



El significado del cuidado no remunerado en la experiencia del envejecimiento activo de las personas mayores que lo ejercen

María Camila Romero Farias

mariacromero@unicolmayor.edu.co

Yahara Valentina Silva Velasco

yvsilva@unicolmayor.edu.co

Programa Trabajo Social, Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

Seminario trabajo de grado II

Docente asesora Clara Janeth Cardenas Fandiño

Docente temática Claudia Usaquén Lancheros

29 de noviembre del 2022



El significado del cuidado no remunerado en la experiencia del envejecimiento activo de las personas mayores que lo ejercen

María Camila Romero Farias

mariacromero@unicolmayor.edu.co

Yahara Valentina Silva Velasco

yvsilva@unicolmayor.edu.co

Programa Trabajo Social, Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

Seminario trabajo de grado II

Docente asesora Clara Janeth Cardenas Fandiño

Docente temática Claudia Usaquén Lancheros

29 de noviembre del 2022

Resumen

En la actualidad la vejez suele ser asociada con la improductividad, dependencia y enfermedad, ignorando así que en esta etapa las personas continúan siendo activas en la vida familiar, económica y social a través de diversas actividades como lo pueden ser ejercer labores de cuidado no remuneradas.

Por ello, el envejecimiento activo brinda el marco de referencia necesario para comprender la experiencia de envejecer desde una perspectiva donde se reconoce que las personas requieren de un ambiente que garantice las mejores condiciones para su desarrollo, además de distinguir el rol activo de este grupo etario en la sociedad.

Por lo anterior la presente investigación pretende develar la experiencia de envejecer activamente a partir de la vivencia del cuidado no remunerado y los significados construidos sobre el mismo desde las voces de las personas mayores que lo ejercen. La metodología implementada corresponde a la cualitativa bajo el paradigma interpretativo comprensivo y el diseño fenomenológico, para ello se realizaron entrevistas a profundidad a nueve personas mayores que residen en Bogotá y que ejercen labores de cuidado no remuneradas en sus contextos familiares.

Palabras clave: persona mayor, envejecimiento activo, labores de cuidado no remuneradas, cuidado.

Abstract

Currently, old age is usually associated with unproductiveness, dependency and illness, thus ignoring that at this stage people become active in family, economic and social life through various activities such as unpaid care work. .

Therefore, active aging provides the necessary reference framework to understand the experience of aging from a perspective where it is recognized that people require an environment that guarantees the best conditions for their development, in addition to distinguishing the active role of this age group. in society.

Therefore, this research aims to develop the experience of actively aging from the experience of unpaid care and the meanings built on it from the voices of the elderly who exercise it. The implemented methodology corresponds to the qualitative one under the comprehensive interpretive paradigm and the phenomenological design, for which in-depth interviews were conducted with nine older people who reside in Bogotá and who require unpaid care work in their family contexts.

Keywords: old person, active aging, unpaid care work.

Tabla de contenido

| | |
|---|----|
| Introducción | 11 |
| Capítulo I | 13 |
| 1. Definición de la situación a investigar | 13 |
| 1.1 Exploración de la situación | 13 |
| 1.2 Antecedentes teóricos y prácticos | 13 |
| 1.2.1 Contexto internacional | 14 |
| 1.2.2 Contexto nacional | 18 |
| 1.2.3 Contexto distrital y local | 20 |
| 1.3 Formulación del problema de investigación | 23 |
| 1.3.1 Pregunta de investigación | 27 |
| 1.4 Justificación | 28 |
| 1.5 Objetivos | 31 |
| 1.5.1 Objetivo General | 31 |
| 1.5.2 Objetivos específicos | 31 |
| 1.6 Antecedentes de referencia | 31 |
| 1.6.1 Marco legal | 31 |
| 1.6.2 Aproximación teórica conceptual | 35 |
| 1.6.2.1 Vejez y envejecimiento | 35 |
| 1.6.2.2 Envejecimiento activo | 37 |
| 1.6.2.3 Solidaridad intergeneracional | 43 |
| 1.6.2.4 Economía del cuidado: las labores de cuidado no remuneradas en el hogar. | 45 |
| Capítulo II | 49 |
| 2. Diseño metodológico | 49 |
| 2.1 Tipo de investigación y proceso | 49 |
| 2.2 Paradigma interpretativo - comprensivo | 50 |
| 2.3 Diseño de investigación | 50 |
| 2.4 Alcance de la investigación | 51 |
| 2.5 Técnicas e instrumentos de recolección de información | 52 |
| Capítulo III | 55 |
| 3. Trabajo de campo | 55 |
| 3.1 Preparación del trabajo de campo | 55 |
| 3.2 Recolección de datos cualitativos | 55 |
| 3.3 Organización de la información | 56 |
| 3.3.1 Categorización | 56 |
| Capítulo IV | 62 |
| 4. Identificación de patrones culturales | 62 |
| 4.1 Análisis descriptivo e interpretación de los datos cualitativos y conceptualización inductiva | 63 |
| 4.1.1 Taxonomía 1. Economía de cuidado: las labores de cuidado no remunerado. | 63 |

| | |
|--|-----|
| 4.1.1.1 Analisis deductivo | 64 |
| 4.1.1.2 Analisis inductivo | 67 |
| 4.1.2 Taxonomía 2. Envejecimiento Activo: Cultura y Género | 68 |
| 4.1.2.1 Analisis deductivo | 68 |
| 4.1.2.2 Análisis inductivo | 70 |
| 4.1.3 Taxonomía 3. Envejecimiento Activo: Determinante entorno social y determinante económico | 72 |
| 4.1.3.1 Análisis deductivo | 73 |
| 4.1.3.2 Análisis inductivo | 76 |
| 4.1.4 Taxonomía 4. Envejecimiento Activo: Determinante conductual | 78 |
| 4.1.4.1 Análisis deductivo | 78 |
| 4.1.4.2 Análisis inductivo | 81 |
| 4.1.5 Taxonomía 5. Envejecimiento Activo: Solidaridad Intergeneracional | 83 |
| 4.1.5.1 Análisis deductivo | 83 |
| 4.1.5.2 Análisis inductivo | 85 |
| 4.2. Aportes de Trabajo Social en el proceso investigativo | 86 |
| Tabla 8. Propuesta de intervención | 92 |
| Capitulo V | 94 |
| 5.1 Conclusiones | 94 |
| 5.2 Recomendaciones | 97 |
| 5.2.1 A las personas mayores cuidadoras y a sus familias | 97 |
| 5.2.2 A la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca y al Semillero de Vejez y Envejecimiento | 97 |
| 5.2.3 A los estudiantes y profesionales de Trabajo Social | 98 |
| 5.3 Logros de la investigación | 98 |
| Referencias | 101 |
| Anexos | 111 |
| Anexo A: Matriz antecedentes teórico-prácticos | 111 |
| Anexo B: Consentimiento informado | 121 |
| Anexo C: Guía de entrevista a profundidad | 121 |
| Anexo D : Transcripción de entrevistas y agrupación por temas | 122 |

Lista de tablas

Tabla 1. Normatividad legal que fundamenta el proceso de investigación a nivel internacional

Tabla 2. Normatividad legal que fundamenta el proceso de investigación a nivel nacional

Tabla 3. Normatividad legal que fundamenta de la investigación a nivel municipal

Tabla 4. Criterios de selección de la muestra

Tabla 5. Cuadro de actores

Tabla 6. Matriz de categorías deductivas

Tabla 7. Matriz de categorización de la información

Tabla 8. Propuesta de intervención

Lista de figuras

Taxonomía 1. Economía de cuidado: las labores de cuidado no remunerado.

Taxonomía 2. Envejecimiento Activo: Cultura y Género

Taxonomía 3. Envejecimiento Activo: Determinante entorno social y determinante económico

Taxonomía 4. Envejecimiento Activo: Determinante conductual

Taxonomía 5. Envejecimiento Activo: Solidaridad Intergeneracional

Introducción

El envejecimiento poblacional es un fenómeno que va en aumento acelerado a nivel mundial, en respuesta a las necesidades que esto representa se da lugar a lo que es el envejecimiento activo, por el cual se apuesta en las agendas públicas de los diferentes países, los espacios académicos, los servicios sociales y de salud, y se espera que en los familiares también. Teniendo en cuenta lo anterior y el rol del trabajo social frente a los cambios sociales que vive la población, es de suma importancia las investigaciones e intervenciones que se realicen alrededor de la vejez y el envejecimiento, de allí que la presente investigación responda a esta demanda desde un ámbito poco estudiado como lo son las labores de cuidado no remuneradas ejercidas por las personas mayores y lo que estas han significado para este grupo etario en la experiencia del envejecimiento activo.

Para ello, se realizó una investigación cualitativa desde el paradigma interpretativo comprensivo y el diseño fenomenológico, implementando entrevistas a profundidad con nueve personas mayores ubicadas en Bogotá que ejercen labores de cuidado no remuneradas al interior de los hogares, cabe recalcar que los y las participantes fueron elegidos bajo un muestreo intencional. A continuación se presenta la guía metodológica adoptada para el presente trabajo de Elssy Bonilla y Penélope Rodríguez planteada en el libro *“Más allá del dilema de los métodos”* (2005):

Primer capítulo, se desarrolla la definición de la situación a investigar a través de los antecedentes teóricos y prácticos; formulación del problema de investigación, justificación, objetivos y antecedentes de referencia.

Segundo Capítulo, corresponde al diseño metodológico que responde al tipo de investigación, proceso y diseño, lo anterior con base al paradigma interpretativo - comprensivo, el alcance de la investigación, técnicas e instrumentos de recolección de información y la selección de los participantes.

Tercer Capítulo, presenta el trabajo de campo, el cual contiene la preparación del trabajo de campo, seguido de la recolección, organización de la información y la categorización de las categorías deductivas e inductivas.

Cuarto Capítulo, en este se realiza la identificación de patrones culturales a través del análisis descriptivo e interpretativo de los datos; seguida de la conceptualización inductiva y los aportes de Trabajo Social en el proceso investigativo.

Quinto Capítulo, se exponen las conclusiones del trabajo investigativo, las recomendaciones dirigidas a las personas mayores, a la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca y a los estudiantes y profesionales de Trabajo Social; y se muestran los logros del presente trabajo.

Finalmente, se presentan las referencias utilizadas durante la investigación y los anexos donde se ubica la matriz de antecedentes teórico-prácticos, los formatos del consentimiento informado, la guía de entrevista a profundidad, la transcripción de las entrevistas y la agrupación por temas.

Capítulo I

1. Definición de la situación a investigar

La presente investigación retoma la propuesta de Bonilla y Rodríguez del libro “Más allá del dilema de los métodos, la investigación en Ciencias Sociales”. En primer lugar se define la situación a investigar, la cual comprende la exploración de la situación, planteamiento del problema de investigación, el diseño y la preparación del trabajo de campo (Bonilla y Rodríguez, 2005).

1.1 Exploración de la situación

Bonilla y Rodríguez (2005), explican que esta fase es la base para la formulación del problema de investigación, la elección de los métodos a implementar, la muestra que se va a conformar y los instrumentos de recolección que se van a implementar, y con ello la planeación del trabajo de campo. Entonces, se deben determinar las propiedades del problema a abordar, clarificar si este se estudiará sólo cualitativamente o si es necesario precisar algunos aspectos cuantitativos y delimitar las dimensiones de la realidad a estudiar como punto de partida para comprenderla en su totalidad.

1.2 Antecedentes teóricos y prácticos

Para la presente investigación es fundamental realizar un recorrido teórico y conceptual sobre el envejecimiento activo y labores de cuidado, que permita tener un panorama amplio sobre las investigaciones incursionadas en el tema y a su vez comprender el contexto social y a la población con la que se pretende trabajar.

1.2.1 Contexto internacional

Los autores Rivero y Agoiz (2019) de España en su artículo “*Envejecimiento activo y ciudadanía senior*” hacen un recorrido teórico de lo que se conoce como envejecimiento activo y las implicaciones del mismo en temas políticos, económicos y sociales. Para iniciar hay que entender que el concepto de envejecimiento activo nace en el S.XX en EEUU, producto del aumento de la población longeva por los avances médicos y tecnológicos, de allí surge la necesidad de romper con paradigmas tradicionales que ubican a dicha población como seres sin agencia e improductivos, las primeras apariciones del concepto fueron con autores como Cavan, Burgess, Havinghurst y Goldhamer. Dicho concepto tiene como ideas principales la productividad, la calidad de vida, el bienestar mental y físico del adulto mayor que más adelante se introdujeron en la ONU en el 2002.

Ahora bien, según los autores para llevar la teoría a la práctica es necesario realizar acciones que reduzcan las desigualdades sociales y económicas entre la población mayor; por ejemplo: el Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento planteado por la ONU y en el caso de España el Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento, dichos planes reafirman los derechos humanos de los cuales deben gozar los adultos mayores sin excepción y dieron lineamientos para trabajar la vejez.

De lo anterior surgen corrientes o movimientos como poder gris en Europa que buscan mantener la participación social de las personas mayores, lo que da paso a que la población mayor sea agente de bienestar, esto quiere decir que desempeñan roles que si bien no son remunerados, si aportan al bienestar social y económico.

Para concluir Rivero y Agoiz explican que la solidaridad intergeneracional se refiere al intercambio y nuevas formas de relacionarse entre generaciones, este enfoque lo que busca es construir comunidades solidarias, recíprocas y condiciones sociales para todas las edades a través de planes, programas y políticas públicas o privadas que permitan el envejecimiento

activo. Lo anterior, se ve reflejado en la afirmación hecha por la ONU en la que manifiesta la "necesidad de fortalecer la solidaridad entre las generaciones y las asociaciones intergeneracionales, teniendo presentes las necesidades particulares de los más mayores y los más jóvenes, y de alentar las relaciones solidarias entre generaciones" (ONU, 2002, como se citó en Rivero y Agoiz, 2019).

En México se encuentra la tesis de maestría en educación familiar "***Abuelo cuidador, ¿una opción o imposición de vida?***" realizada en el 2020 por Ligia Camargo, en esta se cuestiona la situación de que muchas personas mayores deban asumir roles de cuidado con sus nietos por encima de su propio estado de salud y descanso; haciendo un llamado a los progenitores a asumir la crianza de sus hijos, además de promover el respeto de los derechos de la persona mayor para evitar las situaciones de violencia y abuso que se han incrementado en las últimas tres décadas. Esta investigación estuvo orientada a conocer la situación familiar y social de los abuelos para identificar los motivos que los llevaron a asumir la responsabilidad de ser los cuidadores de los nietos. Para ello se realizó una investigación mixta no experimental, que contó con 266 participantes de 60 años de Aguascalientes que ejercieran actividades de cuidado con sus nietos.

Las conclusiones y resultados indican que las principales razones por las cuales acudían a los abuelos es porque los hijos trabajan y deben ayudarlos o para contribuir a las metas profesionales de los hijos, ya que ellos en su juventud no lo consiguieron; sin embargo, independientemente de la condición socioeconómica, la mayoría de entrevistados afirmaron asumir exceso de responsabilidades; adicionalmente más del 50% de las personas mayores preparan los alimentos para sus nietos, asumiendo los gastos de los mismos y el cuidado en sus propias casas, más del 50% no tienen seguro social o servicios médicos; el 60.6% se encargan de cuidar hasta 3 nietos; el 70% afirmaron estar en desacuerdo con el cuidado de los nietos debido a que es responsabilidad de los progenitores o porque ya no se sienten en las

capacidades de hacerlo y prefieren disfrutar de sus propios espacios y libertad; el 81.2% consideran que es un abuso por parte de sus hijos delegar esta responsabilidad; finalmente el 37% de los entrevistados no conocen sus derechos como persona mayor. La autora concluye explicando que los principales factores por los cuales los abuelos cuidan de sus nietos es por la dependencia emocional o económica hacia sus hijos.

Frente a lo anterior, Camargo hace una propuesta de intervención para mejorar la comunicación en los integrantes de la familia y sensibilizar a los progenitores para que asuman el cuidado de los hijos y de los adultos mayores, así se mitigaría los casos de violencia, negligencia y abandono al adulto mayor. La propuesta consta de las siguientes fases: entrevista primer contacto, diagnóstico social para conocer la situación del adulto mayor; entrevista personal al adulto mayor, resultado diagnóstico y aceptación de la intervención por parte de la persona mayor; elaboración del cronograma de tareas, socialización del proceso a los familiares, construcción de soluciones con la familia y persona mayor, exposición del plan de acción y delegación de responsabilidades; y por último visitas de control.

Por parte de España también se halló desde área de pedagogía social la investigación titulada "*Escala de envejecimiento activo*" de Juan Martín, Pedro Aleman y Regina Castellanos del 2020; el trabajo es de muestra intencional o directa contando con la participación de 300 personas mayores que según la media tenían 70 años o más, los participantes para el momento de la investigación pertenecían a las siguientes estructuras familiares: El 37,7% unipersonal, el 37,3% nido vacío, 12% nuclear con algún hijo/a y 12,9% encuentran convivencia con alguien externo a la familia; además, de los entrevistados solo el 49% tiene estudios medios o superiores, el 24,3% son bachilleres y el 11% solo tienen primaria.

Los instrumentos se realizaron con base a los determinantes de envejecimiento activo de la Organización Mundial de la Salud (2015). De cada determinante los autores propusieron entre 5 y 7 indicadores, 23 ítems de análisis factorial y lo manejaron en escala likert. Dentro de las conclusiones los autores destacan la importancia de ampliar el objeto de estudio a personas mayores de diferentes clases sociales y con condiciones de educación variadas; destacan lo importante que es el bienestar social y físico, la estabilidad económica y ser prosocial para envejecer activamente. Por último, invitan a trabajar lo que implica el envejecimiento activo con personas no jubiladas para cambiar las perspectivas negativas que se puedan tener sobre envejecer y plantean que lo encontrado para la intervención social podría facilitar “cualquier diseño de un plan de intervención individual para promover un envejecimiento activo en pro de un mayor bienestar y calidad de vida”(Martín, et al, 2020, p. 108).

De forma similar en Costa Rica el autor Luis Ángel López Ruiz desde el área de sociología y demografía efectúa en el año 2021 la investigación “*¿quién cuida quién? aportes de las personas adultas mayores*” en esta se realiza un recorrido de las perspectivas negativas que se tiene sobre la vejez y la población adulta haciendo alusión al edadismo. El estudio precisó como objetivo analizar el tiempo que las personas adultas mayores en Costa Rica le dedican a labores de cuidado, este se llevó a cabo a través de la metodología cuantitativa-exploratoria con base a encuestas de uso del tiempo libre de Enut 2017. En consecuencia con lo mencionado en el párrafo anterior, el autor realizó tres cuestionarios con un total de 10 indicadores manejando los siguientes factores: labores domésticas, administración del hogar, cuidado de niños y apoyo a otros hogares, cuidado a personas dependientes y cuidado a personas no dependientes; dicha información se cruzó desde un análisis factorial. Así el autor concluyó que todos demandan y brindan cuidados en las diferentes etapas de la vida, que las labores de cuidado en el caso de las mujeres se ha

designado como algo implícito y en los hombres se les delega las labores de cuidado entre más años tienen; finalmente el autor resalta que “faltan más estudios, tanto cuantitativos como cualitativos, que den cuenta sobre la forma en que se transita durante estas últimas etapas de la vida con respecto a la dimensión de los cuidados, sobre todo, entre las personas más longevas dentro de la población adulta mayor. Aquí, no puede asumirse que la población adulta mayor conforma un grupo homogéneo que brinda los mismos tipos de cuidado o posee las mismas necesidades” (López, 2021, p. 28).

1.2.2 Contexto nacional

En el capítulo “**Percepción de envejecimiento y vejez**” del libro “**Misión Caldas Envejece**” (2020), Lucía Curcio, José Hoover, Andrea González y Carmen Ávila, explican que el concepto de envejecimiento se puede entender desde tres perspectivas: la biológica como un proceso de cambios fisiológicos; cronológica con el aumento de los años y como una construcción sociocultural que cambia de significado según la sociedad, época y cultura. Adicionalmente, mencionan dos tipos de envejecimiento; el humano, el cual hace referencia a un proceso vital de cambios a nivel personal, familiar y social que inician desde el momento de la concepción; y el envejecimiento poblacional, que se da cuando hay un incremento significativo de personas en edad avanzada. Con respecto a la vejez, las y los autores explican que esta corresponde a una etapa natural de la persona y que su vez está ligada al constructo de la edad; así, las representaciones sociales determinan lo que se entiende por vejez, las características que se le otorgan a la persona mayor, el lugar que ocupa y el vínculo con la sociedad y familia.

En esta investigación se acudió a las voces de las personas mayores para acercarse a la autopercepción que tienen sobre el envejecimiento y vejez a partir de sus experiencias y entorno donde han vivido, encontrando que para los entrevistados

El envejecimiento es un proceso natural que denota la trayectoria de vida y siempre está atravesado por la cultura, la cual le otorga diversos significados, especialmente de discriminación, esto se hace evidente en las diferentes formas de denominar a este grupo poblacional (p.81, 2020)

Si bien muchos de los participantes entienden el envejecimiento como algo que hace parte natural de la vida, se sienten satisfechos y lo asocian con un cúmulo de experiencias, varios también hacen referencia a la disminución de capacidades, posibilidades y actividades debido a la sociedad y cultura estereotipada que los atraviesa. Por su parte, la vejez fue asociada con la etapa próxima a culminar la vida.

De lo anterior, los autores concluyen que envejecer no es solo un proceso determinado por la edad sino por el entorno en el que se vive, la sociedad aminora las capacidades de las personas mayores. Y si bien la percepción sobre la vejez y el envejecimiento de los entrevistados, se aleja de los estereotipos tradicionales, aún están presentes ideas de deterioro, decadencia, dependencia, inutilidad, entre otros. Finalmente, Curcio, et al, recalcan la necesidad de “crear políticas integrales que no solo amparen los derechos del adulto mayor, sino que al mismo tiempo y, especialmente, promuevan una actitud social positiva, así como una autopercepción activa, autónoma, responsable e independiente” (p.112, 2020).

En relación con las labores de cuidado el marco de antecedentes nacionales, se encuentra desde el área de economía el trabajo de la Pontificia Universidad Javeriana “*Diferencias de género en la incidencia de realizar actividades no remuneradas en el mercado laboral*” (2020) de los autores Claudia Michelsen y Juan Castellanos; este se realizó con base a la Encuesta Nacional de Uso del Tiempo hecha por el DANE la cual contiene información demográfica sobre la población. La investigación fue cuantitativa utilizando el modelo Probit que “tiene como fin estimar la probabilidad de que una observación con características específicas pertenezca a una categoría en particular, en este caso, de participar

o no en el mercado laboral” (Michelsen y Castellanos, 2020, p.14) respecto a la muestra dichas estadísticas no incluyen los departamentos de la Orinoquia y Amazonia.

Del análisis de la información los autores concluyeron que entre más horas se realiza El Trabajo Doméstico y de Cuidados No Remunerado (de ahora en adelante TDCNR) para el caso de las mujeres se incrementa la probabilidad de no ingresar al mercado laboral formal, sumado a lo anterior el “realizar trabajo doméstico y de cuidado no remunerado afecta la participación laboral y, además aumenta la brecha salarial, plasmando un panorama de desigualdad de género desde el hogar y que afecta con las condiciones laborales de las mujeres” (Michelsen y Castellanos, 2020, p.20) y plantean como alternativa a dicha problemática fomentar la participación de los hombres en el TDCNR y la creación de jornadas laborales especiales por parte de las empresas, y entidades del Estado para las mujeres, lo anterior teniendo en cuenta que son las mujeres las que más dedica tiempo a labores de cuidado.

1.2.3 Contexto distrital y local

Jairo Bravo, Zaira Corredor y Heberto Campo, en el año 2018, para la maestría en docencia presentaron la investigación *“Las características de las relaciones intergeneracionales abuelo-nieto en 80 familias del Colegio Rafael Uribe Uribe de la localidad de Ciudad Bolívar de Bogotá D.C”*. La cual tuvo como objetivo principal caracterizar las relaciones intergeneracionales abuelo-nieto de las 80 familias participantes, ya que la institución evidenció que la mayor parte del tiempo los niños y niñas estaban pasándolo bajo el cuidado de los abuelos, quienes asumen la responsabilidad de educación entre muchas otras, cuestión que refleja la situación de muchas de las familias de la sociedad actual y que por lo tanto se hace necesario redefinir el rol de los abuelos en relación con sus nietos y familias. Con esta investigación se propuso identificar los roles del abuelo en la

educación familiar, describir las relaciones entre abuelos y nietos, y finalmente diseñar una propuesta de educación familiar para el mejoramiento de las relaciones intergeneracionales. Esta investigación cualitativa dio lugar a las siguientes conclusiones: dentro de los principales roles del abuelo se encuentran el de transmisión de valores, cuidado, protector y mediador; las relaciones entre abuelo-nieto se caracterizaron por ser de confianza, autoridad, escucha activa y confidencialidad, las cuales son gratificantes para las partes en especial para los adultos mayores ya que sienten más participación en el núcleo familiar. Respecto a la propuesta pedagógica se creó el taller “cerrando la brecha intergeneracional” que permitió espacios de reflexión sobre el rol de los abuelos en la familia y en la educación de los nietos; finalmente los autores afirman que “los abuelos sirven como una fuerza estabilizadora de la familia y actúan como un recurso para sus hijos y nietos, por lo tanto” (Bravo.J, et al, 2018, p. 84)

Hurtado, Escobar y Coral, realizaron una investigación en el año 2020 titulada ***“Diagnóstico social en el marco de los determinantes del envejecimiento activo con las personas beneficiarias de la Pastoral Social de las parroquias San Efrén, San Pablo Claver y San Eugenio de la Diócesis de Fontibón durante el año 2020”***, la cual tuvo como objetivo principal establecer el diagnóstico social de las personas beneficiarias de la Pastoral Social de las parroquias mencionadas en el título; entre otros objetivos se propuso: describir los determinantes del envejecimiento activo de los participantes, priorizar las problemáticas de los actores en relación con los determinantes del envejecimiento activo y proponer acciones para fomentar el envejecimiento activo de los beneficiarios a partir de las situaciones problemas identificadas. Esta investigación cuantitativa de alcance descriptivo de tipo no experimental y corte transversal, contó con la participación de 100 personas beneficiarias del plan alimentario de las Parroquias.

Las autoras y el autor hacen referencia al acelerado proceso de envejecimiento demográfico que se está dando alrededor del mundo y a las bajas tasas de natalidad que

también van en aumento, planteando la necesidad de desarrollar políticas, planes, programas, proyectos e investigaciones sociales que respondan a las diversas necesidades de este fenómeno y que a su vez permitan la promoción del envejecimiento activo para la población. De lo anterior afirman que si bien en las parroquias, los participantes reciben apoyos, estos son solo de carácter asistencial y no se toma en cuenta la perspectiva de envejecimiento activo, por lo cual es fundamental un cambio de paradigma sobre la vejez y el envejecimiento.

Finalmente se concluye que el envejecimiento activo no es solo una responsabilidad individual, sino que también le compete al Estado brindar las condiciones básicas que le permitan a cada persona envejecer activamente, lo que es fundamental ya que debe permitirle a las personas desarrollarse en su contexto bajo los pilares de: salud, seguridad, participación y aprendizaje. De igual forma, se recalca el papel del Trabajo Social en la intervención individual, grupal y comunitaria, el cual debe atender a las necesidades sociales de la población y promover individual y socialmente el envejecimiento activo de las personas.

Carolina Rincón (2019), en su tesis de maestría *“Mujeres mayores: cuidado y proyectos de vida”*, planteó como objetivo principal contribuir a los estudios sobre la vejez visibilizando los trabajos de cuidado en el transcurso de la vida y la ejecución de los proyectos vitales de tres mujeres mayores de Bogotá. En este trabajo se problematiza las labores de cuidado que ejercen las mujeres mayores y cómo estas inciden en su proceso de envejecimiento, de igual manera se caracterizan los tipos de trabajo y a partir de su análisis se reconoce el aporte al bienestar y desarrollo económico de las familias a partir de las actividades que realizan. Esta investigación cualitativa contó con la participación de tres mujeres cercanas a la autora, a partir de entrevistas a profundidad relataron sus historias de vida y con el análisis de las mismas Rincón concluyó que:

La maternidad reforzó las labores de cuidado como una obligación permanente, haciendo que las participantes asumieron estas actividades como algo natural, lo que incluso llegó a transformar sus proyectos de vida; la naturalización de estas actividades genera una sobrecarga que es invisibilizada y desvalorizada incluso por las mismas mujeres que las ejercen, lo que contribuye a un recrudecimiento de las desigualdades de género; la inequitativa distribución del trabajo remunerado y no remunerado basada en la división sexual del trabajo y la maternalización, son los principales factores de desigualdad entre hombres y mujeres durante la vejez; las mujeres asumen las labores de cuidado como un proyecto de vida en sí mismo, si bien esto puede representar un escenario de desigualdad, a estas mujeres les ha brindado satisfacción, vinculación familiar y el mantenerse activas. finalmente, Ricón hace un llamado frente a los estudios de la vejez, ya que son insuficientes y emplean un enfoque homogeneizador donde no se hace distinción de género, y mucho menos se destaca el rol de la mujer mayor cuidadora; además menciona que si bien se han desarrollado políticas de envejecimiento y vejez orientadas a contrarrestar la desigualdad económica, asuntos de seguridad social, entre otros, en estas no se reconoce el trabajo de cuidado que realizan las mujeres mayores.

