

UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE: QUITO

CARRERA:

PSICOLOGÍA

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de:

PSICÓLOGO

TEMA:

**PERCEPCIÓN SUBJETIVA DEL ENVEJECIMIENTO EN LOS ADULTOS
MAYORES BENEFICIARIOS DEL CENTRO “CASA SOMOS” DE LA
ROLDÓS-PISULÍ**

AUTOR:

FRANCISCO BERLAINE ERAZO SERVIDÍO

TUTORA:

ELSYE DALILA HEREDIA CALDERÓN

Quito, febrero de 2017

Cesión de derechos de autor

Yo Francisco Berlaine Erazo Servidío, con documento de identificación N° 1720731544, manifiesto mi voluntad y cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autor del trabajo de grado/titulación intitulado: "PERCEPCIÓN SUBJETIVA DEL ENVEJECIMIENTO EN LOS ADULTOS MAYORES BENEFICIARIOS DEL CENTRO "CASA SOMOS" DE LA ROLDÓS-PISULÍ", mismo que ha sido desarrollado para optar por el título de: Psicólogo, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En aplicación a lo determinado en la Ley de Propiedad Intelectual, en mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia, suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.



Nombre: Francisco Berlaine Erazo Servidío

Cédula: 1720731544

Quito, febrero de 2017

Declaratoria de coautoría del docente tutor/a

Yo declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollado el proyecto de investigación, "PERCEPCIÓN SUBJETIVA DEL ENVEJECIMIENTO EN LOS ADULTOS MAYORES BENEFICIARIOS DEL CENTRO "CASA SOMOS" DE LA ROLDÓS-PISULÍ", realizado por Francisco Berlaine Erazo Servidío, obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito, febrero de 2017



Elsye Dalila Heredia Calderón

C.I.: 1703976033

Carta de autorización de uso y publicación de información



Quito, 29 de noviembre del 2016

CERTIFICADO

En calidad de Coordinadora de las Casas Somos de la Administración Zonal La "Delicia" certifico que:

El señor Francisco Berlaine Erazo Servidio portador de la Cédula de ciudadanía No. 1720731544 alumno de la Universidad Politécnica Salesiana de la carrera de Psicología, realizó la investigación "Desarrollo cognitivo, calidad de vida y percepción subjetiva del envejecimiento de los adultos mayores beneficiarios de la "Casa Somos" Roldós – Pisullí en el periodo 2016".

Se autoriza hacer uso de la información obtenida en la investigación, respetando los términos de confidencialidad acordados en los consentimientos informados individuales firmados por los participantes

La Administración Zonal La Delicia agradece a la Universidad y por su intermedio al estudiante, espera poder mantener estas actividades en beneficio de la comunidad.

Atentamente



Ing. Ximena Angulo
Coordinadora Zonal Casas Somos Quito
Administración Zonal La "Delicia"
Tel. 2294 340 ext. 112
ximena.angulo@quito.gob.ec

Índice

Introducción	1
1. Planteamiento del problema	3
2. Justificación y Relevancia	13
3. Objetivos	14
3.1. Objetivo general	14
3.2. Objetivos específicos	14
4. Marco conceptual	15
4.1. Envejecimiento Poblacional	15
4.2. El desarrollo humano y el envejecimiento humano desde el enfoque del “Ciclo Vital o Life Span”	20
4.3. La Subjetividad.....	25
4.3.1. La subjetividad en las personas adultas mayores	28
5. Dimensiones	30
5.1. Autopercepción.....	30
5.2. Sentidos del envejecer	30
5.3. Sentido de ser adulto mayor	30

5.4.	Sentimientos y valoraciones del envejecimiento.....	30
5.5.	Experiencia y significación de los cambios percibidos en sí mismo, interrelaciones y roles, en las circunstancias actuales de su trayectoria vital	31
5.6.	Formas de afrontar los cambios.....	32
5.7.	Proyecciones a futuro.	32
5.8.	Sentido de la muerte.	33
6.	Supuesto	34
7.	Marco metodológico	35
7.1.	Diseño de investigación:.....	35
7.2.	Tipo de investigación:	36
7.3.	Instrumentos y técnicas de producción de datos:	36
7.4.	Consideraciones éticas.....	39
7.5.	Plan de análisis	39
8.	Población y Muestra	41
8.1.	Población:	41
8.2.	Tipo de muestra:	41
8.3.	Criterios de la muestra:.....	41

8.4. Fundamentación de la muestra:	42
8.5. Muestra:	42
9. Descripción de los datos producidos	43
10. Presentación de los resultados descriptivos	47
11. Análisis de los resultados	69
12. Interpretación de los resultados	75
Conclusiones	79
Recomendaciones	82
Anexos.....	83

Índice de tablas

Tabla 1: Datos de identificación.....	43
Tabla 2: Estudios y Trabajo	44
Tabla 3: Estado de salud actual.....	44
Tabla 4: Ingresos mensuales	45
Tabla 5: Recreación e intereses	45
Tabla 6: Expectativas futuras y religión.....	46

Índice de anexos

Anexo 1: Formato de entrevista semiestructurada utilizada en los grupos focales....	83
Anexo 2: Consentimiento informado para la realización y uso de información de los grupos focales.....	84
Anexo 3: Consentimiento informado ficha sociodemográfica.....	85
Anexo 4: Ficha sociodemográfica.....	86

Resumen

El presente trabajo de indagación se llevó a cabo, como parte de la investigación global nombrada “Desarrollo cognitivo, calidad de vida y percepción subjetiva del envejecimiento”, y constituye el trabajo de titulación previo a la obtención del título de psicólogo.

El objetivo principal de esta parte de la investigación es: conocer la percepción subjetiva de las personas adultas mayores frente al envejecimiento, correspondiente al grupo que asiste al Centro Comunitario: “Casa Somos” de La Roldós-Pisulí, en la ciudad de Quito, durante el período comprendido entre enero y julio del 2016.

La investigación utilizó una metodología cualitativa, a través de dos grupos focales. Constituidos, cada uno, por ocho personas adultas mayores, usuarios del Centro Comunitario. Uso como base un cuestionario semi-estructurado, referido a la construcción de sentidos y significados subjetivos que tienen las personas adultas mayores, sobre el envejecimiento, en estos momentos de sus trayectorias vitales.

Los resultados del estudio, permitieron evidenciar que las personas adultas mayores investigadas, perciben al envejecimiento como un proceso continuo a lo largo de la vida, con la presencia de pérdidas y ganancias. Pérdidas que se manifiestan en el deterioro físico, la fragmentación familiar y el cese de la productividad laboral con frecuentes sentimientos de inutilidad. A la vez que perciben ganancias, como: la acumulación de experiencias y la comprensión de sus derechos. Estas adquisiciones son concientizadas a través de las actividades del grupo de adultos mayores,

constituyéndose en motivaciones para enfrentar los cambios bio-psico-sociales que experimentan y contribuyen a desarrollar envejecimientos activos.

Palabras claves: Envejecimiento poblacional, Ciclo vital, Percepción subjetiva.

Abstract

The present work of inquiry took place, as part of the global research named "Cognitive development, quality of life and subjective perception of ageing", and is the work of qualification prior to obtaining the title of psychologist.

The objective main that explores this part of the research is: know it perception subjective of them people adult older facing the aging, corresponding to the group that attends to the Center Community: "Casa Somos" of the Roldós-Pisulí, in the city of Quito, during the period understood between January and July of the 2016.

The research used a qualitative methodology, through two focus groups. Each, eight of older adults, users of the Community Center. Used as basis a questionnaire semi-structured, referred to the construction of senses and meanings subjective that have them people adult higher, on the aging, in these moments of their trajectories vital.

The results of the study, made it possible to demonstrate that older adults surveyed, see aging as a continuous process throughout life, with the presence of profit and loss. Losses that are manifested in the physical deterioration, family fragmentation and the cessation of labor productivity with frequent feelings of worthlessness. While the perceived gains, as: the accumulation of experiences and the understanding of their rights. These acquisitions are aware through the activities of the group of adults older, constituting is in motivations to face them changes bio-psycho-social that experience and contribute to develop aging active.

Key words: Population aging, Life span, Subjective perception.

Introducción

El fenómeno del envejecimiento poblacional ha despertado múltiples preocupaciones y acciones a nivel nacional y mundial. Tomando en consideración que este cambio sociodemográfico que se avizora en un futuro, traerá consecuencias a nivel social, económico y cultural. La Organización Mundial de la Salud (OMS), ha promovido el establecimiento de estrategias y políticas que permitan afrontar adecuadamente este cambio que se está volviendo una realidad.

La emergencia que suscita el fenómeno del envejecimiento poblacional, ha promovido la necesidad de comprender el desarrollo y el envejecimiento humano desde nuevas miradas. Así el enfoque teórico predominante, denominado del “Curso de la Vida o *Life Span*”, resalta que el envejecimiento es un proceso continuo en el trayecto vital, donde los cambios y transiciones en el curso vital se van dando de forma individual y cada sujeto experimenta lo vivido de manera particular. Es decir, a través de su propia configuración subjetiva, la misma que está marcada por sus contextos socio - históricos y culturales.

El presente trabajo de titulación exhibe en la primera parte: el planteamiento del problema, justificación y objetivos, así como la construcción de un marco conceptual conformado por los siguientes subtemas: Envejecimiento poblacional, el desarrollo humano, el envejecimiento desde el enfoque del “Ciclo Vital o *Life Span*”, y la subjetividad en las personas adultas mayores. La segunda parte abarca la metodología utilizada, el tipo de investigación y la muestra.

Por último, se presenta la descripción de resultados, análisis e interpretación de resultados obtenidos, las conclusiones y las recomendaciones.

1. Planteamiento del problema

El fenómeno del envejecimiento poblacional ha tenido un gran impacto a nivel mundial, despertando preocupación ante los múltiples efectos sociales, culturales, económicos, de salud y entre otros que se avizoran. Como consecuencia, la OMS ha promovido un accionar en todos los países.

El cambio sociodemográfico que se experimenta a nivel mundial debido al envejecimiento poblacional, se deriva de algunos procesos. Así tomando a López (2005), señala factores influyentes dentro de este fenómeno: una disminución significativa de la mortalidad y natalidad, y a la vez, el impacto migratorio que se ha presentado sobre todo por la búsqueda de condiciones laborales de vida más estables.

Además, otras de las causas tienen que ver con avances dentro de los ámbitos médico, científico, social y cultural que han permitido un mejoramiento de la calidad de vida. Destacándose el aumento en la esperanza de vida, sobre todo del género femenino.

Según el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) (2011), se señala que, en el Ecuador, la población mayor de 60 años, llega a un total de 1'229.089, equivalente al 7 % de la población total. Además, la proyección poblacional a futuro según el INEC (2012), indica que la esperanza de vida de la población fue en el año 2010 de un promedio de edad de 75 años y para el 2050 se estima que aumentará a 80,5 años.

Por otro lado, la Secretaría General de Planificación del Distrito Metropolitano de Quito (2015), en las diferentes Administraciones Zonales, manifiesta que la población

de personas adultos mayores, de más de 60 años, se distribuye porcentualmente de la siguiente forma: Eugenio Espejo 16.2 %, Manuela Sáenz 12.7%, Eloy Alfaro 12%, Los Chillos 11.6%, Tumbaco 11.1%, La Delicia 10.3%, Calderón 8.3%, Quitumbe 6.5%, Otros 11.4%.

Estos porcentajes proyectan que hay una concentración porcentual con mayor significancia estadística en relación a las personas adultas mayores dentro del Distrito Metropolitano de Quito; realidad que ha motivado que la población adulta mayor sea considerada por la Constitución Política del Ecuador, como grupo de atención prioritaria.

La emergencia en el escenario nacional y mundial de este grupo etario, ha despertado la necesidad de comprender el desarrollo humano y el envejecimiento, surgiendo diferentes perspectivas teóricas. Entre ellas se destaca el enfoque teórico del “Curso de la Vida o *Life Span*”, en base al cual, la OMS ha generado recomendaciones para enfrentar el desafío que constituye el envejecimiento poblacional.

El desarrollo humano, desde el enfoque del “Curso Vital o *Life-Span*”, tomando como referente a Lalive d’ Epinay, y otros (2011), se define de la siguiente manera:

El estudio interdisciplinario del desarrollo de la vida humana (ontogénesis humana) mediante el establecimiento de puentes conceptuales entre (a) los procesos de desarrollo biológico y psicológicos; (b) el curso de la vida como institución social, desde el doble punto de vista: el de las regulaciones sociales y culturales de la cual es objeto y de su construcción por los individuos en

función de sus recursos y el de sus perspectivas biográficas; (c) el contexto socio histórico y los cambios que este experimenta (p.20).

De forma que el proceso de desarrollo humano según el *Life Span*, permite un encadenamiento teórico de una perspectiva bio-psico-social; generando una visión holística del curso vital del ser humano, el cual empieza desde el momento del nacimiento y finaliza con la muerte. Se destaca la influencia socio cultural e histórico y la participación de cada sujeto en su desarrollo desde su particularidad biográfica.

La noción de Curso Vital pretende, según (Urbano y Yuni, 2005), integrar diferentes perspectivas, es decir “(...) otorgar mayor importancia a los procesos del sujeto (tanto de orden biológico, psicológico, afectivo, intelectual y social), reconociendo la importancia relativa del medio como agente activo que, junto con el individuo, participa en la construcción y autorregulación de su propio desarrollo” (p.25, 26).

Es así que el *Life Span* procura dar un giro al abordaje del ciclo vital del ser humano, dejando de lado una perspectiva fragmentada, en otras palabras, sin dar importancia únicamente a una de las esferas presentes en el desarrollo del sujeto; al contrario, lo que sostiene es una integración bio-psico-social, donde el ser humano se postula como un ente dinámico en todas las etapas de su vida.

De forma que, tomando estos múltiples factores, Urbano y Yuni (2005), manifiestan que el ser humano experimenta cambios a lo largo de su existencia. En lo biológico y lo físico desde el momento de la concepción hasta la muerte. En lo social con el establecimiento y desempeño de roles, así como con la configuración de la identidad

y la formación como ser social. Del mismo modo señalan los autores que el factor psíquico será considerado como el más importante, ya que éste interpreta los sucesos de las demás dimensiones y permite generar un sentido personal en el sujeto.

El envejecimiento desde el enfoque del ciclo vital, según Fernández en “La Psicología de la Vejez” (s. f) menciona que:

La vejez es un estado en la vida y el envejecimiento un proceso que sucede a lo largo del ciclo vital. Tanto la vejez como el envejecimiento humano son objetos de conocimiento multidisciplinarios en el sentido en el que el individuo humano es un ente bio-psico-social (p.1).

Es decir, el envejecimiento aparece como un proceso a lo largo de la vida, que va a la par del desarrollo y la vejez como una etapa en la vida del sujeto.

Por otra parte, el envejecimiento según la OMS (2015), será entendido como un proceso complejo y aleatorio que presenta cambios biológicos, además una modificación en los roles y las posiciones sociales, mediado por una necesidad de hacer frente a la pérdida de relaciones estrechas. Esta explicación de la OMS señala la complejidad de los procesos de envejecimiento, que involucran al sujeto en una serie de transformaciones, no solo de carácter físico, sino además planteándose una necesidad de adaptación al medio social, afrontando de manera constante las diferentes pérdidas que se presentan.

Tomando en cuenta que el desarrollo y el envejecimiento van como procesos paralelos a lo largo de la vida, respecto a la dimensión psíquica, Urbano y Yuni (2005) señalan que este factor deberá alcanzar una continuidad madurativa, donde el Yo,

entendido como aquel que permite una autoconciencia subjetiva y de identidad se va adquiriendo a través de las diferentes experiencias, éste será el encargado de facilitar la diferenciación y particularidad de cada sujeto. Además, será el que obtenga las ganancias del afrontamiento de las pérdidas tanto biológicas, sociales y psicológicas.

Considerando lo descrito la constitución psíquica, los cambios y transiciones en el curso de vida se van dando en forma individual y cada sujeto experiencia lo vivido de manera particular. Es decir, a través de su configuración subjetiva.

La Subjetividad se presenta como un sistema complejo de significados y sentidos producidos de manera particular en cada sujeto, pero que se generan y manifiesta en la vida social y cultural (González Rey, 2013).

Así la misma, según González Rey (2013), se describe como:

El sentido subjetivo es la forma en que una persona vive subjetivamente su experiencia. No hay dimensión objetiva al vivenciar lo vivido. La vivencia de lo vivido es inseparable de la configuración subjetiva que se organiza en el curso de la experiencia; ella existe en la tensión destacada por Eagleton entre lo realizado y lo que está por realizar. Esa configuración subjetiva de la acción es, a su vez, inseparable de la configuración subjetiva de la personalidad que anticipa los estados y disposiciones subjetivas que definen a la persona al entrar en la acción. La configuración subjetiva de la acción integra las configuraciones de la personalidad a la producción de los sentidos subjetivos generados en el curso de la acción. La acción es, entonces, uno de los procesos principales del sistema subjetivo. Los sentidos subjetivos son maleables y están

siempre en movimiento; nunca deben confundirse con una entidad que se torna estática y anticipa la cualidad de un proceso psíquico. Los sentidos subjetivos fluyen en el curso de la configuración subjetiva de la acción (p.35).

Lo descrito acerca de lo subjetivo, hace referencia a una constitución propia, la cual permite una interpretación particular de la realidad, y a la vez facilita la expresión de la personalidad a través de la acción.

Por otra parte, la subjetividad según Díaz (citado en Urbano, 2011), es descrita como:

La subjetividad es un sistema que se constituye en la historia de una persona desde la multiplicidad de consecuencias de la trayectoria social de un sujeto singular, y que es inseparable de la producción de sentidos subjetivos (...) La subjetividad se forma socialmente, pero no es la “suma objetiva” de lo vivido; representa una producción orbitaria y distorsionada de la experiencia vivida que se produce a partir de un momento real o imaginario en que un espacio de esa experiencia se carga de emocionalidad y se desdobra en múltiples alternativas simbólicas. O sea, ese proceso se da a partir de la experiencia vivida, pero no representa una expresión inmediata de esa experiencia, pues esa producción solo se da a través de las configuraciones subjetivas de cada sujeto en momentos concretos (p.65).

