

# Representaciones sociales, prácticas de inclusión y de integración social en el campo de la Educación Física con adultos mayores<sup>1</sup>

*Débora Paola Di Domizio*

## Introducción

El envejecimiento y la vejez son dos temas medulares del debate social contemporáneo debido en gran parte a las transformaciones demográficas que implica el envejecimiento poblacional a nivel mundial. Este hecho se convierte en una de las características del siglo XXI, durante el cual se observa un rápido y constante crecimiento de la población añosas sin marcadores que indiquen que este fenómeno se detenga. Es importante subrayar que la vejez como construcción social, y el envejecimiento como experiencia individual, forman parte de uno de los fenómenos más importantes del último siglo, caracterizado por su variabilidad y multicausalidad.

La República Argentina es uno de los países con mayor envejecimiento de Latinoamérica según se ha advertido desde 1970. De acuerdo con los datos del censo 2010, el número de personas mayores de 60 años asciende a 5.725.838, un 14,3% de su población total. La esperanza de vida al nacer (INDEC, 2015) es de 76,13 años para toda la población, de 72,45 años para los varones y de 79,95 para las mujeres. A los 60 años, la expectativa de vida es de 19,9 años para ambos sexos, de 17,4 años para los varones y 22,3 años para las mujeres (INDEC, 2009). Por otro lado, se observa una mayor sobrevivencia de mujeres de este grupo etario de 60 a más años.

---

<sup>1</sup> Este texto está dedicado a mi viejo (11-10-1927—26-4-2011) y a todos los adultos mayores que fallecieron en la trágica inundación de la ciudad de La Plata, el pasado 2 de abril de 2013.

Este universo demográfico que en efecto constituyen las personas mayores está condicionado por una serie de representaciones de la vejez y el envejecimiento que, a su vez, atraviesan a las instituciones ya los sujetos que componen el campo de la Educación Física, produciendo efectos concretos en sus comportamientos.

## Desarrollo

La representación social de la vejez se enseña y aprende a través de diversas manifestaciones culturales, entre ellas la Educación Física, la cual es a menudo asociada en el imaginario popular con el deporte, la vida activa, la recreación y la salud. A su vez, se ubica dentro de la atmósfera cultural de una determinada sociedad (Rada Schultze, 2012:5). Se trata de conceptos que circulan en la vida social con sentidos y significados otorgados por quienes se valen de ellos para organizar el mundo (Ron, 2011:1). Estos sentidos y significados cumplen un rol protagónico en las prácticas de inclusión social, y dentro de estas en las prácticas específicas de la Educación Física.

Desde una perspectiva foucaultiana se puede analizar cómo las prácticas discursivas producen efectos en las representaciones de los sujetos —las divisiones de verdad, poder, saber, normalidad, salud, legalidad, etc.— que se materializan en prácticas sociales. Los discursos se instalan en la sociedad, vertebran y condicionan las relaciones sociales, intentan fijar e imponer significaciones a través de diversas estrategias. Al mismo tiempo son apropiados por los sujetos de maneras plurales y móviles, y estos les dan usos y comprensiones propias. Los discursos portan representaciones sociales que se vehiculizan mediante imágenes, prácticas y significados que operan como fuentes de identificación y subjetivación para quienes transitan por el camino del envejecimiento (Yuni, et. al., 2003: 20).

Moscovici define las representaciones sociales como “(...) una modalidad particular del conocimiento, cuya función es la elaboración de los comportamientos y la comunicación entre los individuos (...). La representación es un corpus organizado de conocimientos y unade las actividades psíquicas gracias a las cuales los hombres hacen inteligible la realidad física y social, se integran en un grupo o en una relación cotidiana de intercambios, liberan los poderes de su imaginación” (1979: 17-18).

Las representaciones sociales configuran una manera de interpretar y de pensar la realidad cotidiana; son actividades mentales que construyen los

sujetos en su relación con el mundo, en el marco de un contexto sociocultural determinado (Alasino, 2011: 6).

Jodelet afirma que no se trata simplemente de una reproducción, sino más bien de una reconstrucción o recreación mediada por la experiencia vital del sujeto en un ámbito cultural determinado (Gastrón, 2013: 25). En otras palabras, las representaciones sociales son un conocimiento espontáneo, ingenuo, intuitivo que generalmente se denomina saber del sentido común.

