



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons  
Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Cuidados y salud mental entre nosotrxs: cuerpos y legados. Reflexiones de una experiencia en curso  
María Cristina Chardon y Sandra Borakievic  
Actas de Periodismo y Comunicación, Vol. 6, N.º 2, octubre 2020  
ISSN 2469-0910 | <http://perio.unlp.edu.ar/ojs/index.php/actas>  
FPyCS | Universidad Nacional de La Plata

## Cuidados y salud mental entre nosotrxs: cuerpos y legados. Reflexiones de una experiencia en curso

**María Cristina Chardon**

[crischardon@gmail.com](mailto:crischardon@gmail.com)

**Sandra Borakievic**

[sandra\\_bora@yahoo.com.ar](mailto:sandra_bora@yahoo.com.ar)

---

Área de Psicología  
Departamento de Ciencias Sociales  
Universidad Nacional de Quilmes | Argentina

### Resumen

Presentaremos las primeras reflexiones en torno a los modos de la participación de lxs adultxs mayores en un taller que co-coordinamos vía Zoom en el marco del Programa para Adultos Mayores de la Universidad Nacional de Quilmes (PUNQAM).

En relación al dispositivo de trabajo, se trata de un grupo de reflexión, en el que se intercambiará colectivamente en acerca de los cambios en la vida cotidiana en el contexto de aislamiento sanitario por causa de la pandemia, y sus incidencias en la salud mental.

Partimos del entendimiento de que la posibilidad de compartir y reflexionar junto a otrxs en relación a la complejidad de las experiencias y las temáticas conceptuales involucradas a la hora de ser pensadas, configura un potencial espacio saludable.

En las reuniones trabajamos materiales bibliográficos que acompañan las diferentes cuestiones que van surgiendo. Inicialmente, hemos realizado una selección de textos Duffourmantelle, Esposito, Preciado y Segato, que vamos ampliando a materiales bibliográficos y audiovisuales pertinentes a los temas y problemas que lxs participantes expresan como interesantes.

Nos hemos propuestos como objetivos generales, que lxs participantes:

- Reflexionen junto a otrxs en torno a los cuidados y salud mental en el contexto de aislamiento sanitario.
- Visibilicen la importancia de los cuerpos y los legados en la vida cotidiana.
- Distingan aspectos individuales y colectivos que inciden en la construcción de espacios saludables.

Para ello, generamos condiciones para:

- Problematizar los modos en que cada quien transcurre la vida cotidiana en contexto de pandemia.
- Identificar la incidencia del aislamiento sanitario en los cuerpos y en las historias singulares y colectivas.
- Analizar diferentes experiencias y aportar a su conceptualización.
- Producir junto a otrxs herramientas y estrategias para atravesar en compañía los momentos solitarios en tiempos de aislamiento sanitario.

Hemos diseñado una "hoja de ruta" con los siguientes ejes, acerca de los cuales presentaremos reflexiones en la ponencia:

Cuidados y Salud Mental. Lugares posibles para y en el/a otrx. La importancia de los lazos sociales. El estar-con-otrxs en tiempos de aislamiento sanitario. Impactos de la pandemia en la producción de subjetividades. Biopolítica y estrategias colectivas.

Los cuerpos, nuestros cuerpos hoy. Los afectos, el dejarse afectar. Distancias y cercanías. Los cuerpos en las pantallas distanciamientos y distancias; proximidades afectivas, solidaridades posibles.

Los legados, nuestros legados. Experiencias de antes y de ahora. Memorias e historias singulares y colectivas: escribir e inscribir entre y con otrxs. Lo común y la comunidad. Aprendizajes. Riesgos, dolores y júbilos.

## Palabras clave

Salud mental, reflexión, aprendizaje, legados.

## Introducción

A lo largo de esta ponencia presentaremos las primeras reflexiones acerca de los modos de la participación de lxs adultxs mayores en un taller que co-coordinamos en el marco del Programa para Adultos Mayores de la Universidad Nacional de Quilmes (PUNQAM).