Se puede comprender entonces que la subjetividad aparece como el proceso histórico que cada individuo imprime un particular modo de asumir e interpretar las diferentes experiencias subjetivas y objetivas que vivencia.

González Rey (s.f.), plantea desde una perspectiva histórico cultural, las características de la subjetividad humana, definiéndolas como:

- La subjetividad humana está organizada a través de la acción del sujeto y el sentido subjetivo, que dan como resultado la construcción dinámica de la personalidad.
- El carácter histórico de la subjetividad es un sistema donde se legitima la propia historia y las necesidades que se desarrollan en ella, y se configuran nuevas adquisiciones.
- El sistema de expresión de la subjetividad se da por medio de la acción del sujeto psicológico, el mismo que constantemente adhiere nuevos vínculos sociales a través de su personalidad.
- La expresión de la subjetividad se da en un sujeto único, tomando en cuenta que lo histórico social es parte de su desarrollo propio, más no el todo de su momento actual.

Las mencionadas características permiten comprender a la subjetividad como un sistema que se desarrolla en un sujeto único y se expresa a través de su propia acción psicológica, donde interviene lo histórico como parte de su individualidad, mas no se reduce a un proceso cognitivo.

Es decir, se trata de una experiencia personal, la cual será interpretada y vivenciada de manera singular en él sujeto, tomando en cuenta su historia de vida, y el contexto socio cultural e histórico del que emerge.

El proceso de envejecimiento implica una serie de cambios multidimensionales, de carácter biopsicosocial y cultural en el que el sujeto enfrenta pérdidas y ganancias, vivenciadas desde su Yo, se plantea así el desafío de mantener una integridad Yoica.

En este sentido, Urbano y Yuni (2005) señalan que en el adulto mayor el Yo psicosocial, entendido como aquel que ha permitido en el sujeto un aprendizaje de roles que ya se han consolidado, da apertura al Yo existencial, considerado como el testigo de la historia de vida, y el que puede seguir generando experiencias en el adulto mayor, ya que genera un concatenamiento temporal. Todo esto se verá expresado de manera individual a través de la subjetividad.

La subjetividad en cada persona, permite una percepción e interpretación de la realidad de manera única e irrepetible, y a la vez un accionar de una forma no estática, recogiendo todas las experiencias y configuraciones de la personalidad, permitiendo así una continuidad en el sujeto.

En el presente estudio se toma en consideración dos indagaciones respecto al tema de la subjetividad en las personas adultas mayores, la primera señala: “La vejez: la relación adulto-adulto mayor”, realizada por Crosetto en la Universidad Nacional de Córdoba (s.f), cuyo objetivo fue el detectar qué estrategia despliega la lógica neoliberal en la construcción de las subjetividades del adulto y cuáles en el adulto mayor, y de qué se sirven unos y otros para instalar prácticas que desconocen la diferencia y las potencialidades de ésta. Se obtuvo como resultado que la conformación de la subjetividad, en términos neoliberales, ubica al adulto mayor en la extranjería, es decir el adulto mayor es un extraño en la tierra del adulto, ya que este último será quien decide y define. Estos resultados evidencian una percepción subjetiva de exclusión, estableciéndose un juego de poder en donde el adulto se postula sobre el adulto mayor, mermando así la libre expresión de su subjetividad y a la vez de su identidad.

Por otra parte, la investigación titulada “Aspectos Subjetivos del envejecimiento: redes de apoyo social y autonomía de la población adulta mayor de Medellín”, realizada por la Universidad de Antioquia de Medellín en el año 2003, tuvo como objetivo identificar y analizar la autonomía y las redes de apoyo social con que cuenta la población adulta mayor de la ciudad de Medellín. Se realizó una encuesta telefónica a 637 adultos mayores, obteniendo como resultado, que la mayoría de los encuestados vive con algún miembro de su familia, teniendo un sentimiento bueno o regular en tanto a las relaciones de con quienes habitan. Respecto a la percepción subjetiva sobre la ayuda que brinda la familia, se presenta un alto grado de satisfacción, pero a la vez un gran porcentaje de ellos se consideran independientes al momento de realizar sus actividades diarias.

Los resultados de esta investigación denotan que la percepción subjetiva de relaciones y apoyo familiar favorable aportan en el bienestar psíquico del adulto mayor, y a la vez en el fortalecimiento de su independencia.

Como evidencian las investigaciones realizadas, el tema de la subjetividad cobra especial relevancia, pues hablan de la construcción de sentidos y sentimientos que se vinculan a procesos identitarios y que se relacionan con sus vivencias, contextos y modos de vivir en el mundo.

Por otra parte, los adultos y adultas mayores pertenecientes a la administración zonal La Delicia, asciende a un 10.3%, valor que comprende a la población adulta mayor de la Roldós – Pisulí, uno de los barrios populares del noroccidente de la ciudad de Quito.

El Centro de Investigaciones Ciudad Federación de Barrios Populares del Noroccidente De Quito (1992), señala que se presentó a partir de la década de los 60 un cambio socio demográfico en esta parte de la ciudad, sobre todo por motivos de migración interna, cuando miles de personas radicaron su domicilio en este sector. Lo que produce un asentamiento de carácter masivo e irregular, generando múltiples conflictos económicos y sociales, sobre todo cuando en los años 80, las partes de acceso a estos barrios son pobladas por personas de estratos sociales altos.

El grupo de adultos mayores pertenecientes a este barrio comprende a la minoría que luchó por una regularización domiciliaria en esta parte de la ciudad, destacándose que su transcurrir vital está marcado por esta experiencia de lucha y por la generación de formas organizacionales en relación a la construcción de un hábitat con participación colectiva. Además, se trata de un grupo poblacional de condiciones socio-económicas y educativas limitadas.

Las consideraciones descritas evidencian la importancia de conocer las percepciones subjetivas de las personas adultos mayores; de allí que partiendo de la investigación global titulada “Desarrollo Cognitivo, Calidad de Vida y Percepción Subjetiva en el Envejecimiento”, que desarrolla la Universidad Politécnica Salesiana con varios grupos de adultos mayores en la ciudad de Quito, se plantea el siguiente interrogante:

¿Cuál es la percepción subjetiva del envejecimiento de los adultos mayores pertenecientes al Centro de Desarrollo Comunitario “Casa Somos”, La Roldós - Pisulí de la ciudad de Quito, entre enero y julio del 2016?

2. Justificación y Relevancia

La realización de esta investigación permitió recabar información, en la población adulta mayor de un área urbana marginal del Distrito Metropolitano de Quito, acerca de la percepción subjetiva que este grupo etario tiene sobre el envejecimiento. Estos datos darán elementos para orientar posibles intervenciones a futuro.

Por otro lado, los conocimientos que se desprenden de esta indagación permiten develar una realidad desconocida y aportan significativamente tanto a la psicología como a la psicogerontología.

A la vez, la investigación propuesta permite un mejor conocimiento y el desarrollo de programas para este grupo poblacional de atención prioritaria.

3. Objetivos

3.1. Objetivo general

Conocer la percepción subjetiva de los adultos mayores pertenecientes al Centro “Casa Somos”, de La Roldós-Pisulí de la ciudad de Quito, respecto a su envejecimiento, en estos momentos de sus trayectorias vitales.

3.2. Objetivos específicos

- Indagar como han sido vivenciados los cambios psicosociales propios de esta etapa por la población de personas adultas mayores que asisten al Centro comunitario “Casa Somos”
- Analizar la concepción que tienen de sí mismos, a partir de estos cambios.
- Evidenciar los sentidos subjetivos que sobre el envejecimiento este grupo de adultos mayores ha construido.
- Reflexionar, a partir de estos resultados, sobre las percepciones subjetivas del envejecimiento y sus efectos, en este grupo poblacional.

4. Marco conceptual

Dentro del marco conceptual se busca identificar aquellos conceptos en los que se basa la presente investigación: el primer concepto que se pretende analizar es el envejecimiento con el resultado del devenir normal en el desarrollo de todo ser humano, caracterizar dentro de este estadio de vida qué y cuáles pueden ser los factores que influyen en la percepción subjetiva del envejecimiento, sabiendo de antemano que esta está intrínsecamente relacionada a la capacidad, forma y fondo en el que cada individuo la define. Con esto se procura conceptualizar el envejecimiento como un proceso que va a la par del desarrollo en el ciclo de vida del ser humano, de la misma manera dentro de este apartado se definirá y entenderá la subjetividad y como esta es alterada a partir de la interacción del individuo y su medio.

4.1. Envejecimiento Poblacional

El envejecimiento poblacional se presenta como un tema de gran relevancia en nuestros días y contexto, este será entendido según López (2005) como: “(...) el resultado del profundo cambio demográfico que, habiéndose iniciado en la Europa industrializada de mediados del siglo XVIII, ha acabado experimentando prácticamente el conjunto del planeta” (p.38). Es así que este cambio gira alrededor de una importante evolución demográfica; es decir una reestructuración a nivel social en donde según la Segunda Asamblea Mundial del Envejecimiento, a partir del siglo XX se va a realizar un vuelco en tanto a la longevidad.

La esperanza media de vida al nacer ha aumentado 20 años desde 1950 y llega hasta los 66 años se prevé que para 2050 haya aumentado 10 años más. (...) significa que el número de personas de más de 60 años, que era de alrededor

de 600 millones en el año 2000, llegara a casi 2.000 millones en el 2050, mientras que se proyecta un incremento mundial de la proporción del grupo de población definido como personas de edad del 10% en 1998 al 15% en 2025 (Segunda Asamblea Mundial del Envejecimiento, 2002, p.9).

Incremento significativo que se prevé a nivel mundial en la población adulta mayor, sobre todo porque las condiciones de vida de los habitantes a nivel mundial han ido tomando una escalada significativa, por el mejoramiento en los avances tecnológicos y de asistencia sanitaria. López (2005), menciona ciertos factores que son el núcleo de la causa de este cambio demográfico que ya se experimenta, y que se avizora en mayor magnitud:

Dicho cambio, que ha sido objeto de explicación por parte de la teoría de la transición demográfica, ha consistido en la progresiva disminución de las tasas de mortalidad y de natalidad desde los descontrolados valores que eran típicos del pasado hasta los escasos que se registran con la modernidad (p.38).

Valores descontrolados de mortalidad mediados por los conflictos bélicos experimentados a nivel mundial, falta de medidas sanitarias, carencia de equipos tecnológicos, entre otros limitantes que se presentaban al momento de pretender prologar la vida de los seres humanos, de forma que en su mayoría las personas no sobrepasaban los 60 años de edad.

Hoy en día se ha llegado a tener medios adecuados para dilatar la vida de las personas y sobre todo del adulto mayor, esto gracias a los avances tecnológicos dentro

del campo de la medicina, que han permitido optimizar las condiciones de vida, promoviendo un envejecimiento activo y mejorado ampliamente su calidad de vida.

La otra cara de la moneda de los avances antes mencionados y del cambio demográfico que se está experimentando, es que en su gran mayoría las familias optan por tener un solo hijo, o en el peor de los casos no cuentan en sus planes de vida con un primogénito. Alimentando así el aumento considerable de la población mayor de 60 años, y adentrándonos en una encrucijada económica y social, pues se debe brindar un adecuado sostén y atención en la etapa de la vejez a las personas adultas mayores.

Considerando lo antes descrito, a estos factores que promueven el envejecimiento poblacional, se suma un fenómeno que ha tenido gran relevancia a nivel mundial: la migración. Así, Grundy (citado en Botella 2005), nos menciona que el envejecimiento poblacional está fundamentado de forma significativa también por la migración, en donde las personas al tratar de buscar un fortalecimiento de su bienestar económico, abandonan su lugar de origen, esto sobre todo en personas jóvenes y adultas. Presentándose así en ciertas regiones del mundo un desbalance poblacional, donde se puede llegar a tener un alto índice de personas mayores de 60 años.

El proceso migratorio del adulto mayor está relacionado además con la búsqueda de una mejor calidad de vida en lugares en donde el poder adquisitivo sea mejor, teniendo en cuenta el clima y la accesibilidad a los servicios básico y de salud que son indispensables para su percepción de bienestar.

A pesar de que este cambio demográfico ya ha tenido y seguirá presentando transformaciones de magnitud en países desarrollados, esto debido a los múltiples factores de desarrollo social y tecnológico, se puede ver que Ecuador según el INEC no está exento de dicha transición. Se señala que los adultos mayores de 60 años en adelante son un total de 1'341.664, incremento significativo si se compara con 2011, que era de 1'229.089 personas adultas mayores. Así, la proyección a futuro de la esperanza de vida de la población en 2010 fue de 75 años y para el 2050 se estima que subirá a 80,5 años. Los seres humanos vivirán más, sobre todo el género femenino. Para el 2030 no se cuenta con una tasa alta de natalidad, que mantenga un equilibrio, ya que mujeres en edad fértil tendrán menos de dos hijos, la población envejecerá aún más.

Según la Segunda Asamblea Mundial del Envejecimiento (2002), las mujeres adultas mayores superan a los hombres a nivel mundial. Esta realidad no es diferente en nuestro contexto según el INEC. Se puede ver que existe un 53,4% de mujeres adultas mayores y un 46,6 de hombres adultos mayores a nivel nacional. Las mujeres tienen una esperanza mayor de vida con 78 años, en comparación al género masculino con 72 años, esto mediado por factores biológicos y sociales, a la vez por el estilo de vida que han llevado durante el proceso de desarrollo y envejecimiento, su historia personal de enfermedades, accidentes, nutrición, etc.

Debido a esto, dicha Asamblea realizada en Madrid (2002), estableció recomendaciones para optimizar la vida de los adultos mayores, tomando puntos fundamentales que son necesarios para una adecuada atención y prevención en tanto a fortalecer la calidad de vida. A continuación, los ejes claves:

- La persona de edad y el desarrollo: rescata la participación plena y activa del adulto mayor en la sociedad; promueve que tenga una intervención constante en la economía de su contexto, manteniendo una actividad laboral siempre y cuando desee y pueda hacerlo; y fomenta que, sea promotor para generar políticas públicas. Se recomienda que se garantice un acceso a la educación y el conocimiento, con un proceso de capacitación constante. Todo esto para promover una erradicación de la pobreza en las personas adultas mayores, con una integración activa en la sociedad.
- El fomento de la salud y el bienestar de la vejez: prioriza el objetivo de mantener un nivel elevado de salud durante toda la vida, para que el envejecimiento se optimice, en tanto a calidad de vida. Promueve un acceso igualitario a los servicios de atención médica, dando una prioridad a los adultos mayores portadores de VIH y los que presenten discapacidades.
- La creación de un entorno propicio y favorable para el adulto mayor, que garantice el acceso a una vivienda que facilite una condición de vida digna, abolir todo tipo de maltrato y violencia hacia el adulto mayor, que se permita un mayor reconocimiento del adulto mayor en la sociedad y con las autoridades estatales.

Estas tres recomendaciones básicas, nos acercan hacia la concepción de un envejecimiento activo en las personas adultas mayores, a pesar de que sus márgenes de vida se extienden podrán desenvolverse como un ente activo dentro del entorno social, económico y familiar.

4.2. El desarrollo humano y el envejecimiento humano desde el enfoque del “Ciclo Vital o Life Span”

El Ciclo Vital o *Life Span* es un enfoque que aborda el desarrollo del ser humano tomando en cuenta lo biológico, lo psicológico y lo social dentro de un marco de referencia en el que todo ser humano evoluciona o se desarrolla desde la concepción hasta su edad adulta y envejecimiento.

Este enfoque se extiende abriendo el panorama del desarrollo humano, no se limita a una curva en la cual el sujeto llega a su punto máximo de vida y luego decae; es decir rompe con lo que tradicionalmente se manejaba, según Villamar (2005) una perspectiva: “(...) de U invertida: unas primeras etapas de crecimiento y mejora seguidas de una fase más o menos prolongada de estabilidad para, en las últimas décadas de la vida acabar con deterioro de declive y pérdida” (p.147). Esta visión hoy en día se torna insuficiente y reduccionista, porque en este decaimiento y pérdida, la persona comienza un proceso de carácter adaptativo, el cual también involucra cambios de relevancia que no pueden ser tomados como el fin del desarrollo.

Es así, que el *Life span* pretende dar un giro en el abordaje y desarrollo teórico del ciclo vital del ser humano a lo largo de su vida, dejando de lado una perspectiva fraccionada; al contrario, lo que sostiene el *Life span*, es una integración bio-psico-social. De tal manera Lalive d’Epinay y otros (2011) definen al curso vital como:

El estudio interdisciplinario del desarrollo humano (ontogénesis humana) mediante el establecimiento de puentes conceptuales entre (a) los procesos del desarrollo biológico y psicológico; (b) el curso de vida como institución social

desde el doble punto de vista: el de las regulaciones sociales y culturales de la cual es objeto y de su construcción por los individuos en función de sus recursos y el de sus perspectivas biográficas; (c) el contexto sociohistórico y los cambios que este experimenta (p.20).

El curso vital aborda el desarrollo del ser humano de manera integral, ya que cada puente conceptual establecido mediante estudios permite analizar el desarrollo del ciclo vital en esferas bio-psico-sociales inseparables. Así, rompiéndose esa visión que pretendía ver en la etapa de la adultez tardía como un declive y un final de la vida, el *Life span* permite adentrarnos en todos los procesos que se presentan en la vejez, no solo tomándola como una pérdida.

El envejecimiento desde el enfoque del ciclo vital, según Fernández (s.f.), será definido como:

La vejez es un estado en la vida y el envejecimiento un proceso que sucede a lo largo del ciclo vital. Tanto la vejez como el envejecimiento humano son objetos de conocimiento multidisciplinarios en el sentido en el que el individuo humano es un ente bio-psico-social (p.1).

Es decir, el envejecimiento aparece como un proceso a lo largo de la vida que va a la par del desarrollo, a diferencia de la vejez que será tomada como una etapa en la vida del sujeto.

