

La percepción de la persona adulta mayor en la sociedad ramonense actual

Mynor Rodríguez Hernández¹

Recepción: 18 de diciembre de 2007. Aprobación: 07 de abril de 2008

Resumen

Este estudio se refiere al desempeño de las personas adultas mayores en la sociedad. Se desarrolló en la ciudad de San Ramón y está basado en la investigación etnográfica, bajo las herramientas del grupo focal y la entrevista enfocada. La importancia investigativa radica en el papel que desempeñan las personas adultas mayores en la sociedad actual, tomando en cuenta la capacidad, la experiencia y el conocimiento que poseen. También se analizaron las necesidades y las posibles limitaciones que se generan para desempeñarse con normalidad y así cumplir un papel protagónico. Se determinó que la persona adulta mayor es percibida como un elemento importante en la sociedad y que su función debe ser considerada como una herramienta útil si se busca crecimiento y fortalecimiento social. Sin embargo, la sociedad requiere aprender a envejecer, esto significa que las personas deben cambiar la percepción cultural que tienen, y fortalecer sus capacidades y aceptar sus limitaciones. Debemos comprender que las personas adultas mayores no son desechables, sino que deben ser integradas a la sociedad.

Palabras claves: Adulto mayor, autoestima, envejecimiento, interrelación social.

Abstract

This study refers to the performance of elderly people in society. It was developed in the city of San Ramón and it is based on ethnographic research through focal group and focused interviews. The importance of the study lies in the role that elderly people play in our current society, taking into account their capacity, experience, and knowledge, the study also analyzed the needs and the possible limitations that senior citizens face and which affect their performance to play a main role. It was determined that senior citizens are perceived as important elements in society and that their role should be considered an useful tool for growing and social invigoration. However, society needs to learn how to age; this implies a change in the cultural perception that one has, to strengthen the capacities and to accept the limitations. Thus, to understand that senior citizens are not disposable but rather, they should be integrated into society.

Key words: senior citizens, self-esteem, aging, social interrelation.

INTRODUCCIÓN

La vida es un proceso cíclico, el cual debe ser analizado detenidamente, ya que comprender los cambios que van ocurriendo a través de los años es una tarea de difícil asimilación.

En relación con las personas adultas mayores, es necesario considerar que, al igual que las demás personas, también necesitan gozar de independencia, autorrealización, participación, dignidad y cuidados; principios que se establecen para proteger a este segmento social, muy vulnerable en una sociedad caracterizada por el consumismo y el materialismo, aspectos que no le permiten al adulto mayor alcanzar

el respeto y las condiciones para una realización personal satisfactoria.

Es importante razonar que las personas envejecen y con el envejecimiento individual cambian las necesidades y resultan efectivos ciertos derechos derivados de la situación como personas adultas mayores. Pero las sociedades también envejecen en la medida en que cambian su composición por edades y en este envejecimiento colectivo, se modifican los perfiles de las demandas sociales. Es por esta razón que, en Costa Rica, se habla del aumento en la expectativa de vida, mejor calidad de vida, más inserción en la sociedad, mayor integración social, y se resalta frecuentemente la inversión de la pirámide

1. Mynor Rodríguez Hernández. Departamento de Ciencias de la Educación, Sede de Occidente, Universidad de Costa Rica [mynorgrh@yahoo.com].

poblacional; es decir disminución de los grupos de menor edad y aumento de los grupos de mayor edad.

De acuerdo con Salas (2001), una de las características más sobresalientes de nuestra época es el cambio derivado principalmente, de los avances científicos y tecnológicos, así como su aplicación a la vida del ser humano. Por ejemplo, en el campo de la medicina los avances han sido importantes y dan como resultado una mayor esperanza de vida para las personas. Esto conlleva a que actualmente, las personas mayores de sesenta años, constituyan un buen porcentaje de la población total del país: los hombres y mujeres mayores de sesenta años alcanzan una cifra muy alta, que continúa ascendiendo año con año.

El aumento en el porcentaje de personas adultas mayores crea la necesidad de conocer realmente cómo se concibe este grupo poblacional dentro de la sociedad en que está inserto; además, cómo son visualizadas las personas adultas mayores desde la perspectiva del joven, y cuál es la realidad que vive este grupo generacional.

De ahí que sea importante estudiar el rol de la persona adulta mayor en la sociedad ramonense, a partir de la propia apreciación de las personas adultas mayores: cómo son percibidas por las demás generaciones, la función real que desempeñan y qué otros aspectos importantes son tomados en cuenta en su entorno social.

