

**Trabajo no remunerado en adultos mayores**

**De la invisibilización a la problematización de la temática**

**Autoras:**

Manes, Romina

Ramírez, Jimena

Brown Galindez, Sol

Didiego, Lucía

Tablado Cores, Constanza

## Resumen

El presente trabajo se realiza en el marco de la Investigación de Grado “Trabajo no remunerado en adultos mayores” de la Carrera de Trabajo Social perteneciente a la Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires. El equipo está formado en su mayoría por estudiantes de trabajo social y el mismo se realiza en articulación con Centros de Día para Adultos Mayores del Gobierno de la Ciudad en el marco de las Prácticas Pre-profesionales de la carrera.

Los adultos mayores generan aportes importantes a las familias y a la sociedad en general a partir de la realización de trabajos no remunerados que con frecuencia son invisibilizados, sin ser incluidos en la categoría “trabajo”. La problematización y visibilización de esta temática ha sido trabajada y transformada, a lo largo de los años, en su abordaje desde las ciencias sociales.

Tomaremos los aportes de distintos autores que ponen de manifiesto que la noción “trabajo” no se reduce sólo a las actividades remuneradas sino que también incluyen actividades que se realizan en el ámbito de las relaciones privadas y de las organizaciones sociales.

En este marco el trabajo no remunerado tiene implicancias en cuanto al género de los sujetos que lo realizan. La organización de la vida cotidiana remite a un orden social generado por las percepciones sociales acerca de lo esperable para los varones y para las mujeres. A partir de la adultez madura estas funciones, asignadas a cada uno según su sexo, se van volviendo porosas y difusas al punto de revertir posiciones sociales a través de un proceso de entrecruzamiento de roles. Tal es así que, generalmente, podemos encontrar varones que se vuelven más dependientes (comparados con las etapas anteriores de su vida) y mujeres desplegando una mayor independencia y autonomía de la ejercida en otros años.

Podemos decir que, la conceptualización de “trabajo no remunerado” en la vejez, está signada por las variables de uso del tiempo y del género, constituyendo un entramado de

significados sociales y de relaciones de poderío que varían según los ámbitos en los que se desarrolla.

Palabras clave: trabajo no remunerado, cuidados, ocupación del tiempo, vejez y género.

## **Vejez y Trabajo**

Entendemos al envejecimiento como un proceso dinámico de múltiples causas y manifestaciones que tienen que ver tanto con factores individuales (biológicos y psicológicos) como históricos y sociales. En este sentido la vejez, en tanto proceso histórico social, comprende tantas formas particulares de ser concebido, como sujetos que lo atraviesan. Siguiendo a Paola, Samter y Manes “(...) el envejecimiento no configura una enfermedad, ni un error evolutivo, sino un proceso con múltiples causas cuyo resultado, la vejez, es tan heterogéneo en sus manifestaciones unitarias como lo son los seres humanos sujetos de las mismas” (2011, 33).

La vejez es un momento de las personas que configura una parte del curso vital de la vida, junto con la niñez, la adolescencia y la adultez. Por lo tanto, no puede pensarse a la vejez de manera aislada a los momentos que la preceden, sino que todos ellos están interconectados de manera tal que todas las vivencias previas tienen sus efectos en las experiencias posteriores.

Una vez que las personas se encuentran transitando la vejez, por lo general comienzan a tener mayor tiempo libre, el cual podrá ser ocupado en otro tipo de actividades que no estén vinculadas al trabajo. A pesar de que excede a los fines de este trabajo analizar cómo funciona efectivamente la jubilación de las personas y qué porcentaje de sus necesidades llega a cubrir, consideramos que la jubilación funcionaría (o debería hacerlo), como una garantía para que las personas puedan sostenerse durante este período de la vida socialmente entendido como: “no productivo”.