Por otra parte, el envejecimiento según la OMS (2015), será entendido como un proceso complejo y aleatorio que presenta cambios biológicos, además una modificación en los roles y las posiciones sociales, mediado por una necesidad de

hacer frente a la pérdida de relaciones estrechas. Esta explicación de la OMS señala la complejidad de los procesos de envejecimiento, que involucran al sujeto en una serie de transformaciones, no solo de carácter físico, sino además planteándose una necesidad de adaptación al medio social, afrontando de manera constante las diferentes pérdidas que se presentan.

Erickson (1985), citado por Villamar (2005), contribuye de modo significativo con su teoría del desarrollo psicosocial, pues incorpora la perspectiva de proceso, en el que las personas van adaptándose, con la concurrencia de pérdidas y ganancias. Así, el envejecimiento aparece como un proceso de construcción en el que intervienen múltiples factores de orden bio – psicosocial, cultural y factores personales de adaptación ante las múltiples crisis que la vida presenta. En este sentido, retomando las contribuciones de Erickson se plantea:

(...) una visión del ciclo vital entendida como una secuencia de encrucijadas en las que el yo se ha de enfrentar a ciertos compromisos y demandas sociales. Si las encrucijadas se superan con éxito, suponen una expansión y la adición de nuevas competencias y cualidades al yo, si no, pueden implicar un estancamiento e incluso una regresión del yo que dificulta el abordaje de encrucijadas futuras (p.148).

Según Erickson citado en Regader (2014), las contemplaciones subjetivas o encrucijadas a las que las personas adultas mayores se enfrenta están marcadas dentro de una crisis que él denomina *integridad & desesperación* en donde se van a establecer relaciones significativas entre los humanos, (entendidos estos como aquellos individuos ajenos al círculo próximo del adulto mayor) y sus seres queridos dentro de

este proceso de desarrollo o desajuste y reorganización por el que atraviesa el individuo debe adquirir lo que el autor denomina *modalidades psicosociales* en este aprendizaje el adulto mayor se enfrenta a la necesidad de percibirse como un *Ser*; es decir cada individuo busca la retroalimentación y justificaciones que le permitan elaborar un concepto de sí mismo en función de sus propios anhelos, en otras palabras el adulto mayor buscara definir su *Ser* a través de *haber sido*, en este proceso también debe enfrentarse el hecho de *él no ser* donde se marcaran significativamente aquellos aspectos a los que no pudo alcanzar de la forma en la que él hubiese deseado alcanzarlas.

Estas “encrucijadas”, serán entendidas como un momento complejo de la vida del sujeto, donde se debe tomar una decisión sobre el accionar dentro de la esfera socio-cultural. Este accionar será determinante al momento de darle un sentido a la encrucijada, es decir si ésta se convierte en una pérdida o en una ganancia, y la manera en que va a ser integrada por la persona.

La sucesión de pérdidas puede generar en el adulto mayor, aislamiento, depresión, falta de vínculo relacional, sentimientos de invalidez, entre otros. Lo que promueve que el proceso de adaptación a los cambios bio-psico-sociales, se torne más complejo y se dificulte el mantenimiento de la integridad yoica.

La otra cara de la moneda se manifiesta cuando las ganancias han sido integradas con eficacia en la vida del sujeto y se han superado de manera adecuada las pérdidas, obteniendo así que las personas adultas mayores logren una mejor integridad en sus esferas biológica, psicológica y social. De este modo, las personas “envejecientes” tendrán recursos para adaptarse de mejor manera a los múltiples cambios que se van

presentado en el transcurrir vital y no permitir que la presencia de crisis mermen su capacidad creativa y relacional, generándose aceptación y optimismo en tanto a la continuidad de la vida en la vejez.

Salvarezza (2011), señala la transición de la mediana edad a la vejez, donde se evidencian una serie de cambios psicosociales y enfrentamientos caracterizados por los siguientes elementos:

- El incremento de la interioridad: aumenta el interés por la introspección y el intento de reevaluar el sí mismo, hay más interés en el mundo interno que sobre el externo.
- Cambio en la percepción del tiempo: al pasar de la mediana edad a la vejez la gente percibe el tiempo en función de lo que le ha faltado por vivir o realizar y percibe al tiempo como finito o determinado.
- Personalización de la muerte: la muerte de sus alrededores y pares da la posibilidad de ser real para sí mismo.

Como se evidencia, las personas mayores deben enfrentar una serie de factores y realizar adaptaciones frente a nuevas realidades psicosociales y personales, y mantener su integridad a través de esos cambios.

El enfoque teórico denominado Curso Vital o *Life Span*, explica al curso de vida como un proceso continuo en el trayecto vital, donde cada una de los aspectos que emergen en ese transcurrir van determinando características particulares a cada trayectoria. En este curso cobra especial relevancia los procesos de adaptación y cambio.

4.3. La Subjetividad.

La subjetividad permite dar cuenta de la conformación de la identidad personal y social a lo largo del curso de vida del ser humano de manera idiosincrática. Así para que el ser humano pueda entrar en una dinámica subjetiva, va a ser necesario que se conciba como sujeto.

La Subjetividad, aparece como la construcción de un cumulo de sentidos y significados experimentados y expresados por cada sujeto. González Rey (2013) al respecto, señala que el sentido subjetivo es la forma en la que una persona experimenta subjetivamente su vida, por tanto dentro de este proceso no existe la dimensión de objetividad para definir lo vivido, sin embargo dentro de este proceso no se separa la interpretación subjetiva de la acción de vivir y la personalidad subjetiva con la que se anticipa los estados y disposiciones del individuo, esta correlación intrínseca válida una vez más la importancia del campo fenomenológico y el ser humano esta reciprocidad configura la acción de vivir del individuo con los sentidos subjetivos generados en esta acción.

González Rey (s.f.), en “La cuestión de la subjetividad en un marco histórico cultural”, define las características de la subjetividad humana:

- Representa una organización constitutiva de cada momento de la acción del sujeto, la cual interviene activamente en la constitución de su sentido subjetivo, pero no como un determinante rígido y a priori, sino como parte del propio proceso constitutivo en que se define el sentido subjetivo de toda acción humana. La organización constitutiva de la subjetividad humana es la personalidad.

- La subjetividad tiene carácter histórico. Lo social deviene subjetivo en la propia historia individual, constituyéndose *en* otro sistema; la subjetividad. Esta se legitima a través de su propia historia y de las necesidades que en la misma se desarrollan. Las adquisiciones de cada nuevo momento del desarrollo, pasan a formar parte de las configuraciones que definirán nuevas adquisiciones en este proceso, las cuales representarán siempre un nuevo momento constitutivo en relación al anterior, nunca una extensión acumulativa de aquel.
- La subjetividad se expresa como sistema en constante desarrollo. El desarrollo es una cualidad del sistema que tiene lugar a través de la acción del sujeto psicológico, quien de forma permanente se compromete en nuevos vínculos sociales que, constituidos en y a través de su personalidad, representan, simultáneamente, un momento de cambio de esta en el curso mediato de su existencia.
- La subjetividad se expresa de forma diferenciada en un sujeto concreto, por tanto, su construcción teórica no puede ser supra individual. El sujeto en su dimensión reflexiva, vivencial e interactiva, es parte de su propio desarrollo, cuyas fuerzas no son externas a él, sino parte constitutiva de su momento actual (p.7).

Estas características generales definen a la subjetividad como una producción histórico social de un sujeto en su relación con su contexto, a lo largo de la trayectoria vital, donde interviene la acción del sujeto desde su singularidad y funciones psíquicas, y como un sistema en constante desarrollo.

Por ello, cuando se busca conocer las percepciones subjetivas, se relaciona con la comprensión que el sujeto tiene de sí, de sus sentidos, valores y acciones resultado de una experiencia histórico social y no de las percepciones como resultado de un proceso cognitivo.

Lo descrito acerca de lo subjetivo, hace referencia a una constitución propia, la cual permite una interpretación particular de la realidad, y a la vez facilita la expresión de la personalidad a través de la acción. Dicha acción será un medio único e irrepetible, que se transforma en un lienzo mediante el cual cada ser humano plasma de manera dinámica las diferentes manifestaciones de su subjetividad, entre las cuales podemos ver ideologías, dogmatismos, prejuicios, estilos de vida, entre otros.

Toda esta producción subjetiva al emerger mediante la acción no es susceptible de ser objetivada, ya que la misma se genera a través de un sujeto, que al entrar en contacto con la vida cultural genera un complejo sistema de múltiples ramificaciones de significados y sentidos construidos a nivel socio-cultural, pero que se manifiestan de manera individual y están en constante cambio. Siendo así no se puede tener una visión reduccionista en tanto a estos múltiples procesos constitutivos de la subjetividad.

Según Díaz (citado en Urbano, 2011), la subjetividad se la considera como un sistema procesual y cuya construcción se liga a la experiencia vivida:

La subjetividad es un sistema que se constituye en la historia de una persona desde la multiplicidad de consecuencias de la trayectoria social de un sujeto singular, y que es inseparable de la producción de sentidos subjetivos (...) La

subjetividad se forma socialmente, pero no es la “suma objetiva” de lo vivido; representa una producción orbitaria y distorsionada de la experiencia vivida que se produce a partir de un momento real o imaginario en que un espacio de esa experiencia se carga de emocionalidad y se desdobra en múltiples alternativas simbólicas. O sea, ese proceso se da a partir de la experiencia vivida, pero no representa una expresión inmediata de esa experiencia, pues esa producción solo se da a través de las configuraciones subjetivas de cada sujeto en momentos concretos (p.65).

La cita precedente enfatiza en que la construcción de sentidos subjetivos sufre la influencia de la experiencia vivida y la interpretación particular de cada sujeto, siendo en este sentido una producción que a partir de la experiencia vivida es propia de cada sujeto en momentos determinados.

Así, la subjetividad juega un papel relevante en el diario vivir de cada uno de los seres humanos, generando una percepción dinámica de sí mismo y del otro, a pesar que las manifestaciones subjetivas son de producto individual, no se desprenden del contexto que dio los pilares para su conformación de ser-sujeto mediante la acción e interacción con un otro.

4.3.1. La subjetividad en las personas adultas mayores

La configuración subjetiva se va dando a lo largo de toda la vida, pero como se ha señalado antes, cuando en la trayectoria vital, ocurren una serie de cambios biológicos, psicológicos y sociales, cargados de un matiz cultural, las personas requieren enfrentar esos cambios, hacer adaptaciones y generar reconfiguraciones sobre sus sentidos de sí mismo y en sus contextos y roles.

Yuni y Urbano (2005), tomando como referente al proceso del desarrollo, mencionan que los múltiples cambios evolutivos permiten un proceso de constitución en el individuo, pero a la vez una reconfiguración de la subjetividad, la identidad y el sentido de existencia en la persona. Así, en esta reconfiguración el adulto mayor a través de su recorrido de vivencias personales, realiza un proceso de rememoración de las experiencias vividas, para así adaptarse a los múltiples cambios que se presentan en esta etapa, vivenciando y afrontando de manera única su proceso de envejecimiento y la vejez.

Las personas adultas mayores, tienen que readaptarse a los múltiples cambios que se presentan a lo largo del proceso de envejecimiento, en donde: “Cada sujeto en su trabajo de subjetivación realiza una reconstrucción de los itinerarios de sus procesos de historización y reactualiza las visiones-versiones que tiene de sí mismo respecto de su temporalidad en los quehaceres de su vivir” (Urbano, 2011, p.67).

La relevancia de la subjetividad en el adulto mayor se puede ver en ese reto de reconfiguración adaptativa bio-psico-social. Lo que incluye su historicidad y replanteamientos identitarios, lo cual conlleva un proceso psíquico dinámico que confronta cada sujeto.

5. Dimensiones

5.1. Autopercepción

Entendida como el reconocimiento de sí mismo, a partir del cual se puede emitir juicios, significados y valoraciones personales, en relación al medio en el que se desenvuelve.

5.2. Sentidos del envejecer

Se refiere a los significados apreciados acerca del proceso del envejecer interpretados en este momento de su trayectoria vital.

5.3. Sentido de ser adulto mayor

Fong y otros (2006, p.1), citando a la OMS definen al adulto mayor como: “(...) toda persona mayor de 60 años, subdivididos en las siguientes categorías: Tercera edad: 60 – 74 años, Cuarta edad: 75 – 89 años, Longevos: 90 – 99 años, Centenarios más de 100 años.”

A partir de ello, ser adulto mayor identifica a quienes tienen más de 60 años. En este caso se trata de develar la apreciación que tienen los investigados sobre considerarse adultos mayores.

5.4. Sentimientos y valoraciones del envejecimiento.

El sentimiento tomando como referente Warren (2008, p.330), es una: “Experiencia o disposición afectiva, esp. de agrado o desagrado con referencia a un objeto, persona o idea abstracta, y que carece de la característica de una verdadera emoción”, en tanto a la valoración, será entendida como: “(...) creencia firme de que algo es importante y preferible a otras alternativas; en este sentido hablamos de jerarquía de valores como

una jerarquía de preferencias que son las que en última instancia gobiernan nuestras conductas y sobre todo nuestras decisiones” (Serrano, 2002, p.67).

De tal manera, los sentimientos relacionados con el envejecimiento establecen que las personas adultas mayores realizan valoraciones de importancia o no, de carácter introspectivo, mediado por la afectividad acerca de los diferentes cambios bio-psico-sociales que se presentan en la vivencia actual del envejecimiento.

5.5.Experiencia y significación de los cambios percibidos en sí mismo, interrelaciones y roles, en las circunstancias actuales de su trayectoria vital

La experiencia parte del conocimiento personal, mismo que será cargado de sentidos y significaciones, de tal manera Warren (2008) define a la experiencia como: “Integración de los fenómenos psíquicos de un individuo en un momento dado o durante cierto periodo” (p.129). Mientras que la significación, es entendida como: “Lo que quieren decir los fenómenos o sucesos, o su valor. Al informar acerca de experiencias constantes se dist. entre descripción” (Warren,2008, p.333).

Esto hace referencia a la vivencia de los cambios percibidos en sí mismo, interrelaciones y contextos propios de éste momento de la trayectoria vital. Esta vivencia produce a su vez significados para cada individuo, en base a los cuales se van construyendo apreciaciones o sentidos, en este caso sobre estos cambios. Los mismos están referidos a sí mismos y a sus contextos, donde se destacan las interrelaciones con los otros y los cambios de roles.

5.6. Formas de afrontar los cambios.

Las formas de afrontamiento tomando como referente a Valle, Macías, Zambrano y Orozco, (2013), serán entendidas como: “(...) recursos psico-lógicos que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes. Aunque la puesta en marcha de estas no siempre garantiza el éxito, sirven para generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos” (p.125).

Así, se trata de evidenciar la forma de afrontar los cambios, es decir, el conjunto de estrategias que las personas adultas mayores optan para hacer frente a los múltiples cambios biológicos, psicológicos y sociales en este momento de sus trayectorias vitales, que se presentan actualmente en el envejecimiento y que están vinculados con las apreciaciones que tienen sobre esos cambios.

5.7. Proyecciones a futuro.

Las personas mayores tienen desde la mediana edad la presencia de la idea de la finitud de la vida como consecuencia de la experiencia de cambios biopsicosociales y por tanto, las construcciones subjetivas incluirán estos aspectos.

A partir de ello, sacar a relucir las ideas o ausencia de ellas sobre el futuro, complementarán las percepciones subjetivas del envejecimiento; para proyección a futuro se tomara el concepto de percepción del tiempo.

Esta dimensión de la subjetividad considera lo definido por Warren (2008) como: “Aprehensión de la duración, de la colocación en el tiempo, de la velocidad del cambio, del orden de aparición, del principio y del fin, etc., de las experiencias” (p.263). De tal

forma la proyección a futuro va relacionada con la percepción de sí mismo en el tiempo, rodeado de diferentes expectativas, temores, deseos, entre otros.

5.8. Sentido de la muerte.

Se refiere a develar las apreciaciones sobre la propia muerte, puesto que esta se encuentra presente como perspectiva más cercana que antes. Por ello, el conjunto de sentimientos y sensaciones que giran alrededor del fin de la vida de un ser humano, se evidencian como parte de las percepciones subjetivas de las personas adultas mayores.

6. Supuesto

La percepción subjetiva sobre el envejecimiento del grupo de personas adultas mayores investigadas, está influenciada por sus trayectorias vitales y los cambios biológicos, psicológicos y sociales vivenciados en las actuales circunstancias de vida.

7. Marco metodológico

La presente investigación utiliza una metodología cualitativa. Al respecto, Hernández (2010), señala que: “Enfoque cualitativo utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de interpretación” (p.7).

Enfoque que permite develar y comprender realidades en profundidad, describiendo, comprendiendo e interpretando los hechos desde una lógica inductiva, es decir yendo de lo particular a lo general; facilitando así el conocimiento sobre las percepciones subjetivas de las personas adultas mayores, en el contexto en el cual se desenvuelven.

7.1. Diseño de investigación:

Se trata de un diseño de investigación no experimental, entendido como:

(...) estudios donde no hacemos variar en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables. Lo que hacemos en la investigación no experimental es observar fenómenos tal como se dan en su contexto natural, para después analizarlos (Hernández, 2010, p.148).

De forma que se hace una observación de hechos, eventos y fenómenos ya existentes, en este caso se trata de conocer las construcciones subjetivas de las personas investigadas

7.2. Tipo de investigación:

La investigación tiene un alcance exploratorio el mismo que permite, “(...) obtener información sobre la posibilidad de llevar a cabo una investigación más completa respecto de un contexto particular, investigar nuevos problemas, identificar conceptos o variables promisorias, establecer prioridades para investigaciones futuras, o sugerir afirmaciones y postulados” (Hernández, 2010, p.79).

De esta manera se promueve conocer un ámbito aún desconocido, en base al cual se puede ampliar el campo de investigación y la realización de investigaciones futuras, como es el caso de la percepción subjetiva del envejecimiento en la población adulta mayor.

A la vez, se tomará un alcance descriptivo, mismo que:

(...) evalúan o recolectan datos sobre diversos conceptos (variables), aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno a investigar. En un estudio descriptivo se selecciona una serie de cuestiones y se mide o recolecta información sobre cada una de ellas, para así (valga la redundancia) describir lo que se investiga (Hernández, 2010, p.80).