Para establecer estos parámetros se utilizó el enfoque naturalista investigativo, dirigido hacia la observación e interpretación de los fenómenos sociales. Se contó con la ayuda de herramientas como la entrevista enfocada y el grupo focal. La entrevista enfocada es utilizada para recolectar información que no se puede observar en forma directa, el informante transmite su testimonio de forma viva y natural, mediante una conversación con el investigador, basada en aspectos propios de la problemática o fenómeno por investigar (Galindo 1998). Asimismo, el grupo focal permite recoger información de un grupo especial de actores sociales, que, por su situación y experiencia sobre la temática por tratar, pueden hacer un abordaje crítico, confrontando opiniones para construir interpretaciones y elaboraciones sobre la realidad que se está viviendo en el contexto que le interesa al investigador.

Este proceso hermenéutico se llevó a cabo en el programa “Recreación y Salud para la persona adulta mayor”; el cual se imparte en la Universidad de Costa Rica, Sede de Occidente. Las personas que participaron fueron escogidas del total del grupo conformado por ciento veinte personas adultas mayores. Además, participaron cinco personas jóvenes con edades entre los veinte y treinta años, las cuales se manifestaron al respecto y generaron, información valiosa para el análisis.

Para elegir a los participantes de este estudio se utilizaron criterios simples de escogencia: informantes que poseen características esenciales requeridas de acuerdo con las necesidades de esta investigación, personas que constituyan la clave determinante para que la información sea la más precisa y confiable, lo que vuelve el análisis de los datos una aproximación certera que facilite una explicación clara a la problemática planteada en la investigación, Goetz y LeCompte (1988). Dentro de estos parámetros se consideró para el grupo focal a ocho adultos mayores que participan activamente en el programa. La entrevista enfocada se llevó a cabo con cinco personas jóvenes, estudiantes universitarios de entre veinte y treinta años de la Universidad de Costa Rica, Sede de Occidente en San Ramón.

En adelante, cuando nos referimos a las entrevistas de este grupo focal, empleamos las siglas GF y un número que alude a la persona entrevistada. Así, por ejemplo, GF1 significa que se trata de la primera persona entrevistada en el grupo focal.

El adulto mayor y su entorno social

Cuando se habla del adulto mayor y su entorno en la sociedad, es necesario conocer aspectos teóricos relacionados con su ambiente que contribuyen a entender mejor su situación para determinar la función que ejerce este grupo social.

Guerrero y otros (1999), al tratar de definir al adulto mayor o la llamada “tercera edad” indican que la persona adulta mayor es determinada así después de los sesenta años; en esta calificación intervienen factores sociales, biológicos y cronológicos, difíciles de describir. Asimismo, la Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, presidida por las Naciones Unidas, fijó al adulto mayor como aquella persona cuya edad oscila entre 60-80 años, y al mayor de 80 años lo

clasificó como anciano. Esta asamblea definió el envejecimiento como los cambios fisiológicos que ocurren en un organismo a través del tiempo (Organización Mundial de la Salud, 1989).

El envejecimiento es reconocido como un proceso natural e inevitable, ya que, de acuerdo con la ley de la vida, todo ser vivo envejece; por tanto, no se puede analizar como si fuera una enfermedad, sino simplemente como una etapa de la vida que se debe aprender a vivir y disfrutar al máximo, pues - por lo general - ya se han logrado plasmar todos los proyectos de vida y es el momento de disfrutar de lo que se logró a través de los años. (Ballesteros, 1999).

Sin embargo, un alto porcentaje de adultos mayores padece de depresión, de leve a moderada, debida principalmente a factores de tipo socioeconómico, por ello el envejecimiento debe ser comprendido como un proceso individual de adaptación a las condiciones provenientes del propio organismo, del medio o de ambos, cuyo carácter depende de cómo se encaren y resuelvan los problemas en esta etapa de vida (Contreras, 2000).

Es así como se pone de manifiesto un tema de actualidad con respecto al envejecimiento activo, el cual es recurrente en las mesas de diálogo y en propuestas sobre personas mayores. Se ha conceptualizado como el proceso por el que se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez (Finkelstein y otros, 2001).

Un aporte para la solución de los problemas relacionados con el envejecimiento de la población lo constituye ciertamente la inserción efectiva del adulto mayor en el entramado social, utilizando la aportación de experiencia, conocimientos y sabiduría que él puede ofrecer. Este grupo social, en efecto, no debe ser considerado como un peso para la sociedad, sino como un recurso que puede contribuir a su bienestar.

Las personas adultas mayores, además, pueden dar testimonio de que hay aspectos de la vida, como los valores humanos y culturales, morales y sociales, que no se miden en términos económicos o funcionales, por ello ofrecen una aportación en el ámbito laboral y en el de la responsabilidad. Se trata,

en fin, no solo de hacer algo por las personas adultas mayores, sino de aceptarlas como colaboradoras responsables, con modalidades que las posibiliten como agentes de proyectos compartidos, bien en fase de programación, de diálogo o de actuación. Es indispensable que la familia brinde el apoyo social, emocional y económico sin condiciones (Palma, 2005).