Ahora bien, el saber o conocimiento del sentido común socialmente elaborado incluye contenidos cognitivos, afectivos y simbólicos en los que es posible reconocer la presencia de estereotipos, opiniones, creencias, valores y normas que suelen tener una orientación actitudinal positiva o negativa.<sup>2</sup>

El análisis de las representaciones sociales (Yuni, 2000; Yuni, et. al., 2003; Iacub, 2006; Gastrón, 2013) nos permite observar dos maneras antagónicas de concebir la vejez y el envejecimiento. Por un lado, se valora a los adultos mayores negativamente al relacionarlos con términos como enfermedad, deterioro, declive, incapacidad, involución, discapacidad, dependencia, invalidez, improductividad, pasividad e ineficacia. Esta perspectiva tiene su fundamento teórico en investigaciones provenientes de la biología y las ciencias médicas.

En el extremo opuesto, encontramos las concepciones que abordan la vejez y el envejecimiento de forma positiva, entendiéndola de manera exitosa o competente. De esta forma se puede construir una nueva identidad para el colectivo de personas mayores. Así, estos sujetos son resignificados a partir de sus roles activos en la sociedad, ya que se destacan sus capacidades y autonomía, su potencial cognitivo y de integración social. Como señala Fernández Ballesteros (1998:3), se ha iniciado la investigación sistemática de una serie de aspectos positivos del envejecimiento, como son el potencial de aprendizaje, la sabiduría,

---

<sup>2</sup> En nuestro país, el concepto *viejismo* —*ageism*, edaísmo (Butler, 1969.) —, estudiado y traducido al castellano por Salvarezza (1996), comprende el conjunto de prejuicios, estereotipos y discriminaciones hacia los viejos en función de la edad. Sus consecuencias son comparables a los prejuicios “discriminantes” contra las personas de distinto color, raza, religión o contra las mujeres en función de su sexo. El *viejismo* involucra procesos psicosociales por los cuales los atributos personales son ignorados y los individuos son etiquetados de acuerdo con estereotipos negativos basados en la afiliación grupal. Este concepto puede operar sin ser advertido, controlado o con intención de dañar de manera consciente, a diferencia de otros prejuicios que permiten identificar claramente a los victimarios y a las víctimas. (Iacub 2009: 12-13).

la satisfacción con la vida o la felicidad en el área psicológica.<sup>3</sup>

En el campo de la Educación Física, es preciso interrogarse nuevamente sobre el modo de circulación de dichas representaciones sociales de la vejez. Y es necesario preguntarse si dentro de nuestra disciplina, las mismas circulan contribuyendo a la integración e inclusión de las personas mayores en la sociedad, o de forma contraria, funcionan como un obstáculo.

En primer lugar, podemos mencionar las representaciones sociales negativas asociadas al paradigma biomédico, que toma al cuerpo como materialidad o ente biológico. Entiende la vejez en relación con la enfermedad, los achaques, la declinación y degradación física, la involución, la dependencia, el deterioro, la discapacidad, la invalidez, la fragilidad y debilidad, etc. Esta perspectiva medicaliza el envejecimiento,<sup>4</sup> asociando al adulto mayor con el paciente y a la vejez con la enfermedad. El paradigma hegemónico instalado en la medicina tradicional era fundamentalmente geriátrico y revelaba una concepción del adulto mayor que persiste en gran parte de la población. En este sentido, Crisorio (2003: 30) sostiene que la Educación Física se ha integrado al conjunto de los dispositivos de medicalización de la sociedad, poniendo sus técnicas al servicio de la salud. En el imaginario docente, las prácticas corporales con adultos mayores estarían estrechamente ligadas a la idea de una función terapéutica, en detrimento de la función educativa. Es de suma importancia comprender que ha quedado establecida una relación causal entre la práctica del ejercicio físico y la salud como si fuese la solución para los cambios de estilo de vida del adulto mayor y para su integración en la sociedad. El término “salud” tiene aquí un claro sentido biológico, ya que las prácticas deportivas y los hábitos ascéticos son considerados bienes utilitarios a conseguir. A su vez, se hace responsables a los adultos mayores de adoptar un estilo de vida activo que se contraponga a la imagen del viejo achacoso y senil con la que se asocia negativamente a la vejez.<sup>5</sup>

---

<sup>3</sup> También en el campo de la psicología se encuentran ideas negativas acerca de nuestro objeto de estudio, que serán desarrolladas en el texto.

