

por nuestros derechos

HACEMOS LÍO



Por una sociedad
para todas las edades

P4

Una latente realidad

P8

Cotidianeidad.
Negación

P11

Hacer radio para mi
es una pasión

P16

Una interpretación
de la vejez

P20

Decisiones

P24

Testimonio final

P28





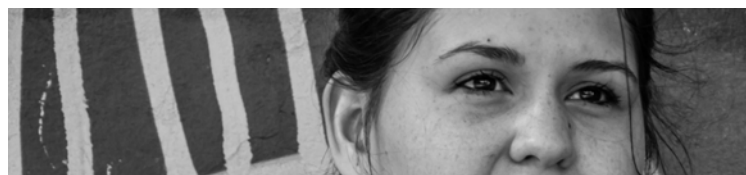
04

POR UNA SOCIEDAD PARA
TODAS LAS EDADES



08

UNA LATENTE REALIDAD



11

COTIDIANEIDAD. NEGACIÓN



16

HACER RADIO, PARA MI
ES UNA PASIÓN.



20

UNA INTERPRETACIÓN
DE LA VEJEZ



24

DECISIONES



28

TESTIMONIO FINAL

QUEDA AUTORIZADA LA PUBLICACIÓN TOTAL O PARCIAL DEL MATERIAL INSERTO EN LA REVISTA CON LA OBLIGADA MENCIÓN DE LA FUENTE. LAS OPINIONES DE LAS NOTAS QUE NO LLEVAN LA FIRMA DE LA DIRECCIÓN DE LA REVISTA SON RESPONSABILIDAD DE LOS AUTORES, NO SIGNIFICANDO QUE SEAN COMPARTIDAS POR EL EDITOR.

Idea, edición y producción general
MAURO SALVADOR

Diseño y realización
MARISEL ROUMEC DCV
CON LA COLABORACIÓN DE
MATIAS LEMOS DCV Y CARLA
BIURRA DCV

Fotografía y retoque fotográfico
ANABELA D'ANUNNIZIO

Colaboradores en este número
NATALIA MUÑIZ, CARLOS ADOLFO
RÍOS, TERESA ROCA, PAOLA
MATTOS, AYLÉN VICARIO, MIRTA
LOPEZ ORESTE.

DESARROLLO SOCIAL

www.desarrollosocial.gov.ar

Buen trato para todos
Por el Derecho a una Buena Vida



**CAMPAÑA NACIONAL
DEL BUEN TRATO
HACIA LOS MAYORES**

Llamanos
Secretaría Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia
Dirección Nacional de Políticas para Adultos Mayores
(011) 4331 1134 - buentrato@senaf.gov.ar

PARA LEERNOS EN LA VEJEZ

por Adriana Frávega

Esta publicación representa un hito destacado del camino que desde el 2003 venimos transitando en la Facultad de Periodismo y Comunicación Social de la UNLP, por medio del Centro de Comunicación y Adultos Mayores, marcado desde su nacimiento por dos ambiciosos objetivos:

- 1) Re-crear en los adultos/as mayores prácticas de expresión, socialización y participación ciudadanas con sentido comunitario y, al mismo tiempo,
- 2) Facilitar el intercambio generacional desde la experiencia misma de un proyecto de comunicación/educación.

Siempre nos unió el convencimiento de que los procesos de intervención transformadores se fundan en dar la palabra en una acción conjunta de saberes y la revista se crea para hacer valer el relato y las miradas propias de las personas mayores en este mundo y frente a este mundo.

Entendemos que el dialogo entre las generaciones es parte inherente a la construcción siempre situada y a la vez revisada de la comunicación/cultura. Como expone su editor en la memoria de la tesis: "un campo donde se libran distintas luchas por el significado de la experiencia, de la vida y del mundo. Una lucha no solo simbólica, sino también concretamente sociopolítica (...)"

Las subjetividades e intersubjetividades puestas en acto en estas páginas, de adultos mayores y jóvenes, que han sido interpelados a

"hablar" logra en Puentes la oportunidad de alcanzar, como dice Florencia Saintout, "una unidad de significación que solo nos hará sujetos en la medida en que podamos hacer juntos, experiencias de transformación o resistencia, experiencias más colectivas de clandestinidad, de contestación e impugnación de un `orden de discurso´ que nos arroja hacia zonas de oscuridad, de invisibilidad, de pánico moral"

Imaginar y poner en acción los relatos de cada edad, en un ejercicio de des-cubrimientos y re-encuentros donde cada sujeto relator deja aflorar parte de su vida en sus historias, visiones y preguntas por cómo llegamos a ser y a estar con los otros en esta parte del ciclo vital: la vejez.

Para destruir prejuicios y visiones distorsionadas sobre quienes tienen varias décadas transitadas, este material demuestra que los años no son impedimento para decir, estar y participar de renovadas y nuevas utopías en el territorio de la creación y la producción.

Cada experiencia subjetiva del adulto mayor es un cumulo de sabiduría que puede ser expresado en su máximo esplendor. Y cada generación puede proyectarse en esta publicación, en aquel viejo o vieja que quisiera ser -activo, respetado, comprometido- sin miedos, acercando y entramando deseos y practicas materiales y simbólicas

*Docente, investigadora y extensionista de la Facultad de Periodismo y Comunicación Social de La Plata - UNLP



por Natalia Muñoz

POR UNA SOCIEDAD PARA TODAS LAS EDADES

CONSTRUYENDO NUEVOS MODELOS



El 14,3% de la población Argentina tiene 60 años y más.