La soledad y la inactividad son enemigos acérrimos de la vejez. Cuando la persona mayor se queda sola, sobre todo sin sus seres queridos, la tristeza la embarga y las ganas de vivir disminuyen. En este sentido, Morales, (2000: 173) manifiesta que “no es difícil de entender que la insuficiencia de apoyo social pueda originar carencias de todo tipo y hasta la muerte de la persona afectada”.

Participar de los programas dirigidos al adulto mayor les resulta beneficioso; conocen a otras personas de su misma edad que comparten intereses semejantes, realizan actividades que los entretienen y que son buenas para su salud, además les brindan la oportunidad de mantenerse activos dentro de la sociedad.

Es importante considerar al adulto mayor en su dignidad de persona, la cual no merma con el pasar de los años, a pesar del deterioro de la salud física y psíquica. Resulta evidente que esta consideración positiva solo puede encontrar terreno fecundo en una cultura capaz de superar los estereotipos sociales, según los que el valor de la persona consiste en la juventud, la eficiencia, la vitalidad física y la plena salud. Cuando falta esta visión positiva, es fácil que se margine al adulto mayor y se le relegue a una soledad comparable a una verdadera muerte social. Además, se debe adquirir el compromiso de preparar el camino hacia esa etapa de vida, tal y como lo indica Stella (1998: 10) al comentar que:

para vivir a plenitud nuestra ancianidad es preciso planificar este proyecto desde muy temprano, es indispensable que esa búsqueda de calidad de vida y bienestar se inicie con suficiente antelación y no necesariamente persiguiendo la fuente de la eterna juventud.

Al tratar de conocer la percepción que se tiene de adulto mayor, se reconoce que la sociedad consumista induce a la idea de que todo gira en torno

a jóvenes dinámicos, triunfadores. Hay que disimular el paso de los años, como una vergüenza y no como un triunfo de la vida, olvidando que aquel que llega a edad avanzada ha ganado la batalla, ha triunfado sobre toda vicisitud física y moral; por lo tanto, desea plenamente disfrutar de toda esa experiencia como realmente lo merece. Hay que ocultar a los viejos muy deteriorados o segregarlos en centros de jubilados y evitar así el contagio de la vejez. Esa modernización de la sociedad occidental incluye que se le limite la participación a este grupo social (Contreras, 2000).

La autoestima y su repercusión en el adulto mayor

La autoestima es una cualidad inherente al ser humano, pero en el transcurso de la vida, esta la desarrolla en correspondencia con las variables y situaciones por las que la vida transcurre, entonces, la autoestima afecta de manera positiva o negativa según sea el caso (Contreras, 2000).

Coopersmith (1978) considera que la autoestima es la actitud favorable o desfavorable que el individuo tiene hacia sí mismo, es decir, un grupo de cogniciones y de sentimientos. Así, los componentes del "self" (el sí mismo) son los mismos que los de las actitudes: un tópico afectivo que se equipara con la autoevaluación y el aspecto que representa la conducta que se dirige hacia uno mismo. La autoestima es la abstracción que el individuo hace y desarrolla acerca de sus atributos, capacidades, objetos y actividades que posee o persigue; esta abstracción es representada por el símbolo "mi", que consiste en la idea que la persona posee sobre sí misma. Dicho concepto se forma a través de la experiencia siguiendo el mismo proceso de abstracción utilizado en otras áreas de la experiencia. A su vez, Ballesteros (1999) menciona que no existe una abstracción a priori efectuada acerca de sí mismo, esta valoración se da por la experiencia personal diaria, lo que produce que la persona se conozca mejor e interiorice adecuadamente sus capacidades.

Se sabe que la manera de percibirse es lo que permite la propia evaluación y que esta es el proceso psíquico conocido como autoestima. Que la autoestima sea positiva o negativa depende de la manera que cada uno tiene de enfrentar la vida, valorarse a sí mismo y valorar a los demás, y de ella

depende en gran medida también, la manera más o menos airosa, exitosa, que cada uno practica para atender los conflictos y dificultades de la vida.