Para ello, en primer lugar trabajaremos los criterios del mencionado Programa, que a lo largo de los años, por la vía de los singulares modos en que las personas mayores lo habitan, ha devenido en un *cronotopos* (Bajtín, 1989) que produce transformaciones subjetivas de importancia entre ellxs.

Una vez historizado este espacio institucional, situaremos el taller "Cuidados y salud mental entre nosotrxs: cuerpos y legados" como un espacio vital para abordar y

elaborar de manera conjunta estrategias de cuidado con el recurso a un dispositivo grupal que, en tanto genera condiciones de invención y continuidad de lazos entre quienes lo componen, produce efectos saludables en la vida cotidiana de cada unx.

Para finalizar, mostraremos una de las herramientas que "hacen hablar" al taller: la producción colectiva de un Recursero, situado en el locus del Aula virtual, al que cada quien puede y podrá recurrir toda vez que desee sentirse bien, ya que se trata de diferentes materiales, aportados por lxs integrantes del grupo con el fin de construir junto a otrxs una suerte de "repositorio de bienes inmateriales" que han considerado contribuye a su salud mental.

## **I. El PUNQAM: historización de un cronotopos**

Como señaláramos líneas arriba, en este apartado queremos presentar el Programa de la Universidad Nacional de Quilmes para Adultos Mayores, PUNQAM, como un *cronotopos*. Esta noción fue propuesta por Bajtin (1989) en su ensayo sobre las formas del tiempo en la novela, para caracterizar y analizar los espacio- tiempos en los diferentes tipos de novela en general y en la narrativa en particular, creando escenarios dialógicos en los que lxs sujetxs interactúan de una forma singular. Esta noción ha sido sumamente productiva en el área de las ciencias sociales, en tanto refiere a la *relación intrínseca de relaciones temporales y espaciales*.

En palabras del autor: "El cronotopo es el lugar donde se atan y desatan los nudos de la narrativa. Se puede decir sin reservas que a ellos pertenece el sentido que moldea la narración" (Bajtin, 1989: 325). Pone en dialogicidad los ordenamientos espaciotemporales que son internos a una obra/situación con los que son externos, contextuales. Obviamente diferentes, estos ordenamientos son inseparables. Vistos de este modo, todos los *textos* -en nuestro caso, todas las prácticas singulares y comunitarias- la literatura, la historiografía, la antropología, la crítica cultural, etc. comparten ensamblajes temporo-espaciales equiparables.

En otras palabras, existe una crono-topicidad general del lenguaje. Los ejemplos que comenta Bajtin pertenecen sólo a la narración literaria, pero no hay por qué no extender la discusión hacia otros materiales, como él mismo sugiere. En tal sentido, este concepto resulta fértil para pensar cuestiones de las Ciencias Sociales.

## **¿Cuál es esa relación dialógica singular en el PUNQAM? ¿Cuáles son las condiciones de producción del cronotopos PUNQAM?**

El Consejo Superior de la Universidad Nacional de Quilmes crea en marzo de 2015 el Programa Universitario para los Adultos Mayores, PUNQAM. Es una etapa más de la institucionalización de espacios universitarios para y con personas mayores de 65 años. Desde 1999, existían los "Talleres para Adultos Mayores" en la Secretaría de Extensión Universitaria, por iniciativa de la entonces directora de la Licenciatura en Terapia Ocupacional, Prof. M. Suter.

¿Por qué adultxs mayores en las Universidades? ¿Salud en educación? La prolongación de la expectativa de vida producida en los últimos años 50 años hace que la expectativa de vida en América Latina y el Caribe haya aumentado casi en 20 años (UNFPA, 2009). Según el censo de 2010, la población mayor de 60 años en nuestro país es de 5.725.838 millones de habitantes. Representan el 14,3% de la población, de los que el 57% son mujeres y el 43% varones.

Lxs concurrentes a los "Talleres para Adultos Mayores", pasaron de alrededor de treinta en 1999, a más de doscientos para el 2012. En agosto de 2014 se firma un convenio entre Universidad Nacional de Quilmes y PAMI (Programa Adultos Mayores Integrados) para el dictado de los llamados talleres UPAMI (Universidad para los Adultos Mayores).