Esto hace alusión, a que en la investigación descriptiva se pone énfasis en la descripción, el análisis e interpretación de datos obtenidos, en este caso los contenidos sobre la percepción subjetiva de las personas adultas mayor.

7.3. Instrumentos y técnicas de producción de datos:

Teniendo en cuenta el enfoque cualitativo con el que se ha desarrollado la investigación, se utilizó como herramienta la técnica de los grupos focales.

El grupo focal de acuerdo con Barbour (2007), citado en (Hernández, 2010, p.425), será entendido como:

(...) especie de entrevistas grupales, en las cuales los participantes conversan en torno a uno o varios temas en un ambiente relajado e informal, bajo la conducción de un especialista en dinámicas grupales. Más allá de hacer la misma pregunta a varios participantes, su objetivo es generar y analizar la interacción entre ellos.

Es decir, el grupo focal tiene como finalidad estudiar las diferentes interrelaciones y reacciones de los participantes, generadas a partir del tema central que guía la conversación.

Su aplicación se realizó de manera secuencial y acorde a los objetivos planteados:

- Determinar el número de participantes: 16 divididos en dos grupos de ocho.
- Definición del perfil de los participantes. (Adultos mayores de 60 años en adelante.)
- Se elige a los participantes.
- Invitar a participar a los miembros del grupo elegidos.
- Llevar a cabo la sesión
- Finalmente, la elaboración del informe.

Para la aplicación del grupo focal, se utilizó como base una entrevista semiestructurada que definió ámbitos vinculados a las siguientes dimensiones de la

subjetividad: autopercepción, sentidos del envejecer, sentido de ser adulto mayor, sentimientos y valoraciones del envejecimiento, experiencia, sentido y significación de los cambios percibidos en sí mismo en el proceso de envejecimiento, experiencia, sentido y significaciones de los cambios percibidos en sí mismos, en los roles, en las interrelaciones familiares y sociales; formas de afrontar los cambios, proyecciones a futuro y el sentido de la muerte.

A la vez, se hizo uso de las notas de campo, que serán definidas por Yuni y Urbano (2006), como aquellas que:

Contienen las narraciones de aquello que es visto y oído por el investigador en el escenario observado. El registro de las notas depende del tipo de escenario y de la posición del investigador. Además del registro de las descripciones de las situaciones observadas, lo característico de esta técnica de observación es que incluye el registro de los comentarios del investigador sobre lo observado, así como las interpretaciones provisionales que este realiza sobre el material registrado (p.55, 56).

Con respecto a lo mencionado, las notas de campo son un instrumento de vital importancia, puesto permiten al investigador llevar una descripción cronológica de los fenómenos observados, realizando a la vez un análisis e hipótesis provisionales.

Como estrategia se mantuvo una reunión con cada grupo focal realizadas los días miércoles 20 de abril del 2016 a las 9:00 am y miércoles 11 de mayo del 2016 a las 9:00 am, para mantener la asistencia se realizó llamadas telefónicas recordando la hora y el punto de encuentro para cada participante, además dentro de cada reunión uno de

los objetivos fue mantener la relación entre los miembros por lo que se incentivaba su asistencia.

El desarrollo de la reunión se enfocaba en la bienvenida, introducción, proporcionar información, desarrollo y cierre, con una duración aproximada de 2 horas.

7.4.Consideraciones éticas

Para la aplicación de los grupos focales se realizó un consentimiento informado a los participantes, para poder ejecutar grabaciones de audio y video, y dejar en claro que se hará un uso adecuado de la información obtenida, sobre todo el guardar la confidencialidad de los participantes.

7.5.Plan de análisis

El proceso de análisis de datos se efectúa a partir de la desgravación, transcripción y organización de las narraciones dadas por los participantes en los grupos focales. Estas narraciones fueron analizadas bajo la perspectiva de la teoría fundamentada, la que es definida por Strauss (1994), citado en Kornblit (2007) como:

(...) un enfoque de investigación que requiere un acercamiento íntimo al área de estudio, y que lleva esa apreciación íntima a los términos de análisis teórico. Consecuentemente la teoría fundamentada es leída por sus “descubrimientos” o por su teoría, sin resistir al hecho de que quienes trabajan desde la teoría fundamentada se ven ellos mismos escribiendo teoría de la mano de datos que dan cuenta de su teoría (p.48).

Con este proceso se busca construir un bagaje teórico a partir de los datos obtenidos por medio de las narraciones personales en la experiencia de investigación, mismos

que están relacionados con la percepción subjetiva del envejecimiento que tienen los adultos y adultas mayores de este grupo.

8. Población y Muestra

8.1.Población:

Se considera a un grupo de 120 adultos mayores, que asisten a varios proyectos del Centro Comunitario “Casa Somos”, del Municipio de Quito, en el sector de la Roldós-Pisulí, de ellos se considera a 30 personas que asisten a las reuniones semanales de los días miércoles.

8.2.Tipo de muestra:

El tipo muestra es: no probabilística e intencionada; conformada por 16 personas adultas mayores que participaron en la realización de dos grupos focales integrados por 1 hombre y 15 mujeres. Distribución por género que se da debido al carácter mayoritariamente femenino del grupo.

Hernández (2010) menciona que una muestra no probabilística es: “(...) la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características del investigador o del que se hace la muestra” (p.176). En otras palabras, se realiza una selección de los actores, que pueden favorecer de mejor manera al cumplimiento de los objetivos de la investigación. En este caso la muestra consistió en 16 personas adultas mayores divididas en dos grupos focales.

8.3.Criterios de la muestra:

Los criterios de los actores sociales que forman parte de la muestra de investigación son:

Edad: de 60 años de edad en adelante, sin límite de edad superior.

Miembros del grupo de adultos mayores que asisten los días miércoles al Centro Comunitario “Casa Somos” del sector de la Roldós - Pisulí.

Hombres y mujeres

Estrato socioeconómico bajo

Participación voluntaria en la investigación

8.4.Fundamentación de la muestra:

La delimitación de dicha muestra permitió obtener información de personas adultas mayores que habitan en una parte urbana marginal de la ciudad de Quito, en donde la gran mayoría de los que asisten al Centro “Casa Somos” de la Roldós - Pisulí, presentan condiciones homogéneas que facilitan los criterios de inclusión dentro de la investigación: su nivel socioeconómico es poco estable, habitan solos, están distanciados de sus familias y presentan problemas de salud. Esta característica de homogeneidad permite que los datos sean trabajados de mejor manera y tengan mayor peso estadístico.

8.5.Muestra:

La selección de los sujetos de la muestra obedeció a criterios de la investigación señalados y consideró la participación voluntaria de los mismos; logrando contar con 16 personas adultas mayores, de un total de 35, distribuidos en 27 mujeres y 3 hombres.

Las 16 personas adultas mayores participantes en los grupos focales estuvieron constituidas por 15 mujeres y 1 hombre, los mismos que se distribuyeron en dos grupos focales de 8 personas cada uno.

9. Descripción de los datos producidos

La caracterización de la muestra se realiza a partir de la identificación de factores demográficos a hombres y mujeres mayores de 60 años, que participan en las actividades de Centro Comunitario “Casa Somos” La Roldós- Pisulí del Distrito Metropolitano de Quito, cuyos datos son los siguientes:

Tabla 1: Datos de identificación

Género y Edad	Población (%)
Femenino	27 (90%)
Masculino	3 (10%)
60 a 69	16 (53%)
70 a 79	10 (33%)
80 a 89	4 (13%)
Mayor de 90	0 (0%)
Lugar de procedencia, vivienda y compañía	Población (%)
Nacidos en la Provincia de Pichincha	13 (36%)
Nacidos en la Provincia del Cañar	10 (28%)
Nacidos en la Provincia de Loja	5 (14%)
Poseen vivienda propia	27 (90%)
Viven en compañía de sus hijos	10 (33%)
Vive con pareja e hijos	6 (20%)
Vive solo	6 (20%)
Vive con pareja	5 (17%)
Relaciones familiares	
Mantienen buenas relaciones familiares	19 (63%)
Mantienen relaciones familiares con dificultad	11 (37%)

Tabla 1. Fuente: Investigación “DESARROLLO COGNITIVO, CALIDAD DE VIDA Y PERCEPCIÓN SUBJETIVA DEL ENVEJECIMIENTO” (en proceso).UPS.2016.

Tabla 2: Estudios y Trabajo

Estudios	Población (%)
Analfabeta	5 (10%)
Primaria incompleta	14 (57%)
Primaria completa	9 (33%)
Trabajo	Población (%)
Ocupación principal actual ninguna	15 (50%)
Ocupación principal servicios domésticos	6 (20%)
Ocupación principal actual comercio	4 (13%)
Trabajo de tipo físico	30 (100%)
Sin Jubilación	22 (73%)

Tabla 2. Fuente: Investigación “DESARROLLO COGNITIVO, CALIDAD DE VIDA Y PERCEPCIÓN SUBJETIVA DEL ENVEJECIMIENTO” (en proceso). UPS.2016.

Tabla 3: Estado de salud actual

Salud	Población (%)
Estado de salud físico bueno	14 (47%)
Estado de salud físico regular	13 (43 %)
Estado de salud malo	3 (10%)
Estado de salud psicológica bueno	17 (57%)
Estado de salud psicológica regular	10 (33%)
Estado de salud psicológica malo	3 (10%)
Enfermedades crónicas (Osteoporosis e Hipertensión)	18 (42%)
Ninguna	5 (12%)
Diabetes	4 (10%)

Tabla 3. Fuente: Investigación “DESARROLLO COGNITIVO, CALIDAD DE VIDA Y PERCEPCIÓN SUBJETIVA DEL ENVEJECIMIENTO” (en proceso). UPS.2016.

Tabla 4: Ingresos mensuales

Ingresos	Población (%)
Ingreso mensual menor a \$100	10 (33%)
Ingreso mensual entre \$100 y \$300	10 (33%)
Ingreso mensual entre \$300 y \$500	8 (27%)
Ingreso mensual mayor \$500	2 (7%)
Fuente de ingresos	Población (%)
Ayuda de hijos y familiares	12 (32%)
Jubilación	8 (22%)
Bono	7 (19%)
Trabajo	7 (19%)

Tabla 4. Fuente: Investigación “DESARROLLO COGNITIVO, CALIDAD DE VIDA Y PERCEPCIÓN SUBJETIVA DEL ENVEJECIMIENTO” (en proceso). UPS.2016.

Tabla 5: Recreación e intereses

Recreación	Población (%)
Bordado	19 (30%)
Cocinar	6 (9%)
Costura, Danza, Caminar	12 (18%)
Manualidades, CDC	10 (14%)
Interés musical y deportivo	Población (%)
Hábitos musicales (Escuchar música)	24 (61%)
No hay una práctica deportiva	17 (55%)
Hábitos de baile	24 (80%)

Tabla 5. Fuente: Investigación “DESARROLLO COGNITIVO, CALIDAD DE VIDA Y PERCEPCIÓN SUBJETIVA DEL ENVEJECIMIENTO” (en proceso). UPS.2016.

Tabla 6: Expectativas futuras y religión

Expectativas futuras	Población (%)
Estado de bienestar para sí mismo, su familia o comunidad	8 (20%)
Encontrar un puesto de trabajo para sí mismo o sus familiares	7 (18%) 5 (13%)
Mejorar su situación económica	
Actividades de esparcimiento	
Religión	Población (%)
Católica	29 (97%)
Evangélica	1 (3%)

Tabla 6. Fuente: Investigación “DESARROLLO COGNITIVO, CALIDAD DE VIDA Y PERCEPCIÓN SUBJETIVA DEL ENVEJECIMIENTO” (en proceso). UPS.2016.

10. Presentación de los resultados descriptivos

- **Autopercepción**

La autopercepción, considerada como el reconocimiento de sí mismo y a partir de la cual se emiten juicios, significados y valoraciones personales. Se destacan los siguientes resultados:

Los adultos mayores, se perciben a sí mismos como sujetos aún activos, productivos y autosuficientes, capaces de desempeñar un rol dentro de la sociedad.

D.2.Le.13.2: (...) uchaaa dicen a tal parte nos vamos, yo cojo solita, yo me baño y me visto y me vengo, digo yo me voy, yo sé que ya este, este en cualquier lado que nos vamos ya nos unimos, todos los adultos mayores, entonces digo yo no voy a estar sola ahí, yo me voy, yo me siento bien ágil ahora, en esa, en ese aspecto.

S.1.LR.13.5: En la rutina diaria no he perdido nada, yo paso en la casa, mi hijo dice vamos a jugar futbol, vamos (ja ja ja). En eso si me he sentido, yo no sé de donde saco fuerzas, pero no he perdido.

W.1. Lu.13.6: Yo me siento activa como les digo, con mis achaques, pero activa alegre. Yo tengo manualidades, tengo tejido, tengo de todas esas cosas, paso así bastante ocupadita sí.

La apreciación de sí como disminuidos e inútiles se han cambiado luego de la participación en el grupo de adultos mayores, considerándose ahora como personas activas, más autónomas y comprometidas con el grupo.

R.2.Ma. S.16.1: (...) en mi bastantes, porque la verdad también antes solo dedicada al trabajo, solo del trabajo a la casa y la casa al trabajo, ahora que no trabajo por lo menos, yo no quería venir acá, le juro que yo no quería venir acá,

en un principio mi muchacho, mi nuera más me decía, vamos acá abajo porque yo estuve tres meses que no me quería levantar de la cama, del estrés me dijeron que ya no podía trabajar y yo. No irme allá con viejos iguales a mi digo, me voy a ser más vieja, así decía yo (ja ja ja), no vamos si es que le gusta se queda, sino no se queda me dijo mi nuera y de ahí me trajo, la verdad que ya voy pa, ya cumplí dos años de estar aquí.

D.2.Le.16.2: Como le decía más antesitos yo me sentía decaída, me sentía este, así agobiada de los quehaceres en la casa, me ponía a pensar que no me sacaban, así mismo que yo no salía, porque a mí no me gustaba salir a mi sola, y ahora no, vuelta yo ahora, uchaaa dicen a tal parte nos vamos, yo cojo solita, yo me baño y me visto y me vengo, digo yo me voy, yo sé que ya este, este en cualquier lado que nos vamos ya nos unimos, todos los adultos mayores, entonces digo yo no voy a estar sola ahí, yo me voy, yo me siento bien ágil ahora, en esa, en ese aspecto.

V.1.Ca.16.3: (...) que me dé sentido últimamente, sentirme útil como se ha dicho, desde que yo dentre acá, al grupo de los sesenta y piquito, me sentido bien, porque yo también más antes añoraba, media mareada ahí metida en las cuatro paredes, es que yo no podía a veces como yo se cocer mis costuritas, a veces cociendo, a veces acaba de cocer no atinaba que hacer, entonces una vez les via que dentaban por acá, que venían con uniformes y yo digo voy a preguntar qué significa eso, será que dentran todos, lo que sea, yo vine a dentrar solita para acá (...).

Apreciación de decadencia e inutilidad, frente a la presencia de enfermedades crónicas y disminución de la vitalidad, que dificulta el accionar cotidiano, cambiando la anterior percepción de utilidad.

R.2. Ma.14.1: Yo como adulto mayor, yo me siento, como adulto mayor bueno yo me siento todavía un poco útil no, en la casa, todavía pero ya no como más antes, eso yo, como le digo adulto mayor para mí es un, me hace que adulto mayor me haceee, digo tan mayoor me ven digo que me dicen, adulto mayor.

Entonces a mí me hace sentir más como que si fuera, taaaaan una persona mayor no, que no, yo todavía, yo ya no sirvo para nada, eso yo es mí, yo pienso así no.

U.2.Te.14.2: Que ya estamos bastante viejitos pues, ya estamos ya, ya no podemos hacer muchas cosas, ya, yo por ejemplo cuando yo era joven hacía de todo, y no tan joven que se diga a los 45 años, yo solo he trabajado aquí en mi casa, he cargado cemento, he cargado todo y ahora pregunten si es que puedo coger un poco de cemento para hacer algo, entonces estoy ya bastante viejita, que se puede decir pues no, entonces ese es para mí el ser viejita.

R.1. Lu.14.5: (...) en mi trabajo yo veo, porque no puedo, por mi enfermedad, porque el doctor dice que tengo artrosis aquí, osteoporosis acá, artrosis acá, hernias y bueno tanta cosa. Entonces por eso yo, yo ya me siento como, no me siento inútil porque mientras puedo hago en la casa, y hay ratos que no, no mismo, por ejemplo, en cosas grandes, diga yo una colcha yo no puedo lavar porque necesito más fuerza, pero eso yo no puedo. En eso me siento inútil, y ahí es cuando pienso digo ¿por qué?

Desvalorización de la percepción de sí mismo, como consecuencia de trato discriminatorio y excluyente recibido frecuentemente en el contexto, cuando son tratados como viejos inútiles y desechables.

L.1.A.6.2: Bueno la palabra viejo prácticamente viene siendo grosera para nosotros, nos cae mal, prácticamente en sí uno debe dirigirse a la gente no ,en cuanto nos molesta, ya será por mí eso no están digamos bien que se dirijan a nosotros en esa forma, porque igual van a ser viejos y a lo mejor tengan una vejez más jodida que la nuestra, nosotros estamos aprovechando estos, estos momentos de esparcimiento, conociendo gente cada uno, cada uno, cada día estamos mejor, pero hay mucha gente que nos tilda así feamente no, y ahí yo no estoy de acuerdo .

L.1. Lu.6.6: A mi si me han dicho vieja, porque hay una señora que vive casi diagonal a mi casa, al frente no, y es así yo me visto a veces me pongo cuando estoy sana de mi salud, me pongo unas blusitas pequeñas, por ahí pegan un silbo y dicen: si es una vieja le dicen, el Don José le grita así, no le pifees porque es una vieja fea. Y esa vecina de al frente, yo tengo por ejemplo, yo nunca les di un motivo a ella. Entonces vera yo salía a caminar a trotar más antes a las 4y 30 de la mañana con la Señora María de la tienda, y yo no he sabido que ellos han tenido un problema, una discusión fuerte, desde ahí la Señora, la esposa del Señor va con los hijos, y por detrás de los hijos absorbe y me escupe, no a mi cara mijo porque yo estoy así pasando me escupe, entonces yo no le he dado un motivo a la señora, y nunca le he dado un motivo, el padre en la misa y me dice que perdonémonos, perdonémonos; le digo, yo no tengo venganza con nadie, ni nada que perdonar, yo le conté al padre y le dije que si ella es la que me ofende mas no yo, y dijo que igual le perdonara, pero ella ya serán unos cinco años, no ha tratado de hablar nada, por lo menos ahorita ha dejado de molestarme, era todos los días, ahora me ve barriendo la calle y no dice nada. Y yo con no hacerles caso, porque yo no les hago caso, no les he ofendido, a pelearse con la vecina no conmigo.

