gozaban de una larga expectativa, por lo cual, a aquellos individuos que lograban alcanzar una edad avanzada se les consideraba vinculados a algún tipo de conexión sagrada.

Estos pensamientos tienen fundamento debido a prácticas religiosas y ritualistas usadas por las diferentes civilizaciones, dentro de las cuales los sujetos de mayor edad estaban relacionados con la dádiva de favores y regalos, o maldiciones e incluso castigos de parte de alguna deidad, por lo cual su vida se alargaba a veces en contra de su voluntad.

Dichos elementos permitían que se considerara a los ancianos como seres llenos de dones positivos o negativos, e incluso, dotados de gran experiencia y sabiduría, hecho que se contrastaba con las consideraciones en torno al valor de la juventud y su relación con la

fuerza y la supervivencia e incluso la estética y el amor. Ante estas situaciones de comparación y contraste entre unos y otros, la vejez adquirió en algunos contextos un carácter de autoridad y dominio, hecho que se vio representado en el poder y la dominación que ejercían las personas ancianas en algunos lugares y círculos sociales, políticos y económicos.

Por su parte, los jóvenes a pesar de representar los ideales de fortaleza, vigorosidad, templanza y belleza, se veían sometidos y reducidos a un estatus de obediencia, la cual limitaba su participación directa e importante en cuestiones que involucraban la toma de decisiones determinantes para el grupo. Pero, esta estructura jerárquica en la cual los viejos poseían privilegios y eran vistos como estandartes de sabiduría y buen juicio, sólo estaba presente en algunas culturas, principalmente aquellas que, como ya se dijo, tenían gran aprecio por los rituales espirituales donde dirigían sus acciones y contemplación a deidades a cambio de su cuidado y bendición.

Por lo tanto, como punto de contraste están aquellas culturas en las que la vejez era tenida es más baja estima, pues se consideraba en algunos casos un desequilibrio del cuerpo y la mente, como en algunos grupos orientales, o tan sólo representaba un castigo o un motivo de burla que el destino imponía a un sujeto y que el colectivo recogía para convertirlo en centro de sátira y rechazo, como en el caso de la tradición griega.

Debido a esto, en algunas ocasiones la vejez es vista a través de una óptica permeada por el drama o la tragedia, puesto que, al representar mediante la agonía y el padecimiento la antesala de la muerte, muchas veces era mejor visto el suicidio antes que padecer las inclemencias de la senectud.

Ahora bien, a lo largo de la historia se han mantenido estas dos visiones de la vejez, por un lado, aquella en la que se le reconoce como una etapa llena de conocimiento y sabiduría, y donde se le considera valioso al sujeto anciano por encima de las ambiciones e instintos de supervivencia de los grupos sociales, y por otro lado, aquella que le impone un carácter trágico y negativo, debido a que representa el abandono de la vitalidad y el abordaje de la locura, la debilidad, la enfermedad y la muerte.

De esta forma, mientras que en la antigüedad ser viejo implicaba dos opciones, siendo la explicación más básica la de ser una carga para el colectivo y por lo tanto representar un

peligro para la supervivencia, o por el contrario ser un sabio, lo cual le otorgaba al sujeto un grado de utilidad y apreciación del resto de participantes, en la edad medieval y desde ahí, pasando por la época moderna hasta llegar a la era contemporánea, la vejez acarrea connotaciones que van más allá del mero hecho participativo o referencial, y se tornan como importantes las esferas estéticas, económicas-administrativas y lo conductual, basado en la adaptación al progreso, visto a través del desarrollo de la acción, la independencia y la capacidad de consumo junto a la interacción social.

Es importante destacar entonces el surgimiento de normas que guían el papel del individuo en edad mayor dentro de la sociedad y las características que el colectivo le atribuye. Ejemplo de esto es la imposición del aislamiento de los ancianos durante la edad media, debido en gran parte a la visión estética que ligaba la apariencia desgastada y en ocasiones maltratada de los viejos a la práctica del pecado, lo cual producía el rechazo generalizado de la población hacia quienes se encontraban en su etapa de vejez.

Ahora bien, este retiro (en muchos casos impuesto) dio pie al desarrollo de concepciones interesantes que se mantienen hasta hoy. Es a partir de la imposición de características negativas que los viejos se ven obligados a buscar lugares que les permitan reunirse y pasar sus últimos días alejados del estigma, como por ejemplo la iglesia en donde encuentran un sentido espiritual a su condición actual.

Surgen entonces nociones como el asilo para viejos, basado en la idea del retiro, el cual se constituye como institución que acoge a las personas mayores y les cobija del peligro que implica el desarrollo de la fragilidad, frente al crecimiento y aparición de nuevas dinámicas en la sociedad, que impulsan el florecimiento de la economía, la expansión urbanística y la hostilidad durante el relacionamiento con los demás individuos.

De esta época, se puede destacar la funcionalidad del asilo frente a los peligros que azotaban a la humanidad, como las enfermedades, la falta de recursos y la falta de piedad de familias y allegados frente a las personas mayores; pero, no se puede olvidar el contraste entre las ideas de la iglesia al mancillar y señalar a los viejos como representación gráfica del pecado, vinculando sus figuras y padecimientos a actos indebidos, y aquellas ideas de la piedad y el recogimiento del hombre frente a los últimos momentos de vida, atravesados por el sufrimiento y el abandono.

Así, entre una serie de condicionantes que permitían la imposición de normas de comportamiento y conductas sobre la población anciana, se da el paso a las épocas modernas en las cuales los lineamientos que van a regir el acontecer de los seres humanos en condición de vejez estarán marcados por las dinámicas del desarrollo económico y tecnológico.

Existen variados estereotipos en torno a la figura física, retórica y antropológica de las personas viejas, lo cual se ha manifestado en planteamientos epistemológicos y sociológicos que responden a teorías relacionadas con el posicionamiento e influencia de la población mayor en las culturas y en grupos sociales específicos.

Por lo tanto, siguiendo a Andrés, H, (2002) se refiere a diferentes formas de vejez, donde lo que más importa no es el proceso de envejecimiento, sino las personas y su forma de afrontarlo. Dando paso a la idea de la heterogeneidad de las formas de vejez (Mingorance, 2009).

Como referente de esto se pueden señalar planteamientos desde la economía, los cuales señalan que ha existido una variabilidad de la figura de la persona vieja con relación a la obtención y posesión de recursos; por lo cual se le ha considerado en algunas ocasiones poseedora de grandes riquezas o lastre en otras.

Como ya se dijo, uno de los motivos responsables de la longevidad de los individuos o grupos está relacionado con la alta calidad en los elementos socioeconómicos y ambientales que les rodean, por lo tanto, vincular la vejez a las condiciones materiales y económicas permite realizar un análisis en torno la calidad de vida de la población anciana, desde la antropología, mezclando la incidencia de los elementos culturales y comportamentales con la percepción y proyección de los sujetos y los colectivos.

Respecto a la calidad de vida, en cualquiera de las etapas del desarrollo de una persona, se vincula de forma directa con los aspectos objetivos y subjetivos que le rodean, y le permiten llegar a un estado de bienestar (Gonzales –Celiz, 2009). Por lo cual, se hace evidente una dualidad entre lo interno y lo externo, a nivel psicosocial y emocional, que permite el desenvolvimiento de los sujetos en la sociedad mediante la interacción con otros, pertenecientes a su grupo y estatus (Tuesca Molina, 2012).