<sup>4</sup> Mediar: acto médico. Medicalizar: es un intento por solucionar desde la medicina una problemática que puede ser emocional, espiritual o psicosocial. Para Jodelet (1976), la medicina occidental se centra en el tratamiento del cuerpo considerándolo un objeto físico en desmedro de su dimensión social (Gastrón, 2013: 120). Este hecho forma parte de un fenómeno más amplio de medicalización de la vida.

<sup>5</sup> Observamos que en la última década se han multiplicado las posibilidades que tienen los

En segundo lugar, se encuentran las representaciones sociales vinculadas a un paradigma asistencialista que consideran a los adultos mayores como un colectivo que debe ser asistido por políticas públicas. Son así entendidos como sujetos tutelados, carentes, que requieren compasión y protección. Esta situación podía ser advertida desde el siglo XIX evaluando las políticas sociales expresadas en planes, proyectos y programas. Observamos que el diseño de políticas deportivas, educativas o de salud que contemplan prácticas corporales, implementadas por instituciones u organismos gubernamentales se tornan en dispositivos de carácter fuertemente asistencialista cuyos destinatarios son adultos mayores, que son denominados *beneficiarios*. De esta forma los sujetos no tienen conciencia de sus derechos y disfrutan pasivamente de su garantía. Se conforma una tríada sujeto-pasivo-beneficiario por la cual el adulto mayor queda constituido como objeto de protección (PAMI, 2009). En el diseño de esas políticas públicas, la Educación Física ha hecho su aparición en escena como un actor de reparto, que reproduce dichas representaciones de forma naturalizada, legitimada.

Por último, se deben mencionar las representaciones negativas de la vejez relacionadas con el paradigma psicológico. En este caso, las imágenes con que se percibe a las personas que transitan su vejez corresponden a la degradación psíquica, incapacidad, pérdida de memoria, depresión, demencia, regresión, incapacidad, involución, declinación, y con escaso interés por revertir todo ese cuadro. En el marco de las prácticas de Educación Física, es interesante mencionar cierto abordaje docente que tiende a tratar a los adultos mayores como niños escolarizados, asociando la dependencia propia del envejecimiento con fragilidad (vejez más deterioro) y con la dependencia infantil (que caracteriza los primeros años de vida del infante).

En efecto, el infantilismo es un prejuicio que considera que en la vejez los sujetos vuelven a ser infantes y, por lo tanto, reclaman cuidados, vigilancia y que

---

adultos mayores para transitar un envejecimiento activo, con la participación en prácticas corporales lúdicas, expresivas, deportivas, gimnásticas, acuáticas, vinculadas al medio ambiente, al turismo, a la educación, a la recreación o a la competencia, incluidas en políticas públicas de los gobiernos municipales, provinciales y nacionales. Sin embargo, estas posibilidades masivamente difundidas en los medios de comunicación instalan la producción de un nuevo viejo o de nuevos modos de envejecer que, si bien han significado una ganancia en términos de calidad de vida de las personas mayores, muchas veces enmascaran una realidad o trasfondo al considerar el envejecimiento saludable como una tarea de responsabilidad individual (Brigeiro, 2005).

se tomen decisiones por ellos. Esto crea una situación de dependencia absoluta, ya que las personas de edad avanzada asumen esas actitudes como normales y propias; se trata de una verdad irrefutablemente internalizada (Márquez Herrera, 2004: 5).

La incorporación irreflexiva de estas opiniones trae como consecuencia la construcción del adulto mayor como ser incompleto que con la edad va perdiendo capacidades mentales para discernir, para decidir, e inclusive para aprender, ubicándolo una vez más en un lugar de incapacidad o de no empoderamiento. De acuerdo con este prejuicio, el adulto mayor ya no podría adquirir nuevas destrezas o aprendizajes motores por pérdida de capacidades o habilidades. La persona mayor es discriminada por la supuesta pérdida de capacidades cognitivas, según el concepto de involución del aparato psíquico, y de este modo su condición etaria aparece como una patología. Estas representaciones sociales basadas en las carencias son causa de la marginación social y se expresan en una actitud de rechazo o de paternalismo discriminatorio.