El ser humano actual está enfrentado a la realidad del envejecimiento en medio de una sociedad masificada, caracterizada por la alta competitividad, la necesidad de ser eficientes, la pérdida de valores morales y espirituales. Es una sociedad acelerada en donde las transformaciones tecnológicas, sociales, políticas, económicas, culturales han dado paso a la familia pequeña en donde no hay espacio para que el abuelo sea figura importante y, más bien, gracias al aumento en la esperanza de vida, se ha convertido en un problema. Es probable, entonces, que la persona adulta mayor viva la etapa de su jubilación y retiro como una situación de pérdida y minusvalía, como una especie de marginación social. Es fácil que se sienta a sí misma como alguien que ya no cuenta mucho para los demás porque percibe que los demás no cuentan con él, y en el nivel familiar, que es el lugar donde aún podría sentirse tomado en cuenta, la nueva realidad de la familia permite que el abuelo vaya poco a poco sintiendo o percibiendo que tampoco en ese ámbito su presencia sea tan necesaria. No es raro, por lo tanto, que algunas personas adultas mayores, sufran la experiencia de vivir un serio menoscabo en su autoestima (Palma, 2005).

Este menoscabo en la autoestima implica que la persona adulta mayor se retraiga y se aleje de las funciones y roles que puede desempeñar en la sociedad, además pueda dejarse llevar por el sedentarismo y la inactividad, lo que le provoca daños severos en su autoestima y en su condición física, sobre todo porque ya no siente que se le dé importancia a su función dentro de la sociedad y le provoque un nivel de ansiedad peligroso para su salud física y emocional.

Así lo indica Medina (1997) cuando señala que la ansiedad tiende a generar baja autoestima, determinando una cadena compleja de hechos psicológicos que da como resultado, entre otras consecuencias, el odio y el desprecio hacia sí mismo. Para hacerle frente a la ansiedad, la persona adulta mayor se refugia en el mundo de la imaginación en donde crea una imagen idealizada que le da una sensación de fuerza y de confianza.

La influencia cultural y social en el rol de las personas adultas mayores es una situación que

debe ser considerada cuidadosamente, ya que la sociedad juega un papel importante en sus vidas. Si la valoración que se hace de este grupo social no es muy positiva, esto provoca que muchos de sus actores decaigan en su actitud hacia la vida y tengan una autovaloración negativa de su situación. Los conflictos familiares, el aislamiento, el desprecio, la soledad, el maltrato y otras violaciones que sufren por causas ajenas a su voluntad, hacen que la valoración del “yo”, en las personas adultas mayores sea baja y debido a ello no puedan disfrutar de un nivel de calidad de vida óptimo (Morales, 2000).

Asimismo, los prejuicios y las actitudes sociales indican dos campos de acción absolutamente antagónicos: por un lado, la indiferencia y el olvido de las personas conlleva al desapego y así se da una autovaloración negativa; y por el otro, el compromiso y el respeto conducen al apego y a la autovaloración. La desvalorización del conocimiento y la experiencia son el producto directo del olvido social e implican la destrucción de la historia individual y colectiva que forjó la persona adulta mayor durante toda su existencia. La valorización positiva es un elemento imprescindible para la transmisión cultural y el aprovechamiento de esos recursos, así como el eslabón intergeneracional entre jóvenes y viejos, permitiendo que estos se sientan reconocidos y no marginados socialmente, aprovechando así ese cúmulo de experiencias y conocimientos enriquecedores (Buendía 1997).

Sin embargo hay que tomar en cuenta, la opinión de Palacios (2001), cuando indica que la transformación hacia la vejez de la población ha sorprendido a una sociedad con una imagen de juventud como la nuestra, y sólo en los últimos quince o veinte años el tema de la persona adulta mayor ha pasado a ser parte de la preocupación pública. Se han aplicado diversas iniciativas de variada índole y orientación, programas públicos y privados, con fines de lucro o programas sociales, destinados a atender al creciente grupo de personas adultas mayores, mediante actividades que les permitan conservarse sanos y sentirse útiles.

De igual manera, continúa explicando que una parte importante del tratamiento de este problema social lo constituye el cambio en la percepción cultural de la vejez, lo que implica una transformación de actitud hacia esta etapa de la vida, tanto de las generaciones más jóvenes, como de los

mismos adultos mayores. Según Palacios (2001: 25) “La vejez no desaprovecha las oportunidades para continuar desarrollándose y realizando cambios a nivel personal”.

Hoy se observan distintas imágenes y concepciones de las personas adultas mayores como integrantes de la sociedad, sin embargo, predominan las tradicionales, aun cuando se pretende modificar la imagen cultural preconcebida.

Como consecuencia de los esfuerzos realizados, el desenvolvimiento de este grupo poblacional y su entorno actual, ha sorprendido a nuestra sociedad muy poco preparada para absorber este cambio ya que aún hoy se conserva, en gran medida, una imagen juvenil. La irrupción de la persona adulta mayor en nuestra sociedad haciéndose presente y reclamando un lugar en el mundo público compatible con las naturales limitaciones del envejecimiento, ha puesto, en los últimos quince o veinte años, en el tapete de la preocupación pública, el tema del adulto mayor (Salas, 2001).