El primer cuatrimestre del convenio la población aumentó a trescientos cincuenta. Algunos elementos para pensar dicho crecimiento se refieren a la visión de una agencia gubernamental de anclar actividades para personas mayores en todas las universidades nacionales del país, decisión política de gran envergadura, que tiene en cuenta los derechos a la formación continua en las más altas casas de estudio con profesores concursadxs.

Otro aspecto que contribuyó a dicho aumento y congruente con la decisión anterior, fue la diversificación de los talleres ofrecidos. Se buscó que los distintos intereses expuestos en esta etapa de la vida se plasmaran en cursos con docentes, graduadxs y becarixs de las múltiples áreas de la universidad.

Se inauguraron espacios en instituciones de altos estudios para una población que hasta ese momento tenía un déficit de espacios pensados específicamente para ella, con financiación de PAMI, además de los recursos que ya ponían en juego varias Universidades Nacionales: la de Entre Ríos, la de Lomas de Zamora, la de La Plata, la de San Luis y la misma UNQ, entre otras.

Por un lado, entonces, el aumento de la expectativa de vida y por otro la inexistencia en la sociedad contemporánea, de la modernidad tardía del mundo occidental

cristiano, capitalista, patriarcal, con primacía de la hetero-norma, de instituciones específicas para este grupo etario. Desde los años setenta en Europa, particularmente en Francia las Universidades ya habían comenzado a hacerse cargo de esta etapa de la vida.

Como señaláramos antes, a lo largo de estos años el PUNQAM, ha ido creciendo en cantidad de asistentes y en la complejidad y calidad de las actividades que se construyen conjuntamente. Se ha constituido en un espacio de "aprendizaje situado", de intercambios intergeneracionales con diferentes estudiantes de los tres Departamentos de la UNQ y su Escuela de Artes además de sus docentes y autoridades. Son espacios que se abren al envejecimiento activo, a la enunciación de sus deseos, a las temáticas por las que se interesan, a las preocupaciones que han ido surgiendo con diferentes tiempos y marcas tanto de prejuicios propios, como de las representaciones hegemónicas de la tercera edad. Fueron apareciendo así, la vulnerabilidad ante la muerte, el paso del tiempo, la pérdida de poder familiar o la sexualidad en esta etapa de la vida.

Se tuvo particular cuidado en construcción de un modo de trabajo que posibilitara la reflexión crítica que generara condiciones para ir resquebrajando imaginarios sociales, identificarlos y analizarlos, de manera de evitar la reproducción de aquellos que de un modo u otro generan prejuicios y desigualaciones. Se fueron sumando cada vez más cursos que promueven la reflexión crítica sobre las problemáticas características de esas edades: la cercanía con la enfermedad y la muerte, los duelos y las problematizaciones acerca de la temporalidad, las transformaciones en amistades y familias y el surgimiento de la abuelidad.

Asimismo, nos fuimos ocupando de temas contingentes surgidos con la edad y los avances tecnológicos, como la necesidad de familiarizarse con la computación y las formas de la informática; los problemas de memoria; el manejo de los tiempos. Pero también y muy especialmente de *los temas de sus propios intereses*, que muchas veces a lo largo de sus trayectorias de vida habían tenido que dejar de lado por diferentes motivos. En el cronotopos del PUNQAM se han generado condiciones para la explicitación del deseo de aprender y desplegar interrogantes e intereses que habían tenido que dejar de lado, posponer, pero no abandonar.

Por último, importa consignar los cuatro ejes de trabajo que hacen a los criterios del PUNQAM: Formación, Compartiendo el Patrimonio cultural, Orientación y Difusión.

- **Formación:** Son cursos de doce a catorce clases semanales de dos horas por cuatrimestre. Lxs docentes son graduadxs, estudiantes avanzadxs, docentes e investigadores de la UNQ. Se acompañan con el plus de lecturas de autores clásicos y contemporáneos (de Beauvoir, Foucault, Deleuze, Salvarezza, Roque, Iacub) que empiezan a sonar en sus vocabularios. Los textos se entregan gratuitamente y son recibidos con entusiasmo y reconocimiento por todxs, independientemente de la trayectoria educativa alcanzada. El último cuatrimestre de 2019 se ofrecieron sesenta y nueve cursos, en las tres sedes de la UNQ, la de Bernal, la de la Escuela Secundaria Técnica de la Universidad, con sede en Ezpeleta y la sede de Berazategui. Implica un esfuerzo por llegar al territorio y sus múltiples vejezes.