Hasta aquí, el conjunto de representaciones especificadas determinan el proceso de envejecimiento humano como un momento de involución que obstaculiza las prácticas de inclusión e integración. Este discurso tiene consecuencias tanto en quienes envejecen como en los aún no viejos, es decir, en los niños, jóvenes y adultos que van transitando su envejecimiento. Alienta actitudes que abarcan desde la indiferencia, desvalorización y marginación hasta el extremo opuesto, la sobreprotección, el brindado de cuidados excesivos, que imponen límites innecesarios e incrementan el desvalimiento. Otras posibles consecuencias se vinculan con la dificultad para elaborar proyectos que les permitan a los adultos mayores incrementar su desarrollo personal, su capacidad para disfrutar, para así lograr una mejor y más gratificante inserción social (Gastrón 2013: 114).

En función de lo desarrollado hasta aquí, cabría preguntarse cómo se puede favorecer la inclusión e integración social desde las prácticas de la Educación Física y qué representaciones sociales habría que conocer y adoptar para ello.

En permanente tensión con las posiciones descriptas, se encuentran además imágenes positivas y exitosas de la vejez. Estas representaciones están asociadas con expresiones como sabiduría, experiencia, ocio, resignificación, transformación, disfrute, actividad, proyectos, ganancias, oportunidades, entusiasmo, libertad, etc. Se entiende así a la vejez como un período de despliegue de potencialidades de los sujetos en el que estos pueden alcanzar la realización personal. Desde esta

perspectiva, se construye otra representación social de los adultos mayores como un grupo social dinámico, activo, partícipe, creativo e influyente en el contexto en el cual está inserto.<sup>6</sup> A su vez, proclama al deseo como un motor vigente en cualquier edad. El cuerpo no solo se enferma o se cura sino que también siente placer; los adultos mayores pueden construir redes sociales y elaborar ideas creativas.

Por otro lado, ha cobrando fuerza durante la última década un paradigma que considera a los adultos mayores como sujetos de derecho, con participación. Los adultos mayores ganan protagonismo en las políticas públicas mediante el ejercicio de sus libertades y obligaciones. Son capaces de instalar sus reclamos en la agenda pública y de trabajar en el ejercicio de esos derechos desde el empoderamiento<sup>7</sup>. Según este enfoque, las personas mayores son sujetos con garantías pero también con responsabilidades respecto de sí mismas, de su sociedad y entorno y de las futuras generaciones.

En este punto cabe preguntarse ¿qué situaciones propician los profesores de Educación Física que permitan empoderarse a los alumnos adultos mayores? ¿Cómo se puede habilitar desde la práctica profesional la posibilidad de empoderamiento del adulto mayor? En este sentido, resulta prioritario abordar la problemática del envejecimiento y la vejez desde una perspectiva de derechos, más aún, de restablecimiento de derechos y oportunidades de inclusión social. De esta forma se puede reconocer y abordar esta etapa de la vida en su integralidad, mientras que miradas parciales y reduccionistas solo servirán para perpetuar su vulnerabilidad y su desconocimiento de ciudadanos activos con pleno goce de sus derechos y deberes:

## Conclusión

En este trabajo se han descrito representaciones sociales presentes en el campo de la Educación Física para analizar si favorecen u obstaculizan las

---

<sup>6</sup> También deben descartarse los estereotipos positivos utilizados infundadamente, tales como la equiparación de vejez con sabiduría, época dorada, o guardianes de recuerdos, etc., porque, si bien son menos frecuentes y quizás ocasionan menos efectos negativos y discriminatorios, impiden conocer realmente a la población mayor.

<sup>7</sup> 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 (Browne & Gascón, 2008:12).

prácticas de integración e inclusión social de los adultos mayores.

Las reflexiones y datos hasta aquí expuestos no pretenden presentarse como unaverdad universal de las prácticas de la Educación Física con adultos mayores. La intención, por el contrario, es la de invitar a pensar qué tiene para decir la Educación Física acerca del tema y cómo pueden ser analizadas las prácticas de inclusión e integración con adultos mayores desde la propia disciplina, teniendo en cuenta que las representaciones sociales son potentes constructoras de prácticas, discursos, sentidos y significados.