L.1.M.6.3: De viejos nosotros nos sentimos mal, no nos respetan, entonces a nosotros que nos valoren, que somos aunque sea, decir de otra forma ahí vienen los señores, pero a veces vienen, ya vienen las viejas, entonces no es así ése es cómo se llama nos sentimos mal, entonces no nos respeta a las personas.

L.2.Ma. S.6.11: (...) o por lo menos vieja, que dicen esta vieja, ya está viejo o vieja, yo entiendo cuando ya una, no tiene una, una ropa que ya esta vieja se bota, a nosotros no nos botan porque somos personas (ja ja ja ja).

- **Sentidos del envejecer**

Sensaciones y significados que se construyen a partir de los múltiples cambios que se presentan en la vivencia actual del envejecimiento. Se manifiestan los siguientes resultados:

Envejecimiento interpretado como la adquisición paulatina de experiencia a lo largo del ciclo vital, siendo ahora depositarios de conocimientos.

J.1.C.2.1: (...) el tramo que vamos pasando la experiencia que hemos tenido al paso de los años, experiencias buenas y malas aún para siendo adulto mayor, a veces los nietos nos escuchan, les estamos diciendo: ve mijo no hagas tal cosa cuando uno es mayor se arrepiente, entonces ese es un tramo que, que ya pues nos tocó, yyyyy en concreto sería la experiencia grande entre buenas y malas, altos y bajos que hemos tenido en la vida es ser un adulto mayor, eso pienso yo.

J.1.Ca.2.2: (...) a veces a gentes ajenas me han oído consejos buenos que les he dado, porque yo digo así que me hubieran dado consejos a mi cuando era muchacha hubiera agradecido, sino uno cayo por caer porque no hubo nadie quien me dé consejos a mí, porque yo a mi madre le perdí de tan guagiita yo, entonces yo no supe consejos de nadie, entonces eso es lo que yo les digo no supe, pero ahora con la experiencia que se va teniendo, les voy dando unos consejos sanos, porque yo no les voy a dar unos consejos malos. Entonces algunas personas ajenas, más que mis nietos, me han cogido esas palabras y de ahí llevan bonito, un camino lindo, han llegado a tener su marido lo que sea, y de la familia han agradecido, estoy agradecida dicen de ver que usted me dio esos consejos y estoy llegando. ¿Y cómo le va?, muy bien, ¿Y le atiende a su esposo como es debido?, sí. Qué lindo vea no hay necesidad de pelar, no ve. Entonces yo les he dado buenos consejos, no malos, entonces eso yo vivo agradecida de que gentes así me han sabido agradecer, Dios le pague, eso es lo que tengo yo, eso no más.

J.1.G.2.3: Igual que también algo de nosotros hemos hablado, ustedes como jovencitos todavía como padres que unos serán y otros van hacer, algo les va a quedar lo que decían las señoras, si decían, y tal vez poner algo en práctica, porque para todos ha sido muy difícil y diga usted, irse, casarse, irse de su casa, no es lo mismo su mujer que está a lado, que su mami, que mijito te hago esto,

este otro, entonces son unos cambios que hay, pero a todos nos llega y son buenas cosas que vamos recibiendo.

Envejecimiento como un proceso continuo a lo largo de la vida, con la presencia de pérdidas y ganancias.

J.2.Ma.O.15.1: Bueno el adulto mayor, el haber vivido, el haber llegado a esta etapa de adultez no, porque si bien es cierto como decía la compañera, el haber pasado, la niñez, la pubertad, la adolescencia y toda la juventud no, en una ideología muy diferente a la que ahora tenemos, porque si bien es cierto mientras vamos viviendo, vamos adquiriendo un poco de experiencia, entonces los cambios, todos estos cambios que nos han permitido, de estas etapas de vida, pasamos al adulto mayor, y de ahí vamos valorando y vamos viendo de lo que hemos vivido, entonces ahí vamos ósea viendo no, todo el proceso de la vida que llegar hasta esta edad del adulto mayor, y si , si significa un respeto muy grande.

J.2.Ma. O.15.2: Bueno el envejecimiento es lo positivo y lo negativo también no, porque mientras vamos viviendo, hemos adquirido experiencias, hemos, hemos vivido una vida también digamos coparticipe de muchas cosas, porque si bien es cierto, si las enfermedades, si las preocupaciones, bueno eso es el diario vivir, porque de todas maneras nadie puede estar libre de una enfermedad, nadie está libre de cualquier preocupación.

F.2.Ma.15.5: Para mí el adulto mayor es un, como le puedo decir, ser adulto mayor es ya vamos llegando a nuestra... ósea desde jóvenes que hemos trabajado, niñas, hemos estudiado, igual yo viví en el campo, hemos, yo también tengo solo hasta 6to grado de escuela y ya falleció mi papá y ya no hubo quien nos dé, igual hemos trabajado yo de 18 años vine acá a Quito, trabaje con una gente extranjera, hasta cuando me case, tonces de ahí uno ya se va viendo pues no la vida como, como uno se va pasando, como sido soltera, después casada, ya uno se va teniendo a los hijos, tonces para mí no yo voy

recordando ya mijo ya joven, mija ya señorita, tonces yo iba recordando lo que, las etapas que yo he pasado no.

F.2.Gl.15.6: Adulto mayor me parece a mí que es, ya en los pasado esta etapa de ser adolescente, niños adolescentes, de haber sido madres, haber criado ya a nuestros hijos mismo, hemos llegado a esa etapa de, porque ya nuestros hijos están, hablando por mí, ya una hija mía tiene 45 años, ella también ya va, entonces como me va a ver de niña no, yo soy ya una adulta mayor, yo me veo una adulta mayor, yyyyy a veces dice ay mami usted se va, vaya, vaya, vaya dice, viejita vaya, pero me dice, dicen, le decimos de cariño viejita, váyase, váyase a estar con sus adultos mayores, digo si yo me siento bien, yo me siento bien que me digan adulta mayor, porque ya he criado a mis hijas, ya he criado a mis nietos, a mis bisnietos, entonces ya que me queda ser adulta mayor, adulto mayor es ya haber pasado todo esas etapas y hemos pasado, y hemos criado ya, ya nos queda eso de ser el adulto mayor, yo me viene esa idea de que , porque ya hemos criado tanto hijo, hijas, nietos, y todo.

El envejecimiento es asociado ahora con la vejez y con ella el deterioro corporal.

G.1.Ca.17.1: (...) las enfermedades que uno se tienen, que han sido exactamente por la vejez mismo, se tiene todos los achaques, se tiene, eso es.

G.1. Lu.17.2: Yo siento el envejecimiento por mis dolores en las articulaciones que tengo, que a veces no avanzo a pararme, a caminar tengo mucho mareo de la cabeza, por mi presión alta.

G.1.C.17.3: (...) en primer lugar, los pasos de los años nos traen muchos achaques, las enfermedades que son las que más nos van agobiando, entonces ya pues han pasado los años, como yo lo digo en vano no han pasado los años, entonces eso es lo que más me termina.

- **Sentido de ser adulto mayor**

Se refiere a los significados y sensaciones que se presentan en los investigados, al considerarse como adulto o adulta mayor. Destacándose lo siguiente:

El adulto mayor se considera como una persona mayor de 60 años, que cuenta con beneficios para precautelar su integridad y derechos, a través de redes estatales, municipales y sociales.

I.2.Ma. S.5.15: Yo entiendo que adulto mayor, cuando dice usted ¿Qué es adulto mayor?, es como lo que ahorita nos dicen a los adultos mayores como nosotros, de los 60, pasados los 60, ya somos adultos mayores, que ahorita ya tenemos preferencias por los municipios, por el médico, por todas fundaciones, como ustedes que vienen a darnos estas clases que gracias a Dios, que vienen a vernos, como psicológicamente, eso entiendo yo ahorita por adulto mayor.

I.2.Ma. O.5.14: (...) pero llega la edad adulta donde que si también tenemos las ventajas de que tenemos nuestros derechos, también estamos respaldados de, de algunas ventajas de la ley también.

I.1.A.5.1: Bueno para mi ser adulto mayor, tenemos algunas facilidades que nos dan no, porque pagamos poco el pasaje por un lado y ahora nos están dando así mismo esas charlas y nos, nos ayudan bastante entonces tenemos esas ventajas, esas ventajas no, que llegamos a nuestra eh después a los 60 años que sería entonces tenemos buenas cosas que nos da el gobierno, a sí mismo el municipio por medio en ustedes que nos han ayudado, la juventud que ustedes son parte también del adulto mayor no, nos siguen llevando eh en la lucha que tenemos que nos pasan los años, entonces nos sentimos un poco ágiles.

Acceder a los beneficios de ley, para procurar un cambio en sí mismos.

V.1.C.18.1: (...) con lo que gracias a Dios ustedes nos están preparando, estoy tratando de bajar oiga, porque me acuerdo de psicología (ja ja ja ja), dame paciencia de aguantarle a este hombre (ja ja ja). Me ayudado bastante no, las charlas, la las conversas, las experiencias de todas las compañeras, cada una

tenemos nuestra forma de pensar, entonces ayuda bastante, si yo tengo este problema cuentan por ahí otros problemas, entonces el mío es chiquito, no si el mío es grandote dicen, entonces el mío es chiquito y porque tengo que tengo que sobrellevar, y estoy tratando de cambiar, estoy pero así haciendo un esfuerzo bien grande porque tengo mal carácter, yo siempre he sido moshca, así como soy chistosa, molestosa siempre he sido moshca, entonces estoy tratando de llevar para que no me afecte mucho.

V.1.L.18.2: Bueno ahora con todo lo que se ha vivido y estamos gracias a Dios, yo no me he de cansar de dar gracias a Dios, este, por todas estas charlas, por todas estas cosas, si nos sentimos bien ya, bien y como es la palabra ehhh principal activas y saludables del 60 y piquito, y adelante Ecuador, adelante.

V.1.M.18.3: Yo, yo me siento bien, ahora que habido cambios bastante de lo que ustedes vinieron y lo que ayudaron al sesenta y piquito, eso es la base, entonces que una ya tiene ánimo de salir, de distraerse, cosa que llega a la casa, llega cansadita y ya no piensa que paso, que esto, que el otro.

- **Sentimientos y valoraciones del envejecimiento.**

Valoración positiva o negativa de carácter introspectivo, mediado por la afectividad ante los diferentes cambios bio-psico-sociales que se presentan en la vivencia actual del envejecimiento. Obteniendo lo siguiente:

Sentimientos de paulatino decaimiento, pero aceptación de cambios bio-psico-sociales del envejecimiento.

D.1.Lu.4.7: (...) pero le pongo, ósea le pongo fuerza en mi vida para seguir adelante mientras pueda, mientras pueda, y no me quede en una de esas postrada, entonces tengo que seguir adelante porque eso me han dicho los doctores, que por mi salud ya no camine ni diez minutos, porque se me está acabando todo esto, entonces puedo quedarme en silla de ruedas, pero yo digo

mientras pueda voy a seguir adelante, me siento ágil todavía en la casa, activa digo yo, y ya que estoy viniendo acá, como dicen gracias a que hay todos estos programas y gracias a ustedes también que nos han despertado la mente digo yo por mí, porque yo vivía en un mundo cerrado, aparte de eso, claro de bailoterapia todo, yo era bastante encerrada, ahora es que dije voy a todos los programas que haya y estoy asistiendo a todos.

D.1.G.4.9: Pero así es el orden de la vida, entonces uno, ósea si uno se va echar a morir antes de hora no, entonces tenemos que ser un poquito fuertes y saber que así son cosas que Dios nos pone a unos más que otros de alguna manera, y saber cómo se dice llevar la vida que nos ha tocado, porque cada uno es diferente cosa, entonces tenemos que aceptarla.

C.1.L.R.4.1: Haber yo la vejez le veo, claro que nos estamos acabando, pero no es que voy a sufrir desde ahorita. La vida tenemos un montón de cosas, si es que mañana nos muramos no estar sufriendo desde ahorita, la vida se acaba, se acaba pues, ese es mi pensar, ese es mi pensar, no voy a sufrir desde ahorita, cuando se tenga que sufrir, póngase que me tropiece aquí y me muera, voy a estar sufriendo desde ahorita, no es así, esa es mi opinión.

D.1.L.R.4.2: Envejecer es acabarse poco a poco, pero tenemos que seguir adelante, uno se acaba poco a poco, se acaban las fuerzas, se acaba todo, pero toca salir adelante, toca sacar fuerzas, sacar ánimo, ser positivas, eso es.

El estilo de vida y los diferentes hábitos al ir envejeciendo tienen como consecuencia su bienestar actual.

M.1.C.3.1: Porque yo como anécdota le tuve a mi mami, que se murió de 97 años, jamás se fue al hospital, eh h h h h solamente tenía presión alta controladita con el centro de salud, y y y y y y la alimentación que ella tenía, basada al campo, ella no comía fritos, nada de eso, basada en el campo, le gustaba el cocinado que se llama, choclos, habas, alverjas, mellocos, eso y una coladita, entonces ella tuvo una vida muy buena, solo se me hizo aquí un nudito decía; oiga mami

pero esta de curarle de la pierna, no te preocupes, ya me llevo la vejez de algo me he de morir. Pero no era grave, solo la presión alta tomo tabletas casi 16 años, pero nunca se le altero demasiado, no tuvo problemas.

M.1.G.3.2: Para mi modo de pensar, todo eso se dirige al cambio de vida que hemos tenido, porque para decir las personas mayores, están digamos nuestros padres fueron, porque yo también ya no le tengo a mi mami, ella murió de 87 años, entonces la vida de antes era diferente, la vida de nosotros diferente porque ya empezamos a ver todas las cosas que ya nada es digamos todo es puro químico ya nada es alimento. Entonces yo me he puesto a pensar, si yo ahorita ya la alimentación no es buena; encima que económicamente ya no estamos en posibilidades de coger y comer, el doctor pude decir, todo lo que diga, señora esto, esto, esto, pero uno hay que contar con el bolsillo, entonces si no hay como. Entonces yo digo si ahorita yo estoy así, mis hijos, mis nietos, bueno mis hijos ya están mayorcitos, digamos pasan de 30 años, 40 años, pero si uno se pone a pensar en los nietos, y ellos como será la vida de ellos después, con lo que dese cuenta la alimentación si no van a llegar ni a la mitad, porque nosotros todavía nos hemos podido alimentar por nuestras madres que nos han dado y nosotros a nuestros hijos. Ahora los nietos que vienen, uno dice los jovencitos capaz que no llegaran ni a 40, porque bueno por decir algo, entonces ese es el factor que ahorita no ve en esta temporada hay niños obesos (...)

Valoran al trabajo físico que ha predominado a lo largo de su trayecto vital, como un determinante perjudicial en el vivenciar actual del envejecimiento, puesto que ha promovido dolencias corporales.

I1.2.Te.19.1: Yo he trabajado desde niña, yyy nunca he descansado para mí ha sido el trabajo porque he sido padre y madre para mis hijos, entonces yo por sacarle adelante a ellos nunca he dejado de trabajar, y en mi trabajo, se ha trabajado en una máquina, otra máquina, otra máquina y la luper es la que a mí me fregó, porque esa es una postura fea, que yo ya comencé con la columna, con los brazos, con las posturas que uno se tiene. Entrevistador: ¿La luper me dijo? Señora Te: si es una maquina redonda, que se pega cuellos y se pega

bonito los cuellos salen como los sacos, entonces eso hay que estar mirando los ojos se acaban , también la vista se me acabo volando ahí también, no ve que uno hay que estar como meter en cada aguja cada puntito y la pastura que es así, entonces yo ahí me sentía bastante mal, yo desde ahí andaba ya mal, ya desde esa edad mismo, ya me quería jubilarme, porque me decían que ya estoy, ¿cómo se dice antes de jubilarse normal?, estoy ya enferma.

H1.2.Le.19.2: Yo me sentí así envejecer es desde los 61 años, no es mucho de lo que yo me sentí así, pero así mismo como mis padres de más joven eran bien pobres, ellos nunca tuvieron para darnos el colegio, como quiera nos dieron hasta 6to curso, hasta el 6to grado nos dieron, y de ahí si cada cual nos fuimos a trabajar, este ha salir adelante por uno mismo, y, y de ahí me case tuve mis hijos y yo trabajaba como es este, así lavando, planchando para ayudar a mi esposo, y trabaje unos 10 años así, de ahí si me dijeron que ya pase en la casa ayudando, porque con el temor que se roben todos en la casa y ahí así, y de ahí a mis 55 años ya todo era bien, claro que no trabajaba, pero yo lavaba, planchaba cocinaba, todo hacía en la casa, en el hogar, pero y así yo no tenía ninguna enfermedad, no me dolía nada, pero desde los 61 años ya comenzó las dolencias, ya que me duele una cosa, que ya me duele otra y así, y también tengo el osteoporosis también un poco, pero no tanto pero ya lo tengo, desde ahí me sentí como a la edad que yo tengo 63 años que tengo este no es mucho que yo me sentí ya envejecida ya, no es mucho tiempo.

- **Experiencia y significación de los cambios percibidos en sí mismo, interrelaciones y roles, en las circunstancias actuales de su trayectoria vital.**

Las experiencias de los cambios biológicos, psicológicos, sociales, interrelacionales y en el desempeño de roles familiares y sociales, producen en el adulto mayor un bagaje de conocimiento personal cargado de significaciones, que hace referencia a las múltiples sensaciones de la vivencia actual del envejecimiento. En relación a esto se obtuvieron los siguientes resultados:

Experiencia de cambios en la disminución y afectación de sus capacidades físicas.

