

PERSONAS ADULTAS MAYORES: CONSTRUYENDO EDADES Y CAPACIDADES

TEJIENDO
SABERES



INICIATIVAS ESTUDIANTILES DE ACCION SOCIAL, UNIVERSIDAD DE COSTA RICA.



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

VAS

Vicerrectoría de
Acción Social





PERSONAS ADULTAS MAYORES: CONSTRUYENDO EDADES Y CAPACIDADES



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

VAS Vicerrectoría de
Acción Social



**IE-98: PERSONAS ADULTAS MAYORES
CONSTRUYENDO EDADES Y CAPACIDADES**

En el marco de las Iniciativas Estudiantiles
de Acción Social 2017 - 2018.
Vicerrectoría de Acción Social,
Universidad de Costa Rica.

PARA MAYOR INFORMACIÓN:

Correo: iniciativasestudiantiles.vas@ucr.ac.cr
Teléfonos: 2511-1218 / 2511-1201 / 2511-6227

**EDICIONES INICIATIVAS ESTUDIANTILES DE ACCION SOCIAL,
VICERRECTORÍA DE ACCION SOCIAL, UNIVERSIDAD DE COSTA RICA.**

“Personas adultas mayores: construyendo edades y capacidades”, primera edición.

La presente versión es Derecho de Autor © 2022

de las y los autores; algunos derechos reservados.

Esta obra está bajo una licencia Creative Commons Atribución.

ISBN 978-9930-568-26-2

Web: <https://accionsocial.ucr.ac.cr/proyectos/iniciativas-estudiantiles>



LICENCIA CREATIVE COMMONS ATRIBUCION-NOCOMERCIAL4.0 INTERNACIONAL.



CRÉDITOS

AUTORES:

Cristina Carpio Alvarado

REVISIÓN GENERAL Y ACOMPAÑAMIENTO:

Dra. Marisol Gutiérrez Rojas, Vicerrectora de Acción Social
Equipo de Iniciativas Estudiantiles de Acción Social

REVISIÓN FILOLÓGICA:

Licda. Meylin Vargas Varela

DISEÑO GRÁFICO Y DIAGRAMACIÓN:

Br. Josué Pérez Hidalgo (Nutria Graphic)

EDICIÓN:

Iniciativas Estudiantiles de Acción Social
Vicerrectoría de Acción Social, Universidad de Costa Rica



Para consultar esta publicación en línea diríjase al Repositorio Kérwá, repositorio institucional de la Universidad de Costa Rica. En el cual podrá encontrar otras publicaciones de Iniciativas Estudiantiles de Acción Social, accesible a través del portal web de la Vicerrectoría de Acción Social de la Universidad de Costa Rica.

[HTTPS://WWW.ACCIONSOCIAL.UCR.AC.CR/](https://www.accionsocial.ucr.ac.cr/)

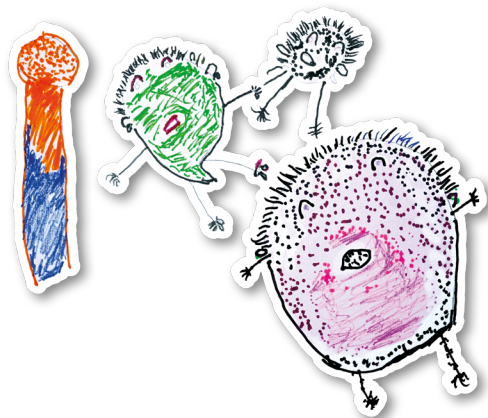
[HTTP://WWW.KERWA.UCR.AC.CR/](http://www.kerwa.ucr.ac.cr/)



INTRODUCCIÓN

El presente documento contiene reflexiones sobre las percepciones en torno a la edad de las poblaciones adultas mayores y a las miradas colectivas de la comunidad que llenan de significado el ser o no un adulto o una adulta mayor en el contexto actual costarricense. Por tanto, el objetivo principal es reflexionar sobre las percepciones de las edades en las personas adultas mayores (denominadas a partir de ahora como PAM) del Asilo de la Vejez en Cartago, en relación con la imagen generada desde la realidad social mediante grupos de trabajo participativos para generar diálogos críticos.