1.3 Formulación del problema de investigación

La Organización de las Naciones Unidas (en adelante ONU), explica que el mundo está experimentando un aumento en el número de las personas mayores, este segmento de la población acelera su ritmo de crecimiento en comparación a otros (2019), lo que se evidencia en el estudio “Perspectivas de la población mundial 2019”, el cual señala que por primera vez en la historia, en el año 2018 las personas de 65 años o más superaron el número de niños y niñas menores de 5 años en todo el mundo; además, se estima que para el 2050, una de cada seis personas en el planeta tendrá más de 65 años, es decir un 16% más de la proporción para

el 2019 que correspondía a una de cada 11; el número de personas mayores se triplicará de 143 millones en el año 2019 a 426 millones para el 2050 (ONU, 2019); entre el 2020 y el 2030 el porcentaje de personas mayores de 60 años aumentará en un 34%, y para el 2050 alrededor del 65% de este grupo etario vivirá en países con ingresos medianos y bajos (Organización Mundial de la Salud, 2021). Por lo anterior, la ONU (2019) explica que este fenómeno tendrá consecuencias en la mayoría de los sectores de la sociedad, incluyendo el mercado laboral y financiero, demanda de bienes y servicios, la estructura familiar y la constitución de lazos intergeneracionales.

Continuando con lo expuesto, según el libro de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (2018) (en adelante CEPAL), titulado *“Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible”*, en Latinoamérica uno de los efectos de la transformación demográfica va a ser

“La reducción del crecimiento poblacional y, quizás la más importante en la actualidad y en la trayectoria a mediano y largo plazo, la transformación de la estructura por edad, que implica el envejecimiento de la población por el paso paulatino de sociedades jóvenes a sociedades maduras, y de estas a sociedades envejecidas” (p.29).

De estas circunstancias nace el hecho de que en Colombia para el año 2037 “la proporción creciente de personas mayores superará a la de los menores de 15 años, etapa a partir de la cual el proceso de envejecimiento se convertirá en el fenómeno demográfico preponderante “ (CEPAL, 2018, p.31).

Respecto a lo anterior el Ministerio de Salud y Protección Social Oficina de Promoción Social de Colombia (2019) afirmó que la población de personas mayores proyectada en Colombia durante el año 2018 fue 5.970.956 lo que correspondía al 11% de la población total, de este grupo poblacional el 50% se encontraba entre los 60 y 66 años de

edad; ahora durante el mismo año en comparación a 1985 la población mayor a 59 años pasó de 2.142.219 a 5.970.956; por último para el 2018 en el caso de Bogotá las personas mayores a 59 años correspondían a 995.029 equivalente al 12% de la población total.

En concordancia con el envejecimiento poblacional que se está dando a nivel mundial, es preciso prestar atención al reto que se propone con el envejecimiento activo así, para Cambeiro y Gaiborri (2019) este

Se sitúa en la base del reconocimiento pleno de los derechos humanos también a las personas mayores, en lo que hace a la independencia, participación, dignidad, atención y autodesarrollo. Así, desde esta perspectiva, los determinantes del “envejecimiento activo” serían: económicos, sociales, físicos, servicios sociales y de salud, personales (psicológicos y biológicos) y comportamentales (estilos de vida) (p.64).

Adicional a los determinantes mencionados por los autores, también se encuentra el transversal de cultura y género, pues según la OMS (2002), este es fundamental y atraviesa todo el proceso de envejecimiento activo, ya que la cultura, valores, tradiciones y lo referente al sexo y género afecta el bienestar y el desarrollo de cada persona.

Ahora, para el caso de Colombia los índices del envejecimiento activo obtenidos con base a la Encuesta de Salud, Bienestar y Envejecimiento en el 2015 (en adelante SABE) la desigualdad de género se encuentra sobre todo en las actividades remuneradas y empleo, pues sólo el 28,2% de las mujeres ejercían un oficio ante un 56,6% de los hombres; asimismo para el año referenciado las personas mayores que realizaban actividades no remuneradas y que participaban socialmente en grupos, voluntarios o que se encargaban del cuidado de alguien el 49,7% fueron mujeres (Santacruz, et al, 2019).

Sobre las diferencias de género más representativas halladas en la encuestas SABE se encuentra que la mayoría de las mujeres mayores a nivel educativo cuentan solo con la

primaria, en la vida laboral no trabajaron o lo hicieron a favor de sus familias sin ningún tipo de remuneración; sumado a lo anterior se encuentra que las mujeres mayores son las que se enfrentan “a la mayor pobreza monetaria, a la dependencia económica, al maltrato por parte de familiares, al menor uso de tecnologías y a la importancia de la sexualidad en la vida” (Santacruz, et al, 2019, p. 12). Así, el problema alrededor de las labores de cuidado no remuneradas, se debe principalmente a las desigualdades sociales marcadas por el género, donde las mujeres se han dedicado al ámbito de lo “doméstico” y los hombres a lo “público” (Rincón,2019).

Justamente se puede decir entontonces que la invisibilización del proceso de envejecimiento activo de las personas mayores que ejercen labores de cuidado no remuneradas, en parte responde a que no se han tenido en cuenta las experiencias mismas de los actores y los significados que estos han construido alrededor del cuidado que brindan como parte de su vida. Así como lo refieren Rodríguez y Vejarano (2015) la sociedad no reconoce el aporte que las labores de cuidado no remuneradas representan para el desarrollo económico y social, en especial por la perspectiva estereotipada que se tiene sobre vejez y el envejecimiento, considerando esto como un problema y causante de muchos otros como la disminución de la fuerza de trabajo, una carga para la sociedad más joven y activa, costos elevados de vida como por ejemplo la salud y pensiones, entre otros.

Así mismo, Rincón afirma, que, si bien el fenómeno demográfico que va en aumento suscita atención en el mundo y se han desarrollado investigaciones sobre el mismo, son pocos y recientes los estudios que hacen énfasis en la relación de envejecimiento, género y cuidado, e incluso la mayoría de estos se centran en el envejecimiento como un problema a resolver, refiriéndose a los cuidados de los adultos mayores como una demanda de parte de esta población (2019). Lo anterior no sólo menosprecia las labores de cuidado sino que reproduce las ideas y patrones culturales de la distribución desigual de las mismas, y además ignora la

manera en que la experiencia de ser personas mayores cuidadoras se relaciona con el proceso de envejecimiento activo que viven.

En concordancia con lo expuesto, se encuentra la postura de Gabriela del Valle Gómez y Laura Coll i Planas (2011) quienes exponen que las familias se transforman según los cambios demográficos, por lo que las personas mayores además de necesitar más cuidados pasan a hacerse cargo de labores de cuidado no remunerado; es a partir de dicho postulado que las autoras advierten que realizar actividades de cuidado también implican riesgos familiares, pues existe la posibilidad de que se debiliten los vínculos producto del “estrés, las múltiples obligaciones y los problemas de la vida cotidiana” (p.40) lo cual sucede por la falta de comunicación y de espacios de intercambio intergeneracional; asimismo las autoras manifiestan que se puede debilitar la solidaridad entre los miembros de familia por la “sobrecarga de responsabilidad de los familiares, las diferencias, los prejuicios y los estereotipos entre generaciones”(p.40) que resultan en la reducción de apoyo mutuo y el aumento de conflictos. Es así como el problema en cuestión de ejercer labores de cuidado según Elson (2005) citado en Esquivel, et al, (2012) es que si bien, mucho del trabajo de cuidado es hecho por amor, esto no significa que las personas que se dedican a esto, disfruten hacerlo todo el tiempo; además de entender que desempeñar roles de cuidado puede representar para el cuidador riesgos físicos, personales-sociales (como en las relaciones interpersonales y el tiempo de recreación), psicológicos y económicos (Dakduk 2010).

1.3.1 Pregunta de investigación

¿Cuál es el significado que ha tenido el cuidado no remunerado para las personas mayores que lo ejercen en sus experiencias con el envejecimiento activo?

1.4 Justificación

Las labores de cuidado es el trabajo más antiguo del mundo que en su mayoría no es remunerado y ha sido ejercido mayoritariamente por mujeres, sobre dicha realidad social, la autora Cecilia López afirma que se “sigue considerando el cuidado no remunerado como una actividad que no es trabajo. Hay muchas formas en que se puede explicar esta reticencia, una de ellas es que el cuidado no se reconoce como factor de desarrollo” (2020, p.10). Sin embargo, se encuentran autores como Becker (1981) que se refiere al “cuidado del hogar y lo define como trabajo, pero además, uno donde el esfuerzo productivo tiene un efecto económico positivo para ese hogar” (como se citó en López, 2020, p.12).

Dentro de las labores de cuidado no remunerado hay un aspecto que poco se ha indagado y es el rol de las personas mayores que las ejercen, en especial sobre como estas han vivenciado el envejecimiento activo desde la experiencia misma de ser cuidadores y cuidadoras, por ello es importante brindar un breve panorama sobre el tema.

Como se ha mencionado con anterioridad, el envejecimiento activo representa una oportunidad para la sociedad actual, esto en respuesta a los acelerados cambios demográficos que exigen atención a la población que envejece.

Ahora, el envejecimiento activo tiene dos dimensiones importantes, la primera es la microsociedad la cual corresponde a la situación personal de la persona mayor y su autorresponsabilidad; la segunda es la macrosociedad, que está relacionada con la responsabilidad pública de crear las políticas necesarias para garantizar oportunidades que den lugar al envejecimiento activo (Zambrano, 2013, citado en Cuesta, 2020).

Respecto a lo anterior, desde lo microsociedad el envejecimiento activo se determina por los recursos y oportunidades disponibles que se dan en las interacciones humanas, pero para que esto sea así estas deben basarse en intercambios recíprocos y solidarios como lo es el

cuidado mutuo, dando lugar a un adecuado estado físico, material y emocional de las personas.

Ahora, desde lo macrosocial en Bogotá se desarrolla el Decreto 345 de 2010 por el cual se adopta la Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez que busca:

Crear progresivamente entornos ambientales, económicos, políticos, sociales, culturales y recreativos favorables que garanticen a las personas mayores el acceso, calidad, permanencia y disfrute de bienes y servicios, que brinden la seguridad económica requerida en la vejez, reduciendo los factores generadores de las desigualdades que ocasionan vulnerabilidad y fragilidad (p.6).

Lo anterior está sumamente relacionado con el quehacer del Trabajo Social desde la perspectiva de la fenomenología, pues “el trabajador o la trabajadora social están existencialmente inmersos en aquella dinámica, planteándose en una sociedad que se expresa desde lo cultural, lo económico, lo religioso, lo social, lo político, también desde lo ético e incluso de lo estético, etc” (Falla, 2020, p, 26). Es desde este sentido que la profesión-disciplina se plantea el objetivo de buscar la calidad de vida y la promoción de las potencialidades de las personas, al igual que la defensa de los derechos humanos, lo que incluye a las personas mayores (Cuesta, 2020). Asimismo, según Falla (2020) la fenomenología coincide con el trabajo social, esta busca describir la experiencia tal y como es vivida o interpretada por los seres humanos, es el interés del trabajador social comprender e interpretar los actos de las personas y que desde allí las mismas entiendan su aquí y ahora. A partir de ello, los profesionales tienen la responsabilidad de impactar en las situaciones de exclusión social, dependencia, abandono y demás experiencias negativas de las personas mayores, a partir de intervenciones que den lugar a la promoción de los determinantes del envejecimiento activo (Cuesta, 2020).

Ahora, el envejecimiento activo no es algo que se consiga solo desde las agendas públicas, sino que es un asunto de corresponsabilidad entre las personas, familias, mercado y el Estado, de allí la importancia que desde el Trabajo Social se desarrollen investigaciones e intervenciones articuladas que aporten a este asunto, en especial si se trata de familia, pues el contexto inmediato de las personas mayores es determinante para favorecer o no dicho proceso, de esta manera los logros que se consigan desde esta área pueden llegar a incidir en las intervenciones microsociales hasta la formulación y ejecución de planes y proyectos en pro del envejecimiento activo, de tal modo que estos respondan a las necesidades e intereses reales de las personas y estos no se planteen de manera aislada a partir de imaginarios sobre la vejez y el envejecimiento.

Por lo anterior, es el significado que han tenido las labores del cuidado no remuneradas en las experiencias del envejecimiento activo de las personas mayores, el centro de la presente investigación, esto porque como se ha expuesto con anterioridad, la perspectiva sobre el cuidado y las personas mayores, aún continúa muy sesgada, contribuyendo a la patologización y desvalorización que la sociedad ha hecho sobre las mismas. Así pues, este trabajo le da lugar a voces de personas mayores que residen en Bogotá de contextos, experiencias, y familias diferentes, pero con un punto en común; la experiencia de envejecer activamente a la luz de las labores de cuidado no remuneradas que asumen a favor de sus familias, esto con el fin de develar un panorama más completo sobre el cuidado que no sólo enuncie a las personas mayores como agentes receptores sino también como agentes de provisión, pero sobre todo, las implicaciones que esto ha tenido en el trayecto de sus vidas, en su envejecimiento activo y en la construcción de relaciones intergeneracionales.

Cabe destacar que esta investigación se desarrolla con el semillero *Vejez y Envejecimiento* de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca; el cual tiene como objetivo fortalecer las capacidades de investigación de los estudiantes y egresados por medio

de análisis críticos sobre las situaciones relacionadas con la persona mayor y su contexto social, con el fin de contribuir desde el Trabajo Social a la mencionada población desde una perspectiva integral y de impacto.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo General

Comprender el significado que ha tenido el cuidado no remunerado para las personas mayores que lo ejercen en sus experiencias con el envejecimiento activo.

1.5.2 Objetivos específicos

- Describir la experiencia del cuidado no remunerado a partir de los significados que le otorgan las personas mayores que lo ejercen.
- Relacionar cómo se ha vivenciado el proceso de envejecimiento activo con la experiencia de las labores de cuidado no remuneradas que ejercen las personas mayores.
- Interpretar el papel de las labores de cuidado no remuneradas en las relaciones intergeneracionales que las personas mayores mantienen con la familia.

1.6 Antecedentes de referencia

1.6.1 Marco legal

A continuación se presentan las leyes a nivel internacional, nacional y local que dan sustento a la presente investigación, ya que permiten caracterizar a la población y dictan medidas para la intervención con las mismas.

Tabla 1. Normatividad legal que fundamenta el proceso de investigación a nivel internacional

| Leyes/ Declaraciones | Descripción |
|-----------------------------|--------------------|
|-----------------------------|--------------------|

| | |
|--|---|
| internacionales | |
| Convención Interamericana sobre Derechos Humanos de las Personas Mayores (15 de junio del 2015) | Art.1. Promueve, protege y asegura el reconocimiento, el pleno goce y ejercicio de todos los derechos humanos y libertades fundamentales de la persona mayor, a fin de contribuir a su plena inclusión, integración y participación en la sociedad. (Defensoría del Pueblo de Colombia, 2021, p.14) |
| Protocolo de San Salvador (1988) | -Art. 17. Protección de los Ancianos: Toda persona tiene derecho a protección especial durante su ancianidad. Los Estados partes se comprometen a adoptar de manera progresiva las medidas necesarias a fin de llevar este derecho a la práctica y en particular a: a. Proporcionar instalaciones adecuadas, así como alimentación y atención médica especializada, a las personas de edad avanzada que carezcan de ella y no se encuentren en condiciones de proporcionarse por sí mismas b. Ejecutar programas laborales específicos destinados a conceder a los ancianos la posibilidad de realizar una actividad productiva adecuada a sus capacidades respetando su vocación o deseos; c. Estimular la formación de organizaciones sociales destinadas a mejorar la calidad de vida de los ancianos (p.23). |

Nota. Elaboración propia en base de la normatividad internacional consultada.

Tabla 2. Normatividad legal que fundamenta el proceso de investigación a nivel nacional

| Leyes / Normas | Descripción |
|---|--|
| Constitución Política de Colombia (1991) | Art.46: El Estado, la sociedad y la familia concurrirán para la protección y la asistencia de las personas de la tercera edad y promoverán su integración a la vida activa y comunitaria. |
| Ley 1850 de 2017 | Por medio de la cual se establecen medidas de protección al adulto mayor en Colombia, se modifican las leyes 1251 de 2008, 1315 de 2009, 599 de 2000 y 1276 de 2009, se penaliza el maltrato intrafamiliar por abandono y se dictan otras disposiciones (p.1). |

| | |
|---|--|
| <p>Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez 2022-2031 mediante el Decreto 681 de 2022</p> | <p>La cual tiene como objetivo general: Garantizar las condiciones necesarias para el envejecimiento saludable y la vivencia de una vejez digna, autónoma, e independiente en igualdad, equidad y no discriminación, en el marco de la protección, promoción, defensa y restablecimiento de los derechos humanos bajo el principio de la corresponsabilidad individual, familiar, social y estatal (p.29)</p> |
| <p>Ley 1251 de 2008</p> | <p>Art.1. Objeto. La presente ley tiene como objeto proteger, promover, restablecer y defender los derechos de los adultos mayores, orientar políticas que tengan en cuenta el proceso de envejecimiento, planes y programas por parte del Estado, la sociedad civil y la familia y regular el funcionamiento de las instituciones que prestan servicios de atención y desarrollo integral de las personas en su vejez, de conformidad con el artículo 46 de la Constitución Nacional, la Declaración de los Derechos Humanos de 1948, Plan de Viena de 1982, Deberes del Hombre de 1948, la Asamblea Mundial de Madrid y los diversos tratados y convenios internacionales suscritos por Colombia.</p> |
| <p>Ley 1413 de 2010</p> | <p>Art 1. Objeto y Alcance de la ley. La presente ley tiene por objeto incluir la economía del cuidado conformada por el trabajo de hogar no remunerado en el Sistema de Cuentas Nacionales, con el objeto de medir la contribución de la mujer al desarrollo económico y social del país y como herramienta fundamental para la definición e implementación de políticas públicas.</p> |

Fuente: Elaboración propia teniendo en cuenta la normatividad consultada.

Tabla 3. Normatividad legal que fundamenta de la investigación a nivel municipal

| <p>Leyes, Normas y Decretos</p> | <p>Descripción</p> |
|--|--|
| <p>Acuerdo 254 de 2006</p> | <p>Art.1. Objeto. El presente acuerdo tiene por objeto establecer los lineamientos para la elaboración y construcción de una política pública integral, concertada y participativa, destinada al envejecimiento y a las personas mayores del Distrito Capital.</p> <p>Art.4. Principios. Los principios que orientarán la política pública del</p> |

envejecimiento y las personas mayores en el Distrito Capital, serán los siguientes:

a. Participación Activa. Especialmente tendrá lugar en la formulación y aplicación de las políticas que afecten directamente su bienestar, y faciliten el compartir sus conocimientos y habilidades con las generaciones más jóvenes.

b. Inclusión Social. Por medio de la construcción, adecuación, sostenibilidad y fomento de espacios colectivos, en los cuales las personas mayores formen parte activa del proceso de transformación social.

c. Reconocimiento. Se asegurará la igualdad de oportunidades para todos los grupos, teniendo presente la diversidad cultural, étnica, y de valores.

d. Equidad. Se asegura entre los géneros, a fin de responder a la desventaja acumulada por las actuales generaciones de las mujeres de edad, e impedir que esta situación se repita en las generaciones más jóvenes.

e. Relaciones Intergeneracionales. Se fortalecerá mediante la equidad y la reciprocidad entre las generaciones. Es necesario promover procesos de concientización sobre el envejecimiento como una cuestión que involucra a toda la sociedad.

f. Autorrealización. La cual se hará aprovechando oportunidades que desarrollen plenamente su potencial, mediante el acceso a los recursos educativos, culturales, y recreativos de la sociedad, entre otros.

g. Dignidad. Las personas mayores no serán víctimas de maltrato físico, psicológico, financiero, ni societario. Recibirán un trato digno, sin importar su edad, género, raza, condición física o económica.

Decreto 345 de 2010

Art.1. Objeto. Adóptase la Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez en el Distrito Capital, 2010 - 2025, en el marco de una Ciudad de Derechos que reconozca, restablezca y garantice los derechos individuales y colectivos de las personas mayores, contenida en el documento Anexo que hace parte integral del presente Decreto.

Art.5. Objetivo General. Garantizar la promoción, protección, restablecimiento y ejercicio pleno de los derechos humanos de las personas mayores sin distinción alguno, que permita el desarrollo humano, social, económico, político, cultural y recreativo, promoviendo el envejecimiento activo para que las personas mayores de hoy y del futuro en el Distrito Capital vivan una vejez con dignidad, a partir de la

| | |
|--|--|
| | responsabilidad que le compete al Estado en su conjunto y de acuerdo con los lineamientos distritales, nacionales e internacionales. |
|--|--|

Fuente: Elaboración propia teniendo en cuenta la normatividad consultada.

1.6.2 Aproximación teórica conceptual

1.6.2.1 Vejez y envejecimiento

Las definiciones de la vejez dependen del contexto y del grupo poblacional en el que se inscriban; pues en los países ‘en desarrollo’ la vejez comienza a los sesenta años, mientras que en los países ‘desarrollados’, la edad es de sesenta y cinco años, esto se debe a que las condiciones, estilos de vida y esperanza promedio de vida al nacer, varía entre unas sociedades y otras (Ruiz, 2015). De esta manera, la Organización de los Estados Americanos en la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, explica, que la persona mayor es “aquella de 60 años o más, salvo que la ley interna determine una edad base menor o mayor, siempre y cuando no sea superior a los 65 años” (2015, pr 27), este concepto también incluye el de persona adulta mayor.

Ruiz (2015), afirma que no se puede entender la vejez, a menos que se comprenda como parte del transcurso total de la vida, donde fluyen distintas relaciones de condiciones físicas, sociales, políticas, económicas, históricas y culturales, que se dan desde el nacimiento hasta la muerte. Así la vejez no se puede concebir fuera de las experiencias de vida. De hecho, más que el pasar de los años, son las condiciones en que se vive, tales como la situación social y económica, la educación formal, la trayectoria ocupacional, la vida familiar y social en general, las que contribuyen a la construcción del vivir-envejecer y por supuesto, de la vejez de cada persona. En otras palabras, “la vejez es, en gran medida, el resultado de todo el transcurrir anterior de la vida” (Ruiz, 2015, p.3).

Ahora, respecto al envejecimiento, en Colombia, según el Decreto No 345 del 2010 por el cual se adopta la Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez en el Distrito Capital, este se entiende como:

El conjunto de transformaciones y/o cambios que aparecen en el individuo a lo largo de la vida; como la consecuencia de la acción del tiempo sobre los seres vivos; los cambios bioquímicos, fisiológicos, morfológicos, sociales, psicológicos y funcionales. A su vez, la vejez se concibe como el envejecimiento individual determinado por las condiciones sociales, económicas, ambientales, nutricionales y culturales en las que viven los seres humanos, condición que se reconoce legalmente a partir de los 60 años para hombres y mujeres (Alcaldía Mayor de Bogotá D.C, 2010, p.3).

Es así que el transcurso de la vida implica un proceso de envejecimiento permanente, en donde hay posibilidades y limitaciones, incluyendo la finitud de la vida misma. En este sentido, tanto el envejecimiento, como la condición de la vejez, no podrían comprenderse sin inscribir estos en la totalidad de la existencia (Ruiz, 2017).

Adicional a esto, se suele confundir el proceso de envejecimiento con la vejez, con la condición de ser una persona vieja, y además se tiende a generalizar a las personas en la vejez, como si estas se parecieran mucho entre sí. No obstante, la población más heterogénea es la que más tiempo ha vivido, no se trata entonces de características meramente biológicas o cronológicas, sino de las biografías y experiencias de vida. A esto se le suma las diferencias de género entre hombres y mujeres que viven, envejecen y llegan a la vejez de formas muy diferentes, principalmente por razones socioculturales que han moldeado la mayor parte de la existencia (Ruiz, 2017).

El envejecimiento entonces, desde un enfoque de ciclo de vida, se entiende como un proceso que inicia al nacer y termina al morir, en donde a través de todo el trayecto de la vida se da un crecimiento y desarrollo de las distintas dimensiones del ser humano, como lo son la

biológica, ecológica, social, psicológica y espiritual. Mientras que la vejez, es un evento vital en el que se debería potencializar la integralidad de las personas mayores, minimizando los riesgos y promoviendo la independencia a fin de mejorar la calidad de vida del grupo poblacional (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013).

Ahora, refiriéndose al envejecimiento poblacional, Bazo (2011), explica que este es el resultado de un descenso en la mortalidad lo que a su vez implica un aumento en la esperanza de vida y una disminución en la natalidad, esto varía según cada país y contexto. En el caso de Colombia, desde principios del siglo XX se han presentado cambios demográficos y socioeconómicos, esto gracias a la urbanización e industrialización de los años 30. De igual forma el aumento de acceso a la educación, incluyendo a las mujeres y su incorporación en el mercado laboral, el uso de métodos anticonceptivos, los avances científicos y tecnológicos, la reducción de la mortalidad de niños y niñas, ha contribuido al mejoramiento de la calidad de vida y a la transformación de las estructuras familiares, que a su vez favorecen el envejecimiento poblacional del país. Así, para el año 1985, la población de personas mayores en Colombia era de 2.143.109, para el 2010 de 4.473.447, para el 2013 fueron 4.962.491, es decir, el 10.53% de la población total, lo anterior representó un crecimiento promedio de 3.18% anual, con una proyección del 3.76% para el el año 2020 (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013).

1.6.2.2 Envejecimiento activo

La doctora Zamarron (2013), explica que si bien tradicionalmente las teorías psicosociales de la vejez se han orientado en una perspectiva de desvinculación donde las personas mayores deben retirarse de la vida activa y prepararse para la muerte, con el paso de los años se ha ido transformando las nociones negativas sobre el envejecimiento por un nuevo paradigma denominado de distintas maneras por varios autores que Zamarron referencia así: buen envejecer (Fries, 1989), con éxito (Rowe y Khan, 1997; Baltes y Baltes,1990), o

competente (Fernández-Ballesteros, 1996). Cabe resaltar la evolución de conceptos a partir de las definiciones de la OMS, que para 1990 hacía referencia al envejecimiento saludable, el cual estaba centrado en la salud, hasta un modelo más integral propuesto por la misma OMS en el año 2002, que fue el de envejecimiento activo, el cual se entiende como “the process of optimizing opportunities for health, participation and security in order to enhance quality of life as people age” [el proceso de optimizar las oportunidades de salud, participación y seguridad para mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen] (World Health Organization, 2002, p.12).

Zamarron (2013), explica que este proceso se da desde el nacimiento, pero no es algo que solo está determinado por la edad, sino más bien por los recursos existentes y la maximización de los mismos en las diferentes etapas de la vida de una persona.

Así, según la OMS (2002) el envejecimiento activo aplica tanto a los individuos como a los grupos de la población, este le permite a las personas desarrollar el potencial físico, social y mental a lo largo de toda la vida y participar en la sociedad respondiendo a sus necesidades, deseos y posibilidades; de la misma manera, proporciona protección, cuidados y seguridad en los momentos que se necesitan.

Entonces el objetivo del envejecimiento activo es

Extender la productividad, independencia y calidad de vida a edades avanzadas.

Además de seguir siendo activo físicamente, es importante permanecer activo social y mentalmente, participando en actividades recreativas, de voluntariado o remuneradas, culturales, sociales, y educativas. Ofreciéndoles al mismo tiempo una adecuada protección, seguridad y atención médica cuando lo necesitan (Zamarron, 2013, p. 453).

En este sentido, según World Health Organization, el enfoque del envejecimiento activo

Is based on the recognition of the human rights of older people and the United Nations Principles of independence, participation, dignity, care and self-fulfillment. It shifts strategic planning away from a “needs-based” approach (which assumes that older people are passive targets) to a “rights- based” approach that recognizes the rights of people to equality of opportunity and treatment in all aspects of life as they grow older. [Se basa en el reconocimiento de los derechos de las personas mayores y los Principios de las Naciones Unidas de independencia, participación, dignidad, cuidado y autorrealización. Cambia la planificación estratégica de un enfoque “basado en las necesidades” (que supone que las personas mayores son objetos pasivos), a un enfoque “basado en los derechos” que reconoce el derecho de las personas a la igualdad de oportunidades y trato en todos los aspectos de la vida en la medida en que se hace mayor] (p.13, 2002).