En tan solo un cuarto de siglo serán el 20,6%. Son el sector social más heterogéneo; sin embargo, los medios de comunicación los masifican y representan desde modelos de vejez obsoletos.

Adultos mayores sentados en una plaza, solos o en compañía. Jugando a las bochas, al ajedrez, a las cartas. Usando bastón, lentes.

Adultas mayores llevando a los nietos al colegio, con el changuito de las compras, conversando con las vecinas. Usando polleras rectas hasta la rodilla, rodete.

Sí, a pesar que las personas mayores son el sector social más heterogéneo -porque cada uno envejece como ha vivido- en los medios de comunicación aún predominan estas imágenes, estas fotos, cayendo en viejismo y estereotipos de género.



SOCIEDADES ENVEJECIDAS

Desde las últimas décadas estamos siendo partícipes de una revolución demográfica: el envejecimiento de la sociedad.

Cada vez más personas llegan a la vejez y ya no cruzan solo la barrera de los 60, sino también de los 70, 80, 90 años y más.

Este proceso no es nuevo y seguirá profundizándose.

Datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC) indican que en el país el 14,3 por ciento de la población tiene 60 años y más.

Las proyecciones señalan que en 2040, en tan solo 25 años, serán el 20,6% de la población.

Pero no solo es cuestión de números. Las nuevas generaciones de adultos y adultas mayores derrumbaron los modelos obsoletos de vejez, en los que no se identificaban ni querían hacerlo.



MAYOR PARTICIPACIÓN

Hoy vemos, y cada vez más, adultos y adultas mayores asistiendo a los cursos y talleres de las universidades de tercera edad, centros de jubilados y pensionados, organismos no gubernamentales, entre otras instituciones.

Aprendiendo Letras, Periodismo, Filosofía, Antropología, Psicología, Idiomas, Computación. Ejercitando la memoria, escribiendo, dibujando.

Ensayando obras de teatro, canto, baile. Practicando yoga, gimnasia, newcom. En clases de aquagym, natación.

Divirtiéndose en colonias de vacaciones, jornadas recreativas, paseos.

Participando de la vida no solo familiar, sino también política, gremial. Debatiendo en partidos, clubes, asambleas, centros de estudiantes. Concurriendo a marchas. Tomando el micrófono en radios abiertas. Defendiendo sus derechos.

LIBERARSE

Los hay, de los primeros grupos y de los segundos, así como habrá otros tantos.

La vejez es una construcción social e individual, depende del contexto y de cómo uno vivió, de los determinantes económicos, educativos, socio-sanitarios, culturales, familiares, entre otros; según los riesgos afrontados, las experiencias vividas y las expectativas sobre el futuro.

Sin embargo, muchas veces, los medios de comunicación se muestran empecinados en encasillarlos, masificarlos...

Hay nuevos modelos. Sí, claro. Ellos y ellas mismas los están creando. Nos los están mostrando. Se los puede ver, oír, sentir... solo hay que tener ganas, quitarse prejuicios de encima, liberarse.

Sin dejar de lado los múltiples desafíos que el envejecimiento de la población presenta, desde los medios de comunicación hay que mostrar estas nuevas imágenes, destacar el potencial de este heterogéneo colectivo social, valorizar sus enseñanzas, fomentar el intercambio intergeneracional y promover oportunidades.

Son las nuevas generaciones de adultos y adultas mayores que avanzan. Con ganas de más. Buscando alternativas.

Avanzan, sin detenerse. Como nosotros, las generaciones siguientes, también avanzamos.

* Natalia Muñiz es Licenciada en Periodismo y redactora especializada de Diario Popular.

“
Hagámoslo **juntos**,
en pos de una **sociedad**
que **incluya**
a **todas**
las **edades.**”



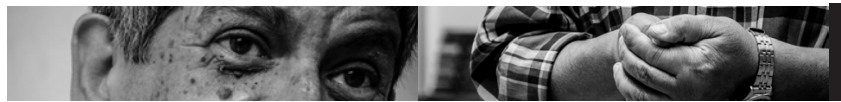
08



UNA LATENTE REALIDAD

RETORNO A LA UNIVERSIDAD

por Carlos Adolfo Ríos



Estando en casa recibo un llamado, "Hola Pá, te comento de unos cursos de informática tendrías que acercarte al local de Pami de 7 y 35".

No dude y así lo hice, al llegar, me encuentro con un lugar al que visitaba por primera vez; nunca había concurrido y veía desfilan gente mayor con sus cargas de vida.

Previa información me dirijo por un pasillo hasta encontrar el box de atención y con número en mano decidí sentarme a esperar, en ese momento es cuando detenidamente comienzo a observar gestos, actitudes y hasta comentarios de vida.

"Me encontraba sola en casa, un día decidí venir y me anote en el taller literario", comentaba una señora a otra, "es algo que siempre me agradó y por razones de tiempo no había podido hacer, ahora no solo tengo amigos, hago lo que me gusta y los años no me pesan".

Otro señor se mostraba contento porque a través de los cursos de informática hoy se comunicaba por internet con su nieto fuera del país y así los más diversos y positivos comentarios.

Con grata sorpresa contemplaba a la señorita que atendía el box, quien con toda paciencia y ternura explicaba cada punto del programa de los respectivos talleres.

Llegó mi turno, y también fui atendido con la misma amabilidad, me comunica que podía hacer el taller que buscaba en la Facultad de Informática o bien en la Facultad de Periodismo y Comunicación Social.

