

La enseñanza de la natación con adultos mayores Aspectos gerontológicos a tener en cuenta

The teaching of swimming with older adults. Gerontological aspects to consider

Débora Di Domizio

Docente investigadora. Departamento de Educación Física. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Área de Estudios e Investigaciones en Educación Física. Instituto de Investigaciones en Humanidades y Ciencias Sociales. Universidad Nacional de La Plata.

Magíster en Educación Corporal. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad Nacional de La Plata. Especialista en Gerontología Comunitaria e Institucional. Ministerio de Desarrollo Social de la Nación Argentina. Facultad de Psicología. Universidad Nacional de Mar del Plata.

Correo: dedido18@yahoo.com.ar

Resumen

Este ensayo tiene como objetivo describir y poner de relieve los discursos y representaciones que tienen respecto de la vejez y los adultos mayores los profesores en Educación Física en la enseñanza de contenidos de la disciplina: en este caso, la natación y las prácticas acuáticas con adultos mayores.

La cuestión a desarrollar es cómo ciertas ideas preestablecidas y preconcepciones se instalan subrepticamente en el imaginario profesional e inciden a posteriori en su práctica profesional, sin contemplar una visión amplia, crítica y superadora de la vejez. Siguiendo la misma línea argumental, en las conclusiones se invita a reflexionar en términos de una Educación Física crítica y gerontológica haciendo especial referencia a las prácticas acuáticas con adultos mayores.

Palabras clave: Educación Física, Natación, Vejez, Gerontología.

Summary

This paper aims to describe and highlight discourses and representations in relation to physical education teacher's conceptions about old age and older adults toward disciplinary content teaching: in this case, swimming and aquatic practices with senior citizens. The question is how certain preconceived and prejudices installed in the professional imaginary influence the professional practice without providing a wide, critical and comprehensive view of the elderly. Following the same line of argument, the conclusions invite to think in terms of a critical gerontological Physical Education with particular reference to aquatic practices with older adults.

Key words: Physical Education, Swimming, Old age, Gerontology.



Introducción

El presente texto tiene el propósito de ofrecer una reflexión crítica sobre ciertas representaciones de la vejez que poseen profesores en Educación Física y docentes en formación en Educación Física que se desempeñan impartiendo contenidos de la disciplina con alumnos adultos mayores. La idea central a desarrollar aquí es cómo influyen, se comunican y categorizan sentidos sobre el envejecimiento en función de las propias creencias de los profesores en las prácticas de enseñanza de la disciplina.

De cara a la formación de profesores en Educación Física especialistas en natación y prácticas acuáticas que se desempeñan con adultos mayores, la generación de conocimiento acerca de esta temática nos permitirá efectuar aportes teóricos con el objeto de que el ejercicio de la función docente resulte lo más apropiada posible, evitando incongruencias o conductas impropias en su labor.

Para este enfoque se tuvo en cuenta el sustento teórico de las recomendaciones (Nº 49-50-59) del Plan de Acción Internacional de Viena sobre el Envejecimiento (Austria, 1982). Ese documento postula acciones de educación, capacitación e investigación acerca de la vejez en los planes de estudios de las distintas áreas, profesiones y disciplinas de todos los países del mundo. En los planes de estudio de la carrera en Educación Física, la mayoría de las veces esas acciones están ausentes, y, cuando aparecen, lo hacen refiriéndose a la vejez en términos eminentemente biologizados.

Para el caso de nuestra disciplina, esas recomendaciones o postulados tendrían por objeto que los docentes en formación adquieran saberes respecto del envejecimiento, la vejez y de los sujetos que la transitan, con el propósito de articular estos saberes con la especificidad disciplinar. En otras palabras, el objetivo sería conocer el modo de desempeño con adultos mayores desde la enseñanza de los contenidos propios de la disciplina.