A continuación se presentan los determinantes del envejecimiento activo presentados por el Programa de Envejecimiento y Ciclo Vital de la OMS en el año 2002:

- *Determinantes transversales: cultura y género.*

La cultura que atraviesa a las personas, determina la forma en la que envejecen porque influye sobre los demás determinantes, ya que son los valores y las tradiciones las que dictan la forma en la que la sociedad concibe el proceso de envejecimiento y a las personas mayores. Del mismo modo, se encuentra lo relacionado al sexo o género, ya que este es un ‘lente’ de como afecta el bienestar tanto a hombres como a mujeres; pues en muchas sociedades, las muchachas y las mujeres tienen una situación social de inferioridad y un menor acceso a los alimentos nutritivos, a la educación, a un trabajo gratificante y a los servicios sanitarios. El papel tradicional de las mujeres como cuidadoras de la familia también puede contribuir al aumento de la pobreza y a la mala salud en la ancianidad.

Algunas mujeres se ven forzadas a renunciar a un empleo remunerado para hacerse responsables del papel de cuidadoras.

Otras nunca tienen acceso a un empleo remunerado porque durante toda la jornada desempeñan tareas como cuidadoras sin remuneración, ocupándose de los niños, los padres ancianos, los esposos que están enfermos y los nietos. Al mismo tiempo, los muchachos y los hombres son más propensos a padecer lesiones debilitantes o a morir a causa de la violencia, los riesgos laborales y el suicidio. También se involucran en conductas de mayor riesgo, como fumar, consumir alcohol y drogas y exponerse innecesariamente al riesgo de herirse (OMS, 2002, p.102)

- *Determinantes relacionados con los sistemas sociales y sanitarios*

Para promover el envejecimiento activo es necesario que los sistemas sanitarios estén orientados a la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, ofrezcan acceso equitativo y una atención duradera y de calidad. En los servicios de sanidad no puede existir discriminación por edad, y todas las personas deben ser tratadas con respeto y dignidad.

- *Determinantes conductuales*

La adopción de estilos de vida saludable y las prácticas de autocuidado son fundamentales en todo el transcurso de la vida. Es precisamente uno de los mitos sobre la vejez, el que las personas en una edad avanzada ya no pueden adoptar un estilo de vida saludable, por el contrario, es necesario asumir responsabilidad sobre hábitos como el tabaquismo, actividad física, alimentación sana, consumo de alcohol, medicamentos y cumplimiento terapéutico.

- *Determinantes relacionados con los factores personales*

Están relacionados con la biología, genética y aspectos psicológicos propios de las personas en el trayecto de la vida.

- *Determinantes relacionados con el entorno social*

El apoyo social, las oportunidades para la educación y el aprendizaje continuo durante toda la vida, la paz y la protección frente a la violencia y el abuso, son factores fundamentales del entorno social que mejoran la salud, la participación y la seguridad a medida que las personas envejecen. La soledad, el aislamiento social, el analfabetismo y la falta de educación, el abuso contra las personas de edad avanzada y la exposición a situaciones de conflicto aumentan enormemente los riesgos de discapacidad y muerte prematura en las personas mayores (OMS, 2002, p.107)

La ruptura de vínculos afectivos importantes, la soledad y las interacciones conflictivas generan estrés, por el contrario, mantener relaciones íntimas saludables son fuentes de mayor estabilidad emocional (Gironda y Lubben citados en OMS, 2002).

Con respecto a la violencia y el abuso, se presenta con mayor frecuencia al interior de las familias de cualquier nivel económico, estos se caracterizan por ser actos únicos o repetidos, o la falta de medidas adecuadas que se producen en una relación con expectativa de confianza que produce daño o angustia a la persona mayor (Asociación sobre el Abuso contra las Personas de Edad, 1995, citada en OMS, 2002). El abuso contra las personas mayores incluye el abuso físico, sexual, psicológico y económico, al igual que la desatención, vulneración de derechos y privación de autonomía.

En cuanto a la educación y alfabetización, los bajos niveles de estas, representan mayores riesgos, así como alto desempleo, por ello la educación desde etapas tempranas de la vida y su continuidad ayudan a que las personas desarrollen aptitudes y la confianza necesaria para adaptarse al entorno social y mantenerse dependientes a medida que envejecen.

- *Determinantes relacionados con el entorno físico*

Relacionados con la seguridad del entorno físico y la vivienda, caídas, agua y aire limpio y alimentos.

- *Determinantes económicos*

Las más vulnerables son las personas mayores que no tienen bienes, cuentan con ahorros escasos o inexistentes, carecen de pensiones o subsidios de la seguridad social o forman parte de familias con ingresos bajos o no garantizados. En especial, los que no tienen hijos ni familiares se enfrentan a menudo con un futuro incierto y tienen un riesgo elevado de quedarse sin hogar y conocer la indigencia (OMS. 2002, p.109).

Especialmente, en los países en desarrollo, las personas mayores tienden a depender más del apoyo familiar, de servicios de asistencia informal o de los ahorros personales. Por el contrario, en los países desarrollados, la protección social está orientada a sus pensiones, programas de ahorro, ahorros obligatorios, programas de personas con discapacidad o enfermedades, entre otros.

En cuanto al trabajo, si en todo el mundo un mayor número de personas disfrutaran de la oportunidad de tener un trabajo digno (apropiadamente remunerado, en entornos adecuados, protegido contra los riesgos) desde la juventud, se llegaría a la vejez siendo capaz de seguir participando en la fuerza laboral. En consecuencia, toda la sociedad saldría beneficiada. En todo el mundo cada vez es mayor el reconocimiento de la necesidad de apoyar la contribución activa y productiva que las personas mayores puedan aportar y de hecho aportan tanto en el trabajo formal como informal, en la realización de actividades domésticas sin remunerar y en empleos voluntarios (OMS, 2002, p,109).

1.6.2.3 Solidaridad intergeneracional

En primer lugar es importante definir las relaciones intergeneracionales, esto a través de los autores Alicia Beltran y Adalver Rivas (2013) que lo desarrollan desde la *intergeneracionalidad*, entendiéndose como un:

Encuentro e intercambio entre personas y grupos de diferentes generaciones, constituye el objeto de teorías, investigaciones y prácticas orientadas a fundamentar e impulsar espacios para la colaboración entre las generaciones que converjan en solidaridad, a través de encuentros, que pueden o no, enmarcarse en individuos con lazos familiares y comunitarios (Beltran y Rivas, 2013, p.13).

Dichas relaciones al interior de la familia, hacen referencia a los vínculos entre padres e hijos y a la forma en la que estos se manifiestan en los diferentes momentos del ciclo familiar (Roussel, 1995 citado en López y Findiling, 2018), esto es la reciprocidad que se construye en el transcurso de los ciclos vitales (Martins, 2006; Lacerda, Pinheiro y Guizardi, 2006 citados en López y Findiling, 2018).

Sobre lo anterior según Bazo (2012), con el paso del tiempo las familias han sufrido varios cambios en cuanto a su estructura, tamaño, costumbres, ideas, valores y comportamientos; dicha estructura se ha “verticalizado”, ya que la esperanza de vida ha aumentado y la tasa de natalidad va en descenso. En menor medida, se encuentran cambios en los roles de género, pues las mujeres se han incorporado más en el mercado laboral y los hombres progresivamente empiezan a asumir labores de cuidado. En este punto, “las relaciones intergeneracionales constituyen uno de los elementos más importantes para la calidad de vida familiar, así como para la satisfacción vital y el bienestar psicológico de las personas” (Silverstein y Bengston, 1991, citados en Bazo, 2012, p. 130). La autora refiere a Barenys y Bazo (1996) para explicar que si bien, la generación de hijos e hijas ha aumentado

la dedicación al cuidado de sus progenitores porque ahora dicha población vive más, las personas mayores también contribuyen de manera considerable al bienestar de la familia y de la sociedad, deseando autonomía sobre sus vidas y ejercer influencia social.

Ahora, es importante retomar la solidaridad intergeneracional pues en palabras Walker (2006) esta

Es un factor importante en un enfoque moderno del envejecimiento activo. Este factor significa tanto equidad entre las generaciones como la oportunidad de desarrollar actividades que abarquen a las distintas generaciones. El envejecimiento activo es intergeneracional: se refiere al futuro de todos y no solo al de las personas mayores. Todos somos parte interesada en esta tarea porque todo el mundo quiere vivir una vida larga y saludable (Walker, 2006, citado en Sanchez, 2009, p, 297).

Así pues, Walker concluye que “la intergeneracionalidad, por la que hay que apostar en el marco del envejecimiento activo es, en realidad, solidaridad intergeneracional bajo dos formas: (i) equidad intergeneracional y (ii) actividades intergeneracionales” (Walker, 2006, citado en Sanchez, 2009).

Adicionalmente, es importante recalcar que la solidaridad intergeneracional se construye con base a sentimientos y obligaciones, a derechos y deberes, a coacciones formales e informales que se concretan en el intercambio recíproco de servicios, bienes y conflictos (Gomila, 2011) y “está muy ligado a los recursos simbólicos presentes en los procesos de ayuda mutua” (López y Findiling, 2018, p.11)

Por su parte, la teoría del intercambio y el modelo de solidaridad familiar intergeneracional, son propuestas de McChesney y Bengtson (1988), citados en Bazo (2012), quienes explican que la relación entre padre e hijos son la principal fuente de apoyo instrumental y emocional, evidenciando que existe un intercambio de apoyos bidireccionales; así, la solidaridad intergeneracional se comprende como un fenómeno multidimensional con

los siguientes componentes: solidaridad estructural; es decir, la distancia geográfica entre generaciones; solidaridad funcional, hace referencia a la intensidad y tipo de apoyo que se brinda; solidaridad asociativa, frecuencia de los contactos; solidaridad afectiva, se relaciona con la intensidad de los sentimientos mutuos; solidaridad consensual, expresa el grado de acuerdos, valores y creencias; finalmente se encuentra la solidaridad normativa o de valores, que se traduce a las obligaciones familiares.

1.6.2.4 Economía del cuidado: las labores de cuidado no remuneradas en el hogar.

El concepto de economía de cuidado, hace referencia a

Todas las actividades y prácticas necesarias para la supervivencia cotidiana de las personas en la sociedad en que viven. Incluye el autocuidado, el cuidado directo de otras personas (la actividad interpersonal de cuidado), la provisión de las precondiciones en que se realiza el cuidado (la limpieza de la casa, la compra y preparación de alimentos) y la gestión del cuidado (coordinación de horarios, traslados a centros educativos y a otras instituciones, supervisión del trabajo de cuidadoras remuneradas, entre otros). El cuidado permite atender las necesidades de las personas dependientes, por su edad o por sus condiciones/capacidades (niños y niñas, personas mayores, enfermas o con algunas discapacidades) y también de las que podrían autoproverseer dicho cuidado (Rodríguez, 2015, p.36).

Ahora, el trabajo doméstico y de cuidado no remunerado es definido por Valeria Esquivel (2013) como una actividad que tiene costos en lo que respecta al tiempo y energía, para ella este es doméstico “porque se realiza en la esfera de los hogares, o de la comunidad, pero fuera del espacio mercantil” (p.6). El cuidado entonces consiste en una serie de actividades que son útiles para el bienestar de las personas y que no suelen ser remuneradas porque nacen de obligaciones sociales o contractuales, por ejemplo el matrimonio; asimismo propone unos elementos relativos que lo componen como: la limpieza, cocina, lavado y

planchado de ropa, y cuidado de otras personas, entre otros. En este sentido, según Corina Rodríguez (2015), el trabajo de cuidado, específicamente el no remunerado que se realiza al interior de los hogares, cumple una función fundamental en las economías capitalistas, esta es la de la reproducción de la fuerza de trabajo, pues “sin este trabajo cotidiano que permite que el capital disponga todos los días de trabajadores y trabajadoras en condiciones de emplearse, el sistema simplemente no podría reproducirse” (Rodríguez, 2015, p.36).

Desde otra perspectiva la Dra. Karina Batthyany (2020) sustenta que el cuidado es un concepto difícil de delimitar porque ha sido sujeto de transformaciones históricas a lo largo del tiempo, no obstante se encuentran cuatro miradas que la autora define como *analíticas al cuidado*: la primera es la *economía del cuidado* que se centra en destacar el aporte las labores de cuidado no remuneradas y remuneradas al sistema económico, sin embargo, esta mirada tiene como principal objetivo resaltar el aporte de las mujeres y las desigualdades de género que existen a nivel económico; la segunda es el *Cuidado como componente del bienestar* este nace en la sociología y politología, el concepto tiene raíces feministas y lo que promulga es el cuidado como un derecho que no solo debe estar presente en lo familiar, sino que el Estado también debe ser un agente responsable de este; la tercera mirada es el *derecho al cuidado* lo que mantiene relación con el anterior, pero a partir de este se empieza a hablar de que es un derecho que no debe depender del sistema familiar, el mercado o el nivel socioeconómico, además se debe tener derecho a elegir si se hace o no labores de cuidado no remuneradas y en caso de ejercerlas hay que contar con bienestar social. Por último, se encuentra la *perspectiva de la ética del cuidado*, esta teoría surge con la autora Gilligan e inicialmente habla del cuidado como algo intrínseco en las mujeres y la feminidad; no obstante existen autores como Tronto (2013) (citado en Batthyany 2020) que traslada esta perspectiva del cuidado a las relaciones humanas universales más allá de los géneros.

Desde el marco normativo en Colombia se trabaja con base a la economía del cuidado, la cual se establece con la Ley 1413 de 2010 y se relaciona con el mantenimiento de la vivienda, los cuidados a otras personas del hogar o la comunidad y el mantenimiento de la fuerza de trabajo remunerado. Dicha ley presenta en el Art.3 la siguiente categorización de Trabajo de Hogar y de Cuidado No Remunerado (TDCNR)

1. Organización, distribución y supervisión de tareas domésticas.
2. Preparación de Alimentos
3. Limpieza y mantenimiento de vivienda y enseres.
4. Limpieza y mantenimiento del vestido.
5. Cuidado, formación e instrucción de los niños (traslado al colegio y ayuda al desarrollo de tareas escolares).
6. El cuidado de ancianos y enfermos.
7. Realizar las compras, pagos o trámites relacionados con el hogar.
8. Reparaciones al interior del hogar.
9. Servicios a la comunidad y ayudas no pagadas a otros hogares de parientes, amigos y vecinos.

Ahora, es importante retomar la idea de organización social del cuidado, lo que hace referencia a la forma en que interrelacionadamente las familias, el Estado, el mercado y las organizaciones comunitarias producen y distribuyen el cuidado; así, la provisión del este se da de manera continua en el ejercicio de unas actividades y responsabilidades. Como parte de esto, se encuentran las redes de cuidado, las cuales están conformadas tanto por las personas que dan el cuidado como por las que lo reciben, también incluye los actores institucionales, los marcos normativos, la participación mercantil y la comunitaria (Rodríguez 2015).

Según Rodríguez (2015), dicha organización del cuidado presenta una distribución desigual de responsabilidades frente al cuidado, entre hogares, Estado, mercado y organizaciones comunitarias. De igual forma, se evidencia esa desigualdad entre hombres y mujeres, esto último, debido a la división sexual del trabajo y a la construcción social de la capacidad natural de las mujeres para cuidar, esto a partir de una diferencia biológica, donde solo las mujeres tienen la capacidad de parir y amamantar, sin embargo,

Lejos de ser una capacidad natural, se trata de una construcción social sustentada por las relaciones patriarcales de género, que se sostiene en valoraciones culturales reproducidas por diversos mecanismos como la educación, los contenidos de las publicidades y otras piezas de comunicación, la tradición, las prácticas domésticas cotidianas, las religiones, las instituciones (Rodríguez, 2015, p.42).

Finalmente, la organización social del cuidado, se enmarca en una experiencia socioeconómicamente estratificada, pues

Los hogares pertenecientes a diferentes estratos económicos cuentan con distintos grados de libertad para decidir la mejor manera de organizar el cuidado de las personas. Las mujeres que viven en hogares de ingresos medios o altos cuentan con la oportunidad de adquirir servicios de cuidado en el mercado (salas maternales o jardines de infantes privados) o de pagar por el trabajo de cuidado de otra mujer (una empleada de casas particulares). Esto alivia la presión sobre su propio tiempo de trabajo de cuidado no remunerado, liberándolo para otras actividades (de trabajo productivo en el mercado, de autocuidado, de educación o formación, de esparcimiento). Estas opciones se encuentran limitadas o directamente no existen para la enorme mayoría de mujeres que viven en hogares de estratos socioeconómicamente bajos. En estos casos, la presión sobre el tiempo de trabajo de las mujeres puede ser superlativa y las restricciones para realizar otras actividades (entre ellas, la

participación en la vida económica) son severas. De este modo, la organización social del cuidado resulta en sí misma un vector de reproducción y profundización de la desigualdad (Rodríguez, 2015, p.42).

Capítulo II

2. Diseño metodológico

2.1 Tipo de investigación y proceso

En el libro “*Más allá del dilema de los métodos*” de las autoras Elssy Bonilla y Penélope Rodríguez (2005), se plantea que la investigación cualitativa tiene como principal característica buscar comprender los fenómenos desde la perspectiva de los participantes; esto quiere decir que la investigación cualitativa profundiza en el punto de vista, interpretaciones y significados que los sujetos le dan a los fenómenos que los rodean.

Asimismo, las autoras proponen el siguiente proceso para el desarrollo de la investigación cualitativa:

- **Definición situación problema**
 - Exploración de la situación
 - Diseño
- **Trabajo de Campo**
 - Recolección de datos cualitativos
 - Organización de la información
 - Análisis
 - Identificación patrones culturales
 - Interpretación
 - Conceptualización inductiva

2.2 Paradigma interpretativo - comprensivo

El paradigma que se retoma para la presente investigación es el interpretativo-comprensivo, ya que como lo refiere Jorge Martínez (2011) este comprende que

Existen múltiples realidades construidas por los actores en su relación con la realidad social en la cual viven. Por eso, no existe una sola verdad, sino que surge como una configuración de los diversos significados que las personas le dan a las situaciones en las cuales se encuentra. La realidad social es así, una realidad construida con base en los marcos de referencia de los actores (p.10).

Lo anterior permite establecer que el paradigma mencionado aporta a la investigación elementos cualitativos desde la subjetividad de los sujetos, pues según el autor

La función final de las investigaciones fundadas en el paradigma interpretativo consiste en comprender la conducta de las personas estudiadas lo cual se logra cuando se interpretan los significados que ellas le dan a su propia conducta y a la conducta de los otros como también a los objetos que se encuentran en sus ámbitos de convivencia (Martínez, 2011, p.11).

2.3 Diseño de investigación

Específicamente, la presente investigación se sitúa en lo que se denomina, diseño fenomenológico, el cual tiene como propósito “explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias” (Hernández, Collado y Baptista, 2014, p.493).

Ahora, desde el Trabajo Social, es sumamente importante el aporte de la fenomenología para la comprensión de la realidad social, pues en palabras de Falla, Gómez y Rodríguez (2018), a partir de esta se supera el objetivismo tradicional al describir la realidad social no desde nociones preconcebidas de la misma sino al ir a las cosas mismas y

describirlas como son vistas y expresadas por quienes las viven, para su posterior interpretación desde el sentido que le dan los actores a la experiencia vivida. De allí que esta investigación vaya a la realidad del envejecimiento activo desde las experiencias de las personas mayores cuidadoras no remuneradas.

A continuación se presentan algunas premisas propuestas por Creswell (2013), Mertens (2010) y Álvarez-Gayou (2003), citados en Hernández, Collado y Baptista (2014) que se tuvieron en cuenta para el desarrollo de la presente investigación:

- Describir y entender los fenómenos desde la perspectiva de los participantes.
- Analizar los discursos y temas y encontrar los posibles significados.
- El investigador confía en la intuición e imaginación para aprender las experiencias de los participantes.
- El investigador sitúa en contexto las experiencias de los participantes en cuanto a la temporalidad, espacio, corporalidad y relaciones.

2.4 Alcance de la investigación

El alcance de la presente investigación corresponde al exploratorio, debido a la escasa bibliografía encontrada sobre el envejecimiento activo de las personas mayores que ejercen las labores de cuidado no remuneradas. Así, Hernández, Collado y Baptista señalan lo siguiente

Los estudios exploratorios se realizan cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes. Es decir, cuando la revisión de la literatura reveló que tan sólo hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio, o bien, si deseamos indagar sobre temas y áreas desde nuevas perspectivas (p.91, 2014)

2.5 Técnicas e instrumentos de recolección de información

Según Bonilla y Rodríguez (2005), referenciando a Gaskell (2000), la entrevista cualitativa es un diálogo de ideas, significados y sentimientos sobre el mundo y eventos del mismo, en dicha interacción se exploran diferentes realidades y perspectivas, de tal manera que el entrevistador pueda comprender la visión y actuar del entrevistado frente a la realidad. De la misma manera, Trindade (2016) afirma que el objetivo principal de la entrevista es “Acceder a la perspectiva de los sujetos; comprender sus percepciones y sus sentimientos; sus acciones y sus motivaciones. Apunta a conocer las creencias, las opiniones, los significados y las acciones que los sujetos y poblaciones le dan a sus propias experiencias” (p.19).

Ahora, es preciso hacer énfasis en el tipo de entrevista que se va a implementar en la presente investigación, la cual es la entrevista abierta o también conocida como entrevista a profundidad; este tipo de entrevista es una técnica de la investigación cualitativa que permite obtener información mediante el relato del otro. Además, según Hernandez, Collado y Baptista (2014) también reúne la observación, las preguntas que se hacen pueden ser sobre experiencias, opiniones, valores y creencias, emociones, sentimientos, hechos, historias de vida, percepciones, atribuciones, etcétera.

Con respecto a la guía de preguntas, Izcara. S y Andrade.K (2003) afirman que esta es una herramienta donde aparecen los tópicos o áreas generales que el investigador pretende indagar en la conversación, esta entrevista se caracteriza por no ser hermética, por lo tanto, en el momento efectuar la misma, el investigador decide cómo formular y en qué momento hacer las preguntas que respondan a los temas planteados (Taylor y Bodgan, 1998, citados en (Izcara y Andrade, 2003). En este sentido es evidente la diferencia entre una entrevista a profundidad a un cuestionario u otro tipo de entrevistas, pues estas contienen los temas y subtemas que deben cubrirse según los objetivos del estudio, sin llegar a formular preguntas

textuales u opciones de respuestas (Hernández Gonzalez, 1999, citado en Izcara y Andrade, 2003).

Finalmente Tomas Campoy Aranda y Elda Gomes Araújo (2009) mencionan la siguientes fases para hacer entrevistas a profundidad:

- **Inicio:**
 - Se le expone a los entrevistados sobre el uso que se va a hacer de la información que facilite.
 - Lo que se espera del entrevistado a lo largo de la entrevista.
- **Desarrollo:** Es la fase en que el entrevistador comienza a hacer preguntas de acuerdo con los objetivos de la investigación y se solicita al entrevistado que dé respuestas largas (esta segunda fase puede llevar entre 20 y 40 minutos).
- **Final y cierre:** En esta fase se recoge información de gran calidad cualitativa, pues las preguntas suelen ser más abiertas y abstractas para ofrecer al entrevistado la posibilidad de hablar de lo que considera más importante. La duración suele ser de 20 a 40 minutos.

En tal sentido en la tabla 4 se presenta el desarrollo de las categorías deductivas con sus respectivas subcategorías que dan lugar al instrumento de investigación del presente trabajo

2.6 Selección de los participantes

Según Bonilla y Rodriguez (2005) la muestra en lo cualitativo debe generar la mayor cantidad de información posible y relevante sobre el problema a investigar, de allí que en la presente investigación se decida retomar el muestreo intencional que se entiende como “una muestra inicial de informantes que posean un conocimiento general amplio sobre el tópico a indagar o informantes que hayan vivido la experiencia sobre la cual se quiere ahondar” (Bonilla & Rodríguez, 2005, p.138).

En congruencia con lo expuesto por las autoras y los objetivos del presente trabajo, esta investigación se desarrollará a partir de los siguientes criterios de selección:

Tabla 4. Criterios de selección de la muestra

| <i>Unidad de Análisis</i> | <i>Criterios de selección</i> |
|--|--|
| Personas mayores residentes de Bogotá. | <ul style="list-style-type: none"> -Hombres y/o mujeres de sesenta años o más. -Que residan en Bogotá. -Personas mayores que realicen labores de cuidado no remuneradas a favor de sus familias. -Personas mayores que deseen y decidan participar en la presente investigación. |

Nota. Elaboración propia.

Tabla 5. Cuadro de actores

| <i>Población</i> | <i>Descripción</i> |
|---|---|
| Personas mayores, residentes de Bogotá y que realizan labores de cuidado no remuneradas al interior de sus hogares. | Los participantes de la investigación serán 9 personas mayores, que según la información revisada en el caso de Colombia corresponde a sujetos de sesenta (60) años o más. Los y las participantes deberán ejercer labores de cuidado no remuneradas a favor de sus familias. |

Nota. Elaboración propia.

Capítulo III

3. Trabajo de campo

3.1 Preparación del trabajo de campo

Si bien la investigación cualitativa es flexible, no quiere decir que sea improvisada, por ello es tan importante realizar una planificación adecuada de las salidas al campo que incluya objetivos, etapas y actividades claras que permitan un eficiente uso de los recursos y a su vez la recolección de información apropiada para la investigación (Bonilla & Rodríguez, 2005).

3.2 Recolección de datos cualitativos

“La calidad, la validez y la pertinencia de los resultados en una investigación dependen del proceso de recolección de información” (Bonilla & Rodríguez, 2005, p.147). Adicionalmente, este punto de la investigación es muy importante ya que los participantes se convierten en los verdaderos protagonistas del proceso, allí las personas le permiten a los investigadores escuchar sus voces que expresan conocimientos, reflexiones, sentires, actitudes, historias, prácticas, frustraciones, vulnerabilidades, condiciones de vida, sueños, fortalezas, potencialidades y demás (Bonilla & Rodríguez, 2005).

Para responder a lo anterior, la presente investigación dio lugar a la aplicación de entrevistas a profundidad a 9 personas mayores que se dedican a ejercer labores de cuidado no remuneradas a favor de sus familias, para ello se hizo uso de la guía de temáticas para la entrevista.

3.3 Organización de la información

Esta etapa de la investigación se inicia a la par de la recolección de información, en este momento se documenta, archiva, chequea y ‘limpia’ el dato desde el momento en el que es registrado y se hace de manera continua y sistemática en el transcurso del estudio (Bonilla & Rodríguez, 2005).

3.3.1 Categorización

La presente investigación se realizará a través de las categorías deductivas e inductivas, pues según Bonilla y Rodríguez (2005), las primeras se derivan de las variables que reflejan directamente la teoría y el problema de estudio y las segundas “categorías “emergen” totalmente de los datos con base en el examen de los patrones y las recurrencias presentes en ellos” (p.254) que tienen como fin reflejar “el marco de referencia cultural del grupo estudiado y constituye el fundamento de la investigación” (p.254).

En tal sentido en la tabla 6 se presenta el desarrollo de las categorías deductivas con sus respectivas subcategorías deductivas

Tabla 6. Matriz de categorías deductivas

| Categoría deductiva | Subcategoría deductiva | Concepto | Preguntas orientadora |
|--|--|---|--|
| Economía del cuidado: las labores de cuidado no remuneradas en el hogar. | Tipos de labores de cuidado no remuneradas | La economía del cuidado hace referencia a “todas las actividades y prácticas necesarias para la supervivencia cotidiana de las personas en la sociedad en que viven” (Rodríguez, 2015, p.36). Según el artículo 13 de la Ley 1413 de 2010, estas se clasifican así: - Organización, distribución y supervisión de tareas | ¿Qué actividades de cuidado no remunerado realiza usted? ¿Para usted qué significan esas labores que realiza? |

| | | | |
|---|---|--|--|
| | | <p>domésticas.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Preparación de Alimentos. - Limpieza y mantenimiento de vivienda y enseres. -Limpieza y mantenimiento del vestido. -Cuidado, formación e instrucción de los niños (traslado al colegio y ayuda al desarrollo de tareas escolares). - El cuidado de ancianos y enfermos. -Realizar las compras, pagos o trámites relacionados con el hogar. -Reparaciones al interior del hogar. -Servicios a la comunidad y ayudas no pagadas a otros hogares de parientes, amigos y vecinos (p.1). | |
| Determinantes del envejecimiento activo | Determinantes transversales: cultura y género. | <p>La cultura determina la forma en se que envejece e influye sobre los demás determinantes, ya que son los valores y las tradiciones los que dictan la forma en la que la sociedad concibe el proceso de envejecimiento y a las personas mayores.</p> <p>Del mismo modo, se encuentra lo relacionado al sexo o genero, puesto que el papel tradicional de las mujeres como cuidadoras de la familia también puede contribuir al aumento de la pobreza y a la mala salud en la ancianidad (OMS, 2002, p.102).</p> | ¿En su familia los hombres y las mujeres asumen por igual la responsabilidad del cuidado? |
| | Determinantes relacionados con el entorno social. | <p>El apoyo social, las oportunidades para la educación y el aprendizaje continuo durante toda la vida, la paz y la protección frente a la violencia y el abuso, son factores fundamentales del entorno social que mejoran la salud, la participación y la seguridad a medida que las personas</p> | ¿Considera que a lo largo de su vida tuvo las oportunidades suficientes para su desarrollo personal? |

| | | | |
|-------------------------------|--|---|---|
| | | envejecen (OMS, 2002). | |
| Determinantes económicos | | Las más vulnerables son las personas mayores que no tienen bienes, cuentan con ahorros escasos o inexistentes, carecen de pensiones o subsidios de la seguridad social o forman parte de familias con ingresos bajos o no garantizados. En especial, los que no tienen hijos ni familiares se enfrentan a menudo con un futuro incierto y tienen un riesgo elevado de quedarse sin hogar (OMS. 2002, p.109). | ¿En su vida cómo ha obtenido los recursos económicos? |
| Determinantes conductuales | | La adopción de estilos de vida saludable y las prácticas de autocuidado son fundamentales en todo el transcurso de la vida. Es precisamente uno de los mitos sobre la vejez, el que las personas en una edad avanzada ya no pueden adoptar un estilo de vida saludable, por el contrario, es necesario asumir responsabilidad sobre hábitos como el tabaquismo, actividad física, alimentación sana, consumo de alcohol, medicamentos y cumplimiento terapéutico (OMS, 2002). | ¿Qué actividades o hábitos saludables mantiene para su autocuidado? |
| Solidaridad intergeneracional | | “Las relaciones intergeneracionales constituyen uno de los elementos más importantes para la calidad de vida familiar, así como para la satisfacción vital y el bienestar psicológico de las personas” (Silverstein y Bengston, 1991, citados en Bazo, 2012, p. 130) | ¿Qué significa su familia para usted? |

Nota. Elaboración propia con base en los planteamientos de Bonilla & Rodríguez

(2005).