Así, teniendo en cuenta lo anterior, la vejez debe ser entendida como el conjunto de variaciones y entrelazamiento de elementos biológicos, comportamentales y sociales que afectan a los individuos durante una etapa específica de su vida y los ponen en relación con las dinámicas sociales y culturales que les rodean. (Piñera, 2010).

De esta forma, un análisis antropológico de la vejez, requiere no sólo un rastreo histórico, sino una reflexión en torno al acontecer de los elementos que rigen la definición y el marco de lo que significa ser viejo en la sociedad actual.

3.3 *Envejecimiento*

El concepto envejecimiento es definido de forma sencilla y concreta por Palmore, 2000, como “volverse viejo” p.645). Idea que va más allá del mero hecho del desgaste, el declive físico y emocional y la disminución de la capacidad cognitiva.

De esta forma, el envejecimiento puede llegar a representar concepciones de carácter negativo, desde el punto de vista sociolingüístico y pragmático, si se tiene en cuenta que puede asociarse a intenciones comunicativas de orden peyorativo; por ello es importante tener en cuenta que el envejecimiento es inevitable y que está marcado por la calidad de vida, atravesada por la satisfacción de sus necesidades (Duran, 2010).

3.4 *Percepción*

Teniendo en cuenta que el tema principal de la presente investigación es la autopercepción, primero se hará una descripción del concepto de percepción a la luz de algunos autores. En este sentido, Vargas (1994) aclara que dicho concepto se ha venido aplicando en diferentes ámbitos académicos, sin tener un verdadero criterio, y especialmente, en ambientes sociológicos o de las actitudes de los individuos como valores sociales o creencias.

Por ende, Vargas (1994) resalta que el problema de la confusión de este concepto no radica únicamente en asociarlo al plano sociológico; su problemática aumenta en crear alguna especie de sesgo analítico cuando se intenta un desarrollo teórico-conceptual de las ciencias. Sin embargo, la dificultad se encuentra cuando se confunden las diferencias que pertenecen al campo sociocultural con las diferencias perceptuales que obedecen directamente a un carácter biocultural.

Así las cosas, según lo dicho por el autor “la percepción es biocultural, porque, por un lado, depende de los estímulos físicos y sensaciones involucrados y, por otro lado, de la selección o organización de dichos estímulos y sensaciones” (Vargas, 1994. Pág., 2). Para Surallés (2022), cuando se habla de percepción se puede referir a un punto de partida que sirve para lograr comprender más a fondo los conceptos de la persona y de lo social cuando se pretende aplicar un estudio antropológico. El autor resalta que:

Como insisten disciplinas como la fenomenología o la psicología de la percepción, lo propio del cuerpo es de “sentir”, de “percibir”. Se podría decir por consiguiente que la preeminencia de la corporalidad en la Amazonía reclama la primacía de la percepción, puesto que si pudiéramos definir el cuerpo en lo más esencial, a partir de la acción que le es propia, deberíamos concluir que ésta es pura y simplemente la acción de percibir. En todo caso, el interés por la percepción también se está dando a nivel general en la antropología (Surallés, 2022).

3.5 *Autopercepción*

Haciendo una revisión del término autopercepción o el autoconcepto, es importante resaltar lo planteado por James (1968) citado por La Rosa y Díaz (1991) quien inicia teniendo presente el sí-mismo del sujeto que lo describe como “todo lo que puede llamar suyo”, esto alcanza las dimensiones corporales, familiares, posesiones, estados de consciencia y reconocimiento social, lo cual es de relevancia para las finalidades de la presente investigación.

Asimismo, Rogers (1950) citado por La Rosa y Díaz (1991) para tener claro un concepto de uno mismo es importante distinguir tres aspectos que son: “el contenido específico de la actitud (dimensión cognitiva), un juicio respecto al contenido de la actitud, de acuerdo a algunos patrones (aspecto evaluativo) y un sentimiento relacionado en el juicio evaluativo, que constituye la dimensión afectiva” (La Rosa y Díaz, 1991. Pág., 17).

De igual forma, desde que se inició a aplicar el término autoconcepto o autopercepción, se ha venido enfrentado a la dificultad de ser confundida con la “autoestima”, la cual según Coopersmith (197) citado por La Rosa y Díaz (1991) se puede definir como una especie de censura sobre la dignidad personal, que se manifiesta de forma tal que el individuo pueda expresar hacia sí mismo. Como también, para este autor, resalta lo que la misma persona se crea capaz de hacer en determinado momento, asociado con éxito, valores, dignidad.

La autopercepción hace parte del proceso cognitivo del individuo; el cual les permite posicionarse de acuerdo a la realidad que los rodea. Para Martínez (2009), la persona para poder definirse hace uso de un sistema compuesto por “conceptos, actitudes, deseos, expectativas, voliciones, de la persona como un todo organizado y dinámico; que si bien hace parte de la realidad externa cobra autonomía en su interior” (Pág., 1178).

3.6 *Expectativas de vida*

Cuando se hace un análisis bibliográfico sobre la definición de expectativa de vida o satisfacción propia, se encuentra que están vinculada según Hernández y Contreras (2005) a “las diferentes variantes constitutivas del self”, y en cuanto al nivel colectivo se encuentra relacionado con “los valores culturalmente establecidos”.

La expectativa de vida del sujeto está directamente relacionada o puede ser precisada según Hernández y Contreras (2005) como bienestar subjetivo y se refiere “al modo en que las personas perciben y evalúan su vida como un todo” (Pág., 49). Así, el bienestar subjetivo se debe analizar teniendo en cuenta el punto de vista afectivo o emocional, logrando un balance entre el afecto positivo y el negativo como lo resaltan los autores Hernández y Contreras (2005).

3.7 *Calidad de vida*

Para poder evaluar este concepto, es importante remitirse a los orígenes del mismo, el cual, se puede rastrear según lo plantean (Campbell, 1981; Meeberg, 1993) citado por Urzúa y Caqueo (2012) hasta después de la Segunda Guerra Mundial en los Estados Unidos; cuando un grupo de investigadores se interesaron por conocer cuál era la percepción de los habitantes sobre si consideraban tener una buena vida o si se sentían financieramente seguras.

Como ocurre con algunos conceptos anteriores, su uso indiscriminado e indistinto ha contribuido para que se generen una serie de conceptos, los cuales fueron reunidos por Urzúa y Caqueo (2012) en la siguiente tabla:

Tabla 2. Diversas definiciones del concepto de calidad de vida

Referencia	Definición Propuesta
Ferrans (1990b)	Calidad de vida general definida como el bienestar personal derivado de la satisfacción o insatisfacción con áreas que son importantes para él o ella.
Hornquist (1982)	Define en términos de satisfacción de necesidades en las esferas física, psicológica, social, de actividades, material y estructural.
Shaw (1977)	Define la calidad de vida de manera objetiva y cuantitativa, diseñando una ecuación que determina la calidad de vida individual: $QL=NE \times (H+S)$, en donde NE representa la dotación natural del paciente, H la contribución hecha por su hogar y su familia a la persona y S la contribución hecha por la sociedad. Críticas: la persona no evalúa por sí misma, segundo, no puede haber cero calidad de vida.
Lawton (2001)	Evaluación multidimensional, de acuerdo a criterios intrapersonales y socio-normativos, del sistema personal y ambiental de un individuo.
Haas (1999)	Evaluación multidimensional de circunstancias individuales de vida en el contexto cultural y valórico al que se pertenece.
Bigelow et al., (1991)	Ecuación en donde se balancean la satisfacción de necesidades y la evaluación subjetiva de bienestar.
Calman (1987)	Satisfacción, alegría, realización y la habilidad de afrontar... medición de la diferencia, en un tiempo, entre la esperanza y expectativas de una persona con su experiencia individual presente.
Martin & Stockler (1998)	Tamaño de la brecha entre las expectativas individuales y la realidad a menor intervalo, mejor calidad de vida.
Opong et al., (1987)	Condiciones de vida o experiencia de vida.