Cuando proponemos un abordaje crítico de la temática, entendemos “crítico” como lo hace Valter Bracht, “en el sentido de negar el orden social vigente; o sea no crítica en función de un procedimiento presumiblemente científico, sino en función del cuestionamiento del contenido” (Bracht, 1996: 50). Por ello nos basamos en la Teoría del Ciclo Vital¹ para considerar y reformular el “concepto de desarrollo humano” de manera abarcativa o extensiva a todas las etapas de la vida (desde el nacimiento hasta la muerte), con procesos de cambio que no siguen patrones fijos ni predeterminados, como aquellos

¹ La Teoría del Ciclo Vital asume el continuo proceso de cambio y estabilidad de la persona desde el nacimiento hasta la muerte. En ella se considera que la variabilidad interindividual de los sucesivos cambios adquiere un mayor significado normativo con la edad.

que sí son estudiados en la formación docente, los cuales proclaman el siguiente patrón: progreso en la infancia y declive en la vejez.

Los cambios cortos o de larga duración, los positivos o los negativos que acontecen a lo largo de la vida se contemplan dentro del concepto amplio de desarrollo, que trasciende las limitaciones restrictivas, biológicas o físicas, las cuales son asumidas por muchos especialistas del desarrollo infantil. Seguir esa perspectiva sería transitar un camino equivocado para que el adulto mayor logre un buen diálogo con el medio acuático y alcance un actuar libre y satisfactorio en él. Debido al escaso conocimiento del que disponemos los profesores en Educación Física acerca de las interacciones entre los procesos educativos y el desarrollo personal en las etapas más avanzadas del curso vital (Yuni y Urbano, 2007:6) es importante incorporar esta perspectiva para la enseñanza de habilidades en el medio acuático donde los alumnos adultos mayores no sólo desarrollarán el bagaje motor y su condición física, sino que también los ayudaremos a conquistar la propia autonomía y a aumentar la capacidad de creación e integración, ya que las situaciones que requieren colaboración y ayuda recíproca estimulan el descubrimiento de los demás y favorecen las relaciones interpersonales de las personas mayores (Bovi, 2005).

Por otro lado, nos apartamos de la común mirada medicalizada y normalizadora, que continuamente insiste en homologar vejez con enfermedad. En la enseñanza de las distintas habilidades en el medio acuático hacemos hincapié en resignificar los cambios que acontecen en el sujeto con el paso del tiempo (proceso de envejecimiento) desde una mirada no patológica, contrarrestando la perspectiva tan popular que sostiene que el envejecimiento conduce irremediablemente a la enfermedad.

Desde siempre, el enfoque patológico o medicalizado reforzó el paradigma que sitúa a los profesores en Educación Física únicamente como agentes de salud. En este sentido, es pertinente atender a las palabras de Carballo, quien sostiene:

El trasfondo de la trama está dado por el valor que se le asigna al concepto de salud y por la subordinación del concepto de educación a aquel; esta subsunción se entiende si se reconoce el carácter disciplinante de la salud, que desborda el ámbito de la clínica médica tradicional para adoptar claras formas de control social. (Carballo, 2003:53)

En la práctica, esta situación se advierte en los testimonios de profesores y docentes en formación en Educación Física, en cuyo imaginario las prácticas acuáticas y la natación con adultos mayores están estrechamente ligadas a la idea de una función terapéutica en

detrimento de la función educativa. Por lo tanto, buscan meticulosamente recetas y metodologías para tal o cual enfermedad con el objeto de rehabilitar o curar.²

Adjudicarle un mayor o único protagonismo a dichas prácticas es ubicar al déficit por encima de la persona y, en consecuencia, subrayar la deficiencia tachando al sujeto. (...) Eternizar las prácticas corporales terapéuticas sobre esta población es hacerles recordar a cada momento que su cuerpo es una deficiencia; es desechar el disfrute por la actividad física. (Zucchi, 2007:7)

Es importante destacar que el conocimiento biomédico producido acríticamente es inútil para la práctica pedagógica. La gerontología actual emerge desde una posición que contempla una mirada interdisciplinaria donde surgen nuevos modos de ser mayor; el cuerpo de los envejecentes no sólo se enferma o se cura, sino que también siente placer. Los adultos mayores construyen redes sociales y ejercen roles socialmente significativos. En esta línea argumental, “el cuerpo —depositario de sensaciones— durante la práctica en el agua es receptor de múltiples estímulos no usuales entre las personas de edad avanzada, quienes están faltos de sensaciones táctiles gratificantes. Uno de los efectos más agradecidos es la caricia del agua” (Soler y Gimeno, 1998:45)

¿Son "chicos" escolarizados?