A partir de la identificación de las categorías deductivas, la recolección de información a través de las entrevistas a profundidad, transcripción y organización de la información obtenida surgieron las siguientes categorías emergentes:

Tabla 7. Matriz de categorización de la información

| Categoría deductiva | Subcategoría deductiva | Fragmento | Categoría inductiva | Subcategoría inductiva |
|--|---|---|--|------------------------|
| Economía del cuidado: las labores de cuidado no remuneradas en el hogar. | Tipos de labores de cuidado no remuneradas Significado de las labores de cuidado no remuneradas para las personas mayores que lo ejercen | <p>-“Pues para nosotras las personas ya mayores se vuelve ya como una rutina”</p> <p>-“ Yo he dicho toda la vida que uno es un animal de costumbres al son que le pongan uno baila y se adapta entonces al comienzo a uno le da duro pero uno se va acostumbrando”</p> <p>- “Me siento bien, siento que puedo seguirles brindando lo que les he dado, pues antes era más joven (risas) pero todavía puedo, me siento satisfecha con que lo puedo hacer, a veces cuando no lo puedo hacer me siento pues ahí mmm” (hace gestos de desánimo, aburrimiento)</p> <p>-“No hago nada (risas), estoy descansando...y lo normal de la casa... Pues por ejemplo por ahí a lavar la loza y a tender la cama, no más”.</p> <p>-“Yo hasta ahora que deje de trabajar, hace dos años comenzando la pandemia y de ahí para acá es que he colaborado en algo porque tampoco tengo nada más que hacer”</p> <p>-“...Me siento contenta es algo que uno está haciendo y no se está quedando ahí quietito, uno se siente como inútil cuando no está haciendo nada”</p> | Ocupación del tiempo libre Costumbre, rutina Mantenerse activo | _____ |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Determinantes del envejecimiento activo | Determinantes transversales: cultura y género. | <p>-“Creo que es por igual la responsabilidad y eso es lo que yo les he inculcado a mis hijos...aquí nos toca por igual”</p> <p>-“Sí debería ser de esa forma, pero es que eso depende de la formación que a nosotros nos den, o sea las labores del hogar son muy importantes, y si deberían colaborar, pero eso depende de como a uno lo formen”</p> <p>-“Hoy en día tanto los hombres como mujeres deben colaborar, las mujeres ya no somos esclavas, estamos a la par.”</p> <p>-“Porque a mi lo único que me interesa es que estudien y se preparen y pues realmente le voy a ser sincero, realmente no me gustaría que mis hijas, sobre todo mis hijas que vayan a estar de esclavas de otra persona”</p> <p>-“ Entonces nosotros por ejemplo donde una tía el esposo me dijo vaya sírvame la comida que para eso usted es la sirvienta de la casa, entonces era la que tenía que ir a servir la comida”</p> | Experiencia del cuidado a partir del género | Percepción de igualdad en la distribución del cuidado Percepción del cuidado como esclavitud |
| | Determinantes relacionados con el entorno social. | -“ Hacer envueltos de pura mazorca como se hacen en Cundinamarca, yo salía y los vendía a buen precio y tenía mis contratadas” | Experiencias frente a oportunidades sociales y económicas | Trabajo informal Responsabilida |

| | | | |
|----------------------------|---|---|---|
| Determinantes económicos | <p>-“Seguí fue como independiente en ventas con perfumes, sabanas, joyería... vendo vasijas de taper fuera de eso, vendo perfumería”</p> <p>- “Sería que el gobierno nos brindara un apoyo”</p> <p>-“Pero por supuesto, es mas deberian pagarle mejor a las mujeres, en serio deberían tener esa opción pero yo creo que los gobiernos piensan que se van a quedar pobres</p> <p>-“No, porque cuando las cosas se hacen con amor y cariño no se debe de cobrar que más rico que la cobra nuestro señor cuando uno se vaya, y yo nunca le cobraría a mis seres queridos ni a nada lo que yo podía le ayudaba por lo menos a mi mamá”</p> <p>-“Pues no, del Estado no, los asunto familiares son directamente internos”</p> | Concepción frente a la remuneración del cuidado | <p>d del gobierno</p> <p>Responsabilidad de la familia</p> |
| Determinantes conductuales | <p>-“Tuve la oportunidad de irme para otro país y tener una gran oportunidad laboral ... pero me trajo de vuelta al país fue mi madre, porque en algún momento yo sentía que ella de alguna manera me manipulaba ... entonces eso a mi me hizo sentirme muy mal, sentía que mi madre estaba vulnerada pero entonces yo también me sentí vulnerada ...”</p> <p>-“...Me resbalé y por no dejar que el golpe me cayera en la cara puse la mano y yo dije se me fracturó... duré inmovilizada mes y medio ... por eso fue que conseguimos a la pelada por dos semanas y ya después me defendí yo con el yeso y todo”</p> | Insuficientes estrategias de autocuidado | <p>Cuidado como obligación</p> <p>Distanciamiento de redes de apoyo secundarias</p> |

| | | | | |
|--|-------------------------------|--|----------------------------------|--|
| | | <p>-“No, es que yo soy muy(silencio) como le digo... a mi no me gusta estar comentando mis problemas a nadie... yo me encierro en lo mío”</p> <p>-“Yo siempre he sido muy independiente en mis cosas y nunca me ha gustado buscar ayudas externas”</p> | | |
| | Solidaridad intergeneracional | <p>-“Pues ehheh diciendome las cosas, es importante decir las cosas y lo que te decía ... pues rico que haya ese estímulo, pero pienso que no me puedo quedar en eso, esperando que me lo digan porque si me pongo a esperar termina uno achantado”</p> <p>-“Pues mi hija de pronto lo está haciendo en la manera de mandar plata pero yo digo que la plata nunca va a compensar la presencia ... o el abrazo o la compañía de alguien ...”</p> <p>-“Que lo valoraran a uno realmente, que lo valoraran para mi es bueno usted colabora le voy a dar esto o le traje esto lo que uno necesita”</p> | Deseo de reciprocidad de cuidado | |

Nota. Elaboración propia con base en los planteamientos de Bonilla & Rodríguez

(2005).

Capitulo IV

4. Identificación de patrones culturales

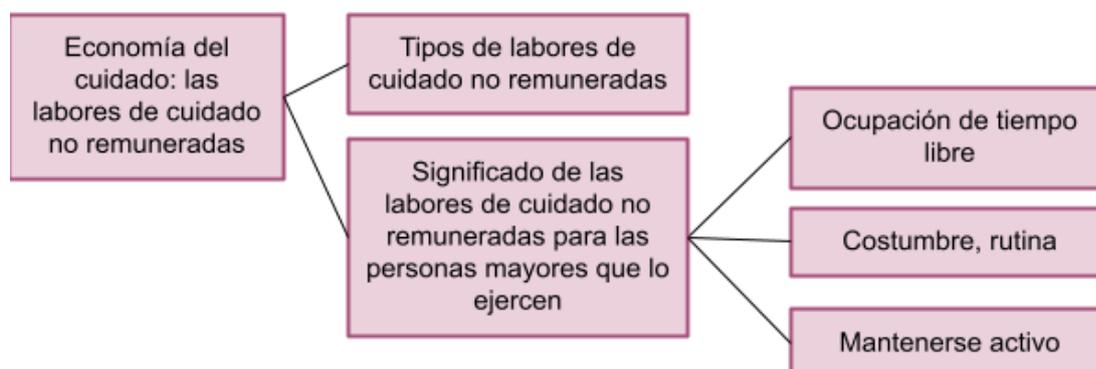
El presente apartado según Bonilla y Rodríguez (2005) tiene por objeto sintetizar los patrones sociales y culturales identificados en la investigación, en este caso con respecto a las

personas mayores que ejercen labores de cuidado no remuneradas al interior de sus hogares en relación al envejecimiento activo. Sin embargo, no se pretende generalizar dichos patrones, pues los y las participantes tienen en común elementos temporales, espaciales, vivenciales y de construcción de significados que hacen que sus contextos sean comparables.

4.1 Análisis descriptivo e interpretación de los datos cualitativos y conceptualización inductiva

A continuación se muestran las taxonomías que sintetizan, organizan y categorizan la información recolectada, con el respectivo análisis e interpretación de las categorías deductivas con relación a las voces de las y los participantes, y junto a estas también se presenta el análisis inductivo que según Keller (1997) citado en Bonilla y Rodríguez (2005) hace referencia la descripción de un fenómeno a partir de una categoría o regla que ya existe, es decir, “aunque la categoría emerja de los datos y no de una teoría, dicha categoría es de algún modo familiar al investigador, no contradice la visión de la realidad que conoce o la que está estudiando” (p.254).

4.1.1 Taxonomía 1. Economía de cuidado: las labores de cuidado no remunerado.



Nota. Elaboración propia.

4.1.1.1 Analisis deductivo

El trabajo de cuidado no remunerado comprende todas las actividades necesarias para el bienestar y supervivencia de las personas, entre estas actividades se encuentran las relacionadas con el mantenimiento del hogar, cuidado directo de otras personas y la gestión del cuidado (Rodríguez, 2015), dentro de las narraciones de las personas entrevistadas podemos encontrar algunas estas labores de cuidado no remunerado a las que se dedican

“Pues arreglar cocina, organizar el baño, todo eso del aseo, que trapear, estar limpiando así el piso pues porque le toca a uno estar lo más organizadito posible, esas son mis labores” (Señora T, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“Todas las labores de la casa, son 3 pisos entonces hay que estar lavando, cocinando, cuidando las nietas. El trabajo es bastante y somos seis personas entonces uno para arriba, para abajo, que hay que organizar, lavar, recoger, estar pendiente de los alimentos, del aseo de la casa y de las niñas, también peinarlas”(Señora C, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

Ahora, como lo explica la ONU Mujeres (2012) citada en Moreno (2018) la organización social del cuidado hace referencia a la manera en que las sociedades distribuyen la provisión del bienestar para los ciudadanos y ciudadanas, los tres principales responsables son el Estado, mercado y las familias, en este último, principalmente las mujeres, y cuando alguno de estos no asume su responsabilidad los otros entran a sustituirlo ya que estas actividades son esenciales para el mantenimiento de la vida humana. Con relación a esto, se puede identificar que las mujeres mayores son quienes dedican más tiempo y esfuerzo al ejercicio de esta labor en comparación a los demás miembros de la familia que solo brindan un apoyo eventual, en especial los hombres quienes lo hacen sobre todo en beneficio propio.

“No me gustan mucho pero por ahí ayudar a tender la ropa, porque es que no me gusta, es que mi formación fue esa, no hacer absolutamente nada de hogar” (Señor I, Comunicación personal, 6 de Septiembre de 2022).

“Pero ya ellos entre Carlos y Lorena hacen el aseo, eeeh cogen un día al mes y se organizan y ya hacen el aseo a profundidad. Pero pues yo así igual intento tener lo más organizadito que pueda, porque no puedo tampoco por mis caderas” (Señora T, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“Los fines de semana por ejemplo mi hija menor entre las dos hacemos el aseo entonces ella por ejemplo el día domingo no mami no haga almuerzo y vamos a

almorzar, y el día domingo que ya estamos los tres entonces todo lo hacemos entre los tres, entonces eso para uno es satisfactorio porque uno todo los días entre semana y el día domingo y el día sábado también sola, nooo” (Señora M, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

Adicionalmente el cuidado según Rodríguez (2007) se relaciona en la actualidad a la idea de trabajo no remunerado y a su vez “está asociada a la noción de reproducción social, entendida fundamentalmente como reproducción de la fuerza de trabajo. Desde este punto de vista, la economía del cuidado refiere al espacio donde la fuerza de trabajo es reproducida y mantenida.” (p, 230). Desde una lectura fenomenológica, se puede decir que desde la experiencia y sentir de los actores, si bien no consideran que las labores que hacen a favor de sus familias son un empleo, si lo reconocen como trabajo y de la misma manera el aporte que esto significa para la reproducción del bienestar y de la economía tanto del hogar e incluso de la sociedad

“Si vamos a ver la ama de casa trabaja más que incluso el mismo empleado de las empresas, nosotros por decir a veces nos levantamos a las 4:00 am a preparar almuerzos, empacarlos, que los niños, que hay que lavar, que hay que organizar, que hay que tener todo perfecto para que los puedan salir a su trabajo” (Señora C, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“Soy independiente, vendo vasijas de taper fuera de eso, vendo perfumería y fuera de eso tengo el trabajo de casa” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Si claro, para mi son importantes porque yo ahora que colaboré en algo me doy cuenta que es un trabajo muy duro” (Señor I, Comunicación personal, 6 de Septiembre de 2022).

“Pues habrá partes, al menos en mi hogar yo cuento que el trabajo de la casa es primordial o es indispensable, somos una pareja que tenemos que responder por lo que hicimos” (Señor L, comunicación personal, 14 de agosto de 2022).

Por otro lado, las labores de cuidado no remuneradas no solo están significadas como un trabajo o una actividad productiva, pues así como lo plantea Martínez (2011), la realidad social está dada por la configuración de los múltiples significados que las personas le otorgan al estar inmersas en esta, la realidad es así una construcción a partir de los marcos de referencia de los sujetos. Lo anterior explica cómo una misma experiencia entorno al

envejecimiento activo siendo una persona mayor cuidadora, se vive, construye y significa de manera particular en cada caso, aún así, sin desconocer que estas en varios momentos pueden encontrar puntos en común, es decir la experiencia singular vivida por una persona puede reconocerse en la realidad de otra.

Según Serrano, Artiaga y Crespo (2019) en el ejercicio del cuidado también surge un “detallado repertorio emocional, con el que se expresa (y negocia) su identidad como cuidadora, aparecen claramente diferenciados sentimientos legítimos (la pena, el orgullo, el cariño) de otros que son rechazados (la queja, la hartura, la pereza)” (p,158). De allí que en las voces de los actores se encuentren diferentes significados sobre las prácticas de cuidado no remunerado, en primer lugar se identifica el cuidado como la manifestación del amor, cariño y afecto, así para algunas mujeres mayores la experiencia de ser cuidadoras es algo que disfrutan hacer, que las satisface e incluso genera vínculos estrechos con quienes reciben el cuidado

“Ay pues yo me siento muy feliz, muy feliz porque yo los crío como si fueran mis hijos, y los niños me dicen mamá desde pequeñitos porque los he ayudado a criar desde pequeñitos, desde que nacieron...¡Claro, claro! Pero yo lo hago sin interés porque los amo a todos tres y a mi hija también, eso ha sido que uno los ama como sus propios hijos” (Señora D, comunicación personal, 08 de julio de 2022).

“Pues es una bendición muy bonita y ellos (silencio y llanto)... para mí el cuidado de mis nietos ha sido una bendición es como volver uno a vivir, a renacer uno con ellos pues uno ya ha criado a sus hijos, ya uno queda como solo y con los niños es como llenarme otra vez” (Señora P, comunicación personal, 05 de julio de 2022).

No obstante, la experiencia de cuidar no representa algo positivo para todas las personas mayores, o por lo menos es algo que puede cambiar con el tiempo y las situaciones que viven, si bien en algún momento las actividades de cuidado pueden relacionarse con vínculos afectivos y de proximidad, también pueden llegar a representar una carga tanto física como emocional que directamente afecta la manera en cómo envejecen

“Eeh pues que te digo, en algún momento fue, digo fue porque fue satisfactorio, hay cosas que uno dice que rico todo lo que hago por mi familia, pero a veces pienso que

uno también se abandona mucho, o sea llega un momento que uno deja de pensar por uno, de preocuparse por uno, por estar pendiente de otras cosas y pienso que eso no es tan sano porque entonces uno empieza a somatizar con enfermedades” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Tuve un tiempo de problemas donde no era valorada donde todos me caían encima y eso fue lo que me llevó a pedir en el seguro cita con el psicólogo, todos eran haga y hagan pero no era valorada de ninguna forma solo era sirvame o alcanceme” (Señora C, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

4.1.1.2 Analisis inductivo

Se identificó que el envejecimiento activo de las personas mayores está determinado en gran medida por las labores de cuidado que ejercen, pues alrededor de estas se ha construido el transcurrir de la vida cotidiana donde surgen afectos, experiencias y significados siendo cuidadores y cuidadoras, de esta manera para algunos el ejercicio del cuidado está relacionado con la ocupación del tiempo libre, es decir que allí pueden encontrar formas de distracción o de descanso, mientras que para otras personas, en especial para las mujeres el cuidado se ha convertido en una rutina a la que han tenido que adaptarse aún cuando no siempre esto representa algo satisfactorio, pues en las narrativas de ellas se devela que es algo que han tenido que aceptar en el transcurso de sus vidas y esto se relaciona justamente a que la responsabilidad del cuidado sigue recayendo una y otra vez sobre las mujeres, pues en palabras de las participantes, son las mismas familias quienes dan por hecho la provisión del cuidado en cabeza de la figura femenina. Finalmente, cabe destacar que desde otras experiencias el cuidado no remunerado también puede llegar a significar una oportunidad para mantenerse activos en la etapa de la vejez, relacionado con sentimientos de satisfacción ya que les beneficia en su salud física, mental y en las relaciones familiares.

“No hago nada (risas), estoy descansando...yo lo único que hago es levantarme y hacer ejercicio no más, hago un poco de ejercicio y lo normal de la casa... Pues por ejemplo por ahí a lavar la loza y a tender la cama, no más”. (Señor I, Comunicación personal, 6 de Septiembre de 2022).

“Yo hasta ahora que deje de trabajar, hace dos años comenzando la pandemia y de ahí para acá es que he colaborado en algo porque tampoco tengo nada más que hacer,

pero pues por mi formación no lo había hecho nunca” (Señor I, Comunicación personal, 6 de Septiembre de 2022).

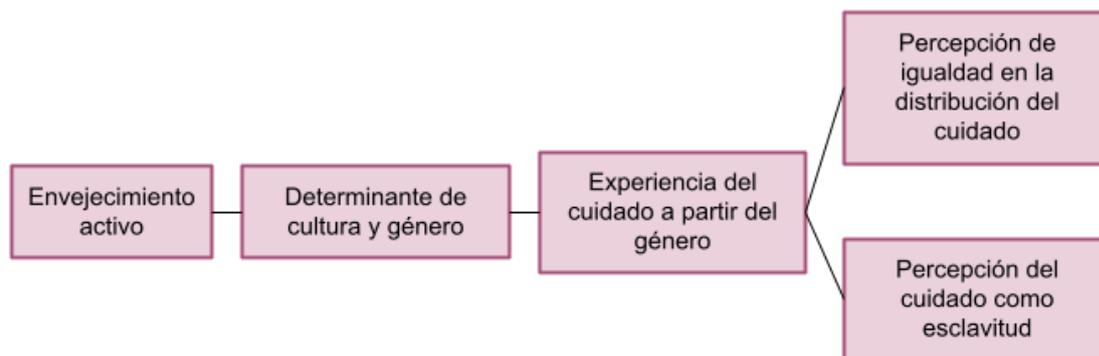
“Pues para nosotras las personas ya mayores se vuelve ya como una rutina, entonces ellos esperan llegar y encontrar todo limpio, salen a trabajar y que encuentren todo listo comida, es como una rutina para ellos” (Señora C, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“ Yo he dicho toda la vida que uno es un animal de costumbres al son que le pongan uno baila y se adapta entonces al comienzo a uno le da duro pero uno se va a acostumbrando” (Señora P, comunicación personal, 05 de julio de 2022).

“Me siento bien, siento que puedo seguirles brindando lo que les he dado, pues antes era más joven (risas) pero todavía puedo, me siento satisfecha con que lo puedo hacer, a veces cuando no lo puedo hacer me siento pues ahí mmm” (hace gestos de desánimo, aburrimiento) (Señora T, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“...Me siento contenta es algo que uno está haciendo y no se está quedando ahí quietito, uno se siente como inútil cuando no está haciendo nada...Sí me gusta, me siento contenta porque no estoy quieta. Estoy en movimiento y siento que eso también le hace a uno bien para la salud porque la quietud lo enferma a uno y el también ir a llevar a las niñas al colegio, traerlas es como una terapia para mí” (Señora C, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

4.1.2 Taxonomía 2. Envejecimiento Activo: Cultura y Género



Nota. Elaboración propia.

4.1.2.1 Analisis deductivo

El envejecimiento activo de las personas mayores cuidadoras está determinado por el medio sociocultural, este es donde desde la fenomenología

Se ocupan lugares y se desempeñan roles sociales, en el que se adoptan posiciones morales e ideológicas, en el que se ocupa un lugar en el espacio – tiempo exterior,

hace posibles experiencias que a lo largo de la existencia se sedimentan y tipifican conformando un acervo de conocimiento a mano. Este acumulado no es asunto privado de cada quien, por el contrario, es resultado del contacto con otros, transmitido y creado por otros y con otros; sólo una parte muy pequeña del conocimiento del mundo se origina dentro de la experiencia personal de cada individuo, la mayor parte es de origen social (Schütz citado en Morales 2021, p,198).

Lo anterior se evidencia en los patrones sociales y culturales que determinaron la crianza de las personas mayores entrevistadas, así como la que le dieron a sus hijos e incluso nietos donde algunos siguen reproduciendo las mismas enseñanzas, pues según los modelos tradicionales de familia en los que se desarrollaron las y los participantes, la familia es

Portadora de importantes tareas de provisión del bienestar entre generaciones, al mismo tiempo que la transmisora de una clara división sexual del trabajo. La noción del varón proveedor ubica a éste en el mundo público del trabajo asalariado y es frecuente que, a pesar de la participación y permanencia de las mujeres en el mercado de trabajo, se las ubique principalmente en el espacio privado adjudicándoles las tareas domésticas, con responsabilidades productivas y reproductivas (Flaquer, 2002, citado en López y Findling, 2018, p.13).

“Esa crianza ... a una que era la niña de la casa tocaba servirle, cocinarle, lavarle, entonces nosotros fuimos los muchachos de todos, éramos los que lavábamos, cocinábamos en ese tiempo no existían las lavadoras como ahora entonces tocaba lavar a mano, en ese tiempo yo no alcanzaba aún lavadero pero me ponían un bloque o un ladrillo para que yo alcanzara al lavadero y ahí restregaba los bluyines de todos, entonces prácticamente yo fui la muchacha de mis primos, la de mis tíos y por eso hoy yo soy muy alejada, porque eso lo lleva a uno a resentimientos” (Señora M, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“A medida que nosotros fuimos creciendo pues nos tocaba a nosotros y antes de no tener la edad para hacer esas cosas las hacía mi mamá, pero ya después creo que nosotros éramos los que hacíamos el aseo, barríamos, lavábamos, pues con mi hermana porque mi hermano casi no porque en esa época la mujer era la de la casa y el hombre solo era para estudiar y trabajar, y en esa metodología nos criaron a la

mayoría pues a nosotras porque ustedes ya están más actualizadas en las cosas ... Yo por lo menos sé que estoy haciendo un mal pero mis nietos aquí no han cogido una escoba, un pocillo, nada porque yo todo se los hago, ellos llegan y yo les pongo... Pero yo a ellos nunca los he puesto a hacer nada de eso, ni siquiera embolar los zapatos porque eso se los hago yo. Yo sé que les estoy haciendo un mal, pero en mi mentalidad todavía no veo a un hombre haciendo esas cosas... a mí me parece terrible que en la manera que me criaron a mí que un hombre trapee, que un hombre lave el baño, que lave, que un hombre cocine, a mí me parece terrible pero hoy en día supuestamente ambos tienen que aportar y yo lo veo a él lavando el baño, cocinando y para ellos eso es normal, pero a mí me parece terrible” (Señora P, comunicación personal, 05 de julio de 2022).

“Al 100% en mi familia por parte de mi papá, pues mi mamá nunca se metió en eso, pero por parte de mi papá ni siquiera nos dejaba entrar a la cocina... todo el tiempo mi mamá, los hombres no, nadie en la cocina, ni en ninguna de las labores del hogar, nada, absolutamente nada... Lo que yo les enseñé fue lo mismo, exactamente lo mismo que me enseñó mi papá, ni las mujeres ni los hombres, porque yo digo que mis hijos estudien y se preparen pero que no van a estar en oficios de hogar” (Señor I, comunicación personal, 06 de septiembre de 2022).

“Las mujeres queramos o no tenemos que organizar la ropa porque no podemos quedarnos con la misma ropa 15 días, pero los hombres la mayoría no saben lavar ni cocinar, solo saben mandar. Pero hay otros que se han educado mucho colaboran con el mercado, van lo traen, lo compran, lo organizan, ayudan a lavar la ropa, ayudan a lavar la casa” (Señora H, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

Lo anterior muestra cómo las y los cuidadores entrevistados se criaron en familias tradicionales, en las cuales según Marin y Ospina, preponderan las relaciones de poder conforme al género condicionando así las prácticas cotidianas de los integrantes del sistema familiar a partir de la diferenciación sexual, dichas visiones suelen legitimar y reproducir de generación en generación prácticas de la vida cotidiana impregnadas de significados que se construyen en las relaciones donde el hombre es privilegiado en comparación a la mujer (2014).

4.1.2.2 *Análisis inductivo*

Es importante resaltar que desde el determinante de cultura y género se encontró que si bien las personas mayores entrevistadas fueron criadas en familias tradicionales donde las labores de cuidado eran ejercidas principalmente por las mujeres y ellas continuaron

dedicándose a la mismas actividades, son esas mismas experiencias las que han llevado principalmente a las mujeres a cambiar su perspectiva sobre el cuidado, dando lugar a expectativas diferentes orientadas a una distribución más equitativa del mismo e incluso en algunos casos, son ellas mismas las que inculcan nuevos patrones de crianza en las nuevas generaciones

“Creo que es por igual la responsabilidad y eso es lo que yo les he inculcado a mis hijos, por ejemplo cuando ellos se ponen a cocinar son ambos, el uno hace una cosa y la otra se sienta aquí y le pica y le alista todo, y el aseo lo mismo, el uno hace una cosa la otra en su silla de ruedas se moviliza y arregla cosas, ella es muy estricta en el aseo y aquí nos toca por igual” (Señora T, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“Para nada, la carga de la mujer es 80-85, hay excepciones, pero venimos de una sociedad machista, pero tristemente nosotras las mujeres hemos sido las más machistas porque así nos criaron nuestras abuelas, madres y esas son las cadenas que debemos romper, pero si hay grandes desventajas, porque la mujer le toca casa, le toca trabajar, ir a la tienda, entonces claro, uno ve muchos hombres que trabajan muy berraquitos, pero también uno ve algunos muy relajados y llegan a que los atiendan, eso ya cambió en un porcentaje en mi casa entonces ya se ve un poco el apoyo, lo triste es que no es dialogado sino que cuando a uno ya lo ven descompensado” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Sí debería ser de esa forma, pero es que eso depende de la formación que a nosotros nos den, o sea las labores del hogar son muy importantes, y si deberían colaborar, pero eso depende de como a uno lo formen” (Señor I, Comunicación personal, 6 de Septiembre de 2022).

“¡Ave María claro! mi hija le enseñó desde los 12 años a mi niño a lavar la ropa, a colgarla y a descolgarla, ¡Ay es que me da risa con mi nieto!, y a las pequeñas pues no porque todavía son pequeñas, entonces el grande lava en la lavadora, me lava hasta mi ropa, y a mi me da pena pero él me dice: ‘mamá, no no no, yo también tengo que hacer algo porque aquí de niño bonito’. Entonces pues eso de aquí a mañana le va a servir porque ya cuando se case y tenga su hogar así el colabora... yo le agradezco a mi hija porque así ella les está enseñando a los niños de acá, porque de aquí a mañana mi nieto se casa o se va y ya se sabe defender...” (Señora D, comunicación personal, 08 de julio de 2022).