Fuente: Urzúa y Caqueo (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto.

La calidad de vida es un compendio de “requisitos” los cuales fueron sintetizados por Schalock y Verdugo (2012) citado por Inteligencia Límite (2021) y que grafican así:



Figura 2. Las ocho dimensiones de la calidad de vida

Fuente: Inteligencia Límite (2021). De qué hablamos cuando hablamos de “calidad de vida”.

Cuando se habla de *bienestar emocional*, Schalock y Verdugo (2012) indican que se está haciendo referencia a la sensación de tranquilidad y seguridad que pueda sentir el sujeto libre de agobios o nervios exagerados. *Las relaciones interpersonales* se vinculan con la facilidad para relacionarse con diferentes personas y grupos sociales; al igual que tener una convivencia placentera con vecinos y compañeros de trabajo. *Las relaciones sociales* tienen una relación directa con el hecho de tener un grupo de amigos sólido y claramente definido; al igual que una relación de pareja y vida sexual gratificante. *Bienestar material* claramente se identifica con tener el dinero suficiente para satisfacer todas las necesidades que se presenten, una vivienda cómoda con un lugar de trabajo satisfactorio. *Desarrollo personal* es la capacidad o posibilidad de adquirir nuevos y constantes conocimientos que faciliten una realización personal y profesional. *Bienestar físico* es tener una buena salud y estado físico adecuado, que se relaciona con hábitos alimenticios saludables. *Autodeterminación* es la capacidad de tomar sus propias decisiones, sin tener ningún tipo de presión externa. Esto se refiere a la escogencia de trabajo, educación, orientación sexual, uso del tiempo libre y círculo social. *La inclusión social* es la facilidad, voluntad y sensación de felicidad que se pueda tener al frecuentar lugares populares y participar en las actividades que realizan sus semejantes como uno más, sin sentir ningún tipo de rechazo. *Los Derechos* más importantes es ser considerado igual que la demás gente, que le traten por igual y que se brinden las mismas oportunidades en todos los aspectos, como educativos, familiares, culturales religiosos y demás.

Observando la clasificación anterior realizada sobre las dimensiones de calidad de vida, se puede determinar que todos y cada uno de ellos es de suma importancia para tener una autopercepción positiva que se pueda dar por una persona sobre su calidad de vida y que la ausencia de sólo uno de ellos puede causar un desajuste profundo en el bienestar de un individuo.

3.8 *Historias de vida*

Las historias de vida han sido utilizadas como método de investigación cualitativo ya que según Chárriez (2012) “conforman una perspectiva fenomenológica” (Pág., 50) que sirve como una herramienta para visualizar la conducta humana, “lo que las personas dicen y hacen, como el producto de la definición de su mundo”.

Para Chárriez (2012) el paradigma fenomenológico tiene la premisa de que la realidad es construida de forma social con las concepciones individuales o colectivas de una situación en particular; lo que en este caso daría pie para la construcción de las historias de vida basados en esa realidad, que establece unas premisas que logran tener una idea del papel actual en el mundo del sujeto.

Teniendo en cuenta lo anterior, se realiza una recopilación de una serie de objetivos que se persiguen al utilizar las historias de vida como metodología de investigación y que fueron definidos por Ruiz (2003) así:

Tabla 3. Objetivos de las historias de vida como método de investigación

Captar la totalidad de una experiencia biográfica, totalidad en el tiempo y en el espacio, desde la infancia hasta el presente, desde el yo íntimo a todos cuantos entran en relación significativa con la vida de una persona. Incluye las necesidades fisiológicas, la red familiar, las relaciones de amistad, la definición personal de la situación, el cambio personal y el cambio de la sociedad ambiental, los momentos críticos y las fases tranquilas, la inclusión y la marginación de un individuo en su mundo social circundante.
Captar la ambigüedad y el cambio. Lejos de una visión estática e inmóvil de las personas y de un proceso vital lógico y racional, la historia de vida intenta descubrir todos y cada uno de los cambios acaecidos a lo largo de su vida de la persona, las ambigüedades, faltas de lógica, dudas, contradicciones, vuelta atrás que se experimentan a lo largo de los años.
Captar la visión subjetiva con la que uno mismo se ve a sí mismo y al mundo, cómo interpreta su conducta y la de los demás, cómo atribuye méritos e impugna responsabilidades a sí mismo y a los otros. Tal visión revela la negociación que toda vida requiere entre las tendencias expresivas de la persona y las exigencias de racionalidad para acomodarse al mundo exterior.
Descubrir las claves de interpretación de fenómenos sociales de ámbito general e histórico que sólo encuentran explicación adecuada a través de la experiencia personal de los individuos concretos.

Fuente: Chárriez Cordero, M. Historias de vida: una metodología de investigación cualitativa

Como se puede observar en la tabla número 3 son muchos los aportes que pueden realizar las historias de vida cuando se pretende conocer la realidad de un grupo de social determinado, ya que permite conocer “verdades” que son invisibles a otro tipo de mediciones.

Una vez revisada la teoría que gira en torno a la temática en cuestión, es importante concluir que existen algunos términos, como el caso de autopercepción o el autoconcepto, ya que son paradigmáticos para el hilo conductor que se pretende llevar; motivo por el cual, es importante resaltar lo planteado por James (1968) citado por La Rosa y Díaz (1991) quien, en cuanto al término autopercepción, inicia teniendo presente el sí-mismo del sujeto que lo describe como “todo lo que puede llamar suyo”, esto alcanza las dimensiones corporales, familiares, posesiones, estados de consciencia y reconocimiento social, lo cual es de relevancia para las finalidades de la presente investigación.

Una vez se tiene claro el concepto, se procede a resaltar lo establecido por Chárriez (2012) quien sostiene que el paradigma fenomenológico tiene la premisa que la realidad es construida de forma social con las concepciones individuales o colectivas de una situación en particular y dicha realidad, cuando es propia, ya importan otros factores como el *bienestar emocional*, que para Schalock y verdugo (2012) hace referencia a la sensación de tranquilidad y seguridad que pueda sentir el sujeto libre de agobios o nervios exagerados. *Las relaciones interpersonales* se vinculan con la facilidad para relacionarse con diferentes personas y grupos sociales; al igual que tener una convivencia placentera con vecinos y compañeros de trabajo.