Otro eje de reflexión posible que involucra a esta franja poblacional con el campo de la Educación Física se circunscribe a los profesionales del área que asumen el rol docente con alumnos adultos mayores como si estuviesen frente a niños escolarizados.

Así como es recurrente escuchar en el imaginario social que muchos adultos mayores “son como chicos”, también es frecuente escuchar esa idea en las prácticas de la enseñanza de los contenidos propios de la Educación Física con alumnos adultos mayores, lo que podría conducir también a reflexionar: ¿cómo se construyen ciertas representaciones sociales y conocimientos sobre este particular grupo etario en la formación docente? Al respecto, Pochintesta sostiene que se puede pensar cuál es el rol del docente en la habilitación, o no, de espacios para la discusión de esta temática y su inclusión en la formación de los alumnos. También señala la importancia de las concepciones que tienen las instituciones en la visibilización, o no, del envejecimiento, específicamente, en relación a la formación y transmisión docente (2011:280).

² Las reflexiones que aquí se presentan son el producto del desempeño de la autora durante años en la Formación Docente en Educación Física en contenidos referidos a la vejez, asimismo al desempeño docente en prácticas corporales con adultos mayores (enseñanza en prácticas acuáticas) y a la atenta escucha sobre las percepciones acerca de la vejez que circulan en el campo de la Educación Física desde hace más de 17 años.

En relación con esas ideas que se naturalizan acríticamente, Márquez Herrera (2006) denomina “infantilismo a aquellas actitudes, modos, discursos y prácticas que poseen ciertos agentes sociales en su trato con adultos mayores, a quienes se dirigen como si se tratase de niños. Creen que, en la etapa de la vejez, los sujetos vuelven a ser infantes y, por lo tanto, reclaman cuidados, vigilancia y toma de decisiones. Esto crea una situación de dependencia absoluta, ya que las personas de edad avanzada asumen esas actitudes como normales, propias, a modo de una verdad irrefutablemente internalizada”.

La autora también tiene en cuenta el tema de la infantilización en la perspectiva de los derechos humanos: “Sostener la idea equivocada de que vuelven a ser como niños implica la pérdida de su condición de sujetos, y por lo tanto, la posibilidad del disfrute de sus derechos” (Márquez, 2004). Asimismo, agrega que esta forma de representación social, más allá de su carácter discriminatorio, niega la individualidad y el derecho a la diferencia.

Nuestro desempeño en el campo de la Educación Física nos permite advertir que la aceptación e incorporación irreflexiva de la expresión “son como chicos” trae como consecuencia la construcción que se realiza desde la propia disciplina, la cual predica la preferencia por ciertas prácticas en lugar de otras, así como la aceptación de ciertos discursos en desmedro de otros.

De esta manera, el acto de enseñanza regido por esta sentencia implica tomar posición en un modelo didáctico “tradicional”, el cual es pensado en y para el niño. En dicho modelo, la jerarquía asimétrica del docente se traduce en la ocupación de un lugar de poder (el saber de la disciplina), mientras que el niño (en este caso, el adulto mayor) se ve relegado al lugar del no saber, enfatizando actitudes de pasividad, dependencia y auto desvalorización, obstaculizando la posibilidad de empoderamiento en los sujetos mayores³.

Por otro lado, está muy difundido el prejuicio que considera que los aprendizajes sólo son posibles a edades tempranas (en los niños), y esta idea refuerza aquella otra que postula a la escuela como único templo para aprender, siguiendo la noción que reduce la educación al ámbito escolar y formal. De acuerdo con este prejuicio, el adulto mayor ya no podría adquirir nuevas destrezas o aprendizajes motores por pérdida de capacidades o habilidades; tal es el caso de la enseñanza de las habilidades de la natación, de los deportes acuáticos o de diferentes prácticas acuáticas⁴. En consecuencia, la persona

³ El empoderamiento alude a un proceso de aprendizaje y acción que fortalece la autoestima, las habilidades analíticas y organizativas y la conciencia política de las personas, de manera que puedan adquirir un sentido de sus derechos y unirse para desarrollar sociedades más democráticas.