Adicional a esto, un hallazgo importante, es que si bien el ejercicio no remunerado del cuidado ha sido configurado desde patrones culturales machistas, no se esperaba que estas actividades fueran relacionadas directamente con la esclavitud, pues en palabras de una de

las mujeres mayores, se evidencia como para ella el hecho de distribuir estas labores equitativaente es una forma de organizacion social donde la mujer ya no es “esclava” del hombre. Del mismo modo se encontró que son los mismos hombres quienes han reproducido la idea de que el cuidado es esclavitud, pues desde la crianza y la asignación de tareas en el hogar con sus hijos o personas a cargo permiten identificar que es esa su percepción frente al ejercicio de cuidado

“Hoy en día tanto los hombres como mujeres deben colaborar, las mujeres ya no somos esclavas, estamos a la par.” (Señora D, comunicación personal, 08 de julio de 2022).

“Porque a mi lo único que me interesa es que estudien y se preparen y pues realmente le voy a ser sincero, realmente no me gustaría que mis hijas, sobre todo mis hijas que vayan a estar de esclavas de otra persona” (Señor I, comunicación personal, 06 de septiembre de 2022).

“ Entonces nosotros por ejemplo donde una tía el esposo me dijo vaya sírvame la comida que para eso usted es la sirvienta de la casa, entonces era la que tenía que ir a servir la comida” (Señora M, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

4.1.3 Taxonomía 3. Envejecimiento Activo: Determinante entorno social y determinante económico



Nota. Elaboración propia.

4.1.3.1 Análisis deductivo

Desde la perspectiva del envejecimiento activo el determinante social y el económico son fundamentales para garantizar una vida digna en la vejez, así, la OMS explica que las oportunidades para la educación y aprendizaje continuo, el acceso a la vida laboral y la protección frente a la violencia, son los que permiten que la persona mayor tenga salud, seguridad y participación (2002). No obstante, son factores que no están cubiertos por completo cuando se habla de la realidad, en especial en el contexto de países en desarrollo como lo es Colombia, tal es el caso de los y las participantes de la investigación, pues desde sus experiencias se puede evidenciar que no todos tuvieron las oportunidades suficientes para acceder a una educación permanente de calidad y por lo mismo a mejores ofertas laborales que les permitiera tener una mejor calidad de vida en la vejez

“Hasta quinto de primaria...con la edad, con el tiempo y el requerimiento de los trabajos exigió terminar el bachillerato ... de pronto faltaron oportunidades porque en el sentido que nadie a uno le explicaba ...mire agarre este trabajo o haga este curso” en este tiempo no habían esas oportunidades (Señor L, comunicación personal, 14 de agosto de 2022).

“Si allá en Villapinzón hice como hasta cuarto de primaria y aquí hice hasta noveno hasta cuando mi cartón salió corriendo (risas)” (Señora M, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Si las tuve, pero no las aproveché, no hice absolutamente nada, en el estudio yo si las tuve pero no las aproveché, y en el trabajo si, en el trabajo me desarrolle un poco... Yo trabajaba de conductor, de servicio público.... Si, siempre llegaron de ese trabajo” (Señor I, comunicación personal, 06 de septiembre de 2022).

Si bien algunas de las personas mayores contaron con más oportunidades para cumplir el proyecto de vida que deseaban, este se vio obligado a cambiar debido a los contextos en los que se desarrollaban. Lo anterior es relevante ya que “la biografía define lo que el individuo puede o no modificar, establece los elementos que afectan la vida y la medida en que puede controlarlos o no” (Schütz citado en Morales 2021, p, 222), este se muestra en el caso específico de las mujeres, pues al no contar con redes de apoyo suficientes y/o una adecuada

distribución del cuidado, se vieron obligadas a detener sus estudios y dejar de trabajar para convertirse en las principales proveedoras de cuidado al interior de sus hogares, lo que desde sus narrativas permite identificar que ha generado en ellas sensaciones de lo que pudo ser y no fue, frustración y desánimo

“...Mi esposo pagaba las empleadas, él era el que hacía todo...yo me la pasaba todo el tiempo trabajando y después ya no la pasábamos con mi esposo, y pues él ya decidió irse y dejarme pues entonces ya tocaba cumplir con todo..” (Señora H, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Pues yo trabajé en varias empresas, pero entonces cuando ya tuve a mi hija mayor tuve que retirarme porque ella tenía un problema de displasia de cadera y empecé ya pues a dedicarme a mi hija desde que ella tenía como dos años y medio y ya seguí fue como independiente en ventas con perfumes, sabanas, joyería, ya después tuve un proceso de cáncer y fue salir de ese proceso y pude encargar a mi segunda hija que fue otro proceso y después ya vinieron otra serie de enfermedades complejas, pero ya en este momento ya después de los sesenta y pico uno empieza a pensar y dice, ole uno que hizo, ya uno tiene que emigrar de este planeta, entonces disfrutar las últimas décadas que me quedan (risas)” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022)

“Sí porque por ejemplo para mi fue una frustración aunque creo que ahí sí fue una decisión el quedar embarazada de mi hija mayor, pero para mi si fue una frustración no haber terminado un bachillerato pero pues son cosas que de pronto mi dios le tiene preparado y gracias a dios yo di con un buen esposo que de pronto no muchos no tienen esa fortuna, pero si yo pienso que si de pronto yo hubiera terminado mi bachillerato y avanzar en mis estudios hubiera podido trabajar, siempre soñé con trabajar en una oficina o en algo así, eso es un sueño frustrado para mi” (Señora M, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Pues al principio yo trabajé, empecé a trabajar cómo desde los 15 años, estudiaba y trabajaba y pues ahí yo tenía mis ingresos, ya tuve a Lorena y teníamos para las dos. Cuando llegó Carlos ya me dediqué a la casa y ya mi familia me ayudaba,... Entonces ya por estar con mi papá y mi mamá pues entonces yo ya tenía mis ayudas” (Señora T, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“Claro, tuve muchas oportunidades, primeramente tuve una propuesta para irme para Estados Unidos, que llegó una amiga a la que yo había apoyado mucho, entonces ella me quería llevar a Estados Unidos, pero entonces yo le dije hombre que le pasa yo como me voy a ir y dejar a mi hija, entonces ella me dijo pues la puedes encargar, y yo y la plata para los pasajes, la visa y pasaporte y todo eso, y ella me dijo yo te gasto todo, mira tú vas allá y trabajas un año y en un año vuelves y te compras tu casa” (la hija tenía 8 años cuando a la Señora D se le presentó dicha oportunidad) (Señora D, comunicación personal, 08 de julio de 2022).

“Todas las oportunidades que se me presentaron las cubrí; educación las tuve pero entonces por casarme no recibí el grado de derecho y laborales también tuve varias oportunidades” (Señora H, comunicación personal, 01 de julio de 2022)

Es importante mencionar que las mujeres mayores se encuentran en una situación de desventaja en comparación a los hombres, ya que en primer lugar un porcentaje más alto de ellas no recibe ingresos propios, además de no contar con pensión ni jubilación o si los tienen son mucho más bajos (Gómez y Curcio, 2021). Esto también se evidencia en los relatos de las mujeres entrevistadas, que al dedicarse la mayor parte de su vida al cuidado no remunerado, se vieron obligadas a que en la actualidad dependan económicamente de sus familias, la pensión de sus esposos o incluso de ahorros inestables

“Mis recursos vienen de mi esposo y mi hija menor” (Señora M, comunicación personal, 01 de julio de 2022)

“Ella y yo (los recursos actuales son de la pensión y la esposa) (Señor I, Comunicación personal, 6 de Septiembre de 2022).

“¡Claro! mi esposo me la dejó, él me la dejó para por lo menos ayuda de los servicios y la comida” (refiriéndose a la pensión) (Señora H, comunicación personal, 01 de julio de 2022)

“Antes yo era secretaria, mecanotaquígrafa, porque yo estude en comercio y entonces trabajé en dos partes, primero con un ingeniero y luego con un ingeniera bastante tiempo, ya después yo me fui retirando cuando mi china se graduó y se casó, el error mío fue el no haber cotizado mi pensión, pero es que nadie me aconsejo, nadie me dijo, ni mi papá, ni mis hermanas, ni amigas, nadie, nadie, de manera que yo no tengo pensión” (Señora D, comunicación personal, 08 de julio de 2022).

“Soy pensionado” (Señor L, comunicación personal, 14 de agosto de 2022).

“Ahorita en la actualidad no estoy recibiendo ningún subsidio... pues hace algún tiempo en la alcaldía de Petro (risas), como tuvimos un accidente entonces a mi alguien me dijo que fuera a secretaria de integración social y allí me colaboraron con un mercado de \$250.000 mensuales, pero hasta cuando estuvo Petro, ya después de que estuvo Peñalosa se quitó toda la ayuda ... Pues mis recursos los tengo porque vendimos la casa familiar, entonces con eso es de lo que nos estamos sosteniendo, pues con eso prácticamente compramos aquí y lo poco que queda es lo que me correspondió pues de herencia (Señora T, comunicación personal, 30 de junio de 2022)

4.1.3.2 *Análisis inductivo*

Desde las experiencias frente a las oportunidades económicas y sociales, se encuentra cómo la mayoría de las personas entrevistadas tuvieron un bajo acceso a oportunidades sociales y económicas o abandonaron sus proyectos de vida por asumir la responsabilidad del cuidado, sin embargo, a partir de las narraciones de los actores, se identifica que el trabajo informal a lo largo de la vida de las mujeres mayores ha representado una alternativa para la obtención de recursos y a significado una forma de mantener su independencia al poder disponer de los recursos según sus necesidades

“Pues yo me las ingeniaba la gran mayoría con ellos pequeños en la casa lo que hacía era hacer envueltos de pura mazorca como se hacen en Cundinamarca, yo salía y los vendía a buen precio y tenía mis contratas... uno tenía su salario entonces yo podía disponer de él como yo quisiera, comprarles a mis hijos y eso, después ellos fueron creciendo... A veces hago tejidos en crochet y las vendo, o también camisetas y tengo mis amigas ya de edad y a ellas les encanta lo que yo hago, entonces me compran porque uno de ama de casa a uno no le pagan, si le quieren comprar le compran, si le quieren traer le traen, pero que a usted le esten aportando un dinero no”.
(Señora C, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“Hoy tejí unas bufandas para entregar” (respecto a obtención de recursos económicos)
(Señora D, comunicación personal, 08 de julio de 2022)

“Seguí fue como independiente en ventas con perfumes, sabanas, joyería... vendo vasijas de taper fuera de eso, vendo perfumería” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Cuando la pandemia fui y visite muchos pacientes de covid y los saque del covid, y ya después empecé a coger los pacientes post covid yo iba dos horas por la mañana y dos por la tarde cosa que no me interfiriera con los horarios de los niños que yo pudiera llevarlos y recogerlos sin problema, ya por la tarde los dejaba aquí mientras yo iba a hacer la terapia” (Señora P, comunicación personal, 5 de julio de 2022).

Adicionalmente es interesante el contraste de opiniones entre hombres y mujeres mayores con respecto a la percepción que tienen sobre la remuneración de las labores de cuidado, pues en el primer caso ellos piensan que las familias deberían ser quienes retribuyen económicamente esta labor ya que son ellos quienes se ven favorecidos, develando que el significado del cuidado para ellos solo está relacionado con actividades para el bienestar de la familia desconociendo el aporte económico que estas labores representan para la sociedad,

mientras que las mujeres expresan no sentirse cómodas con una reconocimiento económico en responsabilidad de las familias, afirmando que dichas actividades las realizan sin ningún interés porque el cuidado significa amor y apoyo hacia sus seres cercanos, sin embargo, aunque esto esté asociado con dichos sentimientos hacia quienes cuidan, también reconocen que al ser una actividad productiva el Estado debería ser el encargado de recompensar el cuidado que realizan, no solo económicamente sino por medio de acceso a diversas posibilidades económicas.

“No, porque cuando las cosas se hacen con amor y cariño no se debe de cobrar que más rico que la cobra nuestro señor cuando uno se vaya, y yo nunca le cobraría a mis seres queridos ni a nada lo que yo podía le ayudaba por lo menos a mi mamá” (Señora H, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Ay la verdad no, no, no, porque ella gana poquito y a veces no le alcanza, incluso si yo puedo a veces le ayudo a pagar un servicio o con lo que pueda, como madre me parte el corazón...Emmm pues ahí de pronto, pero me da como cosita porque uno no debe tirarle a la familia, y tal vez yo hago de no recibir por el amor que le tengo a mi hija y a mis tres pollitos” (Señora D, comunicación personal, 08 de julio de 2022)

“Sería muy importante ponerse al pie de las personas que por ejemplo como yo que nunca tuvimos un trabajo o no nos pudimos pensionar por estar dedicado a los hijos, al esposo, al hogar a la familia que rico sería que el gobierno nos brindara un apoyo” (Señora C, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“Pero por supuesto, es mas deberían pagarle mejor a las mujeres, en serio deberían tener esa opción pero yo creo que los gobiernos piensan que se van a quedar pobres (risas), pero tu sabes que la base de la sociedad son las familias y las cuidadoras número uno son la madres, sin desmeritar la labor de algunos padres que también lo hacen, entonces sería genial, un estímulo, que hubieran cursos gratis, pero no solo el dinero, claro que si es rico , pero también oportunidades, cursos gratis para emprender y demás y pues puede que los hayan, pero acceder no es tan fácil, si sería genial que hubieran muchas oportunidades porque si tu tienes activa tu mente estás saliendo de esa rutina y eso es buenísimo para uno porque eso lo rejuvenece al mil por ciento” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

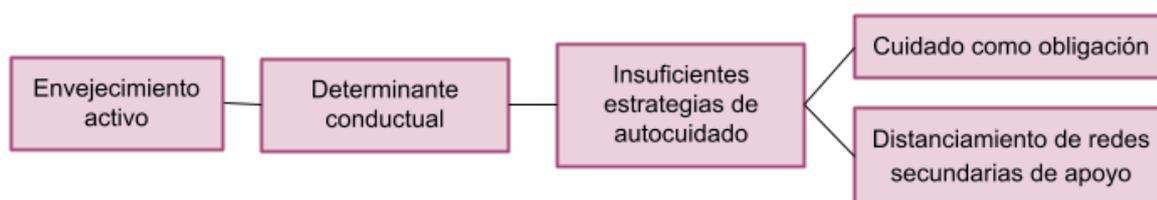
“Oh claro, claro, Dios permita que el presidente Petro, Dios lo ilumine para que nos ayude a las mujeres solas y luchadoras, porque los hombres no Dios mío, están pintados, porque yo si deseo no solo para mi sino para muchas señoras que están solas y no tienen pensión ni nada” (Señora D, comunicación personal, 08 de julio de 2022).

“Pues es que el gobierno no es todo, lo que pasa es que cuando uno es joven debe pensar en la vejez y prepararse para la vejez porque la mayoría piensa que el gobierno debe darle todo y eso sería el pueblo dándole al mismo pueblo, pero es que la misma

juventud debe pensar en la vejez no solo en el momento que están viviendo” (Señor L, comunicación personal, 14 de agosto de 2022).

“No solo económicamente, sino afectivamente, en todo el sentido deberían ser muy bien reconocidas a la persona que sirve en ese sentido en la casa...Pues no, del Estado no, los asunto familiares son directamente internos, pero bueno de los hijos si, deben ser bien remunerados” (Señor I, Comunicación personal, 6 de Septiembre de 2022).

4.1.4 Taxonomía 4. Envejecimiento Activo: Determinante conductual



Nota. Elaboración propia.

4.1.4.1 Análisis deductivo

El envejecimiento activo tiene como uno de sus principales objetivos el optimizar las oportunidades de salud, las cuales se trabajan a través del determinante conductual que se enfoca en los estilos de vida y es allí donde el autocuidado se convierte en una estrategia para fomentar el bienestar durante el proceso de envejecimiento, para Alarcó, Bello y Lorenzo (2019) este implica una serie de conductas, autocontrol, decisiones, proyectos, capacidades, habilidades, entre otras, que exigen acciones para la promoción de la salud como estrategia y el uso de recursos para enfrentar los riesgos de enfermar.

El autocuidado además comprende tres dimensiones principales que guardan un grado de relación entre ellas; la primera es el cuidado físico que se compone por acciones como la alimentación, actividad física y controles médicos; por el contrario, dentro de los factores que la perjudican se encuentran hábitos nocivos como el tabaquismo (Alarcó, Bello y Lorenzo, 2019).

“Sí pues en salud estoy bien, me siento bien y tengo mis servicios médicos y me ha ido muy bien, con los exámenes y todo lo que hacen” (Señor I, Comunicación personal, 6 de Septiembre de 2022).

“El SISBEN (afiliación a EPS); mire que me ha ido bien que mucha gente decía que malo, pero a mí me ha ido muy bien, me operaron de la vesícula y las veces que he ido por urgencias me han atendido muy bien cada tres meses me hacen control por la obesidad y la apnea del sueño” (Señora P, comunicación personal, 5 de julio de 2022).

“Mi esposo me tiene afiliada a la eps” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Pues obvio, estoy pendiente de los exámenes médicos anuales yo que tengo problemas de próstata, de oído y tuve una vez alto los triglicéridos, y el colesterol” (Señor L, comunicación personal, 14 de agosto de 2022).

“Pues el médico me ha dicho que estoy bien; pues si me cogen dolores de espalda, de cabeza pero es cuando estoy muy estresada, fumo mucho cuando estoy estresada, lloro cuando estoy demasiado estresada digo que como la manera mía de desahogarme porque pues no tengo a con quien sentarme y decirle lo que me pasa, lo que tengo en ese sentido más que todo fumo y me encierro en un círculo yo misma ...” (Señora P, comunicación personal, 5 de julio de 2022).

“Ah si si, yo tengo mucho tiempo para todo, para caminar todo, yo no mantengo mucho tiempo en la casa, en las mañanas salgo a hacer ejercicio y después en el día salgo y camino y doy vueltas, no me quedo quieto” (Señor I, Comunicación personal, 6 de Septiembre de 2022).

“Si, si, si, salgo con ellos y camino, cuando ellos están aquí aprovecho y salgo con ellos a caminar porque como no conocemos aquí mucho, entonces nos vamos y nos pegamos unas caminadas y pues así yo miro películas (risas)” (Señora T, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

En la dimensión psicológica según Alarcó, Bello y Lorenzo, se pueden encontrar elementos como proyectos futuros, los estados emocionales y estrategias de enfrentamiento que no son más que las acciones que desarrolla una persona para hacer frente a la situación de salud-enfermedad que le pueda aquejar (2019).

“La edad va aumentando y los años le van a uno cobrando y ya no es lo mismo cuando uno tiene 25 años a cuando uno tiene 65 años empezar a realizar ciertas actividades, pero sí, mentalmente estoy muy lúcida gracias a Dios (risas) y pues me encantaría si poder hacer cosas, montar un negocio más adelantado para entretenerme, peeeero para entretenerme (risas)” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Me atendieron virtualmente y la doctora me ayudo mucho, muy buena psicóloga y es donde uno dice ya no voy a ser la misma de antes, con la misma rutina porque por mas que seamos de edad también necesitamos de nuestros espacios para ir al parque,

comer helado o compartir con gente que de verdad le den el cariño que ni los mismos familiares o por la misma rutina no le dan (experiencia con el psicólogo)” (Señora C, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“Yo creo en Dios mas no voy a la iglesia, yo creo en dios, yo le rezo a dios a mi manera, leo el rosario y hago el rosario porque me gusta, y yo lo único que hago es pedirle a mi dios más fortaleza que la que tengo es lo único que hago. rezo a mi manera yo encerrada lo hago pero así de ir a una iglesia no, hace mucho que no lo hago” (Señora P, comunicación personal, 5 de julio de 2022).

Lo anterior pone en evidencia cómo a pesar de que algunas mujeres pueden llegar a sentirse agotadas o verse emocionalmente afectadas en medio de las rutinas diarias de cuidado, buscan alternativas que les permitan tener un espacio de descanso para sí mismas y así cuiden de su salud mental e incluso se planteen sueños y metas en el proyecto de vida.

Finalmente, dentro de las dimensiones desarrolladas por Alarcó, Bello y Lorenzo también se ubica la social, la cual reúne las redes de apoyo, uso del tiempo libre, actividades de ocio o esparcimiento y las relaciones con la familia (2019). Así, es importante hacer referencia a las redes sociales, las cuales son consideradas como una práctica simbólico-cultural que incluye las relaciones que vinculan a una persona con su entorno social y contribuyen al bienestar físico, material y emocional, evitando así algún deterioro que podría darse al enfrentar alguna crisis o conflicto, cuando se habla de redes, necesariamente se habla de intercambio, pues allí radica la esencia de su existencia. (Gómez y Curcio, 2021). Con lo anterior se ha podido identificar en la red social primaria de las personas mayores cuidadoras que los principales vínculos que más sentido tienen para estas son con los miembros de su núcleo familiar, del mismo modo, algunas personas también encuentran relaciones significativas fuera del hogar las cuales se caracterizan por el apoyo y la amistad que allí pueden encontrar

“Yo me voy con mis nietos y nos comemos algo, yo me los llevo allá jugamos un rato, salimos al parque y les digo vamos a comer o nos vamos para algún lado, o cada uno come lo que quiere” (Señora P, comunicación personal, 05 de julio de 2022).

“Amigos de mi parroquia que son muy poquitos pero son personas muy espirituales y busco sacerdotes que son fuente de ayuda...yo busco personas que ayuden y me digan

usted puede, va a salir de ahí, haga esto o lo otro, usted va a salir ese apoyo que nunca recibí de mis papás o hermanos porque mis hermanos siempre en realidad si usted estuvo bien hija pero si pasa necesidades muy demalás, cada uno metido en su cuento” (Señora C, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“Si hay red de apoyo, las amigas desde la infancia y de diferentes etapas de la vida, cuando trabaje, cuando estudie belleza, tratamos de reunirnos y nos damos apoyo y eso es importante porque da gozo en tu corazón, y de la iglesia también yo soy una persona que siente mucha paz en la oración entonces me gusta... No todo el mundo ora no todo el mundo le gusta ir a la iglesia, pero a mi si me gusta, me siento muy reconfortada, de hecho voy con unas amigas, desde muy pequeña siempre fui inquieta por mi oración por leer sobre la palabra de Dios y eso me gusta y me llena, siento como ese apoyo espiritual de ese ser maravillosos que nos cobija, entiendo que otros no creen y yo lo respeto (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Por ejemplo, hoy tuve una tarde de chicas de mi edad (risas), ... he mantenido esas relaciones y tuve la oportunidad de que hoy vinieran a visitarme” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

4.1.4.2 *Análisis inductivo*

Como se mostró anteriormente, son diversas las prácticas de autocuidado que las personas mayores ejercen, pero en algunos casos las estrategias llegan a ser insuficientes, esto se evidencia principalmente en las mujeres mayores que desde sus expresiones permiten identificar cómo sienten que las labores de cuidado no remuneradas a las que se dedican son una obligación que está por encima de oportunidades laborales y su propio bienestar, así, en algunos casos se han enfrentado a riesgos u accidentes, pero aún así han priorizado el cuidado por sus familias y al hacer esto han surgido sentimientos de tristeza, frustración, desánimo y preocupación

“Tuve la oportunidad de irme para otro país y tener una gran oportunidad laboral, me fue super, pienso que me recibieron muy bien allí, pero me trajo de vuelta al país fue mi madre, porque en algún momento yo sentía que ella de alguna manera me manipulaba, así fuera inconscientemente pero con expresiones o algo yo lo sentía y a mi me dolía, entonces me devolví... me decían ay no mira tu madre cómo está sufriendo, pobrecita, entonces eso a mi me hizo sentirme muy mal, sentía que mi madre estaba vulnerada pero entonces yo también me sentí vulnerada, porque allí y yo estaba teniendo un ingreso, aquí no, entonces eso a uno lo pone mal entonces yo me sentí muy achantada, pienso no se si se puede llamar depresión, no depresión no porque yo pienso que la depresión es cuando ya hay un estado profundo de tristeza como que uno ya no quiere salir de ahí, pero si estuve un buen tiempo achantada,

desanimada, como que a veces uno decía como que estoy haciendo, porque uno piensa que uno vino a este mundo a hacer actos bonitos a tener una misión de vida pero sin uno agredirse” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Ese día me cogió la tarde no me acuerdo porque y yo me fui caminando rápido y había llovido, y yo normalmente cuando llueve me meto por una parte que es como cementada para evitar una resbalada pero ese día como iba tarde yo dije ¿pues me meto por aquí por el pasto y tierra, y preciso me resbale y por no dejar que el golpe me cayera en la cara puse la mano y yo dije se me fracturó. Lo único que yo decía que no se fuera a cirugía, que no se me pusiera morado y hasta que llegue acá pues llame a hijo que estaba aquí, y él fue por mí porque me estaba doliendo demasiado y no tenía con que inmovilizar. Él fue por mí, trajo a los niños yo almorcé y de ahí me llevó al hospital, y ahí me enyesaron y todo por ir corriendo duré inmovilizada mes y medio, yo dije aquí con estas criaturas para lavar y para hacer todo, por eso fue que conseguimos a la pelada por dos semanas y ya después me defendí yo con el yeso y todo” (Señora P, comunicación personal, 5 de julio de 2022).

Otro aspecto del autocuidado, hace referencia a la participación en la vida social, sin embargo, algunas personas mayores prefieren mantenerse aisladas al no reconocer que las redes de apoyo externas a la familia son necesarias para que experimenten el envejecimiento activo, limitándose a recibir apoyo de los contextos más cercanos como lo es la familia. Lo anterior está influenciado por el proyecto de vida de estas personas, pues la mayoría al no contar con las redes de apoyo suficientes construyeron la idea de que se debe ser independiente y no esperar ayuda externa, además de las perspectivas donde la familia es la única responsable en satisfacer todas las necesidades de cuidado, afecto y protección

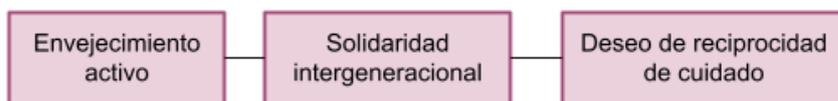
“No, es que yo soy muy (silencio) como le digo... a mí no me gusta estar comentando mis problemas a nadie y tengo una amiga pero hace mucho tiempo no nos hablamos que ella sí me escucha yo lloro cuando le cuento, hablo, como que me desahogo con ella y pues yo la he llamado a que si viene y todo pero ella también tiene sus cosas y eso entonces pues no ha podido venir, entonces yo me encierro en lo mío” (Señora P, comunicación personal, 5 de julio de 2022).

“...Por eso digo que yo siempre he sido muy independiente en mis cosas y nunca me ha gustado buscar ayudas externas; por ejemplo cuando me separe de mi esposo yo tenía mis niños pequeños y tenía a mi mamá, a mi hermana, mi hermano que podía yo llamarlos y decirles ayudenme pero yo nunca lo hice, yo buscaba salida externas..” (Señora P, comunicación personal, 5 de julio de 2022).

“No, más bien nosotros nos dedicamos a estar en nuestro propio vivir, no andamos pendientes de los demás, ni que necesitemos de afecto ni nada de eso, lo mío ha sido

siempre independiente, lo de este hogar es aquí y el resto es aparte, con el vecino el saludo y no más, no andamos pendiente de nadie ni nadie de nosotros” (Señor I, Comunicación personal, 6 de Septiembre de 2022).

4.1.5 Taxonomía 5. Envejecimiento Activo: Solidaridad Intergeneracional



Nota. Elaboración propia.

4.1.5.1 Análisis deductivo

El significado que la familia le otorga a las labores de cuidado no remuneradas de las que se benefician es importante, pues Según Serrano, Artiaga y Crespo (2019), “la familia constituye un espacio privilegiado en la activación de emociones que fundamentan la microsolidaridad frente a la vulnerabilidad”(p.162), así, no solo se habla de significado, sino de las acciones de reciprocidad por parte de la familia frente al cuidado que reciben. Ahora, desde la perspectiva de las entrevistadas, son diferentes las formas en las que ellas perciben que sus hijos, nietos y demás miembros del hogar reconocen, agradecen y valoran el cuidado que ellas proveen

“Pues la chiquita me ama mucho, yo la cargo, la consiento y ella me da besitos y me abraza, lo mismo la otra niña, solo que no tanto porque ella no es tan querendona, y lo mismo con mi pollito, pues me abraza, y no pues yo los amo mucho, yo no pensé que uno amara tanto a los nietos” (Señora D, comunicación personal, 08 de julio de 2022).

“Eeh por lo menos dando las gracias, siendo cariñosos, porque cuando me dicen gracias mami le quedo rico, gracias mami porque hizo esto, pues por lo menos para mí eso es muy satisfactorio” (Señora T, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“Por ejemplo Duvan me abraza y Nairo, y me dicen que muchas gracias, que me quieren mucho, que aman mucho y que me dan las gracias por cualquier cosa” (Señora P, comunicación personal, 05 de julio de 2022).