4 Metodología

Los adultos mayores poseen una autopercepción del proceso de envejecimiento de acuerdo a su propia experiencia, donde factores como relaciones familiares, autonomía y actividades que realizan influyen en su opinión negativa o positiva de esta. Siguiendo a Monje (2011) y sus planteamientos en torno a la justificación teórica requerida para sustentar un planteamiento metodológico, es posible afirmar que la presente investigación está fundamentada sobre una metodología de corte cualitativa, enfocada en el estudio de casos y algunos elementos del método biográfico y la historia de vida.

Esto se debe a que el estudio de casos permite realizar un análisis exhaustivo de algún fenómeno a nivel social que posea una característica atrayente e interesante, que a su vez le otorgue una clasificación destacada que invita al investigador a adquirir un compromiso particular, en aras de realizar una mayor precisión y clarificación sobre el fenómeno estudiado.

Es importante señalar además que la metodología elegida se identifica como *Estudio de casos interpretativos*, ya que

aportan descripciones densas y ricas con el propósito de interpretar y teorizar sobre el caso. El modelo de análisis es inductivo para desarrollar categorías conceptuales que ilustren, ratifiquen o desafíen presupuestos teóricos difundidos antes de la obtención de información (Monje 2011, p. 118).

Respecto a los elementos pertenecientes al método biográfico y la historia de vida, es importante señalar que estos cumplen con la función específica de fundamentar los ejercicios de campo realizados a través de encuentros y entrevistas semiestructuradas con personas mayores, en las cuales se realizaron una serie de preguntas orientadas hacia la obtención de información pertinente para llevar a cabo un análisis del fenómeno de la autopercepción del envejecimiento.

De esta forma, se efectuó un proceso donde participaron 10 adultos mayores del municipio de Villamaría, conformado por 4 mujeres y 6 hombres entre 62 y 78 años, quienes aceptaron contribuir voluntariamente en el estudio. Dichas entrevistas se centraron en promover discursos sobre sus memorias, vida cotidiana, relaciones familiares y sociales y su autopercepción del proceso de envejecimiento y otros aspectos subjetivos de su vida.

Respecto a las preguntas, éstas fueron la guía para comprender cómo este grupo poblacional entiende su actual etapa de vida y los significados que le atribuyen. De igual manera, se indaga en las motivaciones de cada persona, las expectativas y planes sobre el futuro, también sus miedos y su concepción del proceso de la vejez con relación a sus seres queridos.

Ahora bien, teniendo en cuenta los objetivos específicos, los cuales buscan analizar las relaciones interpersonales y sociofamiliares de los adultos mayores, las conversaciones y preguntas guías se centraron en su vida social, donde se contemplaron elementos afectivos de carácter familiar y amistoso, así como su participación en actividades sociales, productivas y utilización del tiempo libre. Al caracterizar estas relaciones se pretendió estudiar cómo los lazos familiares, la integración en la sociedad y la soledad influyen en su propia imagen.

Finalmente, se hizo una transcripción textual de las entrevistas, identificando a los participantes con las iniciales de sus nombres para proteger su identidad, además se realizaron algunas notas de campo donde están plasmados distintos aspectos importantes que surgieron durante las conversaciones, ejemplo de estos son las actitudes, lágrimas, risas, omisiones de respuestas entre otros comportamientos. Una vez sistematizada esta información se identificaron diferentes conceptos claves que sirven en la elaboración de categorías de análisis relacionadas con la autopercepción y el envejecimiento, sobre las cuales se pretende realizar un análisis a partir de referentes teóricos de las ciencias sociales y la antropología.

5 La autopercepción del proceso de envejecimiento

Este capítulo presenta los resultados sobre la autopercepción del proceso de envejecimiento y con ella explorar las creencias, sentimientos y opiniones sobre este ciclo vital en un grupo de 10 personas adultas mayores del municipio de Villamaría. Se realizó un análisis de las imágenes que tienen los adultos mayores sobre su propia experiencia de envejecimiento, sin dejar de lado su perspectiva de este proceso en comparación con el otro, sus narraciones son construidas a partir de vivencias, prejuicios, ideales e interacciones, lo que se suele denominar como conocimiento común para diferenciarlo del conocimiento científico.

Debido a que la hipótesis de la presente investigación plantea que los adultos mayores poseen una autopercepción positiva o negativa del proceso de envejecimiento de acuerdo a su propia experiencia, donde factores como relaciones familiares, autonomía y actividades que realizan influyen sobre la autopercepción de su ciclo vital, se han organizado los resultados de tal forma que se pueda tener un contraste sobre los factores que ellos resaltan como positivos con los factores que perciben como negativos y así saber cuáles prevalecen más en sus relatos teniendo en cuenta la condición de cada individuo. Valoraciones positivas que hacen los adultos mayores sobre el proceso de envejecimiento.

5.1 *Independencia y autonomía*

“La vida no tiene sentido sin la interdependencia. Nos necesitamos unos a otros, y cuanto antes nos enteremos, mejor para todos nosotros”
Erik Erikson

Entre los principales factores que se encontraron en el eje de percepción positiva sobre el proceso de envejecimiento está la independencia y la autonomía. Es interesante como los adultos mayores suelen nombrar la dependencia y pérdida de autonomía como un problema muy característico de la vejez, pero ninguno de los entrevistados se considera dependiente.

Cuando se analizan diferentes resultados que encierran la percepción positiva sobre los ítems de “independencia y autonomía”, los adultos mayores entrevistados tienen una serie de coincidencias que los llevan a evaluar de forma positiva, como la relevancia brindada a lo económico; ya que, de las 10 personas que participaron en esta investigación, 5 son

pensionadas; 4 trabajan y solo una no trabaja ni es pensionada. Situación en la cual hicieron bastante énfasis; indicando que el bienestar percibido por estas personas está relacionado con su capacidad de auto sostener las necesidades económicas básicas de todo ser humano.

Algunos de ellos a pesar de ser jubilados continúan trabajando o no descartan la idea de volver a hacerlo en un futuro, como lo expresa J.A “Entonces esperemos a ver, yo no descarto absolutamente nada, de todas maneras, si uno le puede servir a la sociedad lógicamente uno está para cumplir un papel y seguir cumpliendo un papel” (J. A, comunicación personal, 7 de octubre de 2021).

De igual forma, la salud se destaca como un aspecto fundamental en una percepción positiva, en cuanto a independencia y autonomía se refiere; ya que son recurrentes en las respuestas de los entrevistados, conceptos como “buena movilidad”, “buena memoria”, “fuerzas para trabajar”, destacando así la necesidad de sentirse útil y sentir que tienen un papel útil en la sociedad, como en realidad lo es.

Teniendo en cuenta lo anterior, el campo laboral es asociado por algunos como parte fundamental de la dignidad humana, ya que además de garantizar el cubrimiento de sus necesidades propias, le aporta valor a su vida, al generar un sentimiento de utilidad y ser reconocidos por sus aportes a su comunidad. Además, muchas de estas personas son el sustento de sus familias o representan gran parte de las entradas a la economía del hogar.

Al profundizar un poco sobre los resultados obtenidos en el campo laboral, se hace evidente que las personas de la tercera edad sufren una constante discriminación en este aspecto; ya que las empresas los descartan en las entrevistas o simplemente en sus convocatorias ponen un límite de edad que sesga a este grupo de personas que, aún con energía, conocimiento y voluntad, serían útiles para muchas tareas.