La realidad de la persona adulta mayor en la sociedad

Es importante tener presente que la persona adulta mayor posee una perspectiva clara de la realidad que la rodea, sabe cuál debería ser su papel en la sociedad y cuál es realmente la función a la que ha sido relegada. Al entrar en detalle en el análisis se encontraron algunas propuestas interesantes que deben ser compartidas y que constituyen los puntos principales del estudio. Estas se convierten en las categorías de análisis, correspondiendo a criterios establecidos por los informantes y son consideradas de gran importancia para el razonamiento hermenéutico en este trabajo.

De acuerdo con lo analizado, la experiencia es la mayor capacidad que poseen las personas adultas mayores y de ser bien aprovechada por la sociedad, se tendría una gran capacidad para enfrentar los retos que se presentan en la actualidad. Esto lo complementan las personas jóvenes en la entrevista enfocada indicando que *las personas adultas mayores tienen una gran experiencia pero que no se les da el espacio necesario para que sea puesta al servicio de la sociedad*. El sentir de las personas adultas mayores es que esta experiencia no

es apreciada por la sociedad, más bien desperdicia un potencial que, por razones culturales, sociales y económicas, es obviado, pues la tendencia a lo moderno e innovador es la regla que rige al mundo del materialismo y del consumismo de hoy. Así lo expresa GF5 al indicar que *“hay muchos de nosotros que tienen gran capacidad para liderar proyectos y trabajos, pero como ya están viejos no se les da pelota”*.

En otro punto, el conocimiento adquirido, principalmente en la escuela de la vida por parte de la persona adulta mayor, es una herramienta valiosa con la que cuentan. Pero a pesar de que se considera de gran importancia debido a su experiencia no se generan los espacios suficientes para que este discernimiento sea compartido con las nuevas generaciones, sobre todo, porque muchas de las personas jóvenes no se “rebajan” a escuchar o asimilar todos estos conocimientos, y se desaprovecha el potencial que podría ser utilizado para resolver muchos de los problemas de la sociedad actual. Así lo indica GF2; *los jóvenes no se rebajan a escuchar nuestros consejos y creen que lo que uno dice ya está fuera de moda*.

La capacidad para resolver problemas y conflictos es otra cualidad que poseen las personas adultas mayores, pero no está siendo aprovechada, ya que permanece oculta. La opinión de algunas personas adultas mayores en el GF es que, su función en el entorno social dejó de tener importancia. Las arrugas ya invadieron sus rostros, sus comentarios no están acordes con los de moda, el vestir y su figura no son lo que la sociedad quiere ver; no se aprecia su valor real por su capacidad, experiencia y conocimiento.

Gracias a su amplia comprensión de la vida, las personas adultas mayores consideran que pueden guiar a las personas jóvenes y orientarlas para que no cometan los mismos errores que ellos, asumiendo así el papel de guías de las personas jóvenes. Así lo menciona GF1 al indicar que *si los jóvenes nos escucharan no tendrían que pasar lo que uno ya pasó, muchos de sus problemas ya los vivimos y sabemos cómo resolverlos*. Sin embargo, se considera un esfuerzo relativamente vano, ya que las generaciones jóvenes no aprecian, ni valoran ese liderazgo que pueden ejercer en su diario vivir las personas adultas mayores. Así lo manifiestan los entrevistados cuando mencionan que, si bien es

cierto, los adultos mayores tienen mucha capacidad, los problemas que se presentan ahora son diferentes de los de hace varios años, la época es distinta, ahora hay mas recursos para salir adelante.

Además, si el entusiasmo del joven se complementara con la sabiduría y la capacidad del adulto mayor, el equipo resultante tendría la posibilidad de elevar cualquier organización al éxito.

En algunas sociedades, como por ejemplo las orientales, la edad es sinónimo de importancia y veneración. Las personas adultas mayores son vistas como todo un ejemplo por seguir, son cuidadas y apreciadas como lo más valioso de la sociedad. Sin embargo, en Occidente, el consumismo y la modernización han hecho que estas personas sean vistas, en muchas ocasiones, como un estorbo y, por lo tanto, lo más fácil y cómodo es llevarlas y entregarlas al olvido en un hogar o centro de atención para esta población. Algunas personas jóvenes entrevistadas consideran que las personas adultas mayores sí ocupan un espacio de especial importancia en sus vidas y en su entorno social *las personas adultas mayores merecen nuestro respeto, pues de ellas aprendemos muchas cosas y podemos recurrir a nuestros abuelos para recibir un buen consejo*. De igual manera lo perciben algunas personas adultas mayores, pues sienten que ellos son importantes en el entorno en que se desenvuelven. GF7 indica que *“en mi familia soy parte importante, ya que me toman en cuenta siempre que se toman decisiones importantes, así como cuando necesitan de un consejo”*. En este sentido, Palacios (2001) indica que el apoyo familiar hacia la persona adulta mayor es fundamental para que esta funcione con éxito en todos los campos de acción y su interacción con el medio. La familia, entonces, es la principal fuente de apoyo.