Este nace del proyecto IE-98: “Personas adultas mayores: construyendo edades y capacidades”, formulado y gestionado desde el espacio Iniciativas Estudiantiles de la Universidad de Costa Rica en el año 2018. Fue construido mediante grupos tipo foro, en donde



se utilizó como instrumento la Investigación Acción Participativa desde Fals Borda (2013) que facilitó la obtención de resultados por parte de las seis PAM del Asilo de la Vejez en Cartago.

Los talleres facilitaron la apertura para que las personas adultas mayores fueran escuchadas y construyeran sus propias visiones. Respondieron a la necesidad de crear espacios de conocimientos horizontales, que aumentarían las reflexiones de estas personas al visualizar las percepciones sobre ellos y ellas.

Lo primero fue propiciar diálogos y conceptos informativos sobre las nociones y alcances de las edades: cronológica, biológica, social y psicológica, para generar insumos conceptuales básicos que facilitarían los procesos relacionales entre las percepciones de las PAM y la comunidad. Segundo, se reflexionó sobre los

mitos y estereotipos en torno a la percepción de las edades de las personas adultas mayores para relacionarlo con sus vivencias, la comunidad y las construcciones culturales. Tercero, se desarrollaron diálogos críticos sobre las percepciones de las edades en PAM desde la sociedad. Y por último, se creó un espacio de intercambio con las personas encargadas del asilo para mostrar los resultados alcanzados, la galería producida y los nuevos retos que se plantearían.



CONTEXTO

La condición de las personas adultas mayores en el país es muy diversa, por lo cual caracterizar al grupo en general resulta un tarea difícil; sin embargo, existen datos que logran brindar un panorama sobre dicha población. En Costa Rica, según el INEC (2015), los adultos mayores representan el 7,3% del total de la población, donde los hombres son 295 670 y las mujeres 334 156, es decir, existe una mayor cantidad de adultas mayores en el país.

El INEC, en sus proyecciones del 2013, muestra que para el 2050 habrá una esperanza de vida de 81,5 años para los hombres y 86,6 años para las mujeres, es decir, que se aumentan cuatro años por década desde 1950. La población adulta mayor es la que sufrirá un mayor crecimiento pasando de 315 mil personas en 2012 a más de un millón en el 2050.



Para el 2014, las estimaciones poblacionales del INEC muestran que para el 2025 habrá 20 098 personas adultas mayores en el distrito de Cartago (37,1% menores de 70 años, 26,6% entre 70 y 74 años y 36,3% mayores de 74 años).

Las estadísticas muestran un envejecimiento poblacional que, a nivel nacional y durante el año 2017, representa un 7,88% de la población total del país, es decir, un 13,69% se encuentra en Cartago, estas personas representan un 7,88% de la población total cartaginesa.

Desde el I Informe de la Situación de la Persona Adulta Mayor (2007) se evidencia el aumento de esta población y, además, la formación de familias más pequeñas en el país; por tanto, la relativa disminución de los jóvenes dentro del sector laboral, lo cual produce

una lenta renovación de la fuerza de trabajo. Las políticas públicas deben ser las encargadas de materializar mejoras en la esperanza de vida de las PAM, así como mejorar las necesidades de consumo de esta población que aumenta.

Esto implica, por consiguiente, un aumento en la velocidad del envejecimiento poblacional, una disminución de las personas que ingresan a la fuerza de trabajo y menos personas contribuyendo con el pago de seguros, de impuestos y de cotizaciones para el sistema de pensiones.