Se promueve la idea de que el adulto mayor pierde capacidades o habilidades solo en función de su edad, lo que genera que las personas adultas mayores a pesar de tener experiencia, buenas recomendaciones, disposición y condiciones físicas aptas para trabajar sean privadas de acceder a trabajos dignos y deban acudir a otros medios como el rebusque o trabajo informal.

Para fortalecer el concepto anterior, el estudio de Skirbekk (2008) concluye que hay muchas áreas en las que la experiencia de los adultos mayores es más una ventaja que una desventaja, teniendo en cuenta que en el mundo laboral cada vez muchos trabajos dejan de ser cuestión de fuerza física, así el potencial de los adultos mayores que cada vez llegan a más edad en mejores condiciones es todo un mundo por descubrir. Entre estas habilidades donde posiblemente los adultos mayores tienen mejor dominio se podrían destacar las competencias socioemocionales como la comunicación y resolución de conflictos.

La importante de este aspecto social es destacada por AL cuando manifiesta que “La actividad de líder comunitario me genera muchos espacios de compartimiento con la comunidad, muchos espacios de intervención, muchos espacios de reflexión, muchos espacios para expresar o el sentir y la planeación” y cuando resalta que son actividades que le generan “tranquilidad y crecimiento personal”.

En este sentido, se observa como en los relatos la parte económica va de la mano con la capacidad de valerse por sí mismos y del valor que eso les aporta en su vida personal; así se entiende que, para una buena percepción en su etapa actual, la autonomía juega un papel muy importante (Cerri, 2015).

Así las cosas, existen dos tipos de autonomía: la funcional que hace referencia a la posibilidad de realizar por su propia cuenta las actividades cotidianas; y la autonomía decisional, que es uno de los principales objetivos de todo proyecto de vida (Puijalon, 2009) y la OMS (2002) afirma que “La autonomía es la capacidad percibida de controlar, afrontar y tomar decisiones personales acerca de cómo vivir al día de acuerdo con las normas y preferencias propias.” (p. 98). En los testimonios fue frecuente que los participantes describieron sus actividades diarias como ducharse, vestirse, desplazarse y la alimentación, así como su capacidad de toma de decisiones para realizar estas actividades rutinarias a su gusto y otras referentes a su estilo de vida.

Como reflejo del concepto de autonomía, el resultado principal se liga a lo expresado por J.S al indicar que “Me siento orgulloso porque en el momento soy una persona que salgo para toda parte y nadie me está diciendo usted para dónde va, cuando viene o a que va o qué hizo, la libertad es lo mejor de uno” o lo dicho por A.L “Soy el organizador de mi tiempo, de

mi presupuesto, me siento en ese sentido muy independiente” resaltando el orgullo que sienten al tener total autonomía sobre sí mismos.

Así, con estas expresiones se resalta de forma concisa la importancia de su capacidad de llevar a cabo sus actividades diarias sin problemas, además manifiesta libertad en sus ideas, en su forma de expresarse, hasta en su presentación personal, lo cual es un ejemplo de las dos autonomías mencionadas anteriormente ya que además de no necesitar ayuda para realizar sus actividades cotidianas tampoco necesita supervisión de sus decisiones y no tiene en cuenta o no es relevante lo que los demás perciban de sus ideologías, creencias y aspecto físico. Es importante mencionar que la capacidad tanto de toma de decisiones como de funcionalidad física son elementos fundamentales y quizás necesarios a la hora de mantener las relaciones sociales.

Como parte fundamental de los resultados obtenidos, se puede destacar que ninguno de los adultos mayores de esta investigación es dependiente funcional, ya que, aunque algunos manifiestan algunas dolencias, haber tenido alguna cirugía, entre otras, todos son autosuficientes en temas de movilidad y de llevar a cabo sus tareas rutinarias sin la necesidad de un asistente o cuidador.

5.2 Hábitos

“El miedo a envejecer nace del reconocimiento de que uno no está viviendo la vida que desea. Es equivalente a la sensación de estar usando mal el presente.”
Susan Sontag

Otro factor que se encontró en las personas que ven el envejecimiento como una etapa positiva, natural, bonita, entre otras palabras, fuera de prejuicios es el hecho de entender este ciclo como un factor de causa- efecto, es decir, no como una condición inevitable que llega de cierto modo, con ciertas características y no hay opción sino aceptarlo tal cual es, sino como el resultado del estilo de vida de cada persona.

Lo anterior en palabras de A.L quien resalta que es “una etapa dorada, la etapa de la sabiduría en donde uno tiene que cosechar todas las vivencias que ha tenido hasta la edad que tenga” (A. L, comunicación personal, 22 de octubre de 2021). Es decir, obtener un resultado

de las cosas que se hicieron o no en las etapas anteriores, si se acepta que envejecer es un fenómeno que atraviesa todo nuestro ciclo vital desde que nacemos hasta el momento de la muerte, es necesario aceptar que aunque es un fenómeno universal, cada ser vive ese proceso de forma única e individual, por lo cual las personas que se sienten bien como adultas mayores y ven su vejez más avanzada como un proceso que trae consigo atributos, son quienes articulan las decisiones pasadas, y enfocan su presente en crear buenos hábitos para un futuro con buena calidad de vida.

Así las cosas, se encuentra que la salud mental también juega un papel muy importante en la percepción positiva que puedan tener las personas de la tercera edad, ya que se encuentran diferentes rasgos que saltan este postulado, manifestado en frases como “Espero que el proceso de envejecimiento mental no se de en ese caso y mucho menos que me vayan a atacar problemas como el alzheimer, por eso realizo juegos de lógica como sudokus y leo mucho. El estado físico es independiente del estado mental” (J. A, comunicación personal, 7 de octubre de 2021).

Aunque bien la parte mental es un factor relevante, no fue tenido en cuenta por todos los participantes; sólo algunos resaltaron la importancia de cuidar y fortalecer la mente para evitar afecciones que suelen presentarse más en personas de edad avanzada. Teniendo clara la importancia de la salud tanto física como mental, gran parte de los participantes manifestaron tener hábitos de hacer ejercicio diario porque piensan más en el cuerpo como algo que hay que cuidar para evitar los desgastes con el paso del tiempo y mantener sus capacidades físicas y otros mencionaban más el estarse preparando en la parte económica para no sentir incertidumbre y se evidencia en apartados como “Si uno tiene más días para vivir, o tiene un futuro más dependerá de lo que está haciendo en el día de hoy, entonces lo que hay que trabajar día a día es el presente con una proyección al futuro” (A. L, comunicación personal, 22 de octubre de 2021).

Como es de esperarse, la inquietud sobre el sustento económico a futuro está presente en los adultos mayores que no cuentan con una pensión y saben que no la van a conseguir. Entonces por una parte se encuentra que los pensionados no piensan en su futuro con incertidumbre y la parte económica les genera tranquilidad emocional, en palabras de R.B: “para que se va a preocupar de mañana si uno no sabe ni siquiera si va a amanecer, hoy estamos, mañana no estamos” (R. B, comunicación personal, 02 octubre de 2021).ç

Por lo anterior, ven el futuro como una situación que es más el resultado de acciones previas, no piensan en el envejecimiento como una problemática ya que perciben cierto control sobre lo que no desearían enfrentarse y toman medidas en su cotidianidad para evitar el riesgo mayor, ya que independientemente de la etapa del ciclo vital en que se encuentre el sujeto, adquirir y practicar hábitos saludables contribuye al mejoramiento de la calidad de vida en el presente, y en el futuro a corto y largo plazo.