G.1.C.1.9: Claro, a un cambio bastante fuerte, especialmente la enfermedad, es la que le molesta a uno, porque ya le digo mi mami no sentía ese cambio porque era sana, somos de presión alta, una tosesita molesta, entonces da envidia de ese organismo tan fuerte que tuvo, da envidia, y cuando a mí me operaron en el 2000, y me dijo mi mami estaba muy cuerda, muy bien todavía, y me dice: ¿oye cómo llegarás a vieja, si ahorita ya que te operan que duele esto, que te duele el otro?, no ves yo cuando. Y ella era así, era así de fuerte mi mami. ¿Cómo llegarás a vieja me decía?, no se pues mami, usted ya no ha de ver (ja ja ja ja), si eso es lo que le puedo decir.

A.2.Am.1.40: Por ejemplo nosotros en, nosotros en nuestra piel mismo, se nos hace arruguitas, ya no, no sentimos nuestro, como cuando éramos jovencitas, así como usted, vea su rostro, parece de un ángel (ja ja ja), ustedes son jovencitos, por más como dice, ustedes tienen bonita vea, si tiene una bonita apariencia, y mire nosotros ya viejitas, entre más viejitas, más haciendo como pasa ya la piel, porque se va todo, se va, se va deteriorando, todo, todo la vista, no le digo todo, entonces eso, yo eso le veo el cambio.

A.2.Am.1.41: (...) las canas, el andar a veces medio jorobado y las arruguitas que tenemos, las pequitas, las manchitas que ya nos salen, ya las manitos torcidas, que ya no puedo caminar bien, y todo es cambio, no ve nacemos sucas, con el pelo negro y ya despuesito estamos con las canas, por más que nos pintemos ya no, ya no nos queda bien ya no, ya no hay como disimular, ese ese, eso es cambio para nosotros.

G.2.Ma.O.1.47: (...) desde luego, bastantísimo, yo podía atender a, a 5, 10, 20 personas, ahora atiando a dos, tres personas y ya es un cambio, un cansancio, uuy que barbaridad, yo ya es diferente, cuando yo vivía un tiempo en Santo Domingo, teníamos abierto un localcito de comida, trabajaba 36 horas seguidas, tonces para ahora fuuu, ahora estoy cansada (ja ja ja), por eso mis hijos dicen mami tiene razón, mami ahora sí descanse, pero de todas maneras

pues, sí, si es duro, ahora ya no es las mismas fuerzas. Que lavaba, que cocinaba, que los deberes, que bailaba, que cantaba, y que... si canto, si bailo, si, pero todavía, con un 10 por ciento (ja ja ja).

Cambios a nivel cognitivo, específicamente en la memoria, generándose pequeñas afectaciones en su cotidianidad.

Q.1.A.20.1: Para mí pues el cambio, cambio que se ha sentido, que se olvida las cosas también no, yo le digo a mi mujer esta pastilla voy a tomar después de la otra, ya tomé haramé acuerdo, ¡ella se olvida peor! (ja ja ja). Entonces no sé si tomé o no tomé, y mejor no tomo.

Q.1.C.20.2: Yo sí, yo si estoy perdiendo bastante la memoria, yo me dado cuenta, era olvidona, desde pequeña era olvidona, pero ahora si tengo bastante cambio, bastante, bastante, porque cojo destapo por ejemplo mi gotero, yo tengo presión alta en la vista, ya me pongo la gota, y ahora donde puse la tapa, oiga que me, pero olvido al momento, buscando la encuentro, no porque me acuerdo exactamente donde le puse, tengo bastante problema en memoria.

Q.1.L.R.20.3: Bueno claro que ahorita nos olvidamos un poquito, yo si me olvido, ya me olvido, yo se dejar, aquí dejé, aquí dejé, nada he dejado en otro lado será que despistada (ja ja ja) olvidona, si nos olvidamos ya, yo si ya me olvido (ja ja ja).

Modificaciones a nivel de sus interrelaciones familiares, principalmente por la partida de sus hijos del hogar, generándose sentimientos de soledad, tristeza y abandono.

E.1.L.7.9: (...) a lo largo de los años para mi si fue fatal, en primer lugar lo que se fueron mis hijos, yo fui una madre muy apegada a mis hijos, porque luche sola, luche sola por mis hijos y no quería aceptar pues que mis hijos se vayan, yyy como pasó el tiempo y la enfermedad de mi viejo que fue la causa de mi vida, como dice el señor cuando yo tenía mis hijos era la reina, estaba en medio

de mis tres hijos y mi esposo pues, yo era la reina, se fue mijo fue para mí como el naípe que se forma el castillo de naipes no es cierto, se fue mijo se derrumbó, se acabó, de ahí vino la enfermedad de mi esposo, una enfermedad fatal, dura, de la cual estamos luchando, ya lucho yo 3 años, pero así machamente entonces ese fue el cambio pero fatal para mí, fatal y si lo sentí, y la sigo sintiendo duro, duro mi vejez, dura mi vejez, y están ya mis hijos fuera del hogar, porque así sea que me quieran, que me llamen, que me digan esto, que me digan el otro, aquí ya no están.

O.2.Do.7.17: Yo mejor dicho, hasta el momento, es muy raro que se acuerden de uno, que digan mami vamos, bueno, por ejemplo mi hija la mayor me dijo un día, usted también si quiera haga su vida, nosotros tenemos nuestro hogar, nuestra familia, entonces que se puede hacer, ellos salen, se van, cogen a sus hijos, entonces que se puede hacer uno, uno se queda solo en la casa, yo me imagino eso no, uno no se tiene con quien salir, uno se queda encerrado en la casa, es lo que yo me he sentido por el momento, o después que pasara, así es, es lo que le puedo decir, todo lo que yo siento.

E.1.L.R.7.4: Yoo bueno uno ha tenido los hijos, los cambios cuando ellos ya se van se casan, entonces se alejan, le dejan a uno solo, ese es el cambio de mí, la tristeza de uno no, entonces a mí me ha dado mucha tristeza cuando mis hijos se han casado, hasta ahora no, esa es la tristeza que llevo en el corazón, siempre, siempre se la lleva, siempre porque que nunca pueden estar con uno siempre. Entonces no hay que hacerse a la idea de que se fueron no, que no puede estar una ahí con ellos, eso sí es tristeza cuando los hijos se van, esa es la tristeza más grande, ya los nietos son nietos ya.

Cambios en el ámbito laboral, produciéndose sentimientos de inutilidad por el cese de su vida productiva.

R.2.Ma. S.8.14: En lo laboral, el trabajo, que uno esta enseñado en ir y venir de la casa al trabajo, del trabajo a la casa, ahora ya no, por lo menos yo no puedo hacer eso, entonces es un cambio para uno bastante drástico es para mí,

yo le digo drástico, porque a mí ya, si sufrí porque yo trabajaba desde los diez años hasta los 64 años trabaje yo, también saque mis hijos adelante.

Entrevistador: ¿Por qué dejo de trabajar mi doña Ma. S?

Sra. Ma. S: Porque me dieron la incapacidad, porque yo ya no puedo hacer fuerza, no puedo barrer, no puedo trapear, yo cuidaba niños y los últimos que cuide los deje de 9 y otro de 7 años, y ahorita ya no puedo hacer eso, ya no puedo ir a trabajar en eso, yo tampoco, mis hijos tampoco me dejan, y ya no tengo esa fuerza, y yo he sentido cambios en mi vida en eso.

R.2.GL8.8: Que nos vamos ya de poco a poco sintiendo más viejitas que no podemos hacer ninguna cosa, yo trabaje hasta los 55 años y talvez de que si me da alguien trabajo, yo si trabajo, porque yo me he criado en un campo que bien comida es decir bien alimentadita y tuve para tener fuerzas, soy madre de 7 hijos y no me ha decaído las fuerzas hasta los 55 años así, que ahora si ya voy sintiendo un poco que me siento decaída ya no avanzo hacer así bien, bien las cosas.

R.2.Ma.8.15: Relacionado al envejecimiento igual, yo he sentido un cambio que, yo al trabajo, ya no se puedo trabajar no, ya uno, uno se siente, yo por mí, que cuando yo deje de trabajar por mi enfermedad, ya me dijeron que no, no trabaje, yo igual me sentí bastante mal, peor me enferme. Entonces, yo, yo veo pues de aquí uno no se va a poder vuelta recuperarse, bueno mañana, para el otro año voy a, a recuperar, ahí si me voy a poner a trabajar y no, eso ya no, entonces uno hay que, yo ya tengo el que uno en vez de, de progresar en, como le digo en las fuerzas ya no, yo veo que ya no, yo ya no puedo, mejor dicho.

- **Formas de afrontar los cambios.**

Conjunto de estrategias y capacidades que genera el ser humano, en este caso las personas adultas mayores, de manera adaptativa para hacerle frente a los múltiples

cambios biológicos, psicológicos y sociales que vivencia en este momento de su trayecto vital. Respecto a lo antes mencionado se presentan los siguientes resultados:

Negativa a la improductividad, manteniéndose activos con labores personales, en donde manejan su propia economía.

S.1.G.10.3: Pero como yo toda la vida, desde que tuve 12 años y medio empecé a trabajar y sigo trabajando, para mí el día que dejo de trabajar es cuando me enfermo, yo para mí el trabajo es salud, entonces yo hasta ahora trabajo dando gracias que todavía puedo trabajar y puedo hacer mis cosas, como se dice administro yo mi dinero, entonces no tengooo porque sería muy grave porque por una enfermedad yo tenga que dejar de trabajar, ya que a estas alturas esperar que mi hijo me diga mami tome este dólar, mi otra hija tome mamá este otro dólar. Mejor a mi familia yo digo, yo cojo y les doy a mis hijos, mami esto ya, yo te doy yo te pongo, ya así. Entonces yo hasta ahorita digo dando gracias a Diosito que me tenga y yo hasta ahora trabajo entonces, para mi digo el trabajo es una salud que nos da a todos.

S.1.Ca.10.1: Yo le diré que para hacer las cosas si me ha levantado el ánimo, por lo menos para limpiar una hierba, lo que sea yo me levanto de mañanita, hasta que caiga el sol, eso yo hago eso si para que no me ha puesto el cuerpo nada de pesado, nada eso sí.

S.1.G.10.4: Eso digo el día que yo ya no pueda trabajar eso es que digo Diosito, ahí sí que ya me he de sentir más vieja, porque yo todavía ahorita digo no yo cuando tenga 70 y un pite más he de decir estoy viejita, pero todavía no estoy (ja ja ja) eso.

S.1.C.10.6: Yo siempre quise, aún en cuanto trabajo todavía, pero mis hijos, ya mami no trabaje. No mijito a mí me gusta la calle y yo en la calle voy a estar (ja ja ja).

S.2.Am.10.20 (...) también me gusta tener limpia mi casa, siempre ando limpiando y me entretengo, a pesar de que limpio y me entretengo, todas las tareas las hago yo en la casa y a mí me encantan las flores, me encantan sembrar flores, y eso es para mí es, es como una terapia también sembrar, cosechar, eso, eso es muy lindo, entonces eso yo me relajo, yo ya no estoy pensando en nada ya nada y ya cuando ya dentro adentro a cocinar a limpiar, prendo la radio María que eso es, ahí escucho de todo, entonces yo, yo vivo feliz, nooo, yo vivo bien.

La integración al grupo de adultos mayores ha promovido un mejor manejo de los cambios experimentados actualmente en el envejecimiento.

V.2.Am.22.2: (...) y peor ahora mejor que estamos aquí reunidos, a mí me ha servido, me ha dado bastante, yo también he cambiado, ahora ya me gusta salir, que el lunes me voy aquí a bailoterapia, y que le martes también, a veces paso en la casa haciendo las cosas, y el miércoles para acá corriendo, yo me vengo más que sea atrasada pero llego aquí, y los jueves yo hago otra misión, yo me voy a visitar enfermos, que también eso, eso, eso es el cómo dice que, es que dice yo tengo fe, pero si no tengo obras para que, entonces para mí lo importante es lo espiritual más que las cosas de la tierra, porque lo espiritual eso se va conmigo, las cosas aquí de la tierra se quedan, entonces eso me ayudado bastante y vivir, no digo me siento bastante bien aquí con ustedes que nos dan estas charlas, yo agradezco a Dios y agradezco también aquí, a este grupo de jóvenes que, que se han acordado (...)

V.2.Ma.O.22.3: Los cambios, es algo, algo significativo para nuestra vida porque enlazarse con estas amistades tan lindas, el compartir, el de venir un ratito por lo menos, salir de los encierros que hemos tenido y venir a compartir es algo maravilloso. Imagínese si, yo si le doy gracias primero a Dios, al señor General Paco Moncayo porque fue el proyecto de él, en abrir las puertas de esta manera y el de ver que el adulto está abandonado y de ahí si él trabajó en ese proyecto y nos hizo partícipe de esto, fui una pionera de eso, es que nos relacionábamos con el señor y las consultas, los trabajos, los talleres, todo eso que fuimos para complementar, para llegar a este punto, eso fue algo

maravilloso porque en la realidad fue una linda persona, el habernos guiado hasta este punto.

V.2.Le.22.4: Que este, como ser, en la memoria misma que aquí con la ayuda de ustedes siempre nos han dado un poquito más de terapia así de la memoria, entonces de lo que andábamos así un poco perdidos, que no nos acordamos, este a veces, este nos dicen así es de este modo, de este otro, este nos hacen dibujar, nos dan los temas que, que podemos, que nos queda un poquito algo mismo este, en el cerebro y eso es lo que digo que es un cambio más lindo, que lo que hemos vivido nosotros los adultos mayores aquí, este aquí en 60 y piquito por ustedes, que nos, nos tienen esa atención, nos dicen esto vamos hacer, nos hacen los juegos, nos hacen los ejercicios para comenzar todo eso, a nosotros nos va quedando , este, eso, eso bonito lo que no hacen.

Buscan un sentido de vida primordialmente en sus hijos, para así poder afrontar las pérdidas experimentadas.

B.1.1.Ca.11.4: (...) y ese gusto de que ya los hijos están formados, están bien y siempre uno está pensando en ellos, yo también tengo uno en el Oriente que casi ni viene, entonces yo lo primero lo que hago es levantar y le doy la bendición, me sabe llamar, me dice mami creo que hoy no me ha dado la bendición estoy medio mal, le digo ya te voy a mandar unos cinco mijitos y yaaaa se recompensa (ja ja ja). Entonces eso le da a uno el gusto de seguir viviendo, seguir adelante, la satisfacción de haber cumplido, los míos unos estudiaron, otros no, cuando algo me dicen, le digo no fue por mí, yo siempre les di de comer, si hubo para darles estudio y ustedes no aprovecharon, entonces ahora defiéndanse nomas, ya tranquilitos, ya eso es problema de ustedes. Entonces esa es la satisfacción que tengo de seguir viviendo.

B.1.1.LR.11.2: Bueno yo, uno se siente bien, misión cumplida con los hijos, con los nietos no puedo decir porque ellos tienen sus padres no, mis hijos son buenos, misión cumplida, me da sentido el haberles criado bien, el haberles enseñado a trabajar, a ser trabajadores honrados, eso me da sentido, estoy

orgullosa de ellos, y eso es lo que me hace seguir luchando también, seguir viviendo, ser tranquila, tengo tranquilidad, tengo felicidad, eso.

B1.2. Ma.S.11.8: A mí me da sentido, la vida me da sentido mis hijos, mis nietos, mi nieto, con ellos paso, no me dejan sola, si no es el uno de mañana, es el otro de noche, a veces salen de mañanita a trabajar, y ellos me dan sentido a mi vida ahorita, yo estoy feliz conmigo.

- **Práctica de creencias religiosas.**

C1.2. Am.21.1: Si no hubiera sido por Dios, que hubiese sido de mi vida, yo también pensaba muchas veces hasta suicidarme, porque antes de conocer a Dios si pensaba en eso, porque la vida es bien duro uno ser padre y madre para sacar adelante a los hijos, entonces yo he escuchado siempre la palabra de Dios, en mis quehaceres con mi radio, eso me ayudado bastante, a sintonizar emisoras que dan consejos y eso me ayudado bastante, si me sentido ósea como dicen relacionada, aunque escuchando.

C1.2.Le.21.2: (...) porque, porque Diosito es grande, Diosito es bondadoso y él me ha dado para que yo sea fuerte, que yo sea este a la edad que yo tengo, este que no me ha dolido que digamos, todavía mucho, no tengo tanta enfermedad, otras personas dicen ay me duele esto, me duele este otro.

C.1.1.Ca.21.3: Yo comprendería el sentido que da la vida, seguir viviendo, es primero dar gracias a Dios por la salud, medianamente con dolores, pero tenemos salud, ehh hay que darle gracias a Dios.

- **Proyecciones a futuro.**

Percepción de sí mismo en el tiempo, rodeada de diferentes expectativas, temores, deseos, etc., en donde se podrán generar experiencias a corto, mediano y largo plazo en el sujeto. Presentándose los siguientes resultados:

Está rodeada de inseguridades, incertidumbres y tristeza, relacionado principalmente con el deterioro de sus capacidades, la soledad y el no tener quien vele por su integridad.

B.1.L.12.2: Y pensar que igual voy a quedarme sola, ni mi viejo y es como ya no estar ni con mi viejo, porque con el ya no podemos dialogar, una opinión, el ya no sabe, él es ni un niño, porque si al niño le digo, ve mijito que te parece vamos hacer ahora café, él ya no, ya no, entonces las decisiones las tomo yo sola, yaa para mi si es bien duro, bien duro.

D.1.1.G.12.3: Para mí, de aquí yo tal vez digo Diosito dame vida unos veinte añitos más, para seguir como soy, porque no quiero desfallecer de lo que soy, a mí me gusta ser activa, tener mis amistades, darles unos buenos consejos, porque uno quiere lo mejor para el resto de compañeras, claro que usted sabe que en la viña del señor tenemos de todo, entonces uno tiene que saber llevar la vida así.

D1.2.Te.12.5: Yo si me siento triste en mi vejez, porque yo ya cada vez voy deteriorando ya sigo más mayor, más mayor y no se después que ya esté más viejita que será de mí, porque tengo unos hijos irresponsables, que no se duelen de la madre, eso es mi preocupación.