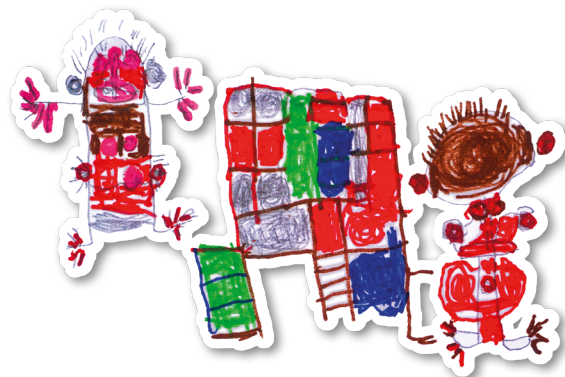


PERSONAS ADULTAS MAYORES: CONSTRUYENDO EDADES Y CAPACIDADES

El desarrollo de este proceso con personas adultas mayores es una necesidad que nace a razón del continuo aumento de las personas que se incluyen en este grupo de edad y consigo el de las diferencias entre el mismo grupo y, por tanto, su pluralización.

Por ello, se buscó brindar un espacio para que la voz personal y colectiva de las personas adultas mayores sea escuchada y construida desde sus propias visiones, sin imposiciones, infantilizaciones, ni mitos o estereotipos que designen los caminos impuestos a estas poblaciones desde posiciones diferentes.

Responde a una necesidad de instaurar lugares de conocimientos colectivos y horizontales que aumenten las reflexiones de las personas adultas mayores,



para así visualizar las exclusiones y pesos sociales que recaen sobre ellas a razón de su edad. Es decir, los trabajos realizados en el país con las PAM son dirigidos en dos vertientes principalmente: una es la producción de trabajos a nivel de salud y otra a nivel psicológico, apartando en segundo o tercer plano el espacio social y sus percepciones.

Las personas adultas mayores se han mirado desde la construcción social como una masa uniforme y homogénea, como si dentro de ellos y ellas no existieran diferenciaciones o diversos sentires y pensamientos, por ello, la necesidad del trabajo desde la acción social. El acercamiento y la real escucha que produce la acción social dentro de las poblaciones, los instrumentos que brinda para lograr que las personas se desenvuelvan y puedan crear sus propias herramientas, según sus propias necesidades e intereses, no se

puede construir desde la mera investigación; para conocer las perspectivas de estas personas adultas mayores es necesario el trabajo al lado de la población y las interpretaciones de estas para lograr un efecto en el ambiente y en la comunidad.



EL PROCESO DE FACILITACIÓN

El proceso se llevó a cabo bajo la modalidad de talleres dentro de las instalaciones del Asilo de la Vejez, con un promedio de seis internos e internas del lugar, quienes debían tener capacidad cognitiva e interés en llevar un proceso como este.

En una primera fase, se realizan sesiones semanales de dos horas para propiciar diálogos sobre los conceptos y alcances de las edades: cronológica, biológica, social y psicológica, con el fin de generar insumos conceptuales básicos que facilitaran procesos relacionales entre las percepciones de las PAM y la comunidad.



En esta fase se concluye con productos visuales que llevan consigo las cargas simbólicas de cada concepto, por ejemplo, un pastel de cumpleaños representa la edad cronológica.

En la segunda fase, se efectúan las primeras dos sesiones en una semana y las otras cada quince días, con una duración de tres horas para reflexionar sobre los mitos y estereotipos que se pueden generar en torno a la percepción de las edades de las personas adultas mayores para relacionar las vivencias de esta población, las percepciones de la comunidad y las construcciones culturales. Se repasan los conocimientos contenidos en la fase anterior y se relacionan con las temáticas del segundo objetivo.

Para esta fase se trabaja con imágenes que explican e ilustran algunos de los mitos y estereotipos por estudiar, estos incluidos son los considerados como los más frecuentes en Costa Rica, según el Conapam (Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor).