Las personas que han tenido esto presente a lo largo de su vida hablan de los resultados satisfactorios de sus acciones preventivas, por lo cual estos hábitos se vuelven un estilo de vida y les hace partícipes de sus transformaciones, es decir, no son solo entes pasivos ante los cambios del cuerpo, la mente y otras condiciones como las sociales.

Por lo tanto, es muy importante una mirada crítica a la orientación principalmente curativa de nuestro sistema de salud, pero es preciso reconocer que la responsabilidad no solo debería recaer en el mundo médico, ya que como sociedad prevenir tampoco parece ser una cuestión de prioridad, aun siendo hoy en día más conocidos los factores que aumentan los riesgos de padecer cierto tipo de patologías.

5.3 *Aspecto físico*

“A las mujeres con miedo a envejecer les diría que madurasen”

Sharon Stone

Otro factor que se encontró en la autopercepción positiva de los adultos mayores en su etapa actual, se encuentra ligado con su aspecto físico y aceptar los cambios que se presentan con la edad. Como resultados más importantes se puede destacar que las mujeres suelen mencionar que se sienten bien con su cuerpo y que presentar cambios físicos en la estética de su cuerpo ligados a la edad no influye en su autoestima; y lo afirman con enunciados como “Yo miedo a la vejez no le tengo, ay qué L. E una arruga, que las canas, que lo gorda, que lo flaca, no bendito!”

En contraste a lo anterior, los hombres enfocan su apariencia física y su satisfacción con su cuerpo en función de si es atractivo o no para el género opuesto. Con argumentos

como “tengo una pareja que me llene las necesidades físicas, pero eso no es lo más esencial porque yo me siento muy acompañado, porque no me siento totalmente aislado o marginado en la parte afectiva hacia una mujer, como cuando ya una mujer no lo mira a uno con buena óptica por su físico o lo limite a uno porque uno ya no sirve para nada, no, yo me siento en ese aspecto bien acompañado, no me siento defraudado para nada” (A. L. comunicación personal, 22 de octubre de 2021).

Por lo tanto, la belleza en la sociedad occidental suele representarse en cuerpos femeninos, jóvenes y esbeltos buscando una “perfección” lo cual es sinónimo de sensualidad, en la actualidad, en la publicidad se encuentran mujeres con formas muy específicas para promocionar un producto y decirle a la sociedad, y sobre todo a las mujeres, el ideal de lo que deberían llegar a ser, en donde es muy infrecuente observar mujeres de edad avanzada como un prototipo de lo bello, por eso la presión de lo que es estéticamente aceptable recae con más fuerza en las mujeres al menos en nuestra sociedad.

Como importancia diferencial entre las concepciones que tienen ambos sexos sobre la estética, se percibe que es vivida de forma diferenciada entre hombres y mujeres; ya que las mujeres enfrentan los cambios corporales de manera positiva, cambios que son aceptados ya que no son vistos como elementos negativos ni que afecten su estilo de vida, mientras que los hombres hablan más de estas transformaciones estéticas en relación de sentirse deseados por las mujeres, como el caso de A. L.

Fue común encontrar que los hombres no valoren sus cambios sobre cómo los hace sentir con ellos mismos desde su propia perspectiva o si corresponden con los estereotipos de belleza en general por la sociedad a la que pertenecen, sino en relación de si aún se sienten deseados, entonces el éxito de su apariencia se mide por la miradas y apreciaciones de las mujeres y no sentirse marginados en el juego de la atracción.

5.4 *Sabiduría*

“Saber envejecer es la obra maestra de la vida, y una de las cosas más difíciles en el difícilísimo arte de la vida.”

Henri-Frédéric Amiel

Otra percepción positiva que se encuentra del envejecimiento por parte de los participantes se encuentra ligada con el concepto de sabiduría, este calificativo de sabio suele atribuirse a los ancianos en función del valor de la experiencia que aporta una vida prolongada, en palabras de J. “Uno como mayor de edad puede aportar mucha experiencia, porque las experiencias que tengo!, porque yo con 71 años, son 71!” y este cúmulo de vivencias suele ser uno de los principales atributos que suelen otorgarle un grado de prestigio, y a su vez, de respeto a este grupo poblacional.

Se perciben a sí mismos como consejeros, tienen la facilidad de para solucionar problemas. Para ellos “la vejez es muy linda porque son etapas que uno ha quemado, pero también mucha sabiduría, lo que uno aprende no se pierde. Yo tomo el envejecimiento como experiencia de la vida, como anécdotas, una vejez es muy linda uno le puede reflejar a los hijos como, consejos” y A. al hacer una analogía entre los conocimientos según el ciclo vital plantea que “La vejez es una etapa dorada, la etapa de la sabiduría”, conocimiento que quieren compartir y que debido a la soledad de muchos se pierde ese valioso tesoro entre recuerdos y añoranzas.

Es por eso que algunos de los participantes dicen estar en la mejor etapa de su vida, hablan de ver las cosas con claridad, de tomar las decisiones correctas y con algún rasgo de añoranza recuerdan sus años de “locura” ... “porque uno de joven es un poco loco, sobre todo en mi vida si yo fui muy loco, entonces la mejor etapa de mi vida es esta, porque la vive uno a plenitud, consciente de todo, de lo que se hace” J.V

5.5 *Tiempo*

“Envejecer es un proceso extraordinario mediante el cual uno se convierte en la persona que siempre debió haber sido”

David Bowie

Otro elemento frecuente en las respuestas positivas sobre el envejecimiento se encuentra el control de su tiempo y dedicar más tiempo a lo que disfrutan hacer, lo cual no era posible en etapas previas por responsabilidades familiares o laborales.

En cuanto a los hobbies y en qué dedican su tiempo libre fue una de las respuestas más variadas de este grupo de adultos mayores, entre ellas están tejer, leer, cocinar, viajar, hacer ejercicio, pintar, hacer atarrayas, ver televisión, escribir, hablar con personas nuevas en los parques, ordenar su casa, escuchar música, actividades como la apicultura, pasar tiempo con sus amigos, aprender a tocar instrumentos musicales, aprender idiomas, aprender sobre leyes, entre otras.

En este sentido, R.B resalta que “Ahora que supere todas las etapas me siento muy bien por la cuestión de que uno ya cumplió un ciclo de trabajo y ahora me dedico a hacer lo que yo quiera hacer” (R. B, comunicación personal, 02 octubre de 2021). Esta variabilidad de *hobbies* y saberes es un ejemplo de que no se debe simplificar lo que representa el ocio para los adultos mayores, ya que existe el prejuicio de que suelen pasar sus días pasivamente en actividades aburridas y de poca creatividad y movimiento.

En las respuestas sobre qué hacen en su tiempo libre, se observa cómo estas personas hacen, dependiendo de sus gustos, personalidad y habilidades elecciones voluntarias, lo que se mencionó anteriormente como autonomía decisional, usan su tiempo en actividades que les generen satisfacción. “El tiempo libre sería el “continente”, mientras que el ocio sería el “contenido”, de tal forma que se llega al ocio cuando se emplea el tiempo libre realizando aquello que gusta y procura un mejor recreo y cultivo.” (García y Moreno, 2010, p. 68).