En relación al trabajo nos parece pertinente introducir la idea que sostiene que el mismo ocupa un lugar central en nuestras sociedades, como fuente de identidad, de relaciones sociales y como medio privilegiado para adquirir bienes. Aún hoy, gran parte de la identidad de una persona se define en relación a si tiene o no un trabajo, y si lo tiene, de qué tipo de trabajo se trata. De hecho, es a partir de cuestiones de índole laboral que se generan tipologías de la sociedad permitiendo analizar aspectos de ellas. Muchas de estas categorías ligadas al bienestar de la población, como por ejemplo: el porcentaje de población ocupada y desocupada.

Siguiendo al autor Cuenca Cabeza (2007, 1), éste expresa que: “No siempre somos conscientes de que el trabajo es algo más que la manera para solventar los problemas

económicos. También nos ayuda a organizar la vida, a relacionarnos, a tener un concepto de nosotros mismos o, incluso, a justificar nuestro ocio, entendido desde una perspectiva de descanso y diversión.”

Agregamos a ello que culturalmente, en cuanto al trabajo, existe organización de las tareas en función de una división sexual del trabajo. Así se presentan en la esfera pública como en la privada los distintos posicionamientos sociales aceptados y esperables tanto de los varones como de las mujeres. En la vejez esta división sexual del trabajo se sigue reproduciendo, en el imaginario social y en la vida cotidiana, condicionando las expectativas y oportunidades de transformarla.

### **Tiempos en la vejez**

Si nos remitimos a los diversos contextos socio-culturales, cada uno de ellos condensa en el concepto de “tiempo” un conjunto de creencias, mitos y prejuicios que condicionan las modalidades en que los sujetos pertenecientes a esa sociedad vivencian y transcurren en el tiempo.

Con el surgimiento de las sociedades industriales, S XVIII, aparece una concepción del tiempo que dota a la sociedad de un ritmo distinto a los tiempos de la “naturaleza” que guiaba a las sociedades agrícolas. Con esta nueva concepción del tiempo llega el disciplinamiento social y la condena a la ociosidad.

En este sentido Goldstein (1992 en Urbano, Yuni, y Tarditti; 2002, 4) sostiene que “en la sociedad industrial, el tiempo libre es vivido como ganancia que se pierde, porque el tiempo es oro. No hacer nada de valor material, es no producir. No importa tanto el ser, importa el hacer, el producir. La valoración del obrero se hace en función de la fuerza con que trabaja y produce. De ahí que, el valor individual está en función del aporte que el individuo hace al producto social. La sociedad jerarquiza sobretodo las ocupaciones, la producción y el trabajo”.

La noción de tiempo queda absolutamente ligada al ejercicio del trabajo productivo, remunerado, y clasista.

La cuestión del tiempo cobra singularidad en el período de la vejez, ya que en esta etapa se hace extensivo el tiempo que la cultura ha asociado con el “no trabajo”, el reposo o la ociosidad. Sin embargo, la cuota de tiempo libre de las personas mayores muchas veces más que ser visto como un don resulta ser un problema, ya que no se encuentra de qué manera ocuparlo de forma “productiva”.

En este sentido, resulta necesario remarcar que la disponibilidad de tiempo libre, no implica que éste necesariamente se convierta en tiempo de ocio, o de realización de actividades de gusto personal. Más bien, muchas veces y siguiendo a Rodríguez Suarez y Agullo (1999) el tiempo libre es aquél que no está determinado por la obligatoriedad, aquel tiempo del que se dispone cuándo: 1) No se está trabajando (o realizando una actividad remunerada) o bien estudiando; 2) No se satisfacen necesidades básicas (dormir, comer...); 3) No se están realizando trabajos domésticos; 4) No se llevan a cabo obligaciones familiares o religiosas.

Desde la lógica de estos autores, el ocio estará ligado a la cultura y será, dentro del tiempo libre, aquel tiempo 1) conformado por las actividades y prácticas libremente elegidas según las preferencias de cada individuo; 2) un tiempo caracterizado por la libre elección y realización de actividades que satisfagan necesidades personales; y 3) un tiempo cuya finalidad sea el descanso, la diversión, la creación o el desarrollo del sujeto.