Hay que comprender que no se trata de que la persona adulta mayor se jubile y se aísle, se trata de que cambie de ámbito de acción, que se dedique a otra actividad en la que se le requiera. Esto la mantiene en forma y activa; como lo menciona Contreras (2000:22) *“Envejecer en nuestra sociedad significa adquirir un intercambio de nuevos roles para involucrarse en ella de forma activa”*. Es entonces cuando entra en juego la capacidad que posee la persona adulta mayor para desempeñarse en cualquier función social o económica que se le asigne, logrando resultados convincentes, ya que

su ventaja se basa en los amplios conocimientos y capacidades adquiridas en el transcurso de la vida. En este sentido, todas las personas del grupo focal consideran que poseen grandes capacidades con las cuales pueden asumir cualquier reto o trabajo: *sólo necesitamos que nos den la oportunidad de poner en práctica nuestra capacidad.*

De acuerdo con estas consideraciones, las personas adultas mayores son productivas y poseen las mismas expectativas y necesidades que cualquier otro grupo social. Es así como lo visualizan las personas jóvenes estudiadas; consideran que a las personas adultas mayores *“no se les debe discriminar ni apartar de la sociedad, ya que su rol es muy importante, pues son la base del conocimiento popular que fortalece a la sociedad y que deben poseer las mismas oportunidades que cualquier otra persona de cualquier edad”*. Es por esto que se les debe brindar la oportunidad de desarrollarse en su entorno, en vez de relegarlos a convertirse en una carga para la sociedad. Su aporte será de mucho provecho para el fortalecimiento de la estructura social.

A pesar de sus buenas posibilidades de desarrollarse normalmente, es importante considerar que la persona adulta mayor posee algunas limitaciones de diferente naturaleza que la vuelven, hasta cierto punto, dependiente de la sociedad en que convive. Así, por ejemplo, y de acuerdo con la información recolectada, se mencionan las limitaciones físicas, sociales, pero ante todo, la edad es visualizada como la principal limitante que posee este grupo social. Así lo percibe GF8 al indicar que *“uno tiene mucha energía, pero la edad ya no lo deja a uno moverse y hacer las cosas como antes”*. Esta posición la tienen las personas jóvenes entrevistadas al mencionar que la principal limitante para que la persona adulta mayor sea productiva es la edad, ya que hay un deterioro físico visible.

También hay que considerar que las limitaciones físicas constituyen un punto importante en la persona adulta mayor, pues como ya se acotó, las condiciones generadas por el deterioro de las capacidades físicas que se acentúan con el paso de los años y la incorporación de un estado de vida sedentario son un atenuante por tomar en cuenta cuando de desempeño se trata. El ritmo de trabajo se puede ver disminuido considerablemente, lo que logra generar un ambiente negativo en las perspectivas de

la sociedad. De acuerdo con GF3, la persona adulta mayor ya no posee las mismas condiciones físicas que poseía cuando era joven o cuando menos no se podrían comparar la energía y capacidad física que ostenta una persona saludable de veinticinco años con la que luce una persona de setenta años. Por esta razón, la persona adulta mayor no podrá exponerse a las mismas actividades que realiza una persona joven, pero puede desarrollar todas aquellas actividades en las cuales no se comprometa su estado físico y sí sus capacidades de experiencia y conocimiento.

Se debe tomar en cuenta que una de las limitaciones que está afectando más a la persona adulta mayor es la creada por la sociedad, en la cual se le solicita que ceda su lugar a la persona joven para que esta se desarrolle. Se le inhibe de su función o papel protagónico en la sociedad y se le relega a convertirse en un estorbo social. Por ejemplo, GF1 indica que, la persona adulta mayor, al jubilarse no se le da un seguimiento, sino que se le saca de golpe de la función que cumplía sin prepararla ni darle otra ocupación que pueda cumplir. Esto provoca que se deprima, enferme y se deteriore más rápido de lo natural. La estructura de la sociedad no contempla la verdadera importancia que posee el “viejo” dentro del contexto que lo rodea y lo relega en muchas ocasiones a un asilo de ancianos en donde es olvidado y dejado a su suerte. También GF2 menciona que la sociedad ha creado un estereotipo, en donde lo más importante es verse joven y si ya se es viejo, se está acabado y, por tanto, es visto como un ser inútil, carga de la misma sociedad a la que con su aporte ayudó a fortalecer.