Es decir, ellos aprecian su mayor libertad de tiempo no tanto por el hecho de no tener que cumplir un horario específico y una obligación, sino por lo que pueden hacer con él, lo que el autor denomina contenido, el cual les brinda una experiencia gratificante y momentos para manifestarse libremente, cometiendo el error de obviar lo que significa ser adulto mayor no habrá forma de potenciar sus conocimientos y la transmisión de estos.

6 Conclusiones

Si bien se encontraron varios aspectos negativos en la concepción de vejez por parte de algunos participantes, como soledad y no sentirse atractivos en la parte física mencionada por los hombres y por último la inestabilidad económica, en donde se evidencia más desigualdad hacia las mujeres; el análisis y resultados se centró en la percepción positiva o en los aspectos positivos de la etapa de vejez que manifestaron los participantes.

Este tipo de investigación permite un acercamiento más genuino sobre los sentires, necesidades y deseos de las personas de la tercera edad para tomar medidas ante una población que cada vez es mayor y que más que un grupo vulnerable debe ser visto como sujetos de derecho. No se deben infantilizar, ya que como se evidencia en la investigación en cualquier etapa de la vida la libertad de decisión es fundamental para el bienestar personal. Así cohibirles ese derecho es una forma de maltrato y discriminarlos es discriminar nuestro propio futuro.

La parte económica parece ser un panorama desalentador en el país donde es común ver a adultos mayores con trabajos informales, pesados y con muy poca remuneración, ¿que pasara con las personas que manifestaron una constante preocupación por su futuro ya que no tendrán pensión y sus redes de apoyos son escasas o nulas? en esta sociedad un ancianato parece ser la solución al desamparo, como lo manifestó una de las participantes, pero lo que muchos no saben es que al no tener el dinero para pagarlo tampoco es una opción, ya que los cupos de beneficiarios son realmente mínimos, en el caso de Villamaría hay dos centros para el adulto mayor con 15 cupos cada uno y muchas personas a la espera, hasta en procesos de tutela para ingresar.

La percepción de soledad que se manifiesta con tanta intensidad en algunos entrevistados ya sea por falta de pareja o frágiles relaciones familiares afectan en gran parte su calidad de vida ya que repercute en su autoestima y puede generar un aislamiento social.

Esta investigación cualitativa fue muy enriquecedora personal y académicamente ya que aunque es un breve acercamiento a las vivencias del adulto mayor, que ha generado mucha empatía, y no de una forma condescendiente de ver este ciclo, sino porque lleva a reflexionar en lo mucho que estas personas tienen para ofrecer y lo limitadas que muchas

veces se pueden ver por una sociedad como lo dijo Alfonso superficial, escucharlas con curiosidad genuina y con atención permite adentrarse en la riqueza que hay en cada historia personal y en lo poco o mucho que se puede hacer como sociedad para crear espacios más amenos como comunidad y nuevas miradas para abordar este fenómeno desde la antropología, para contrastar teoría con el campo y adquirir nuevas herramientas para realizar una antropología comprometida.

En un mundo que cada vez cambia de forma más acelerada y se vive lo llamado “era de la información y la comunicación” existen una serie de conocimientos y acerca del buen vivir, normalmente no es algo que se aprende en la escuela y las personas de la tercera edad suelen asociar su trayectoria con sabiduría la cual es más compleja que el conocimiento y está más orientada a tener herramientas para enfrentarse en temas de la vida, podría asociarse con una riqueza de pensamiento y carácter, es más una virtud para apreciar la condición del ser humano y trasciende a aspectos emocionales y por qué no espirituales, que pueden ser compartidos con los demás como ejemplos de vida y por medio de consejos.

Además, del sistema de salud y de la población en general, es claro que no existen políticas de gobierno con un enfoque asistencial para esta población donde, su contribución es más monetaria, que además suele ser mínima y programas de alimentación básicos y no parece ser muy relevante la inclusión de actividades culturales o espacios para ejercitar su estado físico y mental para crear una conciencia de hábitos saludables y actividades diversas que les generen bienestar.

Es necesario promover y crear espacios más diversos para el disfrute de los adultos mayores, así se puede contribuir a un envejecimiento pleno, un breve acercamiento a los gustos de estas personas permitió ver cómo realizar sus hobbies les hace sentirse vivos al mismo tiempo que ejercitan su estado físico y mental. Todas estas personas tienen capacidades distintas y la única forma de saberlo es escuchándolas, si se sigue

En este punto cabe hacer un llamado a los diseñadores de políticas públicas a tener un acercamiento real a las motivaciones, deseos, necesidades e intereses de este grupo poblacional ya que gran parte del bienestar depende de las actividades que se desarrollan cotidianamente si aportan al desarrollo personal y a la satisfacción como individuos y como parte de una sociedad.

7 Bibliografía

Aldana González, G., Hernández Fonseca, C., y Gómez García L. (2013). "El significado de la vejez y su relación con la salud en ancianas y ancianos integrados a un programa de envejecimiento activo" Revista Digital Universitaria [en línea]. Vol. 14, No.4 Disponible en Internet: [<http://www.revista.unam.mx/vol.14/num4/art37/index.html>] ISSN: 1607-6079.

Alonso, Ríos, Payares, Maldonado, Quiñones y Zapata (2010). Percepción del envejecimiento y bienestar que tienen los adultos mayores del Hogar geriátrico san Camilo de la ciudad de Barranquilla. Recuperado de:

<http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/rt/printerFriendly/749/5809>

ANTROPOLÓGICA DESDE EL CUIDADO DE LOS MAYORES. Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social, 15(2),11-140.[fecha de Consulta 28 de Noviembre de 2021]. ISSN: 1578-8946. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=53741125005>

Cerri, Chiara (2015). DEPENDENCIA Y AUTONOMÍA: UNA APROXIMACIÓN

De Juan Pardo, M. A. (2013) La Vivencia de la Ancianidad: estudio fenomenológico y reflexión antropológica [Tesis doctoral, Universitat internacional de Catalunya] <https://www.tdx.cat/handle/10803/116421#page=18>.

Díaz Aledo, Loles. 2013. "La imagen de las personas mayores en los medios de comunicación". Sociedad y Utopía. Revista de Ciencias Sociales, 41: 483-502. Disponible:https://observatorio.campus-virtual.org/uploads/31220_Diaz_SU2013_Imagen.pdf. Consultado el 04/03/2022.

Escalante Ampuero, P (2004). Transformaciones del Cuerpo y Sentimiento de Vejez en Mujeres Mayores de Santiago de Chile. V Congreso Chileno de Antropología. Colegio de Antropólogos de Chile A. G, San Felipe.

García Puello, F. (2013). Autopercepción de salud y envejecimiento. Ciencia e Innovación en Salud, 1(1), 69-77.

Hernández, A. (2016). Envejecimiento y longevidad: fatalidad y devenir. Teorías, datos y vivencias. Bogotá: Universidad Externado de Colombia. Centro de Investigaciones sobre Dinámica Social.