Por otro lado, Dumazedier Friedmann y Oddone, han abordado la noción de tiempo en la vejez, conceptualizando cuatro tipos de tiempo: el tiempo de trabajo, dedicado a actividades remuneradas; tiempo obligado, aquel dedicado a las actividades regulares, voluntarias que no hacen a la subsistencia (por ejemplo actividades educativas, religiosas, etc); tiempo ocupado, destinado a tareas ineludibles que hacen a nuestra subsistencia (alimentación, higiene, mantenimiento del hogar, etc.) y tiempo libre o de ocio, aquel tiempo conformado por ocupaciones a las que la persona se dedica voluntariamente liberado de sus obligaciones cotidianas. (Sanchez, Y; Rodríguez de la Fuente J. 2012).

Destacamos en este punto la noción de tiempo libre como un momento de posibilidad para los adultos mayores de estar activos a través de la realización de actividades de diferentes tipos, evitando la idea del reposo e inactividad con las cuales se asocia generalmente a la vejez.

## **Trabajo no remunerado**

Como expresamos anteriormente, consideramos que el trabajo no se reduce sólo al aporte que las personas realizan al mercado sino que también al que realizan en el ámbito de las relaciones privadas y en la esfera de las organizaciones sociales. En otras palabras, se puede decir que el tiempo social destinado al trabajo es mucho más amplio que el correspondiente al trabajo remunerado realizado para el mercado.

Cuando nos referimos a la realización de actividades en el ámbito de las relaciones privadas hacemos alusión al trabajo no remunerado en el marco de la red familiar. Siguiendo a las autoras María del Mar García-Calvente, Inmaculada Mateo-Rodríguez y Gracia Maroto-Navarro (2004) “el conjunto de las familias constituyen un sector de prestación de servicios de salud que supera con creces el volumen de trabajo a todas las restantes instituciones sanitarias”. Resulta ser la familia -y específicamente las mujeres- quienes brindan los cuidados de salud en su entorno. Esta situación conlleva una falta de reconocimiento a nivel social y por ende, su invisibilidad.

Tanto las tareas domésticas básicas para la reproducción familiar como el cuidado de enfermos y niños recaen principalmente sobre las mujeres mayores quienes deben afrontar jornadas de trabajo extensas. En estas circunstancias se genera lugar a ambivalencias entre la satisfacción del “sentirse útiles”, y servir a la familia, y la insatisfacción, producto del excesivo trabajo y resignación de otras actividades.

Por el otro lado, existe un tipo de trabajo no remunerado como ser: las actividades de voluntariado social, realizado por fuera del ámbito familiar y que a diferencia del anterior se presenta como un espacio para la realización personal, la libre participación y el ocio de las personas mayores. De esta manera aparece la ocupación de un tiempo libre, que en la vejez tiene ciertas particularidades.

Hacemos referencia al rol de apoyo social que brindan las personas mayores, como lo destaca Freixas (1997), en cuanto a que el aporte de “su trabajo gratuito resulta hoy día tan imperceptible como lo era hace 20 años el trabajo no remunerado de las mujeres en el ámbito doméstico y en el cuidado de otras personas”.

Consideramos, para ello, la noción de tiempo en la vejez a partir de lo desarrollado por Dumazedier (1964); Friedmann (1958), Oddone (2002), Aguirre (2003) y Agulló Tomás (2001).

Tomando a Aguirre (2012), éste plantea las siguientes dimensiones incluidas dentro del trabajo no remunerado: de subsistencia, doméstico, de cuidado de familiares y trabajo voluntario o al servicio de la comunidad.

En relación al *trabajo de subsistencia* alude a las distintas estrategias que las personas y las familias realizan para subsistir dentro de un contexto de desempleo, de políticas de ajuste y de pobreza estructural.

Con respecto al *trabajo doméstico* distingue a grandes rasgos entre el trabajo doméstico no remunerado cumplido por los integrantes del hogar y el trabajo doméstico asalariado. Cabe destacar que las mujeres siguen estando asignadas a los mismos tipos de tareas, mas allá de la esfera en la que se desenvuelvan (pública o privada).