Si bien la Educación Física académica está realizando un desplazamiento epistémico en el abordaje de la temática, no se puede afirmar que este escenario se presente con características iguales para toda la Educación Física del país. Por ello resulta de vital importancia investigar y debatir acerca de las maneras en los profesores de Educación Física se refieren a la vejez, al envejecimiento y a las personas mayores. En esta línea de discusión, es necesario superar las representaciones negativas acerca de la vejez; desligarla de la noción de pasividad o de involución. Por el contrario, hay que subrayar la dimensión socio-cultural de la vejez, teniendo en cuenta al adulto mayor en su condición de sujeto pleno con derechos, que es capaz de rediseñar su curso vital, y entender a nuestra disciplina como una práctica política dispuesta a derribar las barreras del viejismo.<sup>8</sup>

## Bibliografía

- Alasino, N. (2011). **Alcances del concepto de representaciones sociales para la investigación en el campo de la educación.** *Revista Iberoamericana de Educación*, 56(4).
- Brigeiro, M. (2005). Envejecimiento exitoso y tercera edad: Problemas y retos para la promoción de la salud. *Revista Investigación y Educación en Enfermería*, 23(1), 102-109.
- Butler, R. (1969). Ageism: Otra forma de intolerancia. *The Gerontologist*, 9, 243–246
- Crisorio, R. (2003). Educación física e identidad: Conocimiento, saber y verdad. En V. Bracht & R. Crisorio (Coord.) *La Educación Física en Argentina y en*

---

<sup>8</sup> Este artículo le debe agradecimiento al Comité organizador del 10º Congreso Argentino y 5º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias y al Departamento de Educación Física de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de la Plata.

- Brasil. Identidad, desafíos y perspectivas*. La Plata: Ediciones Al Margen.
- Fernández Ballesteros, R. (1998). *Vejez con éxito o vejez competente: un reto para todos*. Conferencia Inaugural: *Sociedad de Gerontología Multidisciplinar*. Barcelona.
- Browne, M. & Gascón, S. (2008). *Estrategias de empoderamiento de los adultos mayores*. Mar del Plata: UNMdP/Ministerio de Desarrollo Social.
- Gastrón, L. (Coord.) (2013). *Dimensiones de la representación social de la vejez*. Mar del Plata: EUDEM.
- Iacub, R. & Acrich, L. (2009). *Psicología de la mediana edad y vejez*. 2ª. Mar del Plata: UNMdP/Ministerio de Desarrollo Social.
- INDEC (2009). *Dirección de Estadísticas Poblacionales, Programa Análisis Demográfico*.
- INDEC (2015). *Proyecciones de población 2010-2015*.
- Jodelet, D. (1976). La representación social: fenómenos, concepto y teoría. En S. Moscovici. *Pensamiento y vida social*. Paidós: Barcelona.**
- Márquez Herrera, A. M. (2004). Consideraciones sobre maltrato y violencia en la vejez a la luz de la calidad de vida. *Boletín de la Red Latinoamericana de Gerontología*, VI(55). Agosto. <http://www.gerontologia.org/portal/information/showInformation>. Consultado el 15 de noviembre de 2007.**
- Moscovici, S. (1979). *El psicoanálisis, su imagen y su público*. Buenos Aires: Huemul.
- PAMI (2009). *Boletín del PAMI*, V(791), martes 13 de enero.
- Rada Schultze, F. (2012). Representaciones sociales de la vejez en la historieta Argentina. Los casos de Diógenes y el linyera y El Eternauta. *Palabras Mayores. Un espacio de conocimiento e información sobre el adulto mayor*. 5(9), noviembre.
- Ron, O. O. (2011). ¡Qué de la educación física: características, lógicas y prácticas! En *9º Congreso Argentino y 4º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias*. FaHCE, UNLP.
- Salvareza, L. (1996). *Psicogeriatría: Teoría y clínica*. Buenos Aires: Paidós.
- Yuni, J. (2000). El mito del eterno retorno. Educación, subjetividad y adultos mayores. En S. Duschatzky (Comp.). *Tutelados y asistidos. Programas sociales, políticas públicas y subjetividad* (pp. 187-237). Buenos Aires: Paidós.
- Yuni, J.; Urbano, C. y Arce, M. (2003). *Discursos sociales sobre el cuerpo la estética y el envejecimiento*. Córdoba: Brujas Editorial.