⁴ Soler y Gimeno (1998) proponen seis programas específicos de actividades acuáticas para la población mayor: agua lúdica, gimnasia acuática, aprendizaje de la natación, mantenimiento acuático, baños de sol, aire y agua en el mar y eutonía en el agua. Todos comportan diferentes niveles de participación y

mayor es discriminada por esa supuesta concepción de pérdida de capacidades primordialmente cognitivas, bajo el concepto de involución del aparato psíquico, y de este modo su condición etaria aparece como una patología. Lo verdaderamente desfavorable en esta perspectiva reside en que los propios viejos se han “hecho cargo” de estos prejuicios, no reconociendo su potencial de aprendizaje. La obediencia a los mandatos de una sociedad construida sobre los mitos y temores a la vejez lleva a los viejos a lamentarse con expresiones claramente reconocibles como “Yo, a mi edad, ¿qué voy a aprender?”

Sin embargo, el aprendizaje de la natación es posible e irrefutable. Este es un objetivo más dentro de los programas de actividades acuáticas para mayores. Aprender a nadar supone un proceso progresivo en el que la adaptación y familiarización en el medio es fundamental y en el que el ritmo de aprendizaje requiere trabajar sin prisa, y que obliga en la mayoría de los casos a la adaptación de los estilos formales (pecho, crol, espalda). El principal interés se centra en conseguir un estilo cómodo, eficaz y, sobre todo, ajustado a las características personales de cada uno (Soler y Gimeno, 1998:56).

En perspectiva histórica

Para complementar el eje de reflexión analizado, merecen nuestra atención las consideraciones de Birgin y Pineau cuando sostienen que

(...) en la modernidad comenzó el proceso de diferenciación de las edades, y el colectivo infancia —y más tardíamente juventud— fue separado del de los adultos⁵. Así se aportó preponderantemente a la construcción de la especificidad de la infancia, diferenciándola de la adultez. El niño fue comprendido como un ser incompleto, lo que lo convirtió en un sujeto que debía ser educado en instituciones específicas. Se construyó un sujeto pedagógico, el “alumno”, y se lo volvió sinónimo de infante normal. Desde entonces, educar es completar al niño para volverlo adulto, lo que llevó a una infantilización de todo aquel que, en cualquier circunstancia, ocupara el lugar de alumno. (Birgin y Pineau, 1999: 48)

aprendizaje específico. A su vez, éstos podrían articularse con distintos tipos de intervenciones del profesor: terapéutico, sociocultural, higiénico preventivo, enseñanza-aprendizaje, etc.

⁵ El interesante trabajo de Birgin y Pineau puede ser vinculado con la perspectiva del psicólogo norteamericano Stanley Hall, quien en 1922 publica *Senescence, the last half of life*, en donde agrega que las diferencias individuales en la vejez son significativamente mayores que las que aparecen en otras etapas de la vida, y que la vejez tiene sus propios modos de sentir, pensar o querer, lo cual supone un aporte valioso a nuestra reflexión.

Un indicio claro, tomado desde nuestra disciplina, podría ser la apelación a los adultos mayores que asisten a distintas prácticas corporales mediante el vocativo “chicos”, lo que más que un elemento afectivo puede solapar otras cuestiones.

De acuerdo con los autores anteriormente citados, el molde de la forma escolar plantea una réplica sin rupturas en el acto de enseñanza que desconoce por completo la adultez, y así el discurso pedagógico propone al adulto mayor como un niño encarnado.

Para el campo de la Educación Física, que la constitución de lo pedagógico didáctico se reduzca a lo escolar influye negativamente para una concepción de vejez superadora aportando más confusión a la temática.

Atentos a las palabras de Ron, “se podrían mencionar tantas formas de Educación Física como prácticas que exijan la presencia de profesores de Educación Física, que, vinculados a instituciones muy diversas, se valen de diversidad de conocimientos hilvanados en derredor de un cuerpo practicado, pensado, vivido, experimentado, escrito, de forma particular. [...] Evidentemente las relaciones entre la disciplina y la sociedad y la disciplinas y las instituciones son más que lo que la educación física escolar puede mostrar; es otra, así, la forma de observar, comprender y vincular los conocimientos. También debería ser otra, con independencia de que podamos acordar o no en cuál es el modo de relación entre los saberes específicos y particulares con referencia al cuerpo y sus modos de manifestación” (Ron, 2011: 3-5).