En lo que respecta al *trabajo de cuidado de familiares*, el que desarrollaremos más adelante, se lo define como “la acción de cuidar un niño o una persona adulta o anciana dependiente para el desarrollo y el bienestar de su vida cotidiana. Si bien implica un trabajo material también se reconoce el aspecto afectivo y emocional que conlleva. La actividad puede ser realizada en la familia o puede ser delegada a otras personas ajenas a ella y puede ser remunerada o no” (Aguirre 2003, 7).

Finalmente, el trabajo voluntario o al servicio de la comunidad refiere al trabajo que se presta a los no familiares, a través de una organización, y difiere de acuerdo a los fines que persiga y al estrato social en que se lleve a cabo.

Para adentrarnos a la temática del trabajo no remunerado en el período de la vejez, consideramos que, en palabras de Rodríguez Suárez, y Agullo (1999, 468) “todos los trabajos no remunerados suelen llevarse a cabo de forma voluntaria y gratuita, pero muchas veces no han sido elegidos”.

El autor plantea que en la etapa jubilatoria se produce una tendencia al incremento de la realización de actividades no remuneradas. Al mismo tiempo que ocupan y quitan tiempo a las personas mayores para realizar otras actividades (como ser de ocio). Reportan un



valor socioeconómico que puede suponerse valuando cuánto costaría pagarle a una persona para realizar tales actividades.

Distingue tres tipos de trabajos no remunerados relativos a:

- Las tareas y trabajos en el hogar: en la esfera doméstica se reproduce una división sexual del trabajo, ocupando a una parte importante de la población femenina en este tipo de tareas, que se traduce en un ahorro relevante para las economías familiares.
- El cuidado de otras personas: las tareas de cuidado hacia los miembros de la familia recaen en primer lugar en la figura de la cónyuge, luego en la figura de hija y en tercer lugar en la figura de nuera. Lo maternal y el cuidado siguen íntimamente ligados, persistiendo y cargando a la mujer aún de edades avanzadas. El varón cuidador aparece en último lugar cuando las figuras mencionadas no están o no pueden hacerse presentes. En cualquiera de los casos hay un trabajo invisibilizado por la ausencia de una retribución económica que lo oficialice.
- Trabajo no remunerado en el ámbito extrafamiliar o social: actividades relacionadas con algún tipo de voluntariado o programa de transmisión generacional sobre algún conocimiento y/o tradición cultural. Este aporte significa muchas veces un soporte para distintas organizaciones de la sociedad civil o del Estado, y tienen un reconocimiento social pero no así económico.

### **Vejez, Género y Cuidados Informales**

Hemos considerado relevante tomar los cuidados informales en el marco de la red familiar debido a que entendemos como importante su relación con el fenómeno del envejecimiento propio de la población en los últimos años y su incremento, hechos que conllevan un aumento de la demanda del recibimiento de cuidados por parte de los adultos mayores.

Según las notas de la OIT sobre Trabajo y Familia, este aumento de la demanda de cuidados se genera en la vejez debido a un progresivo deterioro biológico y al aumento de

los problemas en la salud. Ambos son factores que llevan a que los adultos mayores sientan un grado de vulnerabilidad mayor considerando necesaria la figura de un otro que los ayude a realizar sus tareas cotidianas. El grado de dependencia estará determinado individualmente por múltiples causas integradas: factores biológicos, históricos y sociales.

A esta situación se le agrega la característica de ineficiente e insuficiente para gran parte de los servicios de salud. La falta acceso a pensiones, la exclusión del mercado laboral formal y del recibimiento de protección formal, y la dependencia de un familiar que se encargue de cubrir sus necesidades vitales. Podemos visualizar así un contexto con una multiplicidad de variables que intervienen en la tarea de cuidado: lo que brinda el cuidador a la persona dependiente y la situación cotidiana del entorno de la persona que recibe los cuidados.

Así como dijimos en un principio, los cuidados generalmente son brindados por familiares cercanos a aquellos que demanden un acompañamiento necesario para su desarrollo diario.