“¡Oh Ave María, claro que sí! esta hija es inolvidable, por eso la amo, nos colaboramos mutuamente, ahí lo único bueno y maravilloso es el seguro y pues ella me lo paga, y ella está pendiente, mamita tiene que hacerse chequear para ver como está y así, y a mí me da pereza porque un examen y otro pero yo estoy perfectamente

de salud” (Señora D, comunicación personal, 08 de julio de 2022)

“¡Ave María! nos amamos mucho (risas), nos amamos mucho porque ella ha sido mi sostén (voz entrecortada), ella ha sido mi compañerita (refiriéndose a la hija) toda la vida desde que nació, porque pues darle amor y hacer las veces de papá, pues porque ella lo amaba pero al hombre no le importo, entonces nunca en la vida hemos peleado para nada ... porque desde que mi hija se casó seguimos juntas, cuando se casó le dijo al marido yo me llevo a mi mami, yo no la dejo sola” (Señora D, comunicación personal, 08 de julio de 2022).

“Muy armoniosa, no tenemos peleas, somos muy tranquilos, entonces pues así que uno diga se pone a discutir no no no, ellos son muy alegres (refiriéndose a los hijos)...Pues nosotros somos un núcleo familiar, lo digo tanto por mis sobrinos como por todos, entonces todos somos unidos, todos estamos pendiente de todos, eso fue lo que nos enseñó mi papá y mi mamá, mi mamá cogió un pan y a todos nos daba de ese pan y decía de este pan para todos, entonces todo eso influye, yo me guío es por mi papá y mi mamá, fueron mi espejo” (Señora T, comunicación personal, 30 de junio de 2022).

“Eh, sí en el sentido que por ejemplo los tres nos cuidamos mucho, por ejemplo en el caso de mi esposo que a estado enfermo entonces aquí nosotros corremos por él, pero yo también me enfermado y de igual manera ellos corren por mi, mi hija es la que menos se enferma pero también se ha enfermado y yo pues lo mismo pero pienso que entre los tres no cuidamos mucho, y nos colaboramos mucho tanto en lo económico como en lo de la casa, es como un respaldo entre los tres para todo” (Señora M, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Bastante, me dan plata, me consienten, me llevan a pasear mejor dicho no me queda tiempo de nada” (Señora H, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Sí cuidar es de pronto como yo he cuidado de mi familia y como mi esposo se preocupa por mí para que yo vaya al médico, él me lleva y me acompaña, siempre he sentido ese apoyo de él” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

“Pues obvio, en mi hogar si claro; porque es que somos una familia y somos un núcleo no individualmente, todos para uno y uno para todos de distintas maneras, no monetariamente, pero si ayudas” (Señor L, comunicación personal, 14 de agosto de 2022).

No obstante, Gómez y Curcio (2021), afirman que desde la investigación gerontológica se confirmó que el hecho de pertenecer a una familia no garantiza que el apoyo sea constante, esto debido a que la calidad, frecuencia, efectividad y disponibilidad de la ayuda no siempre están presentes en los hogares multigeneracionales. Lo anterior concuerda con las narraciones de algunas de las personas mayores entrevistadas, pues en estas se revelan sentimientos de soledad, frustración, abandono, decepción y aislamiento debido a que conviven en ambientes con poca presencia o ausencia de solidaridad intergeneracional, pues manifiestan

distanciamiento o conflicto con los miembros de su sistema familiar

“Para mi... son las personas que en su momento creí que eran una compañía pero hoy en día siento todo lo contrario y no un apoyo no en las cosas materiales sino como mamá, muchas veces en las familias creemos que los abuelos son las personas en las que más se centra la familia, el respeto o la ayuda pero lamento decirlo pero en el momento para mi no, entregue mi vida por mis hijos pero hoy entendí y comprendí que no ... ya aprendí a defenderme y sé que no cuento con nadie solo con la voluntad de Dios ... uno a veces por los nietos se queda encerrado y no le pagan bien, los esposos, los hijos y ni los nietos porque los nietos esa vieja es más cansona, yo lo digo por experiencia propia uno es un estorbo ... uno a veces no puede hablar ni con los nietos entonces toca es el silencio, vivir en silencio e irse destruyendo y muchas veces recurrir a otros espacios” (Señora C, comunicación personal, 30 de junio de 2022)

"Con nadie... (voz entre cortada), yo me considero que estoy sola en este momento (llanto).. yo igual he sido muy independiente toda la vida nunca me ha gustado vincular mis problemas con la gente ni nada, sino vivir yo sola y sacar mis cosas adelante yo sola; que igual ella allá lejos tiene sus problemas aquí tiene sus problemas entonces a veces lo que yo tengo me lo como yo misma, yo misma me hago la terapia digo yo.. y pues a los niños no me puedo poner a vincularlos porque son niños y no tiene porque estar en problemas de adultos" (Señora P, comunicación personal, 05 de julio de 2022)

“A veces sí a veces no, en algún momento también sentía que uno hace todo con tanto amor y todo y resulta que uno es el único que se cree el cuento, la verdad, uno no debe pensar en que el otro me aporte o me de, no, pues yo pienso que pues rico que si dicen te vamos apoyar, ayudar o colaborar o me parece bien lo que estás haciendo, pero uno no puede depender solo de eso, pero si yo tomo una decisión es porque quiero sentirme bien conmigo misma” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

4.1.5.2 Análisis inductivo

Asimismo, la ausencia de solidaridad intergeneracional se convierte en un factor de riesgo pues la falta de reciprocidad en el cuidado conlleva a que se minimicen las necesidades sociales de las personas mayores y esto a su vez a que las mismas experimenten sentimientos de abandono e indiferencia con respecto a sus familias pues en el caso de las mujeres mayores que manifestaron no contar con solidaridad intergeneracional o contar con esta parcialmente por parte de sus familias, se encuentra que las relaciones se vuelven distantes y en algunos casos conflictivas, incidiendo en los significados de ser cuidador, de allí que las personas mayores construyan a partir de dichas experiencias deseos y expectativas de

reciprocidad que están encaminados al reconocimiento de las labores que realizan y a demostraciones afectivas como una forma de recibir cuidado también

“Pues ehheh diciendome las cosas, es importante decir las cosas y lo que te decía, como vivimos en un mundo tan rápido entonces a la gente se le ha olvidado decir gracias, me encanta lo que haces, así sea que la persona simplemente lo esté intentando y así se equivoque..” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022)

“Pues mi hija de pronto lo está haciendo en la manera de mandar plata pero yo digo que la plata nunca va a compensar la presencia (se le entrecorta la voz) o el abrazo o la compañía de alguien y más de ella que nosotras éramos muy unidas...yo digo que cada quien está en su rollo, con sus problemas entonces pues no tendrán tiempo para estar con uno digo yo” (Señora P, comunicación personal, 5 de julio de 2022).

“Que lo valoraran a uno realmente, que lo valoraran para mi es bueno usted colabora le voy a dar esto o le traje esto lo que uno necesita más porque uno necesita muchas cosas cosas, y uno se cohibe porque está prohibido para uno muchas cosas” (Señora C, comunicación personal, 30 de junio de 2022)

“..Pues rico que haya ese estímulo, pero pienso que no me puedo quedar en eso, esperando que me lo digan porque si me pongo a esperar termina uno achantado” (Señora R, comunicación personal, 01 de julio de 2022).

4.2. Aportes de Trabajo Social en el proceso investigativo

Inicialmente desde la revisión bibliográfica se encontró que desde Trabajo Social se ha investigado principalmente sobre personas mayores institucionalizadas o que necesitan de cuidados directos, dichas investigaciones suelen reproducir la idea de que el ser humano en la vejez es dependiente y que necesita de cuidados permanentes. Sobre lo anterior Rodríguez y Fernán afirman que

Otro paradigma que requiere ser superado es el de que los mayores deban estar institucionalizados o a cargo de alguien. La autonomía es quizás el bien más preciado del viejo y su mayor temor es a perderla. Los hechos así lo demuestran: los mayores quieren llevar una vida digna y activa pero no en manada; desean seguir siendo los amos de sus destino (2015, p.57).

Es así, como se plantea que uno de los principales roles del Trabajo Social en la promoción del envejecimiento activo es esencialmente trabajar sobre los imaginarios erróneos que socialmente se han construido sobre la vejez y el envejecimiento; pues de la mano de otras disciplinas se debe contribuir a la transformación de estos estigmas reconociendo la agencia de las personas mayores y el gran aporte que significan a nivel social, político, económico, cultural y en educación. En relación a esto, la propuesta del envejecimiento activo se encuentra estrechamente relacionada con el envejecimiento saludable, pues este le permite a las personas mayores “ser y hacer lo que ellas prefieran”(OMS, 2020, p.3), a partir de la capacidad intrínseca que tiene cada quien, la cual está determinada por los aspectos físicos y mentales, y en gran medida por entornos en los que las personas se han desarrollado (OMS,2020).

En respuesta a las necesidades de las personas mayores, la OMS ha planteado la Década del Envejecimiento Saludable 2020-2030, que consistirá en diez años de colaboración concertada, catalizadora y sostenida. Las personas mayores serán el eje central del plan, que aunará los esfuerzos de los gobiernos, la sociedad civil, los organismos internacionales, los profesionales, las instituciones académicas, los medios de comunicación y el sector privado en aras de mejorar la vida de estas personas, así como las de sus familias y comunidades (OMS, 2020, p.1)

Ahora, para cumplir con lo que se propone con anterioridad, desde el rol de trabajo social se reconoce que esto no se puede lograr sin romper con la tradición del objetivismo a la hora de estudiar la realidad de las personas mayores, pues tal y como lo afirman Falla, Gómez y Rodríguez (2018), en la intervención profesional del trabajo social es importante privilegiar el conocimiento de la realidad social considerando la intersubjetividad, el mundo de los significados, intereses y emociones de los propios actores. Para el caso de la presente investigación, fue justamente la invisibilización de la realidad de las personas mayores que

ejercen labores de cuidado no remunerado, que como trabajadoras sociales se asumió la necesidad de develar la experiencia de envejecer activamente a partir de las propias vivencias de las personas mayores que se dedican a este ejercicio y por supuesto los significados que le han otorgado en el transcurso de sus vidas.

Gracias a lo anterior, se identificó que si bien el proceso de envejecimiento activo se ha dado de manera particular en cada participante, también tienen bastantes puntos en común; en primer lugar ha sido atravesado por el cuidado no remunerado que no solo han ejercido en la etapa de la vejez sino desde edades más jóvenes, determinando así gran parte de cómo desarrollan su vida cotidiana. De la misma manera, las labores de cuidado no remunerado han significado para varios de los participantes una forma de mantener y fortalecer los vínculos con sus familias, manifestando que el cuidado que les brindan y reciben es una muestra de afecto y apoyo mutuo, al igual que dichas actividades han representado una oportunidad para mantenerse activos física y socialmente. No obstante, en otros casos, el envejecimiento activo se ha visto afectado por el ejercicio de las labores de cuidado no remuneradas, pues el proyecto de vida de varias personas mayores fue transformado al no contar con las alternativas suficientes y verse obligados a dedicarse a estas actividades, impidiendo el acceso a oportunidades educativas y laborales, del mismo modo en algunos casos, la salud física y mental se ha puesto en juego, ya que la falta de condiciones ambientales y la ausencia de solidaridad intergeneracional han conllevado a que el cuidado no remunerado representa una carga y obligación para quienes lo ejercen. Otro aspecto a destacar es que aunque las mujeres mayores siguen siendo las que más dedican tiempo al ejercicio de cuidado no remunerado, su perspectiva sobre la distribución del mismo es diferente a los patrones de crianza con los que crecieron, pues varias de ellas recalcan la importancia de que estas actividades sean distribuidas equitativamente entre los hombres y mujeres del hogar, lo que le brindaría a las mujeres más oportunidades para vincularse a la educación y empleo

remunerado, de la misma manera, al reconocer sus labores como una actividad productiva, consideran que esta debería ser remunerada por parte del Estado o reconocida por medio de acceso a educación, formación para emprendimiento, cursos gratis, entre otros.

Teniendo en cuenta lo expuesto, es posible afirmar que el trabajo social puede incidir en la promoción del envejecimiento activo, esto desde el enfoque de derechos humanos que vela por la dignidad humana garantizando las condiciones sociales, económicas, políticas, culturales, educativas y de salud necesarias para el pleno desarrollo de los determinantes del envejecimiento activo en el transcurso de la vida de las personas. Esto no solo desde investigaciones sobre el tema donde se se le da prioridad a las vivencias y necesidades de las personas mayores, sino también desde intervenciones profesionales en familia, grupo y comunidad que además sean interdisciplinarias para responder a las demandas existentes, y además desde la planeación, formulación y ejecución de programas y políticas públicas que se enfoquen en garantizar la calidad de vida y los derechos de las personas mayores, y en el reconocimiento de las labores de cuidado no remunerado que ejercen.

Así, es preciso retomar las 4 áreas de acción de la Década del Envejecimiento Saludable 2020-2030, pues en cada una de estas, la presente investigación encuentra un espacio para aportar en la promoción del envejecimiento activo de las personas mayores que ejercen labores de cuidado no remuneradas basándose en las experiencias de las mismas.

La primer área de acción hace referencia a “Cambiar la forma en la que pensamos, sentimos y actuamos hacia la edad y el envejecimiento” (OMS,2020,p.9), pues como se ha afirmado con anterioridad, a pesar de las contribuciones de las personas mayores a las comunidades y familias, existen muchos estereotipos, prejuicios y discriminación hacia esta población en función de su edad (OMS,2020). En este sentido, el reconocimiento de las labores de cuidado no remuneradas que ejercen estas personas es fundamental como parte del cambio de pensamiento que se tiene sobre el grupo etario, pues valorar el cuidado que

proveen al interior de las familias y lo que esto representa a nivel económico y social, hace parte del respeto por la dignidad y los derechos de los mismos. De igual manera al no ser indiferentes con la realidad de las personas mayores cuidadoras, se puede comprender las implicaciones tanto favorables como desfavorables que estas actividades han tenido sobre el proceso del envejecimiento activo que han vivido y que esto a su vez permita mejorar las condiciones en las que se desarrollan, como por ejemplo, brindar una remuneración económica al cuidado entendiendo que esta es una actividad productiva necesaria para la supervivencia y el funcionamiento de la economía de la sociedad, distribuyendo equitativamente las labores de cuidado al interior de las familias para que esta carga no quede solo bajo la persona mayor, prestando mejores servicios de salud física y mental, propiciando la participación activa en la vida en comunidad de las personas mayores que desde su ejercicio de cuidado continúan aportando a la sociedad, entre otros.

La siguiente área de acción es “Asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores” (OMS, 20202, p.11), esta hace referencia a que los entornos tengan las condiciones necesarias para que las personas mayores disfruten de su envejecimiento, sin embargo, como se pudo evidenciar en las narrativas de los y las participantes, no todos gozan de esas condiciones, pues a lo largo de la vida no contaron con las oportunidades educativas y laborales suficientes, las redes de apoyo fueron y en algunos casos aún son débiles. De allí, que desde trabajo social, se puedan fomentar entornos seguros para las personas mayores que ejercen labores de cuidado no remuneradas, en primer lugar en los contextos familiares, los cuales propicien factores protectores para la salud física y mental de las y los cuidadores, donde el cuidado sea recíproco y la construcción de solidaridad intergeneracional también contribuya a la calidad de vida de las personas mayores, además del reconocimiento de los derechos y la agencia de los mismos. Asimismo, el trabajo social contribuye a la construcción de entornos amigables para este grupo etario cuando se trabaja

en la formulación y ejecución de programas y políticas públicas que respondan a las demandas de los mismos, reconozcan y garanticen los derechos y además propicien la continua participación de las personas mayores en la sociedad.

Las dos últimas áreas de acción corresponden a “Ofrecer atención integrada centrada en la persona y servicios de salud primaria que respondan a las personas mayores” (OMS, 2020, p.14) y “Propiciar acceso a la atención a largo plazo para las personas mayores que lo necesiten” (OMS, 2020, p. 17), la prestación de servicios integrales que respondan a las demandas particulares de las personas mayores son fundamentales para garantizar calidad de vida en la vejez, especialmente, “el apoyo a los cuidadores informales y el fortalecimiento de su capacidad debería ser una prioridad, a fin de remediar la inequidad y aliviar la carga que soportan las mujeres”(OMS, 2020, p. 17), con relación a esto y a partir de las experiencias de las personas entrevistadas, se identifica que en la actualidad no disfrutaban de algún servicio integral que responda a sus necesidades. De allí, a partir de las vivencias expuestas en la investigación, es posible que desde el trabajo social y la acción de otras disciplinas se proponga un servicio integral permanente para los y las cuidadoras mayores que se componga de servicios en salud física y mental, recreación, descanso, alimentación, educación, orientación familiar, emprendimiento, cultura, e incluso el beneficio de algún subsidio económico.

Teniendo en cuenta lo anterior, la presente investigación permitió identificar como el cuidado que ejercen las personas mayores y los significados que han construido sobre el mismo han incidido en el proceso de envejecimiento activo, siendo el ejercicio del cuidado una experiencia que ha favorecido algunos determinantes así como también ha desfavorecido otros, en donde en ambos casos el trabajo social puede incidir desde la investigación e intervención centrada en la persona mayor cuidadora.

A partir de esto se plantean las siguiente propuesta de intervención orientada a la atención integral centrada en la persona desde la promoción del envejecimiento activo que a su vez incide en las áreas de acción de la Década del Envejecimiento Saludable 2020-2030:

Tabla 8. Propuesta de intervención

| Propuesta de intervención para las personas mayores cuidadoras no remuneradas | | | | | | |
|--|-----------------------------|--|--|------------------------------|--|---|
| Objetivo: promover el envejecimiento activo de las personas mayores que realizan labores de cuidado no remuneradas a favor de sus familias a través del reconocimiento de las actividades que realizan y la atención centrada en la persona | | | | | | |
| Etapa | Actividad | Objetivo | Técnicas y herramientas | Profesionales a cargo | Determinante de envejecimiento activo que favorece | Áreas de acción de la década del envejecimiento saludable en las que incide |
| Etapa 1: 2 sesiones | Yo me siento.. cuando cuido | Orientar el reconocimiento de los sentires, emociones y significados de las personas mayores frente a la experiencia del cuidado que proveen | Aireación escrita de las experiencias del cuidado | Trabajo social y psicología | Determinante de cultura y género Determinante de autocuidado | Cambiar la forma en la que se piensa, siente y actúa hacia la edad y el envejecimiento |
| Etapa 2: 1 sesión | El cuidado es trabajo | Orientar el reconocimiento del trabajo de cuidado no remunerado como una actividad productiva | Grupo focal en la familia en torno a la pregunta ¿el cuidado es trabajo? | Trabajo social | Determinante de cultura, solidaridad intergeneracional y género Determinante del entorno social | Cambiar la forma en la que se piensa, siente y actúa hacia la edad y el envejecimiento Asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores |

| | | | | | | |
|---------------------|---------------------------------|---|--|--|--|---|
| Etapa 3: 4 sesiones | Yo me cuido | Promover prácticas de autocuidado que le hagan frente a las implicaciones negativas que tiene el ejercicio de cuidado no remunerado | Ejercicios físicos, prácticas de arte y manualidades, salidas de campo | Terapia ocupacional, pedagogía, nutrición y medicina | Determinante del entorno social Determinante de autocuidado | Asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores Ofrecer atención integrada centrada en la persona y servicios de salud primaria que respondan a las personas mayores |
| Etapa 5: 1 sesión | Este trabajo es de todos | Fomentar la adecuada distribución de actividades no remuneradas en el hogar | Lista de tareas actividades no remuneradas | Trabajo social | Determinante de cultura y género Determinante del entorno social Determinante económico Solidaridad intergeneracional | Cambiar la forma en la que se piensa, siente y actúa hacia la edad y el envejecimiento Asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores |
| Etapa 6: 6 sesiones | Todos para uno y uno para todos | Fortalecer la consolidación del núcleo familiar como entorno protector a partir de la solidaridad intergeneracional. | Autobiografías, genograma, juego de roles, análisis DOFA, semáforo de factores protectores y de riesgo | Trabajo social | Determinante del entorno social Determinante de autocuidado Determinante de cultura y género | Cambiar la forma en la que se piensa, siente y actúa hacia la edad y el envejecimiento Asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores |
| Etapa 7: 2 sesiones | Mi proyecto emprendedor | Plantear alternativas a las necesidades económicas y sociales que el sistema familiar no puede | Árbol de problemas, mapa de recursos, planes de emprendi | Trabajo social | Determinante del entorno social Determinante de autocuidado Determinante | Cambiar la forma en la que se piensa, siente y actúa hacia la edad y el envejecimiento Asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores |

| | | | | | | |
|--|--|------------|--------|--|---|--|
| | | satisfacer | miento | | de cultura y género Determinante económico | |
|--|--|------------|--------|--|---|--|

Capítulo V

5.1 Conclusiones

- Los significados que tienen las personas mayores frente a las labores de cuidado no remunerado surgen de las experiencias que han tenido en las diferentes etapas del ciclo de vida, pues en su niñez a través de la crianza se les fue transmitidos conocimientos, ideologías y percepciones que principalmente reproducían la idea de que las mujeres eran por naturaleza las encargadas de las labores de cuidado; sin embargo a partir de la construcción de su proyecto de vida, las personas mayores fueron reconfigurando sus ideas y prácticas, en el caso de las mujeres la mayoría cambió su percepción sobre la distribución del cuidado para que esta sea más equitativa desarrollando nuevas pautas de crianza en las siguientes generaciones y reconociendo que dichas actividades son una labor productiva necesaria para el bienestar y desarrollo familiar y social; sin embargo algunas continúan reproduciendo los mismos patrones en los que crecieron al no delegar responsabilidades o al no aceptar que los miembros de la familia voluntariamente asuman responsabilidades frente al cuidado.

Respecto a los hombres mayores entrevistados, en su juventud trabajaron remuneradamente y actualmente cuentan con mayor estabilidad económica debido a que son pensionados, añadiendo que las labores de cuidado no remuneradas que

ejercen en comparación con las mujeres implican menor esfuerzo y tiempo, ya que para ellos es opcional realizar estas actividades. Si bien, ellos reconocen la importancia del cuidado que proveen las mujeres, estas actividades no se configura como una forma de trabajo e incluso lo relacionan con esclavitud, así, el cuidado que ellos proveen desde la figura masculina representa una manera de ocupar el tiempo libre, distraerse o mantenerse activos.

- Con base en las afectaciones emocionales, la falta de garantías sociales y económicas, la desigualdad en la organización del cuidado entre el Estado, el mercado y la familia, y los obstáculos en el proyecto de vida que les ha traído a las mujeres el asumir la mayor responsabilidad en el ejercicio de cuidado no remunerado, ellas consideran que el Estado debería reconocer económicamente a quienes se dedican de tiempo completo a esta labor, además de generar acceso a oportunidades relacionadas con la educación continua, pensión, salud, emprendimiento, para garantizar envejecimientos más activos y saludables. Por el contrario, si bien los hombres consideran que estas actividades deberían ser remuneradas, explican que esta es una obligación exclusiva de las familias beneficiadas.
- El cuidado no remunerado juega un rol muy importante al interior de las familias, pues no solo representa las actividades necesarias para la supervivencia y el bienestar de sus miembros, sino que el cuidado mismo se configura como una base para la construcción de los vínculos intergeneracionales donde surgen sentimientos y emociones vinculadas al amor, afecto, protección y cariño, que permiten el reconocimiento del otro y dan lugar a la solidaridad intergeneracional a partir del intercambio de recursos simbólicos, emocionales y materiales permiten la satisfacción de necesidades entre las personas mayores y sus familias. De esta manera el cuidado que brindan las personas mayores representa una manera de amar y al recibir cuidado una forma de ser amadas y valoradas

por sus seres cercanos, esto ha permitido el fortalecimiento de las relaciones entre los mismos, donde para las mujeres mayores entrevistadas es satisfactorio cuidar de sus hijos y nietos y además representa una manera de mantenerse activas dentro de los roles de las familias lo que a su vez favorece otros aspectos del envejecimiento activo como lo es la participación, salud, independencia, productividad y el mantenimiento de relaciones sociales significativas.

- En las familias con ausencia de solidaridad intergeneracional, los vínculos con las personas mayores cuidadoras se ven afectados justamente por la falta de reconocimiento de la labor que ejercen y de las experiencias alrededor de esta, en estos casos las mujeres mayores consideran que las familias dan por hecho el cuidado que reciben, lo asumen como parte de una rutina y no le dan el valor que amerita, por lo cual el cuidar de ellos no representa una experiencia satisfactoria, identificando así sentimientos de abandono, decepción, tristeza, frustración, cansancio y estrés frente al cuidado que proveen. Sin embargo, estas mismas personas mantienen expectativas sobre cómo les gustaría que sus familias manifesten la reciprocidad del cuidado que reciben, como el compartir tiempo juntos, recibir más atención en sus necesidades, expresar la gratitud y el cariño.
- Varias personas mayores mantienen hábitos o realizan actividades de autocuidado como buscar espacios de descanso y entretenimiento, mantener vínculos sociales con la red primaria especialmente con el núcleo familiar y algunos amigos cercanos, participación social como lo es la iglesia, búsqueda de apoyo psicológico y espiritual. No obstante, las alternativas no alcanzan a ser suficientes para poder cuidar de sí mismas, pues algunas de estas no cuentan con redes de apoyo externas al núcleo familiar y aunque se han expuesto a riesgos físicos y mentales, al asumir el cuidado

como obligación y no contar con opciones para delegar actividades han privilegiado el cuidado de otros por encima de su propio bienestar.

5.2 Recomendaciones

5.2.1 A las personas mayores cuidadoras y a sus familias

- Es importante vincularse a actividades fuera del sistema familiar para mantenerse física y mentalmente saludable; es así como se les insta a las personas mayores a participar de los programas y proyectos dirigidos por la Alcaldía Mayor. En caso de no cumplir con los requisitos para acceder a estos programas, pueden asistir a espacios comunitarios como parques, iglesias, bibliotecas, entre otros.
- Se les invita a participar en el Sistema Distrital de Cuidado a través de las Manzanas de Cuidado, lo anterior para que en el ejercicio del cuidado no remunerado no descuiden su propio bienestar.
- A las familias se les recomienda en la medida de sus posibilidades brindar un reconocimiento económico a las labores de cuidado que ejercen las personas mayores, además del reconocimiento simbólico y afectivo por el cuidado que reciben.

5.2.2 A la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca y al Semillero de Vejez y

Envejecimiento

- Implementar el plan de intervención producto de la presente investigación para desde el trabajo social incidir en la promoción del envejecimiento activo de las personas mayores cuidadoras
- Generar espacios de encuentro y reflexión intergeneracional que den lugar a diálogos alrededor del cuidado, el envejecimiento activo y demás temas que transversalizan el proceso de envejecimiento de las personas.

- Implementar en el currículum académico temas relacionados con la economía del cuidado.
- Impulsar campos de práctica donde se trabaje en la atención de personas mayores y/o familias de personas mayores, para profundizar en las perspectivas de envejecimiento y el cuidado.

5.2.3 A los estudiantes y profesionales de Trabajo Social

- Mantener investigaciones flexibles donde se reconozca el agenciamiento de las personas mayores en búsqueda de romper con la perspectiva estereotipada sobre las mismas relacionada con la enfermedad, dependencia y carga social.
- Con base a las narrativas y situaciones presentadas diseñar más intervenciones desde los diferentes métodos, con base al reconocimiento de las labores de cuidado no remunerado a nivel micro y macrosocial, contribuyendo así a la construcción del tejido social a partir de la solidaridad intergeneracional.
- A partir de las problemáticas identificadas por los participantes diseñar intervenciones dirigidas a la promoción del envejecimiento activo y saludable en niñas, niños, jóvenes, adultos y personas mayores, con el fin de reducir los impactos negativos que se pueden presentar en la etapa de la vejez.

5.3 Logros de la investigación

- Con la presente investigación se logró comprender los diferentes significados que las personas mayores construyen alrededor del cuidado que le dan a sus familias, además se realizó una reflexión conjunta entre quienes participaron y las investigadoras alrededor del reconocimiento de las labores de cuidado como un trabajo que no solo aporta a nivel económico y social sino que es fundamental al interior de las familias para la construcción de vínculos intergeneracionales de solidaridad y cuidado.

- Con la presente investigación se logró participar en dos ponencias a nivel regional y nacional



EL CONETS- CONSEJO NACIONAL DE ESCUELAS DE TRABAJO SOCIAL

CERTIFICA QUE

**María Camila Romero Farías con CC. 1000713112 y
Yahara Valentina Silva Velasco con CC. 1001294138**

PARTICIPARON EN EL I ENCUENTRO NACIONAL DE SEMILLEROS DE INVESTIGACIÓN DE TRABAJO SOCIAL EN COLOMBIA REALIZADO LOS DÍAS 27 Y 28 DE ABRIL DE 2022 DE MANERA VIRTUAL EN LA CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS CON LA PONENCIA "El envejecimiento activo de las personas mayores que ejercen labores de cuidado no remuneradas."