Hay que dejar claro que gracias a la experiencia, conocimientos y capacidad que la persona adulta mayor posee, es importante que pueda formar parte activa de la sociedad en que convive, que se relacione con todas las generaciones a su alrededor. Esto ayudaría a mejorar su autoestima y elevaría su grado de productividad, para que deje de percibirse como una carga social. Según las apreciaciones obtenidas en este estudio, las personas jóvenes que están iniciándose en el sector productivo, podrían tener amplias ventajas si se relacionaran con la gente de experiencia y conocimiento, *cuando termine mi estudio voy a tener mucho conocimiento teórico, pero no mucho práctico y sobre todo me falta experiencia que la podría complementar con la poseen los mayores si les dieran la oportunidad.* La persona adulta mayor, entonces, tiene mucho que

enseñar a la sociedad y por esto es una necesidad que sea tomada en cuenta y, en la medida en que esto se dé, muchos problemas sociales que giran alrededor de este grupo social se resolverían, pues el mantenerse ocupada y en plena producción hace que se olvide de los problemas y males que la aquejan.

Se ha olvidado lo importante que puede ser el aporte de la persona adulta mayor a la sociedad, sobre todo para los más jóvenes. Sin embargo, la persona joven no valora ese aporte, por el solo hecho de que es “viejo” y el estereotipo social indica que se ve muy pasado de moda que un joven se relacione públicamente con un “viejo canoso”, provocando así, que la persona adulta mayor se sienta aislada, esto le genera la necesidad de compartir, para sentirse apoyada y poder resolver sus situaciones especiales. Un pequeño estímulo es suficiente para que la persona adulta mayor se resuelva a reincorporarse y poner su conocimiento y experiencia al servicio de la comunidad donde habita y así sentirse útil.

En contraposición con la disponibilidad de las personas adultas mayores, algunos jóvenes entrevistados consideran que ya este grupo generacional cumplió con su labor productiva en la vida y que en esta etapa de sus vidas deben disfrutar de un verdadero descanso, del cual probablemente no han gozado a lo largo de sus vidas. Que el rol de producción deben dejárselo a las personas jóvenes, ya que estas cuentan con el entusiasmo y la energía que ya el viejo no tiene. Sin embargo, las personas adultas mayores poseen los mismos derechos y necesidades de realización que cualquier otra persona, sobre todo porque muchas no han tenido la oportunidad, a lo largo de sus vidas, de desarrollar sus potencialidades.

Consideraciones finales

Al analizar el rol de la persona adulta mayor, se determina que esta es percibida como un elemento de importancia en la sociedad y que la función que este grupo cumple en su entorno debe ser considerada como una herramienta muy útil si realmente se busca el crecimiento y fortalecimiento social. De igual modo, el aprovechamiento de este recurso, va a estar limitado por la capacidad que se tenga para que el rol de la persona adulta mayor, fundamentada en la experiencia que posee, en el conocimiento y en la capacidad de guiar, se complemente con las

generaciones posteriores para crear una sociedad más equitativa y justa para todos.

A la persona adulta mayor debe dársele la oportunidad de participar en las acciones que la sociedad emprenda, porque con su sabiduría llevaría a la juventud por el sendero del éxito. Esta situación puede lograrse con un acercamiento entre los grupos generacionales para que estos se complementen y fortalezcan. Hay que desterrar la idea de que la persona adulta mayor es un ser inútil y que no tiene posibilidades de cumplir ninguna función social importante.

Algunos esfuerzos valiosos se dan actualmente para abrirle las puertas a muchos proyectos que incentiven la participación de este grupo social. Sin embargo, falta mucho por recorrer, ya que, aún hay numerosos aspectos que no han sido tratados y que perjudican la participación armoniosa de este grupo. Para la persona adulta mayor su función social es muy importante, como consejera, capaz de producir tanto como cualquier joven, ya que su experiencia y conocimientos disimulan la pérdida de energía que en muchos casos se visualiza por el paso de los años. El problema que más le afecta radica, básicamente, en que la juventud no le abre los espacios suficientes para que puedan brindarle su aporte.