En este sentido, podemos incorporar el concepto de apoyo informal que brindan los autores J. Javier Yanguas Lezaun, Francisco J. Leturia Arrazola y M. Leturia Arrazola (2000), quienes entienden el cuidado informal como “las interacciones entre un miembro de la familia (...) que ayuda a otro de una manera regular (...) a realizar actividades que son necesarias para llevar una vida independiente”.

Incorporando a esta situación la mirada desde la perspectiva de género podemos decir que siguen existiendo diferencias entre los varones y las mujeres mayores, en cuanto a su participación social y su inclusión en los tipos de trabajos no remunerados.

El aporte que realizan las mujeres mayores a la sociedad no tiene un reconocimiento formal, pasa desapercibido. Según el Imserso (2008, 30) “un ejemplo de ello lo muestran aquellas mujeres que en la actualidad cuentan con unos 60 años y que realizan las tareas de cuidado de unos padres de más de 80 años, atienden a sus maridos mayores, y ayudan a sus hijas en el cuidado de sus nietos/as”. En lo referente a la realización de actividades el informe señala la división sexual del trabajo doméstico, los hombres realizan actividades en mayor número, en espacios abiertos y con mayores grados de

movilidad, las mujeres concentran su actividad en espacios domésticos o afines a ello y con un carácter más pasivo.

La cuestión de género en relación con el trabajo no remunerado permite visibilizar que independientemente del momento vital que la mujer esté transitando, tanto las tareas domésticas básicas para la reproducción familiar como el cuidado de enfermos y niños recaen sobre ellas, quienes deben encargarse de afrontar jornadas de trabajo extensas. Esto sucede –entre otras razones- porque está culturalmente instalado que es el género femenino al que se le adjudica esta tarea.

Principalmente son las mujeres mayores -quienes presentan una mayor esperanza de vida respecto de los hombres- las que suelen encargarse de realizar las tareas del cuidado informal, dentro del entorno familiar o extrafamiliar. De esta manera se disipan las diferencias entre ambas esferas y se logra una extensión de lo doméstico en el ámbito público.

En el panorama de las familias conviviendo con algún miembro mayor, mencionamos que según la OIT (2008, 3) “a pesar de que la presencia de adultos mayores puede aumentar la carga de las mujeres en relación al cuidado, muchas veces se da el proceso inverso, ya que estos adultos mayores pueden ayudar en las tareas del hogar, disminuyendo el tiempo que las mujeres deben destinar a las actividades domésticas”.

A partir del artículo “Conceptos y percepciones de las abuelas sobre el cuidado de sus nietos” de los autores Weisbrot y Giraudó (2012), entendemos que en el caso puntual de las mujeres adultas mayores cuidadoras de sus nietos, las mismas ofrecen como ayuda a sus hijos, por un lado, el cuidado de los niños sin remuneración a cambio y, por otro lado, la posibilidad de otorgar un cuidado de mejor calidad que alguien externo al núcleo familiar.

Según las autoras, Weisbrot y Giraudó, la bibliografía sobre la temática muestra miradas contradictorias sobre las consecuencias en la salud de los abuelos que cuidan a sus nietos tiempo parcial. Así, algunas investigaciones sostienen que es beneficioso para su salud mientras que otras relacionan el cuidado con mayores problemas de salud. En estas diferencias una de las variables centrales es la cantidad de horas dedicadas a esa tarea.

En el cuidado de los nietos las más convocadas son las abuelas maternas, por proveer un sostén afectivo y económico a sus hijos. Las autoras concluyen que “el cuidado de los nietos proporciona satisfacción, sensación de vitalidad y dinamismo y, como aspectos negativos puede generar estrés, falta de tiempo personal, trastornos en la salud y conflicto con los padres” (2012, 131)

Con respecto al cuidado informal de personas mayores y basándonos en J. Javier Yanguas Lezaun, Francisco J. Leturia Arrazola y M. Leturia Arrazola (2000), creemos de relevancia interpretarlo como un proceso complejo y diverso en el cual se dan variaciones individuales en cada caso. Además hay que tener en cuenta los diferentes motivos que llevan a que una familia se decida por poner en práctica ese rol o hacerse cargo de cumplir con las funciones que son requeridas en una tarea tal como es el cuidado.