Conclusión

Romper con los prejuicios acerca de la vejez resulta una tarea ardua y compleja, que todos los actores sociales no están dispuestos a asumir con la claridad que se requiere. Omitir el reconocimiento a los adultos mayores como sujetos singulares atenta contra su identidad. No considerar en el adulto mayor sus experiencias de vida, trayectorias vitales, competencias, responsabilidades, capacidades, posibilidades y potencialidades, así como su envejecimiento diferencial, contribuye a subestimar el nivel evolutivo por el cual transitan. Es importante despojarse de miradas prejuiciosas y estereotipadas que obstaculizan su participación en diferentes situaciones educativas o su permanencia en las estructuras sociales.

Las representaciones negativas en Educación Física limitan e impiden la creación de una realidad potenciadora para una población que cada vez es más numerosa y progresivamente se encuentra en una mejor situación física y mental.

Una aproximación diferente sobre la vejez —que reconozca su doble dimensión política y pedagógica— es determinante en el empoderamiento de los adultos mayores. Consideramos que los aportes que se construyan o piensen en relación a la enseñanza de contenidos de la Educación Física (tal es el caso de la natación y las prácticas acuáticas) tendrían que coincidir con las contribuciones de la Gerontología Crítica, donde esta última se propone examinar los discursos y prácticas de las distintas disciplinas que tematizan en el quehacer gerontológico que muchas veces presentan sus supuestos como cuestiones irrefutables, hegemónicos, globalizadores o excluyentes.

Referencias

Araya Umaña, Sandra (2002). *Las representaciones sociales: ejes teóricos para su discusión. Cuadernos de Ciencias Sociales*, 127. [[Internet](#)]

Birgin, Alejandra; Pineau, Pablo (1999). Son como chicos. El vínculo pedagógico en los institutos de formación docente. *Cuadernos de Educación*, 1(2).

Bracht, Valter (1996). *Educación física y aprendizaje social*. Córdoba, Argentina: Ediciones Vélez Sarsfield.

Carballo Carlos (2003). La Educación Física entre la crisis epistemológica y la confusión didáctica. En: *Proponer y negociar. El ocaso de las tradiciones autoritarias en las prácticas de la educación física*. La Plata, Argentina: Ediciones Al Margen.

Gómez Raúl Horacio (2002). *La enseñanza de la Educación Física en el nivel inicial y el primer ciclo de la EGB*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Stadium.

Márquez Herrera, Aura Marlene (2006). Violencia y vejez. Reflexiones para la vida cotidiana y la educación. *Decisio. Saberes para la acción en educación de adultos*, 15:29-33. [[Internet](#)]

Monchietti, Alicia (1996). Formas de envejecimiento que propicia la sociedad de fin de siglo. *Revista Argentina de Geriatría y Gerontología*.

Asamblea mundial sobre envejecimiento (1982). *Plan de acción internacional de Viena sobre el envejecimiento*. Viena, Austria: El Autor.

Pochintesta, Paula; Rodríguez Reaño, Rosa Elizabeth; Mansinho, Mariana; Irazabal, Eduardo Daniel; Ruiz, Monica Silvia; Gueiman, Berta Noemi; Macotinsky, Graciela Mónica (2011). *Significaciones sobre los modos de envejecer en las narrativas docentes* (Ponencia). En: III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, en las XVIII Jornadas de Investigación y Séptimo encuentro de investigadores en Psicología del Mercosur.

Ron, Osvaldo Omar (2011). *Qué de la Educación Física: características, lógicas y prácticas* (Ponencia). En: 9º Congreso Argentino y 4º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias. Panel Educación Física y Territorio. La Plata, Argentina.

Salvarezza, Leopoldo; Acrich de Gutmann, Luisa (1998). *La vejez. Una mirada gerontológica actual*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Paidós.

Soler Vila, Ángeles; Jimeno Calvo, Margarita (1998). *Actividades acuáticas para personas mayores*. Gymnos. Madrid, España.

Triadó Tur, Carmen (2001). Cambio evolutivo, contextos e intervención psicoeducativa en la vejez. *Contextos Educativos*, 4:119-133.

Yuni, José; Urbano, Claudio (2007). *Mayores activos: teorías, experiencias y reflexiones en torno a la participación*. España: Editorial Dykison.

Zucchi, Daniel Germán.(2007). Espacios accesibles y buenas prácticas corporales. Educación corporal sin prejuicios ni exclusiones. *Novedades Educativas*. 18(198):6-11.