Hernández, Erika Berenice; Contreras Ibáñez, Carlos César. 2005. Motivación al Logro, Autoeficacia, Expectativas de Vida y Orientación Cultural Como Determinantes de

Bienestar Subjetivo en Adoescntes de la Ciudad de México *Psicología Iberoamericana*, vol. 13, núm. 1, pp. 48-57 Universidad Iberoamericana, Ciudad de México Distrito Federal, México. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133926982008.pdf>

La Rosa, Jorge; Díaz Loving, (1991). Rolando Evaluación del autoconcepto: una escala multidimensional *Revista Latinoamericana de Psicología*, vol. 23, núm. 1, pp. 15-33 Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá, Colombia. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80523102.pdf>

Martínez Carpio, Héctor. 2009. Autopercepción social y atribuciones cognoscitivas en estudiantes de bajo rendimiento académico *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, vol. 7, núm. 3, diciembre, , pp. 1175-1216 Universidad de Almería Almeria, España. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293121984012.pdf>

Montero García, Inmaculada, & Bedmar Moreno, Matías. (2010). Ocio, tiempo libre y voluntariado en personas mayores. *Polis (Santiago)*, 9(26), 61-84. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-65682010000200004>

Nué Guerrero, A. (2001). Percepciones y autopercepciones de ancianos en Santa Cruz de Andamarca. Asociaciones con actividad y productividad, y salud y muerte en una Comunidad de la sierra de Lima. IV Congreso Chileno de Antropología. Colegio de Antropólogos de Chile A. G, Santiago de Chile.

OMS (2002). Programa envejecimiento y ciclo vital. Envejecimiento activo: Un marco político. *Revista española de geriatría y gerontología*. 37, 44- 105.

Organización Inteligencia Límite. (2021). De qué hablamos cuando hablamos de “calidad de vida”. Disponible en: https://inteligencialimite.org/2021/07/13/de-que-hablamos-cuando-hablamos-de-calidad-de-vida/?gclid=EAIaIQobChMI96mVnt6r-AIVi6XIC0xvAFMEAMYASAAEgKEYfD_BwE

Parales, C. y Dulcey-Ruiz, E. (2002). La construcción social del envejecimiento y la vejez: un análisis discursivo en prensa escrita. *Revista Latinoamericana de Psicología* 34 (1-2), 107-121. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80534209.pdf>

Pérez Hernández, Ana María (2014). La percepción social en la vejez. España: Universidad de la Laguna <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/585/La%20percepcion%20social%20de%20la%20vejez.pdf?sequence=1>.

PUIJALON, B. Autonomía y vejez: un contexto cultural, un enfoque político, una propuesta filosófica. En VVAA. «Autonomía y dependencia en la vejez». Cuadernos de la Fundació Victor Grifols i Lucas. Cuaderno 16. Disponible en:

http://www.fundaciogrifols.org/portal/es/2/7353/ctnt/dD10/_/_/37ev/16-Autonomía-y-dependencia-en-la-vejez.html

Robles Silva, Leticia (2006). La vejez: nuevos actores, relaciones sociales y demandas políticas. *Relaciones. Estudios de Historia y Sociedad*, XXVII (105), 140-175. [Fecha de Consulta 18 de Abril de 2021]. ISSN: 0185-3929. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=13710505>

Ruíz Olabuénaga, J. I. (2012). Historias de vida. En *Metodología de la Investigación Cualitativa*. Bilbao: Universidad de Deusto. pp. 267-313. Disponible en: https://www.uv.mx/psicologia/files/2017/12/historias_de_vida_una_metodologia_de_investigacion_cualitativa.pdf

Sánchez Barrera, O., Martínez Abreu, J., Castel-Florit Serrate, P., & Gispert Abreu, E. (2019). Envejecimiento poblacional: algunas valoraciones desde la antropología. *Revista Médica Electrónica*, 41(3). Recuperado de <http://revmedicaelectronica.sld.cu/index.php/rme/article/view/3363>

Santamarina Vaccaai, Cristina. (2011). La imagen de las personas mayores. En Giró Miranda, Joaquín (coord.) *Envejecimiento y sociedad: una perspectiva pluridisciplinar*, 47-76. Logroño: Universidad de La Rioja.

Sanz Hernández, A. (2005). El método biográfico en investigación social: potencialidades y limitaciones de las fuentes orales y los documentos personales. *Asclepio*, 57(1), 99–116. <https://doi.org/10.3989/asclepio.2005.v57.i1.32>

Skirbekk, V. (2008). Age and Productivity Capacity: Descriptions, Causes and Policy Options. Recuperado de http://pure.iiasa.ac.at/id/eprint/8588/1/ageing_horizons_8_skirbekk_ll.pdf

Urzúa M, Alfonso, & Caqueo-Urizar, Alejandra. (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. *Terapia psicológica*, 30(1), 61-71. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082012000100006>

Varela, L. (2008). Trayectorias de vida: experiencias de un grupo urbano de adultos mayores. *Investigación y Educación en Enfermería*, 26(1), 48-58.

Vargas Melgarejo, L. (1994). Sobre el concepto de percepción. *Alteridades*, 0(8), 47-53. Recuperado de <https://alteridades.izt.uam.mx/index.php/Alte/article/view/588>

Zetina, M.G (1999). Conceptualización del proceso de envejecimiento. *Papeles de Población*, vol. 5, núm. 19, enero-marzo, 1999, pp. 23-41 Universidad Autónoma

del Estado de México Toluca, México. Recuperado de :
<https://www.redalyc.org/pdf/112/11201903.pdf>

8 Anexo. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimad@.

Con la presente quiero agradecerle su disposición por participar en la investigación denominada Autopercepción sobre el proceso de envejecimiento de los adultos mayores que frecuentan el parque principal del municipio de Villamaría Caldas. En el marco del proceso de graduación como antropóloga.

A continuación quiero explicarle en que consiste mi trabajo.

Para lograr el propósito de esta investigación se requiere contar con la aprobación de usted, para que me permita compartir el espacio y momento con el fin de poder conversar acerca de la autopercepción que poseen los adultos mayores sobre su proceso de envejecimiento, teniendo en cuenta elementos como los hábitos, los espacios, la comunicación, las relaciones y las emociones que atraviesan su cotidianidad.. Este trabajo tiene una intencionalidad solamente investigativa y no pretende juzgar o calificar como bueno o malo ninguno de sus comportamientos, palabras o actitudes.

Puede tener la plena seguridad que a lo largo de mi trabajo se protegerá la identidad de todas las personas que en el participen, incluyendo la suya, esto significa que la información aportada permanecerá en la más absoluta reserva y confidencialidad. Además, este trabajo se caracteriza por tener un alto nivel de responsabilidad ética en el manejo de la información y como parte de mis compromisos con usted haré una presentación de los resultados de mi tesis y le entregaré un ejemplar de la misma si usted desea, una vez esta esté aprobada.

Le informo además que, hacer parte de la investigación no contará en ningún momento con alguna retribución económica por cuanto la participación es voluntaria.

Agradezco de antemano su participación, estoy segura que este espacio será de gran aporte a mi formación profesional. Para lograr todo lo anterior e iniciar con mi trabajo, es necesario contar con su firma como muestra de su aprobación y consentimiento.

Estoy informada de lo que se pretende realizar con este trabajo y voluntariamente doy el consentimiento para participar en la investigación.

Firma participante

Firma investigadora

Fecha: _____