Por otra parte, la prolongación de la expectativa de vida y la existencia de un creciente número de personas adultas mayores, exige que cada persona en la sociedad adopte una nueva concepción de vida, ya que deberán incluirse nuevos ciclos vitales que anteriormente se ignoraban. Es decir, la sociedad y el individuo mismo requieren aprender a envejecer, significa cambiar la percepción cultural de la persona adulta mayor, especialmente la de los propios abuelos. Significa potenciar sus capacidades y aceptar sus limitaciones. Se sabe que las actitudes se aprenden por socialización, primero en su grupo inmediato, o sea el hogar, al que se agregan después otros agentes, como la escuela y las demás instancias de la sociedad. La familia es un importante punto de partida, si en ella los ancianos son queridos, respetados, comprendidos e incorporados a la vida familiar, los niños aprenderán actitudes positivas hacia ellos y así progresivamente la sociedad mejorará su comportamiento.

Retos actuales

Con respecto al verdadero rol que debe desempeñar la persona adulta mayor, es importante que la sociedad actual se plantee algunos propósitos, con los cuales mejorarían considerablemente su estructura. El envejecimiento debe ser percibido como parte de un proceso de vida que tiene varias etapas o ciclos vitales. De este modo, las personas adultas mayores no constituyen individuos desechables sino que pueden y deben ser integrados a la sociedad.

La ancianidad implica el deterioro de algunas capacidades, principalmente físicas, pero éstas se compensan, en parte, con la experiencia de vida acumulada en forma enriquecedora.

La forma en que se viven esas últimas etapas de la vida está relacionada con la manera en que se han vivido las etapas anteriores y se debe tener en cuenta que los jóvenes de hoy serán los adultos del mañana.

Es necesario comprender que la persona adulta mayor tiene mucho con qué contribuir al desarrollo de la sociedad; por lo tanto, debe dársele la oportunidad de brindar sus aportes y de participar en cualquier situación de la vida cotidiana. Esto se logra al crear los espacios necesarios para que todos los grupos generacionales se complementen y se fortalezcan con la capacidad y la experiencia de unos y la energía y la juventud de los otros.

BIBLIOGRAFÍA

- Ballesteros, C. 1999. "Las modificaciones del estado físico, anímico, calidad de vida y auto-estima en adultas mayores por medio de un programa de actividad sistemática de karate do". Tesis. Universidad de Costa Rica.
- Buendía, J. 1997. *Gerontología y Salud*. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.
- Contreras, Z. 2000. "Factores determinantes que inciden en la calidad de vida en adultos mayores que residen en condiciones de pobreza". Tesis. Universidad de Costa Rica.
- Coopersmith, S. 1978. *The Antecedents of Self Esteem*. San Francisco: H. Freeman. Disponible en: <http://www.posgrado.unam.mx/publicaciones/omnia/antiores/13-14/13.pdf>. (15 de junio de 2007).
- Finkelstein, S. Pochtar, N. Pszemirower, S. 2001. *Adultos mayores y sus derechos*. Disponible en: http://www.apdh.com.ar/comisiones/adultos_mayores/principal.htm. (5 de junio de 2007).
- Galindo, J. (coord). 1998. *Técnicas de investigación en Sociedad, cultura y comunicación*. México, C.N.C, Addison Wesley Longman.
- Goetz, J. LeCompte, M. 1988. *Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa*. Madrid: Morato.
- Guerrero, E. Hernández, G. Rodríguez, A. 1999. *Taller de capacitación para la atención de necesidades básicas del adulto mayor, dirigido al personal y familia Hogar de Ancianos Alfredo y Delia González Flores*. Informe final. Escuela de enfermería. Facultad de Medicina. Universidad de Costa Rica.
- Medina, J. 1997. *El Reloj de la Edad*. Barcelona: Drakantos.
- Morales, Fernando. 2000. *Temas prácticos de Geriatría y Gerontología*. Tomos I y II. San José: EUNED.
- Organización Mundial de la Salud. 1989. *La salud de las personas de edad. Informe del comité de expertos de la OMS*. Serie de informes técnicos 779. Ginebra, Suiza.
- Palacios, M. 2001. *Envejecimiento exitoso en adultos mayores de 70 años del centro diurno de Cartago*. Tesis. Universidad de Costa Rica.
- Palma, Ana R. 2005. *La protección real hacia el adulto mayor que brindan la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), Ministerio de Salud, Juzgado Contravencional y menor Cuantía, Centro Diurno y hogar de ancianos; respecto a la ampliación de la ley integral para la persona adulta mayor (7935), Palmares*. Tesis. Facultad de Derecho. UMCA. Costa Rica.
- Salas, Emma. 2001. *El Adulto Mayor y las Problemáticas Derivadas, un desafío para la educación*. Disponible en: http://www.gerontologia.uchile.cl/docs/emma_1.htm (27 de julio de 2007).
- Stella, F. 1998. *Plenitud después de los 60: Proyecto de toda una vida*. San José: Editorial UCR.