En este sentido decidimos incorporar dos cuestiones vinculadas al cuidado. La primera consiste en que el cuidar de alguien implica no sólo la realización de tareas sino también la existencia de relaciones y sentimientos en esa actividad. Por lo tanto, el cuidar no sólo consiste en el hecho de cumplir con un trabajo sino que también es una tarea que conlleva determinados costes, ya sean físicos y/o emocionales. La segunda consiste en desarticular la idea que promueve e identifica el cuidado con la dependencia intentando visibilizar la relación cuidador-receptor como algo interdependiente.

Resulta necesario a esta altura, introducir la idea de los autores García-Calvente, Mateo-Rodríguez y Maroto-Navarro (2004) cuando explican que la vida de la cuidadora principal se ve afectada por diferentes razones. Algunas de estas razones se podrían relacionar con los diferentes tipos de actividades que debe desarrollar en el contexto donde ésta brinda el cuidado. También, con la multiplicidad de roles que debe asumir (madre-esposa, enfermera, psicóloga, consejera, abogada, empleada del hogar, ama de casa y/o trabajadora). Otra razón podría ser la duración de una extensa jornada laboral y por último, la escasa ayuda de otras personas para concretar su trabajo.

Además, el cuidador puede ver su vida afectada en muchos otros aspectos. Ya sea en términos de su salud y bienestar, en el ámbito laboral, económico y/o social.

Con respecto a su salud y bienestar -siguiendo a los autores García-Calvente, Mateo-Rodríguez y Maroto-Navarro (2004)- el cuidador puede sufrir el “síndrome del cuidador”, el cual implica un conjunto de alteraciones médicas, físicas, psíquicas y psicosomáticas. En relación al ámbito laboral y económico puede existir la posibilidad de que se abandone el trabajo remunerado o directamente que no se tenga acceso a un empleo debido al tiempo que lleva cuidar de una persona, hechos que conllevan automáticamente a la reducción del ingreso para el grupo familiar. Con respecto al ámbito social, el coste que este presenta se relaciona con una reducción de los espacios para cultivar las redes sociales propias: salir con amigos, realizar visitas a sociales y hasta dedicarse tiempo para uno mismo.

A partir de las ideas esbozadas consideramos que puede desarrollarse la noción de carga propuesta por J. Javier Yanguas Lezaun, Francisco J. Leturia Arrazola y M. Leturia Arrazola (2000). La misma se genera a raíz de la responsabilidad que implica la tarea de cuidar a una persona dependiente. Por lo tanto, ésta puede explicarse en torno a la percepción sobre los efectos que el hecho de cuidar tiene sobre la vida de los cuidadores. A su vez, variará dependiendo de cómo sea definido el rol del cuidador.

En la misma línea, vale considerar ciertos elementos que resultan de fundamental importancia para el análisis del contexto donde se desarrolla el cuidado. Éstos a su vez, influenciarán en la percepción que el cuidador le adjudique a su vida a partir de los efectos que tenga su trabajo en la misma. Uno de ellos se vincula a las relaciones de parentesco y género y el otro tiene relación con el nivel cultural y socioeconómico.

### **Reflexiones finales**

Como cierre, consideramos importante destacar algunos puntos que deberían estar presentes en las políticas públicas dirigidas hacia los cuidadores.

Partiendo del texto “Políticas públicas para cuidadores informales” de Natalia Luxardo, un primer punto consiste en tener en cuenta que los cuidadores son personas individuales y se constituyen como tales de forma independiente a quien recibe su cuidado. Viéndolo así, éstos deberían poseer el mismo derecho de poder satisfacer sus necesidades al igual que la persona a quien cuidan. En segundo lugar, es necesario tener en cuenta que para

clasificar a un cuidador informal este debe brindar un cuidado de más de veinte horas semanales y no recibir ningún tipo de remuneración por trabajo realizado. En tercer lugar, resulta necesario que se haga visible el grupo afectado a partir de que su voz sea escuchada. Por último, la autora plantea que desde los gobiernos la cuestión del cuidado debe ser incluida como parte de la provisión de los sistemas de salud y empleo, y no desplazada al ámbito privado de la familia.