Bogotá, Colombia 09 de junio de 2022

Wilson Herney Mellizo Rojas
Comisión Académica
Encuentro Nacional de Semilleros de Investigación de Trabajo Social en Colombia

Más información en: encuentronacionalsemillerosts@gmail.com

ORGANIZAN:



- Encuentro regional de semilleros de investigación realizada en modalidad virtual del 8 al 12 de agosto de 2022



XX ENCUENTRO REGIONAL DE SEMILLEROS DE INVESTIGACIÓN
NODO BOGOTÁ - CUNDINAMARCA



La Fundación Red Colombiana de Semilleros de Investigación RedCOLSI
Nº. 900.014.966-5

Certifica que:

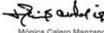
Yahara Valentina Silva Velasco
C.C. 1.001.294.138

Participó como ponente en el
XX Encuentro Regional de Semilleros de Investigación
Nodo Bogotá - Cundinamarca

Que se llevó a cabo del 8 al 12 de agosto de 2022, en modalidad virtual
Se firmó en Bogotá, D.C., a los trece (13) días del mes de septiembre de 2022.



Carlos Edwin Carranza Guierrez
Coordinador Nodo Bogotá Cundinamarca,
Fundación Red Colombiana de Semilleros de Investigación.



Mónica Calero Manzano
Inscrita (I) Nivel 1, Nodo Bogotá Cundinamarca,
Fundación Red Colombiana de Semilleros de Investigación.




XX ENCUENTRO REGIONAL DE SEMILLEROS DE INVESTIGACIÓN
NODO BOGOTÁ - CUNDINAMARCA



La Fundación Red Colombiana de Semilleros de Investigación RedCOLSI
Nº. 900.014.966-5

Certifica que:

María Camila Romero Farías
C.C. 1.000.713.112

Participó como ponente en el
XX Encuentro Regional de Semilleros de Investigación
Nodo Bogotá - Cundinamarca

Que se llevó a cabo del 8 al 12 de agosto de 2022, en modalidad virtual
Se firmó en Bogotá, D.C., a los trece (13) días del mes de septiembre de 2022.



Carlos Edwin Carranza Guierrez
Coordinador Nodo Bogotá Cundinamarca,
Fundación Red Colombiana de Semilleros de Investigación.



Mónica Calero Manzano
Inscrita (I) Nivel 1, Nodo Bogotá Cundinamarca,
Fundación Red Colombiana de Semilleros de Investigación.



Referencias

- Alcaldía Mayor de Bogotá. (2006). Acuerdo 254 de 2006. "*Por medio del cual se establecen los Lineamientos de la Política Pública para el envejecimiento y las personas mayores en el Distrito Capital y se dictan otras disposiciones*". Artículos 1-4.
<https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=22229>
- Cancio-Bello Ayes, C. ., Lorenzo Ruiz, A. ., & Alarcó Estévez, G. . (2020). *Autocuidado: una aproximación teórica al concepto*. *Informes Psicológicos*, 20(2), 119–138.
<https://doi.org/10.18566/infpsic.v20n2a9>
- Batthyány, K. (2020). *Recorridos latinoamericanos de los cuidados*. En Arraiga, I. et al. *Miradas latinoamericanas a los cuidados*.
<http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/se/20201209035739/Miradas-latinoamericana.pdf>
- Bazo.M, (2011), *Envejecimiento poblacional y el reto de la dependencia, El desafío de los sistemas sanitarios y sociales de España y Europa*, https://naullibres.com/wp-content/uploads/2019/06/9788476428375_L33_23.pdf
- Bazo.M, (2012), *Relaciones familiares y solidaridad intergeneracional en las nuevas sociedades envejecidas*, *Panorama Social* Número 15, https://www.funcas.es/wp-content/uploads/Migracion/Articulos/FUNCAS_PS/015art10.pdf
- Beltran, A; Rivas, A. (2013). *Intergeneracionalidad y multigeneracionalidad en el envejecimiento y la vejez*. *Tabula Rasa*, núm. 18, pp. 303-320.
<https://www.redalyc.org/pdf/396/39629177014.pdf>
- Bonilla, E., & Rodríguez, P. (2005). *Más allá de los métodos. La investigación en ciencias sociales*. Ed Norma, Colombia, 118

<https://laboratoriociudadut.files.wordpress.com/2018/05/mas-alla-del-dilema-de-los-metodos.pdf>

Bravo. J, Corredor.Z y Campo. H, (2018), *Las características de las relaciones intergeneracionales abuelo-nieto en 80 familias del Colegio Rafael Uribe Uribe de la localidad de Ciudad Bolívar de Bogotá D.C*, Universidad de La Salle. Facultad Ciencias de la Educación. Maestría en Docencia,
https://ciencia.lasalle.edu.co/cgi/viewcontent.cgi?article=1408&context=maest_docencia

Camargo. G, (2020), *Abuelo cuidador, ¿una opción o imposición de vida?*,
<https://scripta.up.edu.mx/bitstream/handle/20.500.12552/5466/A045484.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Campoy, T y Gomes, E. (2009). *Técnicas e instrumentos cualitativos de recogida de datos*.
https://proyectos.javerianacali.edu.co/cursos_virtuales/posgrado/maestria_asesoria_familiar/Investigacion%20I/Material/29_Campoy_T%c3%a9cnicas_e_instrum_cualit_a_recogidainformacion.pdf

Carrasco. C, Borderías .C y Torns. T, (2011), *El trabajo de cuidados historia, teoría y políticas*, Colección economía crítica y ecologismo social,
https://www.fuhem.es/media/cdv/file/biblioteca/Economia_critica/El_trabajo_de_cuidados_C. Carrasco C. Borderias T. Torns.pdf

CEPAL. (2018). *Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo*
 . https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629_es.pdf

Congreso de Colombia. (Julio, 2017). *Ley 1850 de 2017*.
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/INEC/IGUB/ley->

[1850-de-2017.pdf](#)

Congreso de Colombia. (Julio, 2020). *Ley 2040 de 2020. Art. 1.*

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=137231#>

Congreso de Colombia. (Noviembre, 2008). *Ley 1251 de 2008. Art.1.*

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=33964>

Congreso de la República colombiana. (Noviembre, 2010). *Ley 1413 de*

2010.https://oig.cepal.org/sites/default/files/2010_ley1413_col.pdf

Congreso de la República de Colombia. (Julio, 2017). *Ley 1850 de 2017. Art. 5to -34A*

https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1850_2017.htm

Constitución Política de Colombia. (1991). *Artículos. 46 y 93.*

<https://pdba.georgetown.edu/Constitutions/Colombia/colombia91.pdf>

Coll, L & del Valle Gómez, G. (2011). *Relaciones sociales y envejecimiento saludable.*

<https://fiapam.org/wp-content/uploads/2013/07/RelacionssocialesESP.pdf>

Cuesta. A, (2020), *Envejecimiento activo, objetivos y principios: retos para el trabajo social,*

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7606570>

Curcio. L; Hoover. J; González. A y Ávila. C. (2020). *Percepción de envejecimiento y vejez,*

<https://repositorio.ucaldas.edu.co/handle/ucaldas/15108>

Dakduk, S. (2010). *Envejecer en casa: el rol de la mujer como cuidadora de familiares*

mayores dependientes. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-37012010000200005

Defensoría del Pueblo de Colombia. (2021). *Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores. Art.1.*

<https://www.defensoria.gov.co/public/pdf/ConvencionProteccionDerechosHumanosPersonasMayores-EdEspecial.pdf>

Díaz. L, Torruco.U, Martínez.M y Varela. M, (2013), *Metodología de investigación en educación médica*, http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572013000300009&script=sci_arttext

Esquivel, V. et al. (2012). *Hacia la conceptualización del cuidado: familia, mercado y estado*. En Esquivel, V. et al . Las lógicas del cuidado infantil. Entre las familias, el Estado y el mercado. <https://static.ides.org.ar/archivo/cddhh/2012/06/Libro-cuidado.pdf#page=12>

Esquivel, V. (2013). *El cuidado en los hogares y las comunidades*.

<https://oxfamilibrary.openrepository.com/bitstream/handle/10546/302287/rr-care-background-071013-es.pdf;jsessionid=831DF9A7A29CE85FC70A0D05AACDA2F5?sequence=2>

Falla. U, Gómez.C y Rodríguez. R, (2018), *La Experiencia del Trabajo Social Estudios en Fenomenología Social*, <https://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/libros/libros-000120.pdf>

Falla Ramírez, U. (2020). *La fenomenología social, horizonte de posibilidades para el Trabajo Social*. En: Gil Claros, M. F. (Ed. Científica). *Pensando la Intervención Social*. (pp. 25-38). Cali, Colombia: Editorial Universidad Santiago de Cali.
<https://orcid.org/0000-0001-5620-1360>

Gómez. J y Curcio. C, (2021), *Salud del Anciano*, Sello Editorial Universidad de Caldas, <https://www.jstor.org/stable/j.ctv2c3k2d4>

Hernández. R, Collado. C y Baptista. M, (2014), *Metodología de la investigación*, <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Hurtado. L, Escobar. S y Coral.S, (2020), *Diagnóstico social en el marco de los determinantes del envejecimiento activo con las personas beneficiarias de la Pastoral*

Social de las parroquias San Efrén, San Pablo Claver y San Eugenio de la Diócesis de Fontibón durante el año 2020

[https://repositorio.unicolmayor.edu.co/flip/index.jsp?pdf=/bitstream/handle/unicolmayor/173/Diagn%
c3%b3stico%20Social%2c%20determinantes%20del%20Envejecimiento%20Activo%20Parroquias%202020.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.unicolmayor.edu.co/flip/index.jsp?pdf=/bitstream/handle/unicolmayor/173/Diagn%c3%b3stico%20Social%2c%20determinantes%20del%20Envejecimiento%20Activo%20Parroquias%202020.pdf?sequence=4&isAllowed=y)

Izcara.S y Andrade.K, (2003), *La entrevista en profundidad: teoría y práctica*,

https://www.researchgate.net/profile/Simon-Izcara-Palacios/publication/271516834_LA_ENTREVISTA_EN_PROFUNDIDAD_TEORIA_Y_PRACTICA/links/58949701a6fdcc45530efb32/LA-ENTREVISTA-EN-PROFUNDIDAD-TEORIA-Y-PRACTICA.pdf

Lopez, C. (Noviembre 2020) . *La economía del cuidado: un sector productivo*.

<https://library.fes.de/pdf-files/bueros/kolumbien/16872-20201124.pdf>

López. E y Findling. L, (2018), *Cuidados y Familia*, Los senderos de la solidaridad

intergeneracional, https://www.researchgate.net/profile/Liliana-Findling/publication/325019530_httpswwwteseopresscomcuidadosyfamilias_Cuidados_y_familias_los_senderos_de_la_solidaridad_intergeneracional/links/5eb47d3a299bf1287f750f0d/https-wwwteseopresscom-cuidadosyfamilias-Cuidados-y-familias-los-senderos-de-la-solidaridad-intergeneracional.pdf#page=9

López. L, (2021), *¿quién cuida a quién? Aportes de las personas adultas mayores*,

<https://ezproxy.unicolmayor.edu.co:2137/socscijournals/docview/2608507272/fulltext/1BB33C2FD57B42D8PQ/1?accountid=50438>

Marin, L y Ospina, L. (2014). *Discursos y prácticas de crianza en la primera infancia: una construcción sociocultural de las relaciones de género y generación en la familia*.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4924416>

Martín, J, et al. (2020). *Escala de envejecimiento activo*.

https://doi.org/10.7179/PSRI_2021.37.06

Martinez, J. (2011). *Métodos de investigación cualitativa*.

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/49747830/64-207-1-PB-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1650679450&Signature=ISQCC-uILgas623iOtxtokapApLaSuoDdgZbAIL3KddF213Zru7sbyfcUBDd9I0udxaWgNA~~inOOYbG8Wuomt-mmol-p1t57J-2xLcH9qB9IIAAicJ41E~jTFB2AvzMYfcoJ~TgDvR1hrGZT3pKcaUNsc7VhweTCFpxD-2D1ih030bAMoCA-0mUD-FJu-yPs4zcQWJ5DQ9BFQUa7p~Ccy3m4tDHL3DC-WNg0dF~9XBrSu1yzHFNfr~YMT9c6DLfAKb~m5mry1W-GzYKwgqozu8mbtv0HqmDXrMCu7APDya3KYFD3bS1rBxJacfHz4yPjhi04IaK~D~T2m68CHyCw_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Michelsen, C y Castellanos, J. (2020). *Diferencias de género en la incidencia de realizar actividades no remuneradas en el mercado laboral*.

<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/49341/DIFERENCIAS%20DE%20G%c3%89NERO%20EN%20LA%20INCIDENCIA%20DE%20REALIZAR%20ACTIVIDADES%20NO%20REMUNERADAS%20EN%20EL%20MERCADO%20LABORAL%20.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Ministerio de Salud y Protección Social - Oficina de Promoción Social, (Junio, 2013), *Envejecimiento Demográfico. Colombia 1951-2020 Dinámica Demográfica Y Estructuras Poblacionales*,

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/Envejecimiento-demografico-Colombia-1951-2020.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social - Oficina de Promoción Social. (Mayo, 2019). *Sala situacional de la Población Adulta Mayor*. (pp 5-9).

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/sala-situacional-poblacion-adulta-mayor.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (Agosto, 2015). *Política Colombiana de Envejecimiento Humano y Vejez 2015-2024*.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/Pol%C3%ADtica-colombiana-envejecimiento-humano-vejez-2015-2024.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (Mayo, 2022). *Decreto número 681 de 2022*,

<https://dapre.presidencia.gov.co/normativa/normativa/DECRETO%20681%20DEL%202022%20DE%20MAYO%20DE%202022.pdf>

Morales, M citada en Gutiérrez L. (comp.) (2021). *Violencia cotidiana y fenomenología*.

Apuestas teóricas y políticas desde el Trabajo Social Latinoamericano. La Plata : Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Trabajo Social. Recuperado de <http://www.trabajosocial.unlp.edu.ar/libros>

Moreno. N. (2018), *La economía del cuidado: división social y sexual del trabajo no remunerado en Bogotá*, Revista Latinoamericana de Estudios de Familia,

<https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/revlatinofamilia/article/view/3055/2830>

Naciones Unidas. (2015). *Declaración Universal de los Derechos Humanos (DUDH)*,

https://www.un.org/es/documents/udhr/UDHR_booklet_SP_web.pdf

Navarro, N. (2017). *Áreas de acción profesional del trabajo social gerontológico*.

<https://revista.trabajosocial.or.cr/index.php/revista/article/view/319/413>

Organización de las Naciones Unidas (2019), *Envejecimiento, Naciones Unidas - Paz,*

dignidad e igualdad en un planeta sano, <https://www.un.org/es/global>

Organización de los Estados Americanos. (1988). *Protocolo de San Salvador*. Art.17.

<https://www.oas.org/es/sadye/inclusion-social/protocolo-ssv/docs/protocolo-san-salvador-es.pdf>

Organización Mundial de la Salud (2021), *Envejecimiento y salud*,

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Organización Mundial de la Salud. (2002), *Envejecimiento Activo: un marco político*,

https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/vejez/oms_envejecimiento_activo.pdf

Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe Mundial Sobre el Envejecimiento y la Salud*.

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf

Rincón. C, (2019), *Mujeres mayores: cuidado y proyectos de vida*,

<https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/76970/Mujeres%20mayores%2C>

[%20cuidado%20y%20proyectos%20de%20vida.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/76970/Mujeres%20mayores%2C%20cuidado%20y%20proyectos%20de%20vida.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Rivero, S. C, & Agoiz, A. B. (2019). *Envejecimiento activo y ciudadanía senior*. *Empiria*,

(43), 59-87. <http://dx.doi.org/10.5944/empiria.43.2019.24299>

Rodríguez. C, (2015), *Economía feminista y economía del cuidado*, Aportes conceptuales para el estudio de la desigualdad,

https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/47084/CONICET_Digital_Nro.09d94

[638-7418-4ac1-8de7-ad4258313f48_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/47084/CONICET_Digital_Nro.09d94638-7418-4ac1-8de7-ad4258313f48_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Rodríguez. C, (2007), *Economía del cuidado, equidad de género y nuevo orden*

económico internacional, <http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/sur->

[sur/20100705083822/22RodriguezE.pdf](http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/sur-sur/20100705083822/22RodriguezE.pdf)

Ruiz. E, (2015), *Envejecimiento y vejez Categorías y conceptos*,

<https://ezproxy.biblored.gov.co:2152/viewepub/?id=52095>

Ruiz. E, (2017), *Envejecimiento Del nacer al morir*,

<https://ezproxy.biblored.gov.co:2152/viewepub/?id=52101>

Sanchez. M, (2009). *Intergeneracionalidad y envejecimiento activo de las personas mayores aportación de los programas intergeneracionales*, *Nuevas miradas sobre el*

envejecimiento (Vol. I, pp.299-297). Instituto de Mayores y Servicios Sociales.

https://books.google.com.co/books?id=m9UCoyC3po8C&lpg=PT294&ots=zZIL_vdPf7&dq=intergeneracionalidad%20y%20envejecimiento%20activo&lr&hl=es&pg=PT3#v=onepage&q=walker%202006&f=false

Santacruz, C; Chavarro, D; Venegas, L; G, A & Cano, C. (2019). *Desigualdades entre mujeres y hombres mayores y menores de setenta años. Encuesta Salud, Bienestar y Envejecimiento (SABE) Colombia 2015*. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.umed60-3.sabe>

Serrano, A; Artiaga, A y Crespo, E. (2019). *El género de los cuidados: repertorios emocionales y bases morales de la microsolidaridad*. <http://dx.doi.org/10.5477/cis/reis.166.153>

Trindade. V, (2016), *Entrevistando en investigación cualitativa y los imprevistos en el trabajo de campo: de la entrevista semiestructurada a la entrevista no estructurada, Técnicas y estrategias en la investigación cualitativa*, http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/53686/Documento_completo_-_%20Cortazzo%20CATEDRA%20.pdf-PDFA.pdf?sequence=1

World Health Organization, (2002), *Active Ageing A Policy Framework*, https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Zamarrón. M, (2013), *Envejecimiento activo: un reto individual y social*, Sociedad y Utopía. Revista de Ciencias Sociales, n.º 41. Mayo de 2013 (pp. 449-463), https://observatorio.campus-virtual.org/uploads/31218_Zamarron_SU2013_Envejecimiento.pdf

Anexos

Anexo A: Matriz antecedentes teórico-prácticos

| Número de referencia | Edición y fuente del documento | Título y fecha de publicación | Autor (es) | Contenido y conclusiones |
|----------------------|--|---|--|---|
| 1 | 43 - Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED) http://dx.doi.org/10.5944/empiria.43.2019.24299 | <i>Envejecimiento activo y ciudadanía senior</i> (2019) | Rivero Santiago Cambero y Agoiz Artemio Baigorri | <p>Los autores hacen un recorrido teórico de lo que se conoce como envejecimiento activo y las implicaciones del mismo en temas políticos, económicos y sociales; para iniciar hay que entender que el concepto nace en el S.XX en EEUU producto del aumento de la población longeva por los avances médicos y tecnológicos de allí surge la necesidad de romper con paradigmas tradicionales que ubican a dicha población como seres sin agencia e improductivos, las primeras apariciones del concepto fueron con autores como Cavan, Burgess, Havinghurst y Goldhamer. El concepto tiene como ideas principales la productividad, la calidad de vida, el bienestar mental y físico del adulto mayor que más adelante se introdujeron en la ONU en el 2002.</p> <p>Así pues, el envejecimiento activo tiene por objetivo ampliar las oportunidades y el acceso a la salud, seguridad y participación social del adulto mayor, ahora bien, para llevar la teoría a la práctica es necesario realizar acciones que reduzcan las desigualdades sociales y económicas entre la población mayor; por ejemplo: el Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento planteado por la ONU y en el caso de España el Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento dichos planes reafirmaron los derechos humanos de los cuales deben gozar los adultos mayores sin excepción y dieron lineamientos para trabajar la vejez.</p> <p>De lo anterior surgen corrientes o movimientos como poder gris en europa que buscan mantener la participación social de los adultos mayores lo que da paso a que la población ya mencionada sean agentes de bienestar, esto quiere decir que los adultos mayores desempeñan roles que si bien no son remunerados aportan al bienestar social tratándose no solo de labores de cuidado, por el contrario se generan aportes intelectuales que ayudan al desarrollo social y económico.</p> <p>Para concluir los autores explican que la solidaridad intergeneracional se refiere al intercambio y</p> |

| | | | | |
|---|---|---|-----------------------|---|
| | | | | nuevas formas de relacionarse entre generaciones, este enfoque lo busca es construir comunidades solidarias, recíprocas y condiciones sociales para todas las edades a través de planes, programas y políticas públicas o privadas que se alejen de lo multi intergeneracional y permitan el envejecimiento activo. |
| 2 | Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales, Carrera de Trabajo Social http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/31767 | Estudio del fenómeno de las abuelas y los abuelos cuidadores (2020) | Cinthya Agila Tene | <p>El objetivo principal de esta investigación cuantitativa, fue realizar un diagnóstico de la situación y el rol de las abuelas y abuelos cuidadores de zonas urbanas y rurales de el cantón Ambato en Tungurahua; para ello se propuso identificar las actividades y frecuencia del cuidado de los nietos, las razones por las cuales aceptaron el rol de cuidador, y las consecuencias de este ejercicio. Esta investigación fue de corte cuantitativo con estudio descriptivo, contó con la participación de 300 adultos mayores, de los cuales 64 eran hombres y 236 mujeres.</p> <p>Como producto de este trabajo se concluyó que que las labores de cuidado la ejercen mayoritariamente las abuelas por línea materna, siendo las mujeres las mayores proveedoras de cuidado innato en la familia; con respecto al tiempo de cuidado, entre más comparten los nietos con abuelos las relaciones intergeneracionales se fortalecen; los abuelos y abuelas asumen el rol de madres y padres sustitutos principalmente por cuestiones laborales de los progenitores; los abuelos sienten satisfacción al asumir esta responsabilidad ya que se sienten amados y útiles para sus hijos, sin embargo, el 42% de los entrevistados afirmaron sentir en algún punto sobrecarga en medidas desde raramente hasta muy frecuentemente; finalmente, la autora concluye que en los peores casos de sobrecarga junto con otros factores de salud mental y física, los adultos mayores podrían llegar a sufrir del Síndrome de abuelo esclavo.</p> |
| 3 | Universidad Panamericana Campus Bonaterra, Escuela de pedagogía, Educación familiar. https://scripta.up.edu.mx/handle/20.500.12552/5466 | <i>Abuelo cuidador, ¿una opción o imposición de vida?</i> (2020) | Ligia Camargo Barbosa | <p>Esta investigación de maestría en educación familiar, estuvo orientada a conocer la situación familiar y social de los abuelos para identificar los motivos que llevaron a los adultos mayores a asumir la responsabilidad de ser los cuidadores de los nietos. Para ello se realizó una investigación mixta no experimental, que contó con 266 participantes adultos mayores de 60 años de Aguascalientes, México, que ejercieran actividades de cuidado con sus nietos.</p> <p>La conclusiones y resultados indican que las principales razones por las cuales acudían a los nietos es porque los hijos trabajan y deben ayudarlos o para contribuir a las metas profesionales de los hijos, ya que ellos en su juventud no lo consiguieron; sin embargo, independientemente de la condición socioeconómica, la</p> |

| | | | | |
|---|---|---|-------------------------------------|---|
| | | | | <p>mayoría de entrevistados afirmaron que pueden llegar a asumir exceso de responsabilidades; adicionalmente más del 50% de los adultos mayores preparan los alimentos para sus nietos, asumiendo los gastos de los mismos y el cuidado en sus propias casas, más del 50% no tienen seguro social o servicios médicos; el 60.6% se encargan de cuidar hasta 3 nietos; el 70% afirmaron estar en desacuerdo con el cuidado de los nietos ya que es responsabilidad de los progenitores o porque ya no se sienten en las capacidades de hacerlo y prefieren disfrutar de sus propios espacios y libertad; el 81.2% consideran que es un abuso por parte de sus hijos delegar esta responsabilidad; finalmente el 37% de los entrevistados no conoce sus derechos como adulto mayor. La autora concluye explicando que los principales factores por los cuales los abuelos cuidan de sus nietos es por la dependencia emocional o económica hacia sus hijos.</p> <p>Frente a lo anterior, Camargo hace una propuesta de intervención para mejorar la comunicación en los integrantes de la familia y sensibilizar a los progenitores para que asuman el cuidado de los hijos y de los adultos mayores y de esta manera se mitiguen los casos de violencia, negligencia y abandono al adulto mayor. La propuesta consta de las siguientes fases:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Entrevista primer contacto por contacto de adulto mayor o derivación del caso. 2. Diagnóstico para conocer la situación económica, salud, jurídica, social y familiar del adulto mayor. 3. Entrevista personal al adulto mayor. 4. Resultado diagnóstico y aceptación de la intervención por parte del adulto mayor. 5. Elaboración de cronograma de tareas. 6. Dar a conocer a los familiares que se activó el protocolo de intervención y la situación de crisis del adulto mayor. 7. Participación del adulto mayor y familia para la construcción de soluciones. 8. Exposición del plan de acción y delegación de responsabilidades. 9. Visitas de control. |
| 4 | Universidad de La Salle. Facultad Ciencias de la Educación. Maestría en | <i>Las características de las relaciones intergeneracionales abuelo-nieto</i> | Jairo Bravo, Zaira Corredor y Heber | <p>La investigación tuvo como objetivo principal caracterizar las relaciones intergeneracionales abuelo-nieto de las 80 familias participantes, ya que la institución evidenció que la mayor parte del tiempo los niños y niñas estaban pasándolo bajo el cuidado de los abuelos, quienes asumen la responsabilidad de educación entre muchas otras, cuestión que refleja la situación de muchas de las</p> |

| | | | | |
|---|--|---|---|---|
| | <p>Docencia https://ciencia.lasalle.edu.co/cgi/viewcontent.cgi?article=1408&context=maest_docencia</p> | <p><i>en 80 familias del Colegio Rafael Uribe Uribe de la localidad de Ciudad Bolívar de Bogotá D.C (2018)</i></p> | <p>to Camp o</p> | <p>familias de la sociedad actual y que por lo tanto se hace necesario redefinir el rol de los abuelos en relación con sus nietos y familias. Con esta investigación se propuso identificar los roles del abuelo en la educación familiar, describir las relaciones entre abuelos y nietos y finalmente diseñar una propuesta de educación familiar para el mejoramiento de las relaciones intergeneracionales.</p> <p>Esta investigación cualitativa dio lugar a las siguientes conclusiones: dentro de los principales roles del abuelo se encuentran el de trasmisión de valores, cuidado, protector y mediador; las relaciones entre abuelo-nieto se caracterizaron por ser de confianza, autoridad, escucha activa y confidencialidad, las cuales son gratificantes para las partes en especial para los adultos mayores ya que sienten más participación en el núcleo familiar; con respecto a la propuesta pedagógica se creó el taller “cerrando la brecha intergeneracional” que permitió espacios de reflexión sobre el rol de los abuelos en la familia y en la educación de los nietos; finalmente los autores afirman que “los abuelos sirven como una fuerza estabilizadora de la familia y actúan como un recurso para sus hijos y nietos” (Bravo.J, et al, 2018, p. 84)</p> |
| 5 | <p>Universidad de Cartagena Facultad de Ciencias Sociales Y educación programa Trabajo Social https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/6127/COINCIDENCIAS ADULTOS %20MAYO RES CONDICI%3%93N%20DISCAPACIDAD %20NI%3%91OS%20DE%20M%3%9ASIC</p> | <p><i>“Sistematización de experiencias de coincidencias entre los y las adultos (as) mayores en condición de discapacidad y los y las niños (as) de música que posibiliten la convivencia entre diferencias de grupos etarios en la fundación Granitos de Paz” (2017)</i></p> | <p>Soni Maur e y Merce des Patern ina</p> | <p>La investigación se realizó bajo la IAP y el paradigma hermenéutico y crítico-social; esta tuvo por objetivos fomentar espacios de intercambio intergeneracional, trabajar en la percepción de la discapacidad y fortalecer las relaciones entre los participantes, por medio de la metodología de investigación IAP con quince adultos mayores y siete niño(a)s; dentro de las actividades realizadas por las autoras se encuentran sociodramas, árbol de problemas, grupos de discusión y talleres.</p> <p>Producto de IAP los participantes reconstruyeron el concepto que tenían de discapacidad reorientando a entender que la discapacidad inicia en el contacto con el mundo externo, además, el grupo logró generar cohesión y encontró similitudes en condiciones de vida, gustos e intereses.</p> |