- **Compartiendo el patrimonio cultural:** Dado que los documentos internacionales enfatizan la importancia de trabajar con el envejecimiento activo a través de tres ejes: participación, creatividad y autonomía, se trabaja para ampliar y difundir el capital social y cultural que circula y al que se accede de manera desitual en los hogares de nuestro país. Hemos nominado *Itinerancias* a las salidas y visitas a museos, teatros y/o actividades organizadas por la misma UNQ con todo su personal, como el tradicional Locro del 25 de Mayo o 9 de julio en la que tienen un lugar especial.

Importa destacar *las Jornadas Intergeneracionales* que iniciadas en 2003, se realizaron ininterrumpidamente cada año, hasta 2019 en diecisiete oportunidades. A ellas asisten las personas mayores, sus familiares, estudiantes, docentes, investigadorxs y extensionistas. También *La Muestra colectiva de Cierre* constituye un espacio de importancia en este cronotopos, ya que permite la visualización conjunta de las actividades realizadas en el año. Inauguran y visibilizan espacios para las personas mayores, para todxs les estudiantes y docentes de la UNQ.

En relación a la *ciudadanía universitaria*, se les otorga una credencial de la UNQ con acceso al comedor universitario con el 20% de descuento al igual que docentes, estudiantes y trabajadores y derecho al menú estudiantil financiado por la Universidad y con un costo muy bajo. Esto posiciona a quienes participan en el PUNQAM como estudiantes universitarixs extensionistas, lxs iguala al resto de los estudiantes de la Universidad. También acceden a la biblioteca y a la sala pública de internet y pueden formar parte de los programas y proyectos de Extensión Universitaria y de los programas de los profesorados y proyectos de investigación. Cuando se lxs convoca a participar en investigaciones se toman cauciones metodológicas de consentimiento informado, lo mismo que la toma de fotos y/o videos.

- **Orientación:** La orientación se brinda en las charlas informativas en cada una de las inscripciones y durante el cuatrimestre en cada uno de los cursos. Se trata de que conozcan y manejen las reglas y normas de la Universidad, que como institución fija sus formas de relacionarse: horarios, formato de clases en cuatrimestres, duración de las clases, usos de las aulas, formas de nominación de aulas y pasillos, formatos de relaciones con docentes. Si bien comunes a otras instituciones, diferentes de las formas cotidianas de cada uno de sus hogares, el mercado o la cola del colectivo. Dado que es un espacio de escucha e intercambio, la orientación de hecho también se transforma en un espacio de intercambios y provee información acerca de los intereses para la apertura de cursos y las necesidades que lxs atraviesan. Este espacio es brindado y coordinado por la coordinadora general del Programa y se dedican a él una o dos horas en cada uno de los 69 cursos en diferentes momentos de la cursada y con distintas duraciones.

Se le ha solicitado al área de Psicología del Departamento de Ciencias Sociales que brinde un dispositivo que tiene de tres a cinco encuentros de cuarenta y cinco minutos para orientación (no es terapia) sobre temas como viudez, divorcio, muerte de los hijos, viajes de los hijos para vivir en otros países etc. En caso de necesitarse una atención prolongada se establecen contactos con las obras sociales o espacios públicos para su derivación. El espacio se ofrece y son ellxs mismxs lxs que piden tener la oportunidad de habitarlos.

- **Difusión:** Docentes, becarix investigadores presentan informes y reflexiones teóricas o bien conceptualizaciones de las practicas realizadas en Congresos, Jornadas o libros y revistas especializada, como es el caso de esta misma presentación. En numerosas ocasiones los adultos mayores también participan en Congresos llevando sus propias voces y las miradas de sus protagonismos. También se concurre a programas de radio del territorio cada comienzo de cuatrimestre para difundir las actividades. Importa señalar que la difusión en primera persona la realizan ellxs mismxs que son los que difunden este PUNQAM entre vecinxs y amigxs de la localidad retroalimentando el espacio.

## **El Programa en su despliegue: ¿qué se construye socialmente en la UNQ? ¿Cómo nos enredamos?**

Importa señalar aquí algunas insistencias en los modos de pensar sus trayectorias en la universidad: Aparece el asombro por sus propias capacidades casi desconocidas

y aun no desplegadas; estos espacios de socialización permiten hacer que emerjan. Una metáfora se reafirma: "Se me abrió la cabeza" -como señala una mujer de entre 60 y 70 años y estudios secundarios. Refiere al análisis de los prejuicios que circulan y que pueden ser puestos en discusión en diferentes talleres con argumentaciones sostenidas, válidas y de las que pueden citar fuentes y autores.

También se refieren a los múltiples tópicos a los que pueden acceder a través de los cursos, y muy especialmente al disfrute por el aprendizaje y la reflexión, que se renueva y los que habían pensado como abandonados. En una reflexión de un hombre, entre 70 y 80 años esto se explicita claramente: "Creía que en la adultez mayor se entra en una meseta y ya no se aprende más. Pero no, se ha remontado la meseta, podemos seguir aprendiendo". Interesante discurso que pone en pie de igualdad la meseta como metáfora que circula, pero también cómo se la remonta desde sus nuevas experiencias. Señala aquí no solo una de las concepciones que circulan en la sociedad, sino su nueva conceptualización:

Lo viejo y lo nuevo, la continuidad y el cambio, entramados en las prácticas sociales vigentes en los contextos de producción socio-históricos y culturales con mediaciones semióticas, trayectorias institucionales, relaciones interpersonales e intergeneracionales, producen una mente en desarrollo que es en lo que coinciden las investigaciones actuales sobre el tema.

Las reflexiones incluyen tanto lo que se hace adentro de la universidad como el sostenimiento de una mirada crítica que la diferencia de otros espacios sociales. En tal sentido, el trabajo con adultxs mayores no se cierra en sí mismo desde una mirada homogeneizante de un grupo etario, sino que se propicia y genera la posibilidad de contactos con otrxs de diferentes edades, y ese criterio intergeneracional produce efectos de apertura. De ese modo, lxs adultxs mayores, en esa construcción colectiva e intergeneracional, se habilitan a dar cuenta de sus conocimientos y saberes, como así también de las transformaciones en los mandatos sociales que han tenido que transitar y vencer; en definitiva, producen junto a otrxs un circuito de transformar transformándose, que enriquece a todxs.

Importa señalar que el acercamiento metodológico y el formato general del programa, es decir, el dispositivo de trabajo, genera condiciones para que lo señalado líneas arriba acontezca. Trabajamos a través de entrevistas, grupos focales y registros etnográficos que permiten pensar el seguimiento de cursos como trabajo de campo. Asimismo, los aconteceres se van conceptualizando en los proyectos de investigación y desde las prácticas profesionales de las diferentes carreras.

Las personas mayores que participan en los cursos y talleres se interesan en los aspectos que pueden pensar como meta-información a partir de estos espacios de

formación y se relacionan con la circulación de códigos asociados a las instituciones. La identificación, el reconocimiento y el uso de reglas, espacios, tiempos caracterizados por la universidad, en este caso, distintos de otros, permiten el despliegue del desarrollo.

En el marco de esta ponencia que presentará un taller sobre cuidados y salud mental como producciones colectivas, vale abrir una interrogación: ¿Por qué estos espacios son espacios de salud, además de espacios dedicados a la educación?

Un hombre de 60-70 años señala: "Las conversaciones que tenemos aquí, no las podemos tener en casa porque nuestros problemas no son los mismos a los de los hijos y los nietos. Esto es salud: compartir con otros, festejar los cumpleaños, reunirnos después o antes de los cursos a tomar un café en el Comedor de la Unqui". El logro de mayor flexibilidad en sus formas de pensar y de enfrentar al mundo, el reconocimiento de sus hijos que les recuerdan que sigan concurriendo ya que lxs ven mejor, más vitales, la producción conjunta de espacios de socialización nunca antes habitados, hablan de una *calidad de vida distinta*. Una mujer de 75 años afirma: "Me enfermo menos, ya no me duelen las rodillas o mientras estoy aquí o durante la semana que sé que voy a venir, me siento más contenta".