D1.2.Te.12.6: Dentro de unos años, en el paraíso, ya me moriré, estaré bajo tierra, yo no sé (ja ja ja), no se después de unos años que pasará.

D1.2. Am.12.4: Dios mío, ¿cómo iré a vivir hasta cuando me tendrá Dios?, ¿cómo será mi vida?, porque uno se va deteriorando cada año, es menos, es menos la capacidad que uno tiene, para nada ya, eso.

- **Sentido de la muerte.**

Conjunto de significados que giran alrededor del fin de la vida de un ser humano, mismos que pueden ser de negación o aceptación, dilucidándose lo siguiente:

Evidencian aceptación de la muerte como proceso normal del trayecto vital.

F1.1. L.9.2: Que pienso sobre la muerte, en vista de que uno se pasó ya que se, no tengo padre ni madre, eeh, así sufrirán mis hijos, pero de ahí que ha de llegar, ha de llegar, no le tengo miedo a la huesuda (ja ja ja), cualquier rato estoy lista.

F1.2.Ma.S.9.7: Yo pienso que la muerte es algo natural, que todo, todos esperamos eso, yo por lo menos en mi persona, yo no le tengo miedo a la muerte, si Dios me lleva ahorita, estoy conforme con Dios a la voluntad de él, yo no le temo a la muerte, eso es lo que siempre le he dicho a mis hijos a veces, porque a veces les digo hace poquito les dije, verán en tal parte están las escrituras de la casa, estas cositas, el uno me dice el mayor me dice, ay mamita ya está hablando pendejadas, hablando pendejadas, no mijito eso no es pendejada, es algo que uno tiene que pensar, si ahorita estoy viva, mañana estoy muerta, eso para que con el tiempo ustedes recuerden lo que les estoy diciendo y no les gusta, no les gusta de que yo diga muerte.

F1.2. Ma.9.8: A la muerte le digo, a la muerte nunca hay que tener miedo le digo que uno nunca se sabe le digo hasta cuándo vamos a vivir, por ejemplo, ahorita le digo yo estoy hablando contigo, más después le digo yo ahorita no estoy le digo allá, yendo le digo a los ejercicios, me coge ahí le digo la muerte y que tengo que hacer, nada, si muero, muero le digo.

G1.2.G1.9.9: La edad, tal vez por la edad ya se murió, ya era hora, ya era tiempo que se muera, porque ahora como dicen ya gracias a Dios que hemos vivido, hemos pasado el medio siglo, entonces ya como que ya no, que podemos hacer, ya no podemos esperar nada porque ya más viejito ya es hasta un estorbo, tal vez seamos para los hijos, para los yernos, para las nueras, entonces una aceptación de la muerte para los adultos mayores que vamos en camino de eso, yo pienso así, no sé si sea así.

11. Análisis de los resultados

Los adultos mayores se perciben a sí mismos, en unos casos disminuidos en comparación con la imagen que tenían de sí, debido a las disminuciones físicas experimentadas y al trato discriminatorio y excluyente recibido frecuentemente del entorno inmediato. Otros en cambio, se perciben aún: activos, independientes y útiles. Sin embargo, todos reconocen que la percepción de sí se ha fortalecido con el sentido de utilidad, como efecto de la experiencia de trabajo grupal, la misma que les ha permitido generar optimismo, reconocimiento de sus posibilidades de acción, sentirse más ágiles e identificarse con el grupo de adultos mayores.

Al parecer el trato excluyente podría estar relacionado con la falta de conocimiento que presentan los adultos mayores y la comunidad, sobre los derechos de este grupo etario que es considerado de atención prioritaria. A la vez, como se evidencia, el grupo puede estar jugando un papel fundamental en la vida de las personas adultas mayores, debido a que este espacio genera dinámicas de actividad y productividad, y por otro, brinda un sostén emocional como red de apoyo.

D.2.Le.16.2: Como le decía más antesitos yo me sentía decaída, me sentía este... así agobiada de los quehaceres en la casa, me ponía a pensar que no me sacaban, así mismo que yo no salía, porque a mí no me gustaba salir a mi sola, y ahora no, vuelta yo ahora, uchaaa dicen a tal parte nos vamos, yo cojo solita, yo me baño y me visto y me vengo, digo yo me voy, yo sé que ya este, este en cualquier lado que nos vamos ya nos unimos, todos los adultos mayores, entonces digo yo no voy a estar sola ahí, yo me voy, yo me siento bien ágil ahora, en esa, en ese aspecto.

El envejecer es asumido como un proceso a lo largo del trayecto vital, cargado de pérdidas y ganancias, en el que se va adquiriendo experiencias y en este momento de sus trayectorias vitales se asocia, por una parte, como ganancia la acumulación de conocimientos y como pérdida la vejez asociada al deterioro corporal.

Probablemente estas pérdidas en el grupo de adultos y adultas mayores están en estrecha relación a cierto tipo de enfermedades crónicas que merman su desempeño en las actividades cotidianas que realizan.

J.2.Ma. O.15.2: Bueno el envejecimiento es lo positivo y lo negativo también no, porque mientras vamos viviendo, hemos adquirido experiencias, hemos, hemos vivido una vida también digamos coparticipe de muchas cosas, porque si bien es cierto, si las enfermedades, si las preocupaciones, bueno eso es el diario vivir, porque de todas maneras nadie puede estar libre de una enfermedad, nadie está libre de cualquier preocupación.

El ser adulto mayor es para los investigados: sentirse una persona mayor de 60 años que cuenta con acceso prioritario a: beneficios, derechos, preferencias, ventajas, facilidades y el respaldo de la ley, por parte de entidades estatales y municipales. Y a la vez, el acceder a dichos servicios promueve ser un adulto mayor activo y saludable.

Esto quizá pudo haber despertado mayor interés de conocimiento de derechos, y a la vez un empeño en transmitir este aprendizaje y hacer el ejercicio de sus derechos como adultos mayores.

I.2.Ma. S.5.15: Yo entiendo que adulto mayor, cuando dice usted ¿Qué es adulto mayor?, es como lo que ahorita nos dicen a los adultos mayores como nosotros, de los 60, pasados los 60, ya somos adultos mayores, que ahorita ya tenemos preferencias por los municipios, por el médico, por todas fundaciones,

como ustedes que vienen a darnos estas clases que gracias a Dios, que vienen a vernos, como psicológicamente, eso entiendo yo ahorita por adulto mayor.

Los sentimientos y valoraciones que giran alrededor del envejecimiento manifiestan características que dilucidan: esperanza, aceptación, fuerza para continuar, ganas para actuar, todo esto a pesar de los cambios bio-psico-sociales experimentados y que pueden tener como efecto un deterioro paulatino.

Señalan además que el envejecer venía siendo para ellos una experiencia limitada a un “mundo cerrado”, donde se ignoraban las posibilidades de participación que tenían, mientras ahora, al incluirse como parte del grupo de adultos mayores, las perspectivas cambiaron, así como su disposición.

Por otro lado, valoran como importante que los hábitos mantenidos a lo largo de la vida, como la alimentación, ha promovido un mayor bienestar en el vivenciar actual del envejecimiento; manifestando preocupación por las generaciones futuras y venideras debido al estilo de vida que mantienen en la actualidad. Así mismo, el trabajo físico desde edades tempranas predominante a lo largo de sus trayectos vitales, ha tenido como consecuencia que las afectaciones corporales sean prematuras y se agudicen.

Se observa como esa visión optimista ante el proceso de envejecimiento está influenciada por la participación en el grupo de adultos mayores, que es sentida por cada uno de los investigados como apoyo fundamental.

V.1.L.18.2: Bueno ahora con todo lo que se ha vivido y estamos gracias a Dios, yo no me he de cansar de dar gracias a Dios, este, por todas estas charlas, por todas estas cosas, si nos sentimos bien ya, bien y como es la palabra ehhh principal activas y saludables del 60 y piquito, y adelante Ecuador, adelante.

Los adultos mayores experimentan disminución de sus fortalezas y capacidades físicas, vinculadas a la presencia de enfermedades que han deteriorado considerablemente su desempeño. Además, la manifestación de alteraciones cognitivas como dificultades mnémicas, entre otras, inciden en el desempeño normal de sus actividades cotidianas y en la valoración de sí.

Así mismo, se presentan cambios en el ámbito de las interrelaciones familiares por la partida de los hijos del hogar, produciéndose negación, tristeza, sentimientos de soledad y abandono.

Por otra parte, las modificaciones experimentadas por el cese de su vida laboral ha traído consigo la presencia de: sufrimiento, sentimientos de inutilidad. Lo que se agrava al vivenciar dificultades físicas, falta de fortaleza y capacidad, así como la posición que tienen los hijos de impedirles continuar con sus actividades laborales.

R.2.GI.8.8: Que nos vamos ya de poco a poco sintiendo más viejitas que no podemos hacer ninguna cosa, yo trabaje hasta los 55 años y talvez de que si me da alguien trabajo, yo si trabajo, porque yo me he criado en un campo que bien comida es decir bien alimentadita y tuve para tener fuerzas, soy madre de 7 hijos y no me ha decaído las fuerzas hasta los 55 años así, que ahora si ya voy sintiendo un poco que me siento decaída ya no avanzo hacer así bien, bien las cosas.

Las circunstancias mencionadas han generado el interés de las personas adultas mayores de contrarrestar las limitaciones a través de acciones que fortalezcan sus capacidades físicas y cognitivas, tal como se observa en la disposición que tienen para realizar actividades en el grupo.

Ante los cambios bio-psico-sociales experimentados se generan estrategias de afrontamiento, tales como una negativa a la improductividad, en donde el trabajo y las diferentes actividades diarias van a estar asociadas a la salud, bienestar, entretenimiento, relajación, terapia y felicidad. Esto evita que los sentimientos de envejecimiento se intensifiquen y puedan disponer de su propio dinero. Así mismo, la integración y participación en el grupo de adultos mayores ha generado un cambio sobre su bienestar personal, fomentando el establecimiento de amistades, evitando el encierro y permitiendo el compartir con otros; esto gracias al trabajo realizado y los talleres impartidos.

Además, el bienestar y progreso de los hijos constituye para las personas adultas mayores investigados un sentido para sus propias vidas y les da la fuerza suficiente para encarar los cambios experimentados en sus vidas en las actuales circunstancias. Y como complemento estratégico continuo está presente las prácticas y creencias religiosas, por medio de las cuales encuentran ayuda, consejos, fortaleza y salud.

La mayoría de adultos mayores no cuentan con una pensión jubilar o acceso al bono de desarrollo humano, por lo que se empeñan en desarrollar algún tipo de actividad laboral para solventar sus necesidades básicas, como venta de comida, bordados, pequeñas tiendas, entre otras. Se destaca que en su vida han tenido que estar luchando cada día por satisfacer sus necesidades y esto es parte de su estilo de vida.

S.1.G.10.4: Eso digo el día que yo ya no pueda trabajar eso es que digo Diosito, ahí sí que ya me he de sentir más vieja, porque yo todavía ahorita digo no yo cuando tenga 70 y un pite más he de decir estoy viejita, pero todavía no estoy (ja ja ja ja) eso.

En cuanto a cómo se proyectan en el futuro, se evidencia: inseguridades, incertidumbres y tristeza, temiendo el deterioro de sus capacidades, la soledad y el no contar con el apoyo de sus hijos en el futuro, para que se hagan responsables de sus cuidados.

Al parecer este cúmulo de incertidumbres e inseguridades, si se consideran comentarios recogidos en las notas de campo, se relacionan con la presencia de problemas familiares, tanto con los hijos, nietos y familia política, esto sobre todo enmarcado en discusiones que tienen que ver con aspectos económicos y espacio de convivencia.

D1.2.Te.12.5: Yo si me siento triste en mi vejez, porque yo ya cada vez voy deteriorando ya sigo más mayor, más mayor y no se después que ya este mas viejita que será de mí, porque tengo unos hijos irresponsables, que no se duelen de la madre, eso es mi preocupación.

Y finalmente, haciendo referencia a los sentidos que giran alrededor de la muerte, se muestra aceptación, falta de temor y expectativa, ante este suceso que es tomado como un proceso normal en sus trayectorias vitales.

Esta aceptación de la muerte, parece estar asociada a que algunas personas adultas mayores desean el fin de su vida, ya que la asocian con múltiples sufrimientos pasados

F1.1. L.9.2: Que pienso sobre la muerte, en vista de que uno se pasó ya que se, no tengo padre ni madre, eeh, así sufrirán mis hijos, pero de ahí que ha de llegar, ha de llegar, no le tengo miedo a la huesuda (ja ja ja), cualquier rato estoy lista.

12. Interpretación de los resultados

Los cambios vivenciados por las personas adultas mayores investigadas se manifiestan por transformaciones en sus capacidades físicas y cognitivas, modificaciones en las interrelaciones familiares debido a la partida de sus hijos del hogar, lo que genera sentimientos de soledad, y en lo laboral por el cese de su vida productiva. Tal como lo menciona la OMS (2015), el envejecimiento será entendido como un proceso complejo y aleatorio que presenta cambios biológicos, además una modificación en los roles y las posiciones sociales, mediado por una necesidad de hacer frente a la pérdida de relaciones estrechas.

Así, los adultos mayores evidencian la necesidad de adaptación al medio social bajo las circunstancias actuales que muestra su trayectoria vital. En esta perspectiva, se generan estrategias de afrontamiento que se relacionan con la búsqueda de un sentido de vida a través de sus hijos, y con una negativa a la improductividad manteniéndose dinámicos en labores personales. Estas actitudes resultan coincidentes con las recomendaciones de la Segunda Asamblea Mundial para el Envejecimiento realizada en Madrid (2002), donde se promueve la participación plena y activa de las personas adultas mayores en la sociedad, manteniendo una intervención constante en la economía de su contexto, en actividades laborales productivas, siempre y cuando desee y pueda hacerlo.

El aporte a la economía y el desarrollo de la sociedad por parte de las personas adultas mayores da mucha importancia, si bien su labor no es considerada como un aporte económico neto para la familia, en muchos de los casos son ellos quienes se encargan de cuidar a sus nietos o gestión de trámites legales o civiles que aportan a un

adecuado desarrollo familiar. Así también el Gobierno Nacional del Ecuador considera a las personas adultas mayores una fuerza importante dentro del modelo de participación ciudadana, ya que reconoce la valía de un adulto mayor, que dispone de tiempo y se involucra en varias actividades para su desarrollo personal, familiar y social.

Los cambios vivenciados por las personas adultas mayores y las múltiples estrategias que desarrollan para poder afrontarlos, han implicado modificaciones en la concepción de sí mismos. Así, la mayoría se percibe disminuido en comparación con la imagen que tenían anteriormente de sí, por las afectaciones físicas experimentadas y el trato discriminatorio y excluyente recibido frecuentemente por la sociedad.

En relación a este último aspecto la Segunda Asamblea Mundial para el Envejecimiento (2002), plantea abolir todo tipo de maltrato y violencia hacia las personas adultas mayores, que se permita un mayor reconocimiento de los mismos en la sociedad y con las autoridades estatales. Hechos que no son muy notorios en nuestro contexto y en las personas adultos mayores investigadas, puesto que los tratos discriminatorios y despectivos se manifiestan incluso desde las mismas personas adultas mayores.

La percepción de sí mismos en el tiempo está rodeado de inseguridades e incertidumbres, principalmente por no poder contar con sus hijos a futuro para que se hagan responsables de sus cuidados. Este temor es legítimo porque las personas adultas mayores requieren de un sostén a futuro, tal como refiere la investigación titulada “Aspectos Subjetivos del envejecimiento: redes de apoyo social y autonomía de la población adulta mayor de Medellín” (2003): la percepción subjetiva de relaciones y

apoyo familiar favorable que aportan en el bienestar psíquico del adulto mayor, y a la vez en el fortalecimiento de su independencia.

Por otro lado, el adulto mayor al determinar una concepción de sí mismo, despeja la idea de un temor latente por la muerte, manifestando una aceptación de la misma; esto ira en relación con lo que menciona Salvarezza (2011), la personalización de la muerte, donde esta se vuelve una posibilidad de ser real para sí mismos.

Al evidenciar la percepción que tienen los adultos mayores sobre el envejecimiento, se dilucida que el envejecer es entendido como un proceso a lo largo de la vida. Esto se puede ver en el enfoque del “*Life Span*”, que según Lalive d’ Epinay y Otros (2011), se mira al desarrollo del ser humano de manera integral, en donde el envejecimiento irá paralelo al mismo, lo que permite analizar el desarrollo de los ciclos vitales desde una total existencia de la vida del sujeto.

Por otro lado, el envejecimiento al ser tomado como un proceso, presenta pérdidas y ganancias. Ganancias como la acumulación de conocimientos y pérdidas en la vejez asociadas al deterioro corporal. Tal como lo manifiesta Erickson (1985), citado por Villamar (2005), en su teoría del desarrollo psicosocial, pues incorpora la perspectiva de proceso, en el que las personas van adaptándose, con la concurrencia de pérdidas y ganancias.

Momento complejo en la vida del sujeto, en donde se debe tomar una decisión en tanto al accionar dentro de la esfera socio-cultural determinante al momento de darle un sentido a la pérdida o a la ganancia, y la manera en que va a ser integrada por la persona. Como lo sostiene Erickson (1985), citado por Villamar (2005), dentro del

envejecimiento una de las encrucijadas más importante es el hecho de ser y haber sido matizado desde la percepción subjetiva del resultado en la interacción del sujeto y su campo fenoménico.

Con todo lo mencionado se puede apreciar como las personas adultas mayores manifiestan un cumulo de experiencias vividas dentro de la esfera socio-cultural, las cuales se han desarrollado a lo largo de sus ciclos vitales y son experimentadas de manera particular, pero no de forma inmediata, en donde la historicidad de cada sujeto constituye un factor importante para la conformación de la identidad.

Todo esto constituye la percepción subjetiva del envejecimiento, esa interiorización de la construcción de los símbolos y significados propios de la persona adulta mayor, que se han manifestado en tanto al envejecimiento, vivenciándolo como un proceso continuo, con la acumulación de experiencia y conocimiento, múltiples afectaciones de sus capacidades físicas y cognitivas, sentimientos de soledad por la pérdida de sus hijos, sentires de improductividad por el desapego laboral e incertidumbre de su futuro.