| | | | | |
|---|---|---|-----------------------|--|
| | A%20POSITIVIDAD%20CON%20VIVENCIA%20DIFERENCIAS%20GRUPOS%20DE%20ADULTOS%20EN%20LA%20VEJEZ%20UNIRIOJA.pdf?sequence=1 | | | |
| 6 | Zerbitzuan: Gizarte zerbitzuetara ko aldizkaria = Revista de servicios sociales, ISSN 1134-7147, N°. 72, 2020, págs. 49-60 Envejecimiento activo, objetivos y principios: retos para el trabajo social - Dialnet (unirioja.es) | <i>Envejecimiento activo, objetivos y principios: retos para el trabajo social (2020)</i> | Ana Belén Cuesta Ruíz | <p>Cuesta explica que cada día son más los adultos mayores, pues la tasa de envejecimiento ha ido en aumento y actualmente se presenta la tasa de natalidad más baja de la historia, de lo anterior surge la necesidad de hacer un cambio de paradigma sobre el envejecimiento, que sea positivo y no considere a esta población como un aglomerado homogéneo, sino como un grupo de personas diversas con situaciones específicas que requieren respuestas particulares (2020).</p> <p>Específicamente, el envejecimiento activo tiene dos dimensiones importantes, la primera es la microsociedad la cual corresponde a la situación personal del adulto mayor ; la segunda es la macrosociedad, la cual se relaciona con la responsabilidad de crear las políticas suficientes para garantizar las condiciones necesarias que den lugar al envejecimiento activo (Zambrano, 2013, citado en Cuesta,2020).</p> <p>Lo anterior, está sumamente relacionado con el quehacer del Trabajo Social, pues entre los objetivos de esta profesión-disciplina se encuentra buscar el mejoramiento de la calidad de vida y la promoción de las potencialidades de las personas, al igual que la defensa de los derechos humanos, lo que incluye a los adultos mayores. (Cuesta,2020). El Trabajo Social tiene la responsabilidad de impactar en las situaciones de exclusión social, dependencia, abandono y demás experiencias negativas de los adultos mayores, a partir de intervenciones integrales que den lugar a la promoción de los determinantes del envejecimiento activo. De igual manera, la incidencia que puede tener el trabajo social al darle protagonismo e incentivar la participación activa de los adultos mayores en el diseño y ejecución de políticas, planes y programas que promuevan el envejecimiento activo en la sociedad actual, es fundamental (Cuesta,2020).</p> <p>La autora concluye recalcando la responsabilidad que tiene el trabajo social frente a la promoción del envejecimiento activo desde la intervención individual, familiar y comunitaria, hace énfasis en que la acción del</p> |

| | | | | |
|---|--|---|--|--|
| | | | | profesional debe ser integral y debe estar orientada a responder a las necesidades particulares de los adultos mayores partiendo de la diversidad de cada uno de ellos, de igual manera propone como reto la vinculacion y participacion activa de los adultos mayores en la construcción de políticas, planes y programas que inciden en el envejecimiento activo. |
| 7 | No 37 (2021): Revista Interuniversitaria https://doi.org/10.7179/P/SRI_2021.37.06 | <i>Escala de envejecimiento activo (2020)</i> | Juan Martín, Pedro Aleman y Regina Castellanos | <p>La investigación de metodología cuantitativa tuvo por muestra a 300 adultos mayores los cuales según la media tienen 70 años y pertenecen a las siguientes estructuras familiares: El 37,7% unipersonal, el 37,3% nido vacío, 12% nuclear con algún hijo/a y 12,9% encuentran convivencia con alguien externo a la familia; además, de los entrevistados solo el 49% tiene estudios medios o superiores, el 24,3% son bachilleres y el 11% solo tienen primaria.</p> <p>Los instrumentos se realizaron con base a los determinantes de envejecimiento activo de la Organización Mundial de la Salud (2015) los cuales son personales ligados a lo biológico de cada persona, comportamentales; y determinantes externos donde entra lo ambiental, económico, social, servicios sociales y sanitarios. De cada determinante los autores sacaron entre 5 y 7 indicadores, 23 ítems de análisis factorial y lo manejaron en escala likert.</p> <p>Dentro de las conclusiones los autores destacan la importancia de ampliar el objeto de estudio a personas mayores de diferentes clases sociales y con condiciones de educación variadas; destacan lo importante que es el bienestar social y físico, la estabilidad económica y ser prosocial para envejecer activamente. Por último, invitan a trabajar lo que implica el envejecimiento activo con personas no jubiladas para cambiar las perspectivas negativas que se puedan tener sobre envejecer y plantean que lo encontrado para la intervención social podría facilitar “cualquier diseño de un plan de intervención individual para promover un envejecimiento activo en pro de un mayor bienestar y calidad de vida” (Martín et al., 2020, p.108).</p> |
| 8 | Revista de Ciencias Sociales; San Jose N.º 171, (2021): 15-35,217 https://ezproxy.unicolmayor.edu.co:2137/socscijo | <i>¿Quién cuida a quién? Aportes de las personas adultas mayores (2021)</i> | Luis Ángel López Ruiz | <p>El estudio se llevó a cabo a través de la metodología cuantitativa-exploratoria con base en encuestas de uso del tiempo libre de Enut 2017. En consecuencia con lo mencionado en el párrafo anterior el autor realizó tres cuestionarios con un total de 10 indicadores manejando los siguientes factores: labores domésticas, administración del hogar, cuidado de niños y apoyo a otros hogares, cuidado a personas dependientes y cuidado a personas no dependiente; dicha información se cruzó desde un análisis factorial.</p> |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | urnals/docview/2608507272/fulltext/1BB33C2FD57B42D8PQ/1?accountid=50438 | | | <p>El autor concluyó que todos demandan y brindan cuidados en las diferentes etapas de la vida, que las labores de cuidado aunque se han designado como algo implícito de las mujeres para el caso de los hombres se les designa más labores de cuidado cuando más edad estos tienen; finalmente el autor resalta que “faltan más estudios, tanto cuantitativos como cualitativos, que den cuenta sobre la forma en que se transita durante estas últimas etapas de la vida con respecto a la dimensión de los cuidados, sobre todo, entre las personas más longevas dentro de la población adulta mayor. Aquí, no puede asumirse que la población adulta mayor conforma un grupo homogéneo que brinda los mismos tipos de cuidado o posee las mismas necesidades” (López, 2021, p. 28).</p> |
| 9 | <p>Tipo: libro ISBN 978-958-759-242-9. Misión Caldas envejece (ucaldas.edu.co)</p> | Percepción de envejecimiento y vejez (2020) | Lucía Curcio, José Hoover, Andrea González y Carmen Ávila | <p>Los autores, explican que el concepto de envejecimiento se puede entender desde tres perspectivas: la biológica como un proceso de cambios fisiológicos; cronológica con el aumento de los años; y como una construcción sociocultural que cambia de significado según la sociedad, época y cultura. Adicionalmente, mencionan dos tipos de envejecimiento; el humano, el cual hace referencia a un proceso vital de cambios a nivel personal, familiar y social que inician desde el momento de la concepción; y el envejecimiento poblacional, que se da cuando hay un incremento significativo de personas en edad avanzada. Con respecto a la vejez, las y los autores explican que esta corresponde a una etapa natural de la persona y que su vez está ligado al constructo de la edad, las representaciones sociales determinan lo que se entiende por vejez, las características que se le otorgan al adulto mayor, el lugar que ocupa y el vínculo con la sociedad y familia.</p> <p>En esta investigación se acudió a las voces de los adultos mayores para acercarse a la autopercepción que ellos tenían sobre el envejecimiento y vejez a partir de sus vivencias y entorno donde han vivido. Para los entrevistados “ el envejecimiento es un proceso natural que denota la trayectoria de vida y siempre está atravesado por la cultura, la cual le otorga diversos significados, especialmente de discriminación, esto se hace evidente en las diferentes formas de denominar a este grupo poblacional”(p.81, 2020), si bien muchos de los participantes entienden el envejecimiento como algo que hace parte natural de la vida, se sienten satisfechos y lo asocian con un cúmulo de experiencias, varios también hacen referencia a la disminución de capacidades, posibilidades y actividades debido a la sociedad y cultura</p> |

| | | | | |
|----|--|---|--|--|
| | | | | <p>estereotipada que los atraviesa. Por su parte, la vejez fue asociada con la etapa próxima a culminar la vida.</p> <p>Los autores concluyen que envejecer no es un proceso determinado por la edad sino por el entorno en el que se vive, la sociedad aminora las capacidades de los adultos mayores. Y si bien la percepción sobre la vejez y el envejecimiento de los entrevistados, se aleja de los estereotipos tradicionales, aún están presentes ideas de deterioro, decadencia, dependencia, inutilidad, entre otros. Finalmente, Curcio, et al, recalcan la necesidad de “crear políticas integrales que no solo amparen los derechos del adulto mayor, sino que al mismo tiempo y, especialmente, promuevan una actitud social positiva, así como una autopercepción activa, autónoma, responsable e independiente”(p.112, 2020).</p> |
| 10 | <p>Universidad Nacional de Colombia Facultad de Ciencias Humanas, Escuela de Estudios de Género Bogotá https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/76970/Mujeres%20mayores%20Cuidado%20y%20proyectos%20de%20vida.pdf?sequence=1&isAllowed=y</p> | <p><i>Mujeres mayores: cuidado y proyectos de vida (2019)</i></p> | <p>Carolina Rosa Rincón Rincón</p> | <p>La autora planteó como objetivo principal “contribuir al desarrollo de los estudios sobre vejez, género y cuidado, dando cuenta de la forma en que los trabajos de cuidado están presentes a lo largo del curso de vida y se relacionan con la construcción y ejecución de los proyectos vitales de tres mujeres adultas mayores, residentes en la ciudad de Bogotá y pertenecientes a distintos estratos socioeconómicos” (p.9, 2019), en este trabajo se problematiza las labores de cuidado que ejercen las adultas mayores y cómo estas inciden en su proceso de envejecimiento, de igual manera se caracterizan los tipos de trabajo y a partir de su análisis se reconoce el aporte al bienestar y desarrollo económico de las familias a partir de las actividades que realizan. Esta investigación cualitativa contó con la participación de tres mujeres cercanas a la autora, a partir de entrevistas a profundidad relataron sus historias de vida y con el análisis de las mismas Rincón concluyó varios asuntos importantes.</p> <p>La autora concluyó que la maternidad reforzó las labores de cuidado como una obligación permanente, haciendo que las participantes asumieron estas actividades como algo natural, lo que incluso llegó a transformar sus proyectos de vida; la naturalización de estas actividades genera una sobrecarga que es invisibilizada y desvalorizada incluso por las mismas mujeres que las ejercen, lo que contribuye a un recrudecimiento de las desigualdades de género; la inequitativa distribución del trabajo remunerado y no remunerado basada en la división sexual del trabajo y la maternalización, son los principales factores de desigualdad entre hombres y mujeres durante la vejez; las mujeres asumen las labores de cuidado como un proyecto de vida en sí mismo, si bien esto puede representar un escenario de desigualdad, a estas mujeres</p> |

| | | | | |
|----|---|---|--|---|
| | | | | les ha brindado satisfacción, vinculación familiar y el mantenerse activas; finalmente, Ricón hace un llamado frente a los estudios de la vejez, ya que son insuficientes y emplean un enfoque homogeneizador donde no se hace distinción de género, y mucho menos se destaca el rol de la mujer adulta mayor cuidadora; además menciona que si bien se han desarrollado políticas de envejecimiento y vejez orientadas a contrarrestar la desigualdad económica, asuntos de seguridad social, entre otros, en estas no se reconoce el trabajo de cuidado que realizan las mujeres mayores. |
| 11 | Trabajo de grado- Pontificia Universidad Javeriana Facultad de Ciencias Económicas y Administrativas https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/49341/DIFERENCIAS%20DE%20G%C3%89NERO%20EN%20LA%20INCIDENCIA%20DE%20REALIZAR%20ACTIVIDADES%20NO%20REMUNERADAS%20EN%20EL%20MERCADO%20LABORAL%20.pdf?sequence=2&isAllowed=y | <i>Diferencias de género en la incidencia de realizar actividades no remuneradas en el mercado laboral (2020)</i> | Claudia Stephania Michelsen Niño y Juan Camilo Castellanos Rodríguez | <p>El trabajo se realizó con base a la Encuesta Nacional de Uso del Tiempo hecha por el DANE la cual contiene información demográfica sobre la población. La investigación fue cuantitativa utilizando el modelo Probit que “tiene como fin estimar la probabilidad de que una observación con características específicas pertenezca a una categoría en particular, en este caso, de participar o no en el mercado laboral” (Michelsen y Castellanos, 2020, p.14) respecto a la muestra dichas estadísticas no incluyen los departamentos de la Orinoquia y Amazonia.</p> <p>Del análisis de la información los autores concluyeron que entre más horas se realiza El Trabajo Doméstico y de Cuidados No Remunerado (TDCNR) para el caso de las mujeres se incrementa la probabilidad de no ingresar al mercado laboral formal, sumado a lo anterior el “realizar trabajo doméstico y de cuidado no remunerado afecta la participación laboral y, además aumenta la brecha salarial, plasmando un panorama de desigualdad de género desde el hogar y que afecta con las condiciones laborales de las mujeres” (Michelsen y Castellanos, 2020, p.20) y plantean como alternativa a dicha problemática fomentar la participación de los hombres en el TDCNR y la creación de jornadas laborales especiales por parte de las empresas, y entidades del Estado para las mujeres teniendo en cuenta que es dicho grupo poblacional el que más dedica tiempo a labores de cuidado.</p> |

| | | | | |
|----|--|--|---|---|
| 12 | <p>Trabajo de grado - Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca</p> <p>https://repositorio.unicolmayor.edu.co/flip/index.jsp?pdf=/bitstream/handle/unicolmayor/173/Diagn%C3%B3stico%20Social%2c%20determinantes%20de%20Envejecimiento%20Activo%20Parroquias%202020.pdf?sequence=4&isAllowed=y</p> | <p><i>Diagnóstico social en el marco de los determinantes del envejecimiento activo con las personas beneficiarias de la Pastoral Social de las parroquias San Efrén, San Pablo Claver y San Eugenio de la Diócesis de Fontibón durante el año 2020 (2020)</i></p> | <p>Hurta do.L, Escobar.S y Coral .S</p> | <p>La tesis tuvo como objetivo principal establecer el diagnóstico social de las personas beneficiarias de la Pastoral Social; entre otros objetivos se propuso: describir los determinantes del envejecimiento activo de los participantes, priorizar las problemáticas de los actores en relación con los determinantes del envejecimiento activo y proponer acciones para fomentar el envejecimiento activo de los beneficiarios a partir de las situaciones problemas identificadas. Esta investigación cuantitativa de alcance descriptivo, de tipo no experimental y corte transversal contó con la participación de 100 personas beneficiarias del plan alimentario de las Parroquias.</p> <p>Las autoras y el autor hacen referencia al al acelerado proceso de envejecimiento demográfico que se está dando alrededor del mundo y a las bajas tasas de natalidad que también van en aumento, planteando la necesidad de desarrollar políticas, planes, programas, proyectos e investigaciones sociales que respondan a las diversas necesidades de este fenómeno y que a su vez permitan la promoción del envejecimiento activo para la población. De lo anterior afirman que si bien en las parroquias, los participantes reciben apoyos, estos son solo de carácter asistencial y no se toma en cuenta la perspectiva de envejecimiento activo, por lo cual es fundamental un cambio de paradigma sobre la vejez y el envejecimiento.</p> <p>Las autoras y autor presentan conclusiones por determinantes del envejecimiento activo, así:</p> <p>Determinantes transversales cultura y género: la variable de género permite identificar varias diferencias en el proceso de envejecimiento de los y las participantes, así, se identificó que el rol de cuidadora es asumido por las mujeres lo que implica que ellas han tenido y tienen menos posibilidades de desarrollarse en otros ámbitos, varias de la smujeres afirmaron no tener tiempo para realizar otras actividades fuera de las del hogar, además de no haber tenido acceso a la educación, lo que muestra un claro aspecto de desigualdad de género, que a su vez representa impedimento para el envejecimiento activo de las mujeres. Por su parte, los hombres tienen algunos privilegios como la educación y trabajo, sin embargo, el autocuidado es menos común en ellos, lo que da lugar a que puedan desarrollar más enfermedades.</p> <p>Determinantes relacionados con el entorno social: las redes sociales son fundamentales en el proceso de envejecimiento activo, en este caso el principal apoyo de los adultos mayores entrevistados se encuentra en la familia, sin embargo, varios de ellos cuentan con relaciones conflictivas, o son apartados por su familia, tampoco mantienen muchas relaciones fuera del núcleo conviviente</p> |
|----|--|--|---|---|

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | <p>y existe una baja participación en espacios sociales y culturales.</p> <p>Determinantes económicos: la mayoría de participantes tiene un ingreso inferior a un SMMLV, principalmente proviene de las contribuciones de sus familias o de trabajos informales, por ello el apoyo económico que brinda la Pastoral Social es fundamental para ellos y contribuye en alguna medida a su envejecimiento activo.</p> <p>Finalmente se concluye que el envejecimiento activo no es solo una responsabilidad individual, sino que también le compete al Estado brindar las condiciones básicas que le permitan a cada persona envejecer activamente, lo que es fundamental ya que debe permitirle a las personas desarrollarse en su contexto bajo los pilares de: salud, seguridad, participación y aprendizaje. De igual forma se recalca el papel del trabajo social en la intervención individual, grupal y comunitaria, el cual debe atender a las necesidades sociales de la población y promover individual y socialmente el envejecimiento activo de las personas.</p> |
|--|--|--|--|--|

Anexo B: Consentimiento informado

| | |
|--|---------------|
| CONSENTIMIENTO INFORMADO | |
| Grupo de investigadoras: María Camila Romero Farías y Valentina Silva Velasco | |
| Fecha: | Lugar: |
| <p>Yo _____ expreso que se me ha informado de manera clara sobre los objetivos de la investigación “<i>El envejecimiento activo de las personas mayores que ejercen labores de cuidado no remuneradas</i>” de la cual quiero ser participe de manera voluntaria.</p> <p>Asimismo, se me ha comunicado que la sesión será grabada y utilizada para fines académicos respetando el principio de confidencialidad.</p> <p>Firma _____</p> | |

Anexo C: Guía de entrevista a profundidad

| |
|--|
| GUÍA DE ENTREVISTA A PROFUNDIDAD |
| Grupo de investigadoras: María Camila Romero Farías y Valentina Silva Velasco |

| | |
|--|---------------|
| Fecha: | Lugar: |
| Información entrevistado(a) Nombre: _____ Edad: _____ | |
| Primer momento: 1. Saludo 2. Socialización del objetivo de la investigación y la entrevista 3. Socialización y firma del consentimiento informado | |
| Temas guía: 1. Significado de las labores de cuidado que realiza siendo una persona mayor 2. Labores de cuidado que practican y determinantes del envejecimiento activo 2.1. Perspectiva del cuidado con relación a la mujer y al hombre 2.2. Distribución del cuidado de los diferentes actores sociales 2.3. Educación y trabajo 3. Labores de cuidado y relaciones intergeneracionales en la familia | |
| Elaborado por: María Camila Romero Farías y Valentina Silva Velasco | |

Anexo D : Transcripción de entrevistas y agrupación por temas

| Categoría deductiva | Subcategoría deductiva | Fragmentos | Agrupación de temas |
|---|--|---|--|
| Economía del cuidado: las labores de cuidado no remuneradas | Tipos de las labores de cuidado no remuneradas | <p>-T: “Pues arreglar cocina, organizar el baño, todo eso del aseo, que trapear, estar limpiando así el piso pues porque le toca a uno estar lo más organizadito posible, esas son mis labores”</p> <p>-C: Todas las labores de la casa, son 3 pisos entonces hay que estar lavando, cocinando, cuidando las nietas. El trabajo es bastante y somos seis personas entonces uno para arriba, para abajo, que hay que organizar, lavar, recoger, estar pendiente de los alimentos, del aseo de la casa y de las niñas, también peinarlas</p> <p>-H: cocinar, lavar, planchar, coser y de vez en cuando pelear</p> <p>H: a quedarme acá con mis nietos, hacerles de comer a tantas cosas que tengo que hacer con ellos cuando llegan del colegio</p> | <p>-Labores de cuidado no remunerados que las personas mayores ejercen.</p> <p>-Rutina Diaria</p> <p>- Responsabilidad es asumidas por la familia frente a las actividades del hogar</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>-P: En el momento estoy aquí al cuidado de mis dos nietos y al cuidado de la casa</p> <p>-R: Soy independiente, vendo vasijas de taper fuera de eso, vendo perfumería y fuera de eso tengo el trabajo de casa (acentúa cuando menciona el trabajo del hogar)</p> <p>-I: sobre mi no le puedo contar mucho porque no hago nada (risas), estoy descansando, estoy pensionado, entonces yo lo único que hago es levantarme y hacer ejercicio no más, hago un poco de ejercicio y lo normal de la casa</p> <p>I: Pues por ejemplo por ahí a lavar la loza y a tender la cama, no más</p> <p>I: No me gustan mucho pero por ahí ayudar a tender la ropa, porque es que no me gusta, es que mi formación fue esa, no hacer absolutamente nada de hogar</p> <p>I: Ah sí, aquí mi hija mayor tiene una perra y el encargado de sacarla y darle de comer soy yo</p> <p>-D: Hoy tejí unas bufandas para entregar, fuera de eso me toca mirar a mis nietas que todavía son pequeñas, ehh bueno hoy por lo que todavía están de vacaciones, sino me toca preparar la lonchera de una niña, de la otra niña y el otro, son tres nietos que los amo con todo mi corazón, entonces me toca prepararles como si yo fuera la mamá por ayudarle a mi hija que trabaja, entonces pues yo ahí le colaboro. Eeeh luego mis nietecitos ya se van con mi hija y yo me quedo ya con mis perritos y entonces ya yo lo primero que hago es bañarme, me arreglo, me pongo bonita y digo Dios mío que voy hacer de almuerzo porque ya llegan mis nietos, mi hija y el papá de los niños, entonces si hay algo, voy preparando de una vez, pero si no hay nada me toca salir a la tienda a comprar lo que necesito, y de ahí ya dejo en la cocina y me pongo a barrer toda la casa, a tener las camas de las niñas porque todavía son pequeñas, aunque las mamita les enseña pero pues son pequeñas y me gusta colaborarles, entonces me pongo a barrer, trapear entonces ya queda todo desempolvado y chévere y de ahí termino de hacer el almuerzo</p> <p>D: Entonces pasan las horas y ya llegan mis nietos, lo primero que hago es que se laven las manos, que se quiten el uniforme porque no me gusta que almuercen con el uniforme porque lo chorrean lo ensucian, bueno y ya ahora si mis pollitos bajan a almorzar y yo ya almorcé pero las</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>acompañó mientras almuerzan, al primero que le sirvo es a mi nieto porque a él le toca hacer tareas más grandes, pero antes de todo hay que darle gracias a Dios por los alimentos y entonces ya ellos almuerzan mientras yo sigo tejiendo. Ya después hago que se laven las manos y los dientes y que reposen media hora mientras ven televisión y luego hacen las tareas y si necesitan ayuda les explico, ya al grande no porque él sabe solito</p> <p>D: Entonces ya a eso de las tres pasadas llega mi hija del trabajo, también se lava las manos y descansa y ya nos ponemos a tomar café, a veces les subo al segundo piso, desde que yo tenga fuerzas, valor y energía, eso no se preocupan porque yo las amo mucho, entonces ya les preparo las onces mientras mi hija les termina de explicar las tareas. Pero que niños tan juiciosos, yo por eso no me afano, son respetuosos, son obedientes, me gusta porque no son compincheras y así era yo de pequeña, mis pollitos son iguales. Ya después entonces ellas tienen que alistar lo de mañana, la sudadera, tenis, uniforme, mirar que estén limpios y todo eso, y así van aprendiendo y no le dan quehacer a la mamá. Bueno ya después pasa el tiempo y son las horas de comer entonces yo caliento la comida y todo eso y así ya en la noche ya comemos todos en el comedor, nuevamente damos gracias a Dios por los alimentos. Ya después vamos arreglar la cocina con mi hija mientras mis nietos se lavan los dientes, se empijaman y demás y así sucesivamente estoy criando a mis nietos como si fueran mis hijos, así entonces ellos están aprendiendo y de aquí a mañana les van a servir mis enseñanzas</p> <p>-T: Me levanto, me alisto para sacarla al alimentador y ya después vengo y estoy por ahí otro rato y por ahí a las nueve me pongo a hacer mi desayuno, los quehaceres de la casa, hacer el aseo, todo lo que tenga que hacer de la casa.</p> <p>-M: Me levanto, le empaco el desayuno a mi esposo, el café, pan y la fruta, y le empaco el almuerzo. Después de que él se va yo me pongo a organizar la casa y ya llega mi hija con mi nieta entonces ya me pongo con la niña le doy el teterito y la organizó, y si se está quietista sigo haciendo oficio y si no pues me toca seguir con ella, cuando ella ya se duerme entonces comienzo a organizar la casa y pongo hacer el almuerzo. ya si ella se despierta entonces le cambio el pañal, le doy tetero o fruta, después le doy la sopa; por la tarde estoy con ella y ya ella se duerme entonces a veces me pongo lavar cuando toca.</p> <p>Por ahí a las 5:00 pm llega mi esposo y le tengo las onces,</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>me estoy otro rato con la niña y mi hija ya llega por la niña como a las 6:30 pm, ya se la llevan y sirvo la comida, y ya a la camita.</p> <p>-P: es levantarme las 5:30 am hacerle el desayuno al niño grande, él ya se viste y se baña solito le hago el desayuno se alista y se va en la ruta; después me encargo del pequeñito lo alistó, lo baño y me voy con él al colegio, nos llevamos al perrito me siento en el parque con el perrito a pasearlo un rato y de ahí regreso. Hago el aseo de aquí de la casa, organizo las cosas, hago otra vez para ir por el niño pequeño que sale a las 2:00 pm y ahí nos paramos a esperar al niño grande que sale a las 2:30 pm ya llegamos aquí como a las 3:00 - 3:30 pm almorzamos y me siento a hacer tareas con ellos dependiendo, pues con el pequeño porque el grande ya las hace él solito yo apenas le superviso y dependiendo las tareas que le dejen al niño pequeño terminamos tipo 4:30pm - 5:00pm, entonces él tiene derecho a jugar celular hasta las 7:00 pm a las 7:00 le doy su comida, se baña los dientes, se en pijama y a las 7:30 pm ya esta durmiendo, y yo también estoy acostada descansando (risas)</p> <p>-R: Ehhh me levanto más o menos seis y media siete de la mañana, preparo el desayuno, enseguida despacho al personal, o sea a mi esposo y a mi hija y luego me pongo a organizar el apartamento y hago el almuerzo y ahí si salgo a hacer mis ventas.</p> <p>R: Ya después llegó al apartamento, almuerzo, a veces tarde tres cuatro, depende de si no tengo que ir a hacer cosas personales, por ejemplo ir a bancos, ir a la eps, porque fuera de eso también estoy pendiente de mi madre, ayudó a ver por ella y no puede faltar todos los días la visita de la noche para poder estar tranquila</p> <p>-L: de lunes a sábado normalmente la levantada a las 6 de la mañana aproximadamente, alistarme bajar entrar a la cocina hacer el tinto y alistar la lonchera; a lo que se empaca en el termo la lunch ponerme el equipo de la bicicleta, los aguantas, el caso y salir a trabajar aproximadamente a las 7:00 am</p> <p>-R: Ehh lo que pasa es que somos cuatro hermanos y se supone que cada uno la tenemos una semana, pero por cuestiones como morales, ehh entonces yo trato mmm, ah de ser una vez cada seis meses que yo no llegué a ir, pero normalmente procuro ir en las noches, entonces normalmente estoy con mi madre desde las ocho de la noche hasta por ahí diez, once, once y media de la noche que ya me voy a descansar a mi casa</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>- M: entre semana solo yo y los fines de semana con mi otra hija, por ejemplo los fines de semana mientras yo hago el aseo del piso ella hace la cocina o viceversa</p> <p>- H: ellos los sábados y los domingos son los días de ellos; un nieto le gusta mucho cocinar él llega del colegio pone los cuadernos a que descansen un ratico y pasa a la cocina, le fascina hacer las onces, organiza la comida y nos la da eso ya no quiere que yo haga nada, sino que me siente a ver novelas o a jugar un parques para descanso</p> <p>-M: sí, pues como todo es en carrera por ejemplo mi hija se levanta aunque ella trabaja desde acá pero lo mismo porque no es que porque ella está acá, este en la casa no ella esta trabajando, ella se sienta a trabajar y mi esposo sale a trabajar. y a veces también lo cansa a uno, pero sí porque los fines de semana por ejemplo mi hija menor entre las dos hacemos el aseo entonces ella por ejemplo el día domingo no mami no haga almuerzo y vamos a almorzar, y el día domingo que ya estamos los tres entonces todo lo hacemos entre los tres, entonces eso para uno es satisfactorio porque uno todo los días entre semana y el día domingo y el día sabado tambien sola, no.</p> <p>-R: Mi esposo él es una persona, bueno yo pienso que yo también soy responsable de eso, porque cuando uno se enamora uno ve todo con pajaritos en el aire (risas), todo es tan lindo y uno solo quiere atender y atender a la otra persona y en ese momento uno empieza como a sacrificar cosas de uno por darle lo mejor a la otra persona, fíjate que eso no es tan sano, eso debe ser 50 - 50, entonces por decirte algo, entonces yo lavo los platos, ah listo yo los cuelgo o yo los saco, yo echo la ropa en la lavadora entonces tu la