En esta fase se generan nuevas visualizaciones a partir de las experiencias compartidas, se desarrollan nuevos puntos de vista y se contextualizan dentro de las familias, en relación con la administración y los funcionarios y funcionarias del Asilo de la Vejez de Cartago y a modo comparativo con otros grupos etarios. Por ejemplo, el mito del viejismo o miedo a envejecer se da porque se visualiza a la juventud como una mejor situación que la vejez, en lugar de mirar el envejecimiento como un proceso de toda la vida: desde que nacemos envejecemos.

Una tercera fase fue trabajada quincenalmente con la finalidad de construir diálogos críticos sobre las percepciones de las edades en PAM desde la sociedad: habilidades, cambios sociales y económicos para generar interacciones de conocimientos, habilidades, soluciones y posibilidades que construyan espacios confiables entre esta población y la comunidad. Para ello, se realizó una sesión de conclusión interna del proceso en general en donde se colocaron todos los materiales y las reflexiones anteriores en busca de mejoras para el Asilo de la Vejez, el cual constituye su hogar y el lugar donde conviven la mayoría de la semana.

Por último, se brindó la devolución de resultados al Asilo de la Vejez. Este es un cierre abierto a la comunidad que incluye a familiares, a vecinos y vecinas, personas adultas mayores que participan activamente

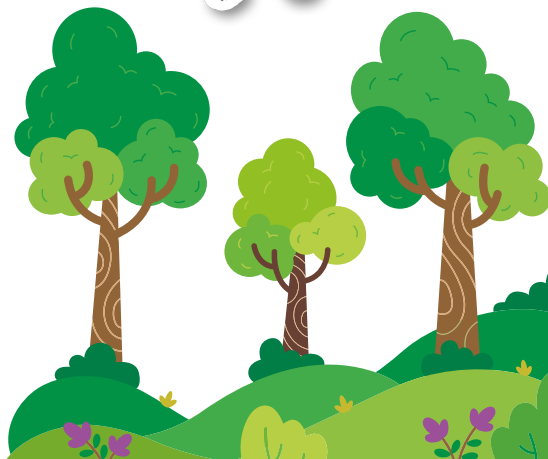
en otros espacios, instituciones interesadas y personas trabajadoras del centro. Para ello, se desarrolló una galería fotográfica dentro del asilo para brindar la imagen del proceso y, junto con ello, se expone el proceso de las personas participantes con la Junta del Asilo de la Vejez, la administración del programa de Iniciativas Estudiantiles de la Universidad de Costa Rica y con otras personas colaboradoras del lugar.



REFLEXIONES ELABORADAS POR LAS PAM

En el transcurso del proyecto se logró exteriorizar ideas de las personas participantes en torno a su percepción, para ello, se construyeron dos líneas de trabajo en donde se presentan, por un lado, una visión positiva pero estereotipada de la vejez caracterizada por la relación de la sabiduría con la edad adulta mayor y, por otro lado, otra visión negativa en donde se visualiza a la PAM con estereotipos y mitos como la dependencia o la infantilización.

Se destacaron en las reflexiones de esta última: la infantilización, viejismo, pérdida de la sexualidad; mas no se visualizan de manera negativa ni culpabilizadora, sino que comprenden el contexto y la capacidad del Asilo de la Vejez y sus familias.



Sin embargo, se buscó rescatar mejores formas de convivencia evitando estas ideas erradas.

Como recomendaciones se destaca que la inserción de las universidades, de las personas jóvenes y profesionales es importante dentro de espacios donde se encuentran las PAM como lo es el Asilo de la Vejez, siempre posicionándose desde un marco de respeto y libre de discriminación. La Universidad de Costa Rica y su acción social como pilares que refuerzan los vínculos con la sociedad tiene un espacio importante dentro de poblaciones vulneradas como las PAM, ante ello, se insta a la continua y diversa creación de procesos.