Pero a pesar de esto se manifiesta una visión optimista de envejecimiento, saber que cuentan con redes de apoyo para superar los cambios que se generan, negarse a ser un ente improductivo, aceptar la muerte, buscar un sentido de vida en los hijos, y sobre todo percibirse como personas adultas mayores que buscan estrategias de lucha para ser un ente activo y productivo, eliminando estereotipos y sesgos de su condición.

Conclusiones

- En respuesta a los objetivos planteados se puede identificar que la percepción subjetiva del envejecimiento por parte de las personas adultas mayores está influenciada por sus trayectorias vitales y los cambios biológicos, psicológicos y sociales experimentados en este momento de sus vidas.
- Las personas adultas mayores durante el proceso de envejecimiento han experimentado cambios a nivel biológico que se manifiestan en enfermedades, lo que ha repercutido en el desarrollo de sus actividades cotidianas y laborales, despertando esto múltiples sentimientos de inutilidad.
- El cambio cognitivo es percibido como el más notorio en las personas adultas mayores, se manifiesta en la disminución de la memoria, lo que dificulta la realización de ciertas actividades cotidianas.
- Las interrelaciones familiares son percibidas por parte de las personas adultas mayores por sentires de abandono, soledad y tristeza, a consecuencia de la partida de los hijos del hogar.
- El grupo investigado señala que para afrontar los cambios experimentados, se niegan a la improductividad; plantean una participación activa en el grupo y buscan un sentido de vida en sus hijos. Todo esto mediado por la práctica de creencias religiosas.
- Las personas adultas mayores investigadas se perciben a sí mismos como productivos y autosuficientes, tal como han sido la mayoría de sus trayectorias vitales, aclarando que la participación en el grupo de adultos mayores ha promovido una mayor autonomía en sus integrantes.

- El grupo de personas adultas mayores expresan que los cambios físicos experimentados se asocian a la presencia de enfermedades. A su vez, ellas afectan su estima y como consecuencia surge una auto-valoración de decadencia e inutilidad, a su vez, alimentada por actitudes discriminatorias del contexto.
- Las personas adultas mayores se perciben a futuro con inseguridades, incertidumbres y tristeza, debido a la perspectiva de: deterioro de sus capacidades, soledad y temor de no contar con sus hijos a futuro.
- Las personas investigadas manifiestan aceptación de la muerte, considerándola como proceso natural del ciclo vital, y se la vivencia sin angustia, ni temor en la gran mayoría.
- El envejecimiento es entendido por los adultos mayores como un proceso a lo largo de la vida, con la presencia de pérdidas relacionadas con la afectación y disminución de sus capacidades, y ganancias en tanto a beneficios y derechos con los que cuentan.
- La percepción subjetiva del envejecimiento está conformada por sentimientos de optimismo y aceptación, por una parte y por sentimientos de merma producidos por el paulatino decaimiento experimentado sobre todo frente al quebranto de la salud.
- El sentido que gira alrededor del ser una persona adulta mayor, es el de concebirse como un sujeto mayor de 60 años que cuenta con derechos y beneficios, a los que tienen acceso de manera activa.
- Al interaccionar pérdidas y ganancias como parte de su envejecer, los adultos mayores sujetos a la investigación se niegan a la posibilidad de un envejecer

“inútil” por lo que buscan constantemente involucrarse con actividades familiares, relacionales e incluso físicas, con el objeto de mantenerse activos.

Recomendaciones

- Fortalecer en las instituciones públicas la presencia de espacios de acogida hacia el grupo de personas adultas mayores, promoviendo actividades de esparcimiento y transmisión de conocimiento.
- Generar un espacio de escucha y contención continuo que permita tramitar los múltiples sentires subjetivos que manifiestan las personas adultas mayores.
- Generar y fortalecer políticas que promuevan los derechos de las personas adultas mayores directamente a estos y a la sociedad en general, siendo el vocero principal de los mismos el propio adulto mayor.
- Realizar y fortalecer políticas de estado que permitan una adecuada atención, a las necesidades de las personas adultas mayores, enfatizando en la atención de aquellas que presenten afectaciones en sus capacidades físicas y cognitivas.
- Promover en las personas adultas mayores, sentimientos de confianza y aceptación de los cambios a futuro, y la generación de objetivos y metas.
- Fomentar en las personas mayores de 60 años un conocimiento adecuado sobre el término adulto mayor, y darles a entender que este adquiere significado cuando reclaman sus derechos y beneficios de manera activa.
- Promover proyectos investigativos que permitan el fortalecimiento del bagaje teórico en relación a este grupo etario, romper prejuicios y a la vez permitir que el adulto mayor sea visibilizado en la sociedad.
- Promover proyectos investigativos que logren identificar el aporte al desarrollo de la sociedad y su influencia dentro de la economía familiar y social.

Anexos

Anexo 1: Formato de entrevista semiestructurada utilizada en los grupos focales.

- ¿Qué es para ustedes envejecer?
 - ¿Cuándo se han sentido envejecer?
- ¿Qué es para ustedes ser adulto mayor?
- ¿Cuáles son los cambios que ustedes han sentido con el paso de los años?
 - Biológicos
 - Emocional-Afectivos
 - Vínculos
 - Habilidades mentales
 - Laboral
 - Familiar
 - Rutina diaria
 - Sentir personal
- ¿Cómo están afrontando estos cambios?
- ¿Cómo se ven ahora?
- ¿Cómo se sienten ahora consigo mismos?
- ¿Qué les da sentido a sus vidas?
- ¿Cómo se ven dentro de unos años?
- ¿Qué piensan ustedes de la muerte?

Anexo 2: Consentimiento informado para la realización y uso de información de los grupos focales.

INVESTIGACIÓN: “PERCEPCIÓN SUBJETIVA DEL ENVEJECIMIENTO”

GRUPO DE ADULTOS MAYORES “DE CASA SOMOS”, EN EL SECTOR LA
ROLDÓS-PISULÍ DE LA CIUDAD DE QUITO.

2015-2016

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,.....

... con cédula de identidad No., miembro del grupo de adultos mayores “Casa Somos”, en el sector La Roldós-Pisulí, del Norte de la ciudad de Quito, conocedor de la investigación “Funciones cognitivas, calidad de vida y percepción subjetiva del envejecimiento”, la misma que se encuentra realizando la carrera de Psicología de la Universidad Politécnica Salesiana, a través de dos docentes y estudiantes de los últimos semestres, entre Diciembre del 2015 y Julio del 2016, manifiesto estar de acuerdo en participar en el grupo focal sobre la “percepción subjetiva del envejecimiento en el adulto mayor”, con la condición de que mi nombre permanezca en el anonimato.

FIRMA

HUELLA DIGITAL

Anexo 3: Consentimiento informado ficha sociodemográfica.

Investigación desarrollo cognitivo, calidad de vida y percepción subjetiva del envejecimiento, UPS 2016, (en proceso).

INVESTIGACIÓN: “FUNCIONES COGNITIVAS, CALIDAD DE VIDA Y PERCEPCION SUBJETIVA DEL EVEJECIMIENTO”

GRUPO DE ADULTOS MAYORES, DEL CENTRO DE DESARROLLO COMUNITARIO, EN EL SECTOR LA ROLDOS DE LA CIUDAD DE QUITO

2015-2016

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,,
con cedula identidad N°....., miembro Grupo de adultos mayores, del Centro de Desarrollo Comunitario, en el sector la Roldos, en el sector norte de la ciudad de Quito, **conocedor de la investigación** “Funciones cognitivas, calidad de vida y percepción subjetiva del envejecimiento”, la misma que se encuentra realizando la Carrera de Psicología de la Universidad Politécnica Salesiana, a través de dos docentes y estudiantes de últimos años, entre Diciembre del 2015 y Julio del 2016, manifiesto estar de acuerdo en participar a través de encuestas, reuniones grupales y aplicación de pruebas psicológicas, a condición de que mi nombre permanezca en el anonimato.

FIRMA

HUELLA DIGITAL

Quito, Enero de 2016

Anexo 4: Ficha sociodemográfica.

Investigación desarrollo cognitivo, calidad de vida y percepción subjetiva del envejecimiento, UPS 2016, (en proceso).

INVESTIGACIÓN: “FUNCIONES COGNITIVAS, CALIDAD DE VIDA Y PERCEPCION SUBJETIVA DEL EVEJECIMIENTO”, CON EL GRUPO DE ADULTOS MAYORES, DEL CENTRO DE DESARROLLO COMUNITARIO, EN EL SECTOR LA ROLDOS DE LA CIUDAD DE QUITO

OCTUBRE 2015- JULIO 2016

1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN Ficha Nº 00.....
- 1.1. Nombres y apellidos
- 1.2. Género: Hombre..... Mujer.....
- 1.3. Lugar de nacimiento.....
- 1.4. Edad. Fecha de nacimiento.....
- 1.5. Estado Civil: Casada/o..... Unido/a..... Soltero/a
- Viudo/a..... Divorciado/a
- 1.6. Creencia religiosa: No..... Si: Cual, especificar.....
- 1.7. Domicilio
- 1.8. Teléfonos..... Celular.....
2. SITUACIÓN DE VIVIENDA
- 2.1. Vive en casa: propia.....arrendada..... prestada.....arrimado/a...
- 2.2. Vive con: Solo..... Pareja..... Hijos..... Otro, especifique
3. RELACIONES FAMILIARES:
- 3.1. Predominio de : Armonía Dificultades.....
- Cuales indicar:
- 3.2. Familiar o persona de referencia, especificar nombre y relación con teléfono:
4. ESTUDIOS:
- 4.1. Sin estudios (no sabe leer y escribir)
- 4.2. Estudios mínimos (primeros años de escuela: lee y escribe).....
- 4.3. Estudios primarios completos
- 4.4. Bachillerato completo.....
- 4.5. Estudios Superiores incompletos..... estudios superiores completos.....
- 4.6. Otros especificar.....
5. TRABAJO:
- 5.1. Ocupación principal anterior:
- 5.2. Ocupación principal actual:
- 5.3. Jubilado : sí No.....
- 5.3.1. Tipo de trabajo predominante a lo largo del tiempo:
- Físico..... Intelectual.....
- Especificar cual:
6. SALUD
- 6.1. Estado de salud físico: Bueno..... Regular..... Malo.....
- 6.2. Enfermedades crónicas, especificar:
- 6.3. Estado de salud psicológica Bueno..... Regular..... Malo.....

- 6.4. Presencia de trastornos psicológicos; especificar:
- 6.5. ANTECEDENTES FAMILIARES DE SALUD
- 6.5.1. Enfermedades crónicas sobresalientes que presentaron familiares cercanos:
- 6.5.2. Alzheimer Hipertensión..... Diabetes..... ACV.....
- 6.5.3. Otros, cual especificar:
7. INGRESOS ACTUALES:
- 7.1. Monto de ingresos aproximado, mensual especificar.....
- 7.2. Fuente de ingresos:
- 7.2.1. Provenientes de trabajo propio
- 7.2.2. Provenientes de jubilación
- 7.2.3. Provenientes de bono
- 7.2.4. Provenientes de ayuda de hijos y/o familiares
- 7.2.5. Provenientes de montepío.
- 7.2.6. Otros, especificar:
- 7.3. Ningún ingreso
- 7.4. Mantención con apoyo de
8. PRÁCTICAS RELIGIOSAS
- 8.1. Especificar que prácticas.....
9. INTERESES, PASATIEMPOS, OCIO
- 9.1. Especificar interés pasatiempos que tenga.....
- 9.2. Especificar pasatiempos que le gusten hacer
10. INTERESES MUSICALES
- 10.1. Hábitos musicales: escuchar....., cantar.....otras especificar
- 10.2. Hábitos de baile: Si No.....
11. DEPORTES
- 11.1.1. Tipo de deporte que gusta (aficionado).....
- 11.1.2. Práctica de deporte: No.....Si..... (cual).....
12. ACTIVIDADES COTIDIANAS :
- 12.1. Descripción. ¿Que acostumbre usted a hacer diariamente?

- 12.2. Papel que cumple en la familia: Describa el rol que usted cumple en su familia.....
- 12.3. Papel que cumple en el barrio:
13. EXPECTATIVAS FUTURAS
 :.....

14. OBSERVACIONES DEL ENTREVISTADOR:

- Nombre y firma del entrevistador responsable:

Lista de referencias

- Agudelo García, H B; Estrada Restrepo, A; Cardona Arango, D; (2003). Aspectos subjetivos del envejecimiento: redes de apoyo social y autonomía de la población adulta mayor de Medellín. *Investigación y Educación en Enfermería*, XXI () 80-91. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=105217944006>
- Botella, J. (2005). La Salud y el Envejecimiento. El Estado de Salud de las Personas Mayores. En Pinazo, S. y Sánchez M. *Gerontología, Actualización, Innovación y Propuesta*. (pp. 93-116) Madrid: Pearson.
- Centro de investigaciones ciudad federación de barrios populares del noroccidente de Quito. (1992). *Diagnóstico y Plan de Desarrollo Vecinal de Los Barrios Populares del Noroccidente de Quito*: Ensayos Forhum.
- Crosetto, M. (s.f.). *La vejez: la relación adulto-adulto mayor*. Universidad Nacional de Córdoba.
- Fernández, R. (s.f.). *Psicología de la vejez*. Madrid. (s.n.). Recuperado de <http://www.encuentrosmultidisciplinares.org/Revistan%C2%BA16/Roc%C3%ADo%20Fernandez%20Ballesteros.pdf>
- Fong, J. y Otros. (2006). *Geriatría: ¿Es Desarrollo O Una Necesidad?*. Hospital Provincial Docente Dr. Ambrosio Grillo.
- González Rey, F. (2013). *La subjetividad en una perspectiva cultural histórica: avanzando sobre un legado inconcluso*. Colombia. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/recs/n11/n11a02.pdf>
- González Rey, F. (s.f.). *La cuestión de la subjetividad en un marco histórico cultural*. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/pee/v2n3/v2n3a03.pdf>

- Hernández, R. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill.
- Instituto Nacional De Estadísticas y Censos, Salud, Bienestar y envejecimiento (2009). Recuperado de: http://www.ecuadorencifras.gob.ec/wp-content/descargas/Presentaciones/estadisticas_adulto_mayor.pdf
- Instituto Nacional De Estadísticas y Censos, Salud. (2011). *En el Ecuador hay 1'229.089 adultos mayores, 28% se siente desamparado*. Recuperado de: http://www.inec.gob.ec/inec/index.php?option=com_content&view=article&id=360%3Aen-el-ecuador-hay-2229089-adultos-mayores-28-se-siente-desamparado&catid=68%3Aboletines&Itemid=51&lang=es
- Instituto Nacional De Estadísticas Y Censos, Salud. (2012). *En el 2050 seremos 23,4 millones de ecuatorianos*. Recuperado de: <http://www.ecuadorencifras.gob.ec/en-el-2050-seremos-234-millones-de-ecuatorianos/>
- Jaume R.; Munar E.; Obrador P.; Cardell E. (2007). *Historia conceptual de la Atención. Historia de la Psicología*. 28, 59-65. Recuperado de <file:///C:/Users/User%20Hp/Downloads/7%20ROSELLO.pdf>
- Kornblit, A. (2007). *Metodologías Cualitativas en Ciencias Sociales: modelos y procedimientos de análisis*. (2a. ed.). Buenos Aires: Biblos.
- Lalive d' Epinay, Ch., Bickley, J., Cavalli, S., Spini, D. (2011). *El Curso de la Vida*. En Yuni, J. *La vejez en el curso de la vida*. (pp.11-30). Argentina: Brujas.
- López, J. (2005). Siglo XXI, Siglo de Poblaciones que Envejecen. En Pinazo, S. y Sánchez M. *Gerontología, Actualización, Innovación y Propuesta*. (pp. 37-70). Madrid: Pearson.

- Naciones Unidas. (2002). Informe de la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento. Madrid-España. Recuperado de http://www.monitoringris.org/documents/norm_glob/mipaa_spanish.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe Mundial Sobre el Envejecimiento y Salud*. Recuperado de http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186466/1/9789240694873_spa.pdf
- Regader, B. (14 de 12 de 2014). La teoría psicosocial de Erickson. Recuperado el 06 de 01 de 2017, de Psicología y mente: <https://psicologiaymente.net/desarrollo/teoria-del-desarrollo-psicosocial-erikson>
- Salvareza, L. (2011). *Psicogeriatría, Teoría y Clínica*. Buenos Aires: Paidós.
- Secretaría General De Planificación. (2015). *Tasa de Envejecimiento*, versión digital Recuperada de: <http://datos.quito.gob.ec/visualizations/110/tasa-de-envejecimiento>
- Serrano, I. (2002). *La Educación para la Salud del siglo XXI: Comunicación y salud*. (2a. ed.). Segovia: Díaz de Santos.
- Urbano, C. (2011). Re-significación identitaria y devenir en la temporalidad del curso vital. En Yuni José. *La vejez en el curso de la vida*. (pp. 63-78). Argentina: Brujas.
- Urbano, C., Yuni, J. (2005). *Psicología del Desarrollo, Enfoques y perspectivas del Curso de Vida*. Argentina: Brujas.
- Valle Amarís, M; Macías, M A; Zambrano, J; Madariaga Orozco, C. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de

estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30() 123-145. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600007>

Vargas, L. (1994). Sobre el concepto de percepción. *Alteridades*, 4. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/747/74711353004.pdf>

Villar, F. (2005). El Enfoque Del Ciclo Vital: Hacia Un Abordaje Evolutivo Del Envejecimiento. En Pinazo, S. y Sánchez M. *Gerontología, Actualización, Innovación y Propuesta*. (pp. 147-184). Madrid: Pearson.

Warren, H. (2008). *Diccionario de Psicología*. México, D.F: Fondo de Cultura Económica.

Yuni, J., y Urbano, C. (2006). *Técnicas para investigar: recursos metodológicos para la preparación de proyectos de investigación*. (2a. ed.). Argentina: Brujas.