Finalizando, se debe avanzar en la educación bajo los valores de la perspectiva del género, para ir transformando las rígidas estructuras impuestas por la cultura y la sociedad respecto de los trabajos adscriptos a un sexo determinado. Actualmente es la figura femenina, en todas las edades y sobre todo en la etapa de la vejez, la que asiste con su rol de cuidadora, repercutiendo en las economías familiares y aliviando el rol protector del Estado.

En un futuro, por la pronosticada reducción en la brecha de los años de sobrevivencia que hoy tienen las mujeres mayores, se estará en condiciones de una igualdad objetiva para que haya una distribución más equitativa de las tareas de cuidado. Los aportes deberán bregar para que esa igualdad objetiva sea percibida como tal, subjetivamente por todos los actores implicados: Estado-Familia-Sociedad.

## **Bibliografía**

Aguirre, R. (2003) Trabajo no remunerado y uso del tiempo - Fundamentos conceptuales y avances empíricos. La encuesta Montevideo. Universidad de la República. Montevideo.

Cuenca Cabeza, M (2007) Ocio y Mayores. Disponible en [www.aguimes.es/documentos/OCIO\\_y\\_PERSONAS\\_MAYORES.pdf](http://www.aguimes.es/documentos/OCIO_y_PERSONAS_MAYORES.pdf)

García-Calvente, M; Mateo-Rodríguez I; y Maroto-Navarro, G. (2004) El Impacto de Cuidar en la Salud y la calidad de vida de las mujeres, Gaceta Sanitaria, V.18, Supl.2, Barcelona

Goldstein, N. (1992). "El tiempo libre y el tiempo liberado del anciano". En Revista Argentina de Gerontología y Geriátría, abril-junio, N° 2, tomo XII, Buenos Aires

IMSERSO (2008) La participación social de las personas mayores.

IMSERSO (2010). Mujeres: las oportunidades de la edad.

Freixas Farré, A. (2001). Nos envejecen las ideas, no el cuerpo. En Revista Multimedia Gerontológica, 11(4):164-16. Universidad de Córdoba.

Freixas Farré, A. (1997). Envejecimiento y género: otras perspectivas necesarias. Anuario de Psicología N° 73,31-42 O. Facultat de Psicologia Universitat de Barcelona

Lamas, M. (1996). "La perspectiva de género". En La Tarea, Revista de Educación y Cultura de la Sección 47 del SNTE. No. 8. Enero- marzo 1996.

Luxardo, N. (2009) "Políticas públicas para cuidadores informales", Revista 'Savia' del Departamento de Trabajo Social de una Universidad de México.

Peralta Antiga, Ricardo. Psicología del ocio – John Neulinger. Revista Latinoamericana de Recreación. Volumen I. Número 2. Enero – Junio 2012.

OIT (2008) Trabajo y Familia, Envejecimiento de la Población: ¿Quién se encarga del cuidado?"

Rodríguez Suárez, J; Agullo, T. (1999) Estilos de vida, cultura, ocio y tiempo libre de los estudiantes universitarios. Universidad de Ovied

Urbano, C., Yuni, J. y Tarditti, L. (2002). El sentido recreativo de las experiencias educativas con adultos mayores. Disponible en: [http://red-am.com.ar/buscador/files/EDUCA028\\_Tarditti.pdf](http://red-am.com.ar/buscador/files/EDUCA028_Tarditti.pdf)

Yanguas Lezaun, Leturia Arrazola (2000) "Apoyo informal y cuidado de las personas mayores dependientes" Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77807605>

Weisbrot, Mariela A; Giraudo, Nanci. (2012) Conceptos y percepciones de las abuelas sobre el cuidado de sus nietos: Estudio cualitativo en una población del Hospital Italiano de Buenos Aires. Arch. argent. pediatr., Buenos Aires, v. 110, n. Disponible en <[http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0325-00752012000200008&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0325-00752012000200008&lng=es&nrm=iso)>