Opte por la última, a sabiendas del trabajo desarrollado en función social que vienen llevando a cabo. Terminado el sencillo trámite de inscripción y ya retirándome, algo me decía que no estaba equivocado en la elección.

A partir de ahí, cambio parte de mi vida, regresando a una Facultad después de tanto tiempo

con un enfoque diferente, la mirada como adulto mayor, al hacerlo o mejor dicho al llegar al lugar me encontré con un gran espacio verde al frente de un edificio moderno y cuya estructura invitaba a pasar y que decía: "yo también cambie".

Dentro del mismo, ya recorriéndolo, observo por todos lados afiches de diferentes colores de una y otra agrupación, es en ese momento cuando mi corazón se acelera y una lágrima recorre mi rostro. Vinieron a mí el recuerdo del joven idealista, soñador, el que junto a otros compañeros imaginaban cambiar a una sociedad en beneficio de todos.

Así iban desfilando los rostros de mis compañeros hermanos, la gran mayoría no está, otros con cicatrices visibles y la eterna en el corazón; comprometidos todos por algo que hoy estoy viviendo: el fenómeno de la inclusión, el sabernos integrados, poder interactuar con otras generaciones, ser aceptados sea cual fuera su origen.

Comenzado el curso me encuentro con personas mayores ansiosas por aprender, comprender las nuevas tecnologías, hasta hoy alejadas de nuestro entorno.

Al frente de las clases se encontraban personas jóvenes que con una especial calidez nos dieron la bienvenida, a partir de ese momento comenzó a gestarse una gran familia y preguntarme por qué no involucrarme y formar parte de ese equipo.

Con el transcurrir de los días y a medida que iba conociendo a mis compañeros fueron surgiendo nuevos cursos, seminarios y así una cantidad de actividades desconocidas hasta ese momento y el proyecto de extensión e inclusión llevado a cabo por La Facultad de Periodismo y Comunicación Social no dejaba de sorprenderme, el día a día del trabajo realizado por ellos.

De manera prolija y con la anuencia de la Facultad fuimos gestando “La Asociación de Adultos Mayores”, siendo hoy una realidad la misma ya constituida como “ASOCIACIÓN DE ADULTOS MAYORES DE LA FACULTAD DE PERIODISMO Y COMUNICACIÓN SOCIAL”, la cual está funcionando e integrándose al plan de extensión e inclusión del proyecto llevado a cabo por la entidad académica en el edificio “NESTOR KIRCHNER”.

Hoy integrado al proyecto y con la posibilidad que este nos brinda. En la actualidad nos encontramos trabajando territorialmente, en contacto de persona a persona, de esta manera llegar a conocer sus inquietudes y el perfil de disciplina en que ellos desean desarrollarse, como también prestándole atención a otras necesidades. Entre los contactos, el acercamiento y trabajo con la comunidad Toba.

No todas las personas de nuestra generación contaron en la vida con la posibilidad de enriquecerse o desarrollarse, crecer a igual nivel ya sea por hechos o circunstancias de la misma. Nos jubilamos de una tarea eso no significa retirarse de la vida, dejar morir sueños incumplidos.

Ser adulto mayor es sinónimo de experiencia sea cual haya sido la tarea realizada a través de los años; hoy existe la posibilidad de cumplir y llevar a cabo sueños no imaginados décadas atrás, poder intercambiar con generaciones más jóvenes, ideas, proyectos...debatir con los mismos “Romper el hielo social con el mayor de los respetos”. Individualismo, egoísmo, la verdad absoluta se escucha feo para generaciones venideras, y si realmente pretendemos jóvenes con valores altos recapacitemos que les estamos dejando.

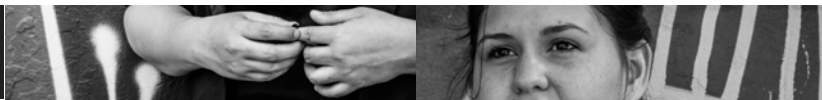




por Paola Mattos

COTIDIANEIDAD. NEGACIÓN

EXPRESIÓN ARTÍSTICA EN RESIDENCIAS



El geriátrico en que se desarrolló mi experiencia se llama Antiguo Recreo Venecia, ubicado en La Plata.

Desde la elección del nombre se niega, ya que este en ningún momento informa su función ni hace referencia a las tareas que allí se realizan. Mi punto de vista posterior a la experiencia en dicha institución, es que ésta y sus actores entienden la vejez como una negación constante.

Durante tres meses en esos pasillos mi tarea era darle talleres de arte adaptados a las capacidades motoras y cognitivas de los residentes de la institución. Se armó un grupo fijo de asistentes en el taller, los más aptos de los 193 residentes totales que había en la institución en ese momento. Los cuales formaron un grupo de siete personas. Entre ellos un rasgo que primaba era que compartían problemas emocionales y psiquiátricos, en un rango de edad de 65 a 80 años, con conflictos inter-familiares, los cuales me incitaron diversas interpretaciones.

Me vi en un espejo.

Darse cuenta de lo que uno es te puede matar. No darse cuenta de eso, es convalidar la muerte en vida, como se podía ver en varios personajes del taller. Si se los expone a los residentes a un análisis crítico de su contexto, de sus decisiones y de las consecuencias se supone que esto podría resultar negativo para su salud mental, pero el riesgo había que correrlo. Creo que en eso residía el primer paso para reformular la idea que traían de la vejez.

El dilema que se presentaba como docente, y fundamentalmente como par, era entender esta realidad que nos circunscribía. Escampándome de mis propias contradicciones y de sus prejuicios, para dar con un taller que diera productividad y les permitiera reconciliarse.

Cada uno de los ejercicios plásticos era presentado como una posibilidad única de conocerse a sí mismo. Trabajando para correrros de la oposición bueno o malo, apto o no, para discernir entre lo que nos dicen que es ser viejo y lo que uno hace con esto, sin caer en la tentación de una redención utópica.

Expresiones que no tienen respuesta más que los hechos en sí. En una ocasión se les propuso realizarse un auto-retrato, donde uno de los participante del taller me interpelo con la siguiente frase "Soy viejo no puedo dibujar" a lo cual yo respondí con la verdad "si sos viejo, no podes dibujar, entonces rompe". Inmediatamente al terminar de pronunciar esa frase se presento un alivio en el receptor de la misma, por sí solo encontró la forma de expresarse y auto-retratarse.

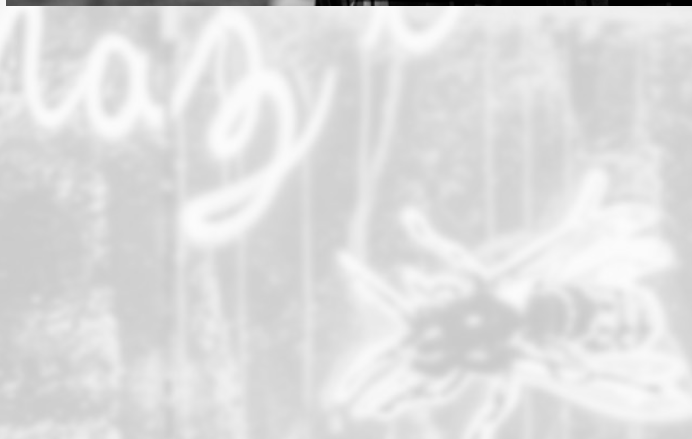
La negación para trascenderla es una tarea laboriosa, porque la vejez presenta el coqueteo con una regresión a la infancia, se escapa del hoy. Los viejos que habitan el geriátrico presentan una confusión entre la vida real y la

fantasía, ya que ellos se describen totalmente sanos o totalmente insanos, o se comportan como adolescentes o dramatizan cada aspecto de su edad. Vulnerables a cuidados específicos que lo sostengan, porque el único beneficio, la mínima presencia de humanidad, que les otorga esta institución es mantener esa confusión. La institución construye estrategias inconscientes, no están planificadas ni discutidas por sus integrantes.

Derivando en un frágil equilibrio entre lo que uno es y lo que nuestro ego sentencia que somos, un choque entre la realidad y lo que pensamos que es lo real. Como sociedad desde que somos jóvenes negamos poder ser viejos, que vamos a ser viejos. Negándonos la oportunidad de hacernos cargo de qué tipo de vejez deseamos para nosotros y olvidándonos de que esta va a ser producto de nuestra construcción, decisiones y consecuencias.

Si escapamos a la negación podremos romper con una idea de la vejez que nos aísla de una ancianidad real y anula al individuo que reside en ese anciano que somos. Porque ser viejo debería ser la culminación de un ser que se reencontró con su verdad, aunque en el camino deba suicidar su fantasía y soportar el tramo. Sin golpes dramáticos ni militancias con slogans humanistas vacíos.









por Teresa Roca

**"HACER RADIO PARA MI
ES UNA PASIÓN"**

Soy Teresa Roca, jubilada, mamá de un varón y una mujer, con dos nietas y un nietito. Llegada la jubilación, averigüé en Pami de los cursos y capacitaciones. Allí me anoté para taller de radio y luego locución y televisión. Cursé todo el 2010. Conocí a Alma, una señora con la cual decidimos realizar el programa "Actualidades", luego ella se marchó por vivir tan lejos y me quedé sola. Hoy tenemos una amistad muy linda, y además confidente. Llegué el 8 de febrero de 2011, ya conocía la emisora Cualidades FM 93.9 (ubicada en Los Hornos, La Plata), dado que fui telefonista en el programa "De la mano del Tango", con Raúl y Azucena, mis tíos. En mi carpeta siempre traigo la hoja impresa de ese 8 de febrero con el cual realizo el inicio del programa. "Actualidades está los domingos de 19 a 21" horas por Cualidades 93.9 FM.

El programa es con información social, cultural, científica, con música de todos los ritmos y además los temas musicales que solicitan los oyentes. Premio Antena Vip 2011, Premio Nacional Reina del Plata 2012; Cd de Actualidades año diciembre 2013, con 16 cantantes platenses, amigos míos y con la voz de Ruben Alippi, cantante, showman, artista con una trayectoria de 68 años, distinguido en La Plata por el Intendente Pablo Bruera, Gabriel Bruera y el cariño de Inés Busquets, además de obsequiarle en su distinción la réplica del escudo fundacional de la ciudad.

Un Cd que se logró de manera genial, gracias a mi amigo de corazón Gabriel Espósito, cantante, que logro plasmar mi idea tal cual la pensé. También nominada y ya ganadora del Premio Proyección Nacional 2015 a entregarse el 13 de junio en el Salón Dorado de la Municipalidad; nominada al Premio Reina del Plata 2015 en Provincia, a entregarse el 12 de abril en La Plata (el cual ya le fue entregado a Teresa).

Realmente deje para mi vejez tener un programa de radio, que me relaciona con la actualidad, me mantiene informada, además de elegir las notas que saldrán al aire. Preparar una nota implica un aprendizaje, una aventura y saber que llega al otro en ese momento: en la casa, en el celular, en la computadora o en el auto. Estamos en muchos lugares donde somos escuchados por familias, por lo tanto cuidó mi forma de expresarme.

Desde muy joven incursioné en todo lo relativo a la investigación científica, todo adelanto tecnológico me apasionaba por tener una información nueva. Cada investigación científica, nos trae un vocabulario nuevo, una experiencia para pensar. Además escribía poemas, me destacaba en el secundario, por ser observadora y muy puntual para los exámenes. Después de casada y tener mis hijos, decidí terminar el secundario, me quedaba un año. Me recibí de Bachiller en Tratamiento y Diagnóstico de la Salud, con buen promedio. Al año siguiente decidí ir a la universidad y estudié dos años de abogacía.

A lo largo de mi vida aprendí todo lo que una mujer puede aprender, y así descubrir en cada lugar y en cada amigo una nueva historia para vivir.

En cuanto a las generaciones más jóvenes, me agrada de manera particular porque aprendo de los jóvenes. Me encanta enseñar la técnica radial sin ser profesora, porque comparto la inquietud del instante, del visitante, más si nunca realizo radio.

Le voy mostrando lugares, dónde está el radio operador, la luz cuando se está al aire, y el diál

logo es muy ameno. La experiencia en sí es muy enriquecedora porque vivo la inquietud del que recién llega.

Mi vejez vino sola, casi no me di cuenta, solo sé que llegó y la acepté. Sé que no tengo la vitalidad de mis años jóvenes, pero conservo la esencia de mis valores morales. Tengo virtudes y defectos, con ellos vivo y trato a mis defectos de educarlos para que no me lastimen y lastimen a mi entorno de convivencia. Dificultades en mi edad no he tenido, solo cuando me enfermo o tengo algo que no me permite llegar al objetivo de mi meta ansiada y corta a la vez. Tengo presente en el diario vivir, el progreso.

Me encantó como persona Adriana Frávega (profesora de la FP y CS), que logra que cada alumno encuentre un camino distinto, donde a mi entender nos enseña, por dentro, que busquemos en nuestra juventud aquello realizado o por realizar, además de aportarnos a través del diálogo objetivo cortos y metas muy buenas. ¡Gracias, Adriana! Ya hace cuatro años que mi programa de radio está al aire y tengo mis premios logrados.

Mi experiencia con adultos puedo decir que cuando era más joven mi madre tenía geriátricos en la ciudad de La Plata, y allí también aprendí mucho. Tenía un trato amable, cada persona enseña con sabiduría algo, siempre algo me dejaron. Creo que también ellos han dejado algo positivo en mi vida. Para vivir esta vida hoy.

Se debe ser flexible para adaptarse al envejecimiento, teniendo una actitud positiva estamos más preparados para enfrentarlo; también la familia, la sociedad y la cultura ayudan a que conservemos la vitalidad de cuando jóvenes, pero no se da en todos los casos.

Dice Simone De Beauvoir en su tratado sobre la vejez: "La solución para que la vejez no se convierta en una caricatura de la vida anterior, es continuar fijándose metas que den significado a nuestra existencia..." "...Desear pasiones lo suficientemente intensas que nos impidan cerrarnos en nosotros mismos...y vivir una vida de entrega y proyectos..."

La comunicación entre adultos y jóvenes se tiene que dar en todo sentido general dado que los jóvenes aportan nuevas experiencias, ellos viven otra cultura y con un estilo de vida más informativo. Nosotros los adultos podemos llegar a realizar cambios con su aporte. Bueno, antiguamente era otra crianza, y otros modos de vivir. Hoy los jóvenes son más liberales, plasman las ideas, las expanden y soportan sus consecuencias. Nosotros pensamos ¡que atrevidos! Es la nueva cultura, porque vamos a un mundo donde la tecnología nos va cambiando.

Qué aspiro tener a esta edad: equilibrio, cultivar mi intelecto, escribir poemas, tener serenidad para levantarme por la mañana y llegar al final del día tranquila.



20



por Ayelen Vicario

UNA INTERPRETACIÓN DE LA VEJEZ

TALLERES EN EL HOGAR DE LARGA ESTADÍA



Finaliza el encuentro y con las enfermeras ya estamos desarmando la ronda, entusiasmados nos pasamos unos minutos y se acercan las 7 de la tarde, hora de cenar en la Residencia, es una tarde de invierno y se viene un feriado. En el medio del apuro por acercarlos a cada uno a su mesa para la comida, los saludo y les comento en voz alta "la semana que viene es feriado, así que no voy a venir. Nos vemos la otra". Oscar, que es uno de los que más participa del taller me contestó con el seño fruncido y una mezcla de angustia y desazón: "¿Feriado? ¿De qué? Para nosotros es lo mismo. No importa que sea feriado, si igual vamos a estar acá. Siempre estamos acá".

La primera vez que entré al Hogar con el fin de dar el Taller de Comunicación y Estimulación, me encontré con una realidad distinta a la que acostumbraba. En este caso, los adultos mayores no estaban ahí por motu proprio, no se valían por sí mismos, como sí lo hacían los adultos con los que frecuentaba en los cursos de la Universidad o en los clubes de barrio, ni tampoco con los que trabajé en mi tesis de grado.

En este espacio confluyen varios factores. Las edades de las personas que habitan el Hogar, oscilan entre los 65 y 95 años y la mayoría se encuentra con deterioro psico-motriz severo. Conviven con las normas y las reglas de la institución para realizar cualquier movimiento del hacer cotidiano. Se encuentran en una situación de encierro, incluso hay residentes que no salen desde hace años del lugar. La mayoría de las familias están ausentes en cuanto a contención psíquica y emocional. La sala en la que habitan es grande, hay luz tenue, cinco mesas dispuestas de la misma manera y residentes sentados siempre en el mismo sitio, mirando al compañero que está enfrente que tiene dificultad para ver y/o para

oír, lo que potencia la falta de comunicación entre ellos. Un televisor en el medio, encendido pero sin volumen y sin nadie frente a él.

A la tradicional concepción de vejez, que nos indica que es un proceso biológico, psicológico y social, se suman las demencias y las características propias de adultos mayores frágiles y pacientes geriátricos. Para la geriatra argentina Adriana María Alfano, un adulto mayor frágil "posee una edad avanzada y alguna enfermedad u otra condición que se mantiene compensada. Es dependiente para realizar una o más actividades instrumentales de la vida diaria e independiente para todas las actividades básicas de la vida diaria. Posee una alta tendencia a la dependencia frente a la enfermedad y una alta probabilidad de desarrollar síndromes geriátricos".

Lo mismo ocurre con los pacientes geriátricos con la diferencia de que pueden tener alguna enfermedad crónica que provoque dependencia y en general puede acompañarse de alteración mental. A su vez, son altamente dependientes para realizar una o más actividades instrumentales y básicas de la vida diaria.

Una visión negativa sobre la vejez es la que concluiría en que es absurdo seguir apostando al trabajo en este contexto, porque el envejecimiento ya no tiene cura, porque los adultos mayores ya no le son productivos al sistema, porque los hogares de larga estadía son a menudo pensados como depositarios de mayores. Sin embargo, el resultado del trabajo diario con adultos mayores dentro del Hogar desestabiliza, pone en jaque esta visión reduccionista sobre la vejez y perfila las bases para replantear la mirada hegemónica y prejuiciosa que aún predomina en el imaginario social sobre este grupo etario.

La vejez en el espacio descrito es percibida por los residentes como un proceso natural y pese a tener más de 80 años algunos la toman como algo que todavía no les llegó. Así lo argumentaron en un encuentro en el que se debatió acerca de los derechos de los adultos mayores, de la concepción de vejez y los prejuicios que existen en torno a esta temática:

Julia (94 años): Me parece una consecuencia de los años que pasan.

De llegar a eso, es la consecuencia de los años vividos pero no tiene que ser mala. Estoy viviendo un momento normal. Yo me siento bien. No siento el peso de los años. Al contrario, es un estímulo pensar que se puede llegar.

Otilia (91 años): No veo la vejez. La vida no se detiene, nacemos y morimos. La vejez es un proceso más de la vida.

Mario (101 años): La vejez es algo muy lindo.

Los talleres y el intercambio generacional

El taller está atravesado por la comunicación, la estimulación cognitiva y el empoderamiento personal de los participantes, se busca que afiancen la relación entre pares dentro de la institución, que estén en actividad constante, así como también promover un espacio en el que puedan expresar y exteriorizar sentimientos, inquietudes, motivaciones y recuerdos.

Poner en marcha esta propuesta necesitó del tiempo y de la confianza desde ambos sectores y sobre todo de desmitificar los prejuicios que habitaban en la institución; los que provenían desde los propios adultos mayores que se manifestaban en el "yo no puedo", o "¿para qué vamos a hacer tal o cual actividad si estamos acá adentro?" o "¿no tiene sentido hacerlo!"; hasta el personal de la institución, como así también los que surgen desde el campo profesional. Por eso, las primeras actividades que se realizaron tuvieron que ver con la integración de los participantes, con indagar sobre sus intereses y observar cómo se reconocen como grupo.

En los encuentros se produce un intercambio generacional importante, ya que se trabaja en forma de taller y se toman las premisas de la educación no formal, donde la palabra, los intereses, los saberes y los deseos del otro son tenidos en cuenta para construir el conocimiento de forma conjunta entre el docente y los educandos.

Es en este sentido donde comulga lo viejo y lo actual, lo joven y lo antiguo, donde se produce una conversación entre jóvenes y adultos mayores y se traza un paralelismo entre sus vivencias, recuerdos y la actualidad.

Los juegos de su infancia, las costumbres de antes, la música, sus gustos, los patrones que marcaron sus vidas, el casamiento, las formas de familia y la crianza de los hijos, la educación, el rol del hombre y la mujer, los procesos políticos vividos, son debatidos, problematizados y conversados dentro del espacio del taller.

La vida en este sentido aparece como un ciclo en el que nuestra historia como jóvenes se encuentra anclada en sus relatos y en sus recuerdos. Los adultos mayores son parte de nuestra esencia, de nuestras costumbres y nosotros como jóvenes somos su futuro.





DECISIONES

ENTRE EL TEATRO Y LA LITERATURA

por Mirta Lopez Oreste



“Decidíte, anótate, dale Mirta, te va a venir bien”.

Estas palabras dichas por mi amiga Nucha, una calurosa tarde de marzo del 2013, me decidieron. Comenzó entonces un vivir insospechado, lleno de experiencias increíbles y situaciones imprevistas.

Las clases de teatro dejaron aflorar una espontaneidad desconocida en mí. Vocalicé, hice expresión corporal, improvisé y hasta logré interpretar un personaje; cosa nunca pensada, o tal vez sí, en la niñez cuando una sueña con ser la heroína del cuento leído.

La primera clase fue extraordinaria, me atrapó. Me sentía cohibida; las paredes del aula de la Facultad de Periodismo y Comunicación Social, del viejo edificio de la calle 44, pesaban sobre mí, tal vez porque se asemejaban mucho a esas otras dónde hace ya años hice mis intentos universitario. El clima era expectante, unos más, otros no tanto, nos sentíamos ansiosos cuando el profesor, un joven de algo más de veinte años, llamado Emiliano nos habló sobre el temario a ejecutar, y nos dio confianza y seguridad de llegar a conseguir la meta.

En las clases siguientes nos fuimos integrando, logramos formar un grupo donde festejamos los cumpleaños y compartimos momentos personales.

Éramos once alumnos muy distintos, la mayoría sin ninguna experiencia actoral, pero los había con trayectoria como Dayri Pereyra de noventa años y un exquisito itinerario en las tablas. También estaba Irma Cipolat que desde la localidad de Pehuajó trajo su accionar artístico. Elida Ríos con su actuaciones en el Teatro Argentino de esta ciudad (La Plata).

El curso se cerró con la representación en una de las salas del Pasaje Dardo Rocha de distintas obras breves de dos personajes pertenecientes a Griselda Gambaro. Los días previos a la función fueron de ensayos, mate y bizcochos. Ese clima nos acercó creando vínculos de amistad con unos y acercamiento afectivo con el resto.

Qué decir del curso de literatura y escritura.

Leer, lo hice toda mi vida, desde los cinco años impulsada por mi padre quién me abarrotaba de libros no bien finalizaba el años escolar. Era la lectura de las tardes de verano, cuando los mayores se recogían en siestas reparadoras y nos sometían al descanso no deseado.

Leer en grupo es compartir, es andar por un camino de encuentros, saber del otro, hallar bifurcaciones que nos abren senderos impensado. Desmenuzar el contenido de un texto en forma grupal es ver el mismo espectáculo con visión distinta. Es adentrarse en la mente del escritor, deambular por las letras hasta embriagarnos con su sensibilidad y a través de ella llegar al corazón del texto.

Leer a Cortázar, Abelardo Castillo, Juan Rulfo, Vázquez Montalbán, Raymond Carver, García Marquez, Alejo Carpentier, Alice Munro, Carlos Fuentes, Yasunari Kawabata y tantos otros, me nutrió de otros mundos.

En escritura nos exponemos, dejamos parte de nosotros en la mente de los que nos leen. Todo nuestro ser puede ser atrapado por el lector que es nuestro juez y jurado.

Escribo porque me gusta, como mis compañeros, porque quiero llegar a esa persona que sé que está.

La mañana de los miércoles era esperada con ansiedad, momentos antes de ingresar charla

mos sobre las dificultades y aciertos de la tarea semanal.

La señora Sonia García, nuestra profesora nos participa de sus cuantiosos conocimientos, nos escucha, corrige y aconseja con pulcritud. Ensalza nuestros logros y estimula con disparadores que facilitan la escritura. El grupo es heterogéneo, hay quienes llevan varios años cursando y los recién llegados, entre los que me encuentro. Compartimos un café, una charla y nos consultamos sobre los temas a tratar.

Tenemos en mente publicar un libro con los trabajos realizados, eligiendo los mejores de cada alumno. Es la tarea pendiente para la próxima cursada.

A través de los cursos me conecté con el Centro de Adultos Mayores pertenecientes a

esta casa de estudios, fue como florecer en julio, reverdecer en savia nueva y estallar en esplendores de colores.

Encontré jóvenes con una extraordinaria disposición de servicio a favor del Adulto Mayor. Un soplo de esa savia nueva con aires frescos propios de la juventud instalado en gente que se capacita para acompañar a los que hace mucho hemos dejado atrás los años mozos.

Pienso en la diferencia abismal entre los mayores de hoy y nuestros padres y abuelos. Es verdad que los cambios sociales, el avance de la medicina, la incorporación de la informática y la economía han influido en que los mayores nos mantengamos en actividad.

Un mayor recluso, negado a los cambios, reducido a la estrechez del ámbito familiar, sin



inquietudes de seguir creciendo, es vulnerable a la depresión y otras enfermedades propias de la edad; y solamente tendrá en su haber el pasado. Por lo contrario, moviéndose en un entorno activo, aprovechando los medios que ofrecen distintas instituciones, será un mayor activo que hace del presente un hoy y ahora.

Los que ya gozamos de estos beneficios debemos ayudar a extender éstos más allá de las grandes ciudades, para que los más alejados de las urbes tengan igual oportunidad.

*"¡Qué cuantos años tengo!
Eso a quien importa
Tengo los años que necesito
Para vivir libre y sin miedo
Para hacer lo que quiero
y siento..."*

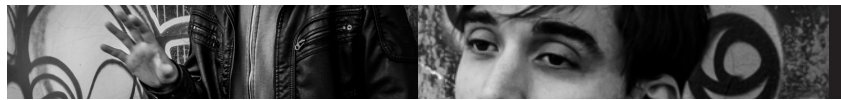
*(Fragmento de la poesía :
Qué cuantos años tengo de
José Saramago)*

por Mauro Salvador



TESTIMONIO FINAL

APRENDER A ENVEJECER



TARDE, SIEMPRE LLEGO TARDE

Aquella mañana de sábado también llegué tarde, el otoño se notaba en los árboles y en las veredas de color ocre quedaban acolchonadas por las hojas secas. La avenida 44, cerca de Plaza Italia, tenía ese tránsito rezagado de fin de semana, y fue ahí donde nos encontramos por primera vez: en la sede de la Facultad de 44, entre las calles 8 y 9. El apuro por llegar a horario, el calor que todavía se notaba en el ambiente, la preocupación por cumplir el primer día. Ellos habían arrancado tranquilamente, los compañeros iniciaron la clase, era normal.

Solamente yo había llegado tarde, y al cruzar la puerta y decir buen día, se inició a este recorrido.

Si lo que queda de transitar una experiencia académica es el conocimiento, quedó mucho conocimiento en el trabajo con talleres de comunicación con adultos mayores; conocí personas, conocí historias, conocí alegrías y tristezas, conocí el amor hacia la vida diaria, conocí el orgullo de poder ingresar a la universidad pública y sentirse parte, entre pares, entre jóvenes, entre alumnos y profesores. Conocí porque elegí la comunicación como herramienta y como práctica. La simpleza de lograr un objetivo más allá de la erudición: el diálogo.

Una de las posibilidades que me brindó el trabajo extensionista con adultos mayores de la Facultad de Periodismo y Comunicación Social fue viajar. Recorrer distintos puntos de nuestra región y el país, dando talleres, realizando prácticas periodísticas, yendo a charlas, seminarios, congresos, dialogando con otros pares sobre las experiencias con adultos, y sobre todo con los adultos mismos. Reconocer el cambio cultural, propio, en primera medida para entender el fenómeno social y político

que significa ser viejo en nuestro país, y entendiéndolo desde una posición de juventud.

Las primeras experiencias quedan registradas en la memoria, y aunque uno no tenga los detalles completos, el marco y una situación en particular quedan.

Uno de los primeros viajes fue a las localidades de Villa Elisa y Arturo Seguí, cercanas a La Plata. En Villas Elisa dicte un curso de computación en el centro de atención de PAMI, convenio que realiza la obra social con instituciones universitarias para brindar cursos a los adultos. Dar informática fue más difícil de lo que parecía, y sobre todo cuando uno tiene códigos que se traen incorporados como generación, y no debe darlo por sentado en los demás.

-Bueno, aprieten el botón de encendido y arrancamos –era el segundo encuentro, y había varias personas nuevas que no habían concurrido, los juntaba de a dos o tres para que pudieran ayudarse y además por la cantidad de máquinas.-Hoy vamos a conocer “Windows”.

Así la clase transcurrió, hasta que al final pasaba por cada escritorio y veía como realizaban los ejercicios, llegué hasta la última mesa y vi a una señora mirando fijo el monitor, con su cuaderno prolijamente lleno de notas.

-¿Y? ¿Cómo va con el ejercicio?

-Bien –me respondió sin mirarme y con las manos quietas- Solo que la pantalla queda así, no quise tocar para no romper-. Me sonrió amablemente. La máquina estaba sin prender, el monitor y el CPU titilaban en señal de espera.

Me di cuenta cuanto me faltaba comprender, no bastaba con la empatía para ayudar y emponderar al adulto con las herramientas de la tecnologías.

En aquel taller de computación de Villa Elisa conocí a otra señora, a Mirta López, una de las colaboradoras que escribió su experiencia en los talleres, se sumó con su inquietud y con sus ganas; y lo sigue haciendo.

Seguí transitando la amplia geografía: Mar del Plata, el Partido de Presidente Perón, Ciudad de Buenos Aires, Jujuy, Chaco, Neuquén, Barrio Ejército de los Andes, Lanús, y así un montón de otros lugares donde pude recibir, y dar; me enseñaron y algo dejé. Trabajamos con la experiencia de hacer radio, de analizar los medios, como ven y tratan la vejez, hicimos un diario, formulamos preguntas, debatimos, a veces con argumentos, a veces con sentido común. Con la convicción de que la comunicación social comienza desde el momento que nos vemos, nos reconocemos, en el que el diálogo nos re-crea.

En esos recorridos conocí a Carlos Ríos, Teresa Roca, Ayelén Vicario, Paola Mattos, Natalia Muñiz, con cada uno compartí momentos, tiempos y trabajos sobre el envejecimiento, y cada uno con su aporte, y que hoy son relatos. La iniciativa de gestar una revista con las voces de los adultos fue un proceso de pensar y repensar, sobre lo que uno puede aportar desde la profesión, desde la imaginación y lograr concretar; fue fundamental la predisposición de todos para contar-se, para mostrar y mirarse hacia adentro. Envejecer es parte de un proceso que es principalmente cultural, y en ello se incluye desde lo físico, la mirada médica, la mirada social, la construcción mediática, que hace que reafirmemos o neguemos ciertos modelos de vejez.

En esta idea de participación directa de los adultos mayores y jóvenes está la semilla de la transformación, transformación desde lo cotidiano, desde cada acto que comunica, en dónde cada palabra articula modos, maneras,

así como cada quien tiene su voz, su timbre particular, y en conjunto forman un coro; la unión de las distintas visiones conjugadas en un sonido de expresión.

En un relato es imposible escapar de la mezcla de reflexión y de sentimientos, la conjugación de la práctica desarrollada en estos años, de cargas y deseos a seguir transitando. El orden de los pensamientos se disparan, un testimonio es una secuencia de hechos que busca un orden de lo vivido, pareciera ser un final, pero es el inicio de otros rumbos llevando a cuenta las experiencias, las ideas y las emociones.

Sigo llegando tarde, sin embargo, ya no soy el mismo desde aquella mañana de otoño.