El envejecimiento es una experiencia que inicia desde que se nace y es constante, se desarrolla desde las historias de vida personal de cada ser humano y en la llamada vejez seguimos siendo individuos capaces de aportar y aprender.

A continuación, se presenta un recorrido fotográfico y algunas de las memorias de los aprendizajes más relevantes expresados por las personas adultas mayores.



MANUEL MARÍN RODRÍGUEZ

Residente del Asilo de la Vejez en Cartago, realiza su autorretrato, en el cual se ha colocado un vestido largo con los colores que le gustan, un sombrero en forma de triángulo y pendientes en su cabello. El dibujo y la pintura son parte de las actividades usuales de Marín dentro del asilo.



CARMEN QUESADA ALVARADO

“Ya a uno no le dan trabajo después de los 60. Aunque uno se sienta capaz de hacerlo, lo que ven es lo físico. Creen que alguien de treinta sabe más”.

“La gente cree que estamos todos tirados en la cama y enfermos, pero no, nada que ver”.

“Ya uno vivió mucho y aprendimos cosas desde la casa, la escuela y el trabajo, ahora uno sabe más”.



MARÍA

“La edad no es una limitación para mí, pero para los de afuera sí”.

“Con la edad he cambiado mi manera de vivir. Antes trabajaba cocinando, me operaron de cáncer y no pude cocinar. He aprendido a tener paz porque antes trabajando era muy malcriada. Ahora pinto y soy feliz”.

“En el asilo antes no se podía ni barrer porque nos decían que para eso estaban los empleados. Ahora estoy feliz pintando”.



NOÉ VEGA LEITÓN

“Las personas creen que ser viejo es una palabra negativa, como que uno ya no sirve y ya no le dan trabajo a uno como si uno no comiera”.

“Con la edad viene el respeto porque cuando era joven uno quebraba vidrios, pero ahora sabemos ver las cosas buenas y las malas”.

“Es bueno estar en esta edad, es bueno vivir mucho...”



**MERCÉDEZ
MÉNDEZ
(PADRE PÍO)**

“Paso pintando y haciendo cuadros para regalar. Me ayudan con su buena voluntad me dan de todo”.

“Antes yo pasaba cocinando y haciendo chorreadas y queso. Acá no porque no puedo moverme. Pero pinto y pinto barro”.



RONALD BARAHONA

“Los años pesan, ya uno se empieza a enfermar, pero también a tenerse respeto uno mismo”.

“Creen que uno viejo no se enamora. No me dejan tener novia porque creen que es solo para jóvenes. Aunque no podemos tener hijos el amor es andar de la mano por los corredores”.

“Ahora podemos pasar viendo televisión, comiendo, vacilando y hasta aprendí a bailar aquí”.



ROSA ULLOA

“Prefiero ser viejo ahora porque ya disfruté y ahora soy más paciente”.

“Con la edad uno es más respetuosa de los demás y también a uno lo respetan más”.



FLORA GAMBOA

“La edad es aprender a compartir con los demás, con personas de mi edad y con mujeres”.

“La sociedad piensa que no tenemos la edad para hacernos valer. Uno debe aprender a funcionar como adulto mayor no como un estorbo. Lo primero que tenemos que aprender es a ser independientes”.

“Lo que nosotros ocupamos es tiempo. Son personas realmente incalculables las que viven aquí, hay que conocerlas para saber qué clase de personas viven aquí”.



Se reflexionó sobre la importancia de proyectar las percepciones de las personas adultas mayores, principalmente hacia quienes les rodean. Se determinó que las personas a cargo de la administración y cuidado del Asilo de la Vejez son las primeras en relevancia para dar a conocer el proceso y los nuevos retos que tienen quienes participan.

TALLER “¿CÓMO DOY A CONOCER MI PERCEPCIÓN?”