Los efectos producidos en ellxs, desde su propia visión refieren a la construcción de una nueva subjetividad basada en el disfrute, pero también en los derechos, en la creación de espacios propios por fuera de las familias. La revaloración de espacios para aprender, relacionados con instituciones educativas como la universidad, la posibilidad de tomar decisiones más libres, con nuevas opciones, más flexibles y más amplias, lxs ubica epistemológicamente como sujetxs activxs, autónomxs y de derechos.

## II. El taller

Esta extensa presentación del PUNQAM resulta pertinente en tanto entendemos que, tal como lo señalara Fernández (1989), es dable pensar que aquello que habitualmente se considera como el con-texto de las producciones grupales, opera como el texto de las mismas. En otras palabras: los devenires del Programa, la historia de la participación de las personas mayores en estos espacios colectivos, no queda por fuera de cada propuesta, sino, por el contrario, *hace parte de su trama* (Borakievich, 2018), especialmente en el Taller "Cuidados y Salud Mental entre nosotrxs: Cuerpos y Legados", ya que en él convergen dos talleres que se realizaban por separado:

Años atrás, producto del modo de trabajo que narráramos en el apartado anterior, comenzó a escucharse una suerte de murmullo, palabras a medio decir, que referían a la sexualidad y a la muerte. Con el fin de posibilitar la circulación de la palabra en torno a dos cuestiones tan importantes, para las que -según Freud- no hay inscripción psíquica, una de nosotras propuso un taller sobre "Sexualidad, erotismo y amor. Cuerpos y biopolítica", y la otra uno sobre "Temporalidades y legados". Ambos talleres han contado, con el correr del tiempo, con una participación cada vez mayor, y un gran trabajo de elaboración por parte de lxs participantes, entre quienes ha habido un número de personas que funciona como una suerte de "elenco estable", al que se van sumando otrxs, a quienes ellxs alojan con la actitud de quien recibe a otras personas en su casa. Importa subrayar esta cuestión, ya que da cuenta de la apropiación del espacio del taller por parte de quienes lo hacen posible: sus participantes.

Ante la posibilidad de dar continuidad a los cursos y talleres este año 2020, de manera virtual, decidimos fusionar esas dos propuestas en una, y llevamos a cabo un dispositivo de grupo de reflexión, pensado como un espacio de intercambio colectivo acerca de los cambios en la vida cotidiana en el contexto de aislamiento sanitario por causa de la pandemia, y sus incidencias en la salud mental.

Partimos del entendimiento de que la posibilidad de compartir y reflexionar junto a otrxs en relación a la complejidad de las experiencias y las temáticas conceptuales involucradas a la hora de ser pensadas, configura un potencial espacio saludable.

En las reuniones semanales de dos horas de duración, vía Plataforma Zoom, trabajamos conversando acerca de lo que cada quien desea plantear. Incluimos materiales bibliográficos para acompañar las diferentes cuestiones que van surgiendo. Partimos de una selección de textos de autorxs contemporáneos: A. Duffourmantelle (2019), con su *Elogio del riesgo*, nos dio ocasión de demorarnos en el riesgo a estar triste; R. Esposito (2020), Paul B. Preciado (2020) y R. Segato (2020), posibilitaron analizar diversas miradas en torno al coronavirus y sus dimensiones y efectos sociales y subjetivos. Luego, fuimos ampliando a materiales bibliográficos y audiovisuales pertinentes a los temas y problemas que se manifestaran como interesantes.

Desde el inicio nos hemos propuesto como objetivos generales, que lxs participantes:

- Reflexionen junto a otrxs en torno a los cuidados y salud mental en el contexto de aislamiento sanitario.
- Visibilicen la importancia de los cuerpos y los legados en la vida cotidiana.

- Distingan aspectos individuales y colectivos que inciden en la construcción de espacios saludables.

Para ello, generamos condiciones para:

- Problematizar los modos en que cada quien transcurre la vida cotidiana en contexto de pandemia.
- Identificar la incidencia del aislamiento sanitario en los cuerpos y en las historias singulares y colectivas.
- Analizar diferentes experiencias y aportar a su conceptualización.
- Producir junto a otrxs herramientas y estrategias para atravesar en compañía los momentos solitarios en tiempos de aislamiento sanitario.

Partimos de una "hoja de ruta" diseñada con tres grandes ejes, que a lo largo de las reuniones se fueron yuxtaponiendo y anexando:

*Cuidados y Salud Mental.* Lugares posibles para y en el/a otrx. La importancia de los lazos sociales. El estar-con-otrxs en tiempos de aislamiento sanitario. Impactos de la pandemia en la producción de subjetividades. Biopolítica y estrategias colectivas.

*Los cuerpos, nuestros cuerpos hoy.* Los afectos, el dejarse afectar. Distancias y cercanías. Los cuerpos en las pantallas distanciamientos y distancias; proximidades afectivas, solidaridades posibles.

*Los legados, nuestros legados.* Experiencias de antes y de ahora. Memorias e historias singulares y colectivas: escribir e inscribir entre y con otrxs. Lo común y la comunidad. Aprendizajes. Riesgos, dolores y júbilos.

Hemos desplegado junto a las veinticinco personas que se integraron e integraron el taller cada una de esas cuestiones en un clima de mucha participación, producto de un clima de confianza al que Ulloa (1995) llamaba *garantía psicológica*, es decir, la posibilidad de decir aquello que cada cual desea, necesita, contando con que lxs otrxs tendrán una recepción respetuosa, ética, de buen trato. Cabe recordar que este autor ha señalado que la ternura es la base ética del sujeto. El trato a lxs otrxs se relaciona con la ética; la ternura se opone a la crueldad; la ternura genera lazos, cuidados, salud.

En esa línea, nos importa destacar que la inicial extranjería que la novedad del aula virtual producía prácticamente en el conjunto de participantes, fue deviniendo en la apertura a aprender a servirse -en el mejor de los sentidos: como convite- de ella. Así, a las reuniones de grupo de reflexión por Zoom y al grupo de WhatsApp inicialmente necesario para acompañar en los vericuetos de una inscripción a una plataforma virtual, se fue anexando el territorio de la web como algo habitable:

En las conversaciones de los martes fueron surgiendo materiales-inmateriales, unas veces como asociación con algo de lo sucedido, otras "porque sí": poemas, letras de canciones, películas... y fuimos construyendo un espacio llamado "Recursero: textos, músicas y otras yerbas". Allí, un lugar para "Textos que acompañan", uno para "Músicas" y, *el más colectivo: un Foro*, con la siguiente consigna: "Qué agregarías al Recursero?: Abrimos este foro para que cada quien deje su aporte al recursero, así lo armamos, lo entretejemos entre todxs".

Entre el 3 de noviembre y el 3 de diciembre ha habido treinta y seis materiales, recursos agregados por lxs participantes. Cuando alguien tiene una ocurrencia, la suma allí. La subjetividad se expresa de múltiples maneras, y han encontrado múltiples modos de expresión que construyen cuidado y salud mental junto a otrxs.

La primera intervención importa, no por ser la primera, sino porque tal vez resulte un buen relato del recorrido compartido, y a modo de cierre de este escrito.

Llega después de los textos señalados líneas arriba y de "Gracias a la vida", de Violeta Parra, "Honrar la vida", de Eladia Blázquez y "A pesar de todo", en sus versiones en Youtube. (Todas estas canciones fueron llegando al grupo de reflexión a propósito de algo que en ese momento estaba circulando).

Transcribimos esa intervención inaugural del Foro, con fecha 3-11-20 (el grupo de reflexión comenzó el 20 de octubre):

Itaca

Cuando emprendas tu viaje a Itaca  
pide que el camino sea largo,  
lleno de aventuras, lleno de experiencias.  
No temas a los lestrigones ni a los cíclopes  
ni al colérico Poseidón,  
seres tales jamás hallarás en tu camino,  
si tu pensar es elevado, si selecta  
es la emoción que toca tu espíritu y tu cuerpo.  
Ni a los lestrigones ni a los cíclopes  
ni al salvaje Poseidón encontrarás,  
si no los llevas dentro de tu alma,  
si no los yergue tu alma ante ti.

Pide que el camino sea largo.  
Que muchas sean las mañanas de verano  
en que llegues -icon qué placer y alegría!-

a puertos nunca vistos antes.  
Detente en los emporios de Fenicia  
y hazte con hermosas mercancías,  
nácar y coral, ámbar y ébano  
y toda suerte de perfumes sensuales,  
cuantos más abundantes perfumes sensuales puedas.  
Ve a muchas ciudades egipcias  
a aprender, a aprender de sus sabios.

Ten siempre a Itaca en tu mente.  
Llegar allí es tu destino.  
Mas no apresures nunca el viaje.  
Mejor que dure muchos años  
y atracar, viejo ya, en la isla,  
enriquecido de cuanto ganaste en el camino  
sin aguantar a que Itaca te enriquezca.

Itaca te brindó tan hermoso viaje.  
Sin ella no habrías emprendido el camino.  
Pero no tiene ya nada que darte.

Aunque la halles pobre, Itaca no te ha engañado.  
Así, sabio como te has vuelto, con tanta experiencia,  
entenderás ya qué significan las Itacas.

Konstantino Cavafis

## Referencias

BAJTIN, M.: Las formas de tiempo y del cronotopo en la novela, Ensayos de poética histórica, en Teoría y estética de la novela, Madrid, Taurus, 1989.p. 237-409

Borakievich, S. "Adultxs mayores en la UNQ: reflexiones acerca del Taller Sexualidad, erotismo y amor en diferentes momentos históricos (PUNQAM)". Ponencia V Jornada de Intercambio y Reflexión sobre los Derechos Humanos en la Extensión Universitaria "Educación y Derechos Humanos: El Compromiso Social de las Universidades". Organizadas por el Centro de Derechos Humanos Emilio Mignone, UNQ., Quilmes, 22 de octubre, 2018. *Inédita*.

Chardon, M.C., Montenegro, R.R., Borakievich, S. (Comps.) *Instituciones y sujetos del cuidado. Salud, Educación y Familias*, Editorial Universidad Nacional de Quilmes, Bernal, 2019.

Chardon, M.C. "El giro epistemológico de los DDHH y su impacto en la adultez mayor" Ponencia V Jornada de Intercambio y Reflexión sobre los Derechos Humanos en la Extensión Universitaria "Educación y Derechos Humanos: El Compromiso Social de las Universidades". Organizadas por el Centro de Derechos Humanos Emilio Mignone, UNQ., Quilmes, 22 de octubre, 2018. *Inédita*.

Dufourmantelle, A. *Elogio del riesgo*. Cap. "A riesgo de estar triste". Nocturna Editora, Buenos Aires, 2019.

Esposito, R. "La biopolítica y el coronavirus". En *Filosofía & Co*. Marzo 24 de 2020. Disponible en <http://www.filco.es/biopolitica-y-coronavirus>

Fernández, A.M. *El campo grupal. Notas para una genealogía*, Nueva Visión, Buenos Aires, 1989.

Preciado, P. B. "Aprendiendo del virus", en AAVV, *Sopa de Wuhan*. Disponible en <https://pousta.com/sopa-de-wuhan-coronavirus/>, 2020.

Segato, R. "La distancia física también es distancia social". Disponible en <http://www.lanacion.com.ar/opinion/biografiarita-segato-es-un-equivoco-pensar-que-la-distancia-fisica-no-es-distancia-una-distancia-social-nid2360208> del 2 de mayo de 2020.

Ulloa, F. *La novela psicoanalítica. Historial de una práctica*, Paidós, Buenos Aires, 1995.

UNFPA. Situación de la Población en Argentina. Buenos Aires. Programa Naciones Unidas para el Desarrollo-PUND-UNFPA, 2009