Como producto manual final se realizó un taller de autorretrato, el cual comprendía la autopercepción de cada persona que incluyó la edad con la cual se dibujaban, colores y vestimenta que los representaban y la dimensionalidad de estas. Se reflejó la forma en cómo se ven a sí mismos y a sí mismas, y visualizaron su propio proceso de envejecimiento como positivo y activo.

TALLER DE AUTORRETRATO



Se visualizaron como mitos y estereotipos: el viejismo, las enfermedades permanentes, la infantilización, el deterioro intelectual, la pérdida de autonomía, el mal carácter, la pérdida de sexualidad, la vivencia obligada en asilos, el aislamiento social, la depresión y la improductividad.

TALLER SOBRE MITOS Y ESTEREOTIPOS ALREDEDOR DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES



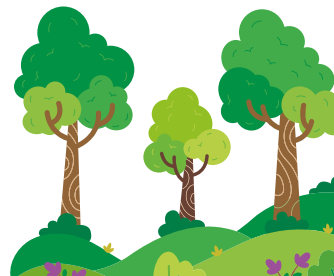
María observando su propio autorretrato en la galería realizada dentro del Asilo de la Vejez en Cartago, el sábado 3 de noviembre del 2018. Como parte del cierre del proceso del trabajo, se compartió la escena fotográfica con un conjunto de autorretratos elaborados por las personas participantes como forma de materializar su autopercepción y descripción de sus realidades. Posteriormente, se brindó un espacio con algunas de las personas a cargo de la institución para reflexionar sobre lo construido y sobre las visiones que están en torno a este lugar, generando nuevos alcances y nuevas perspectivas de trabajo.



Carmen observando su propio autorretrato en la galería efectuada dentro del Asilo de la Vejez en Cartago, este espacio sirvió para visualizar, por medio de imágenes contextualizadas, las vivencias de las personas adultas mayores y la visión que tienen sobre ellas mismas, las reflexiones logran llegar por medio de fotografías propias donde se narra la vida y experiencia de una persona que vive en este centro. Además, se logró materializar el esfuerzo realizado por las personas participantes, trasladándolo a sus familiares, vecinos y personas a cargo.

ANEXOS

PERSONAS ADULTAS MAYORES:
CONSTRUYENDO EDADES
Y CAPACIDADES











BIBLIOGRAFÍA

Asociación Asilo de la Vejez Cartago. (2012). Recuperado del sitio web <http://asilodelavejezcartago.blogspot.com/> el 01 de diciembre de 2016.

Asilo de la Vejez de Cartago. (2022). Recuperado del sitio web: <https://www.facebook.com/asilodelavejez> el 17 de agosto de 2022.

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. (2013). Mitos y estereotipos acerca del envejecimiento y la vejez. Conapam: Costa Rica.

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. (2007). I Informe estado de situación de la persona adulta mayor en Costa Rica. Conapam: Costa Rica.

Fals, O. (2013). Conciencia Compromiso y Cambio Social. Editorial el Colectivo: Argentina.

INEC. (2013). Estimaciones y proyecciones de población distritales por sexo y grupos de edades 2000-2025. Instituto Nacional de Estadística y Censos: San José, Costa Rica.

INEC. (2013). Estimaciones y Proyecciones de Población por sexo y edad 1950-2050. Instituto Nacional de Estadística y Censos: San José, Costa Rica.

INEC. (2015). Costa Rica, población de 60 años y más por grupos de edad. Instituto Nacional de Estadística y Censos: San José, Costa Rica.

INEC. (2014). Estadísticas demográficas. 2011-2050. Proyecciones nacionales. Población por años calendario, según sexo, grupos quinquenales de edades y edades simples. Instituto Nacional de Estadística y Censos: San José, Costa Rica.





PERSONAS ADULTAS MAYORES:
CONSTRUYENDO EDADES
Y CAPACIDADES



PERSONAS ADULTAS MAYORES: CONSTRUYENDO EDADES Y CAPACIDADES



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

VAS
Vicerrectoría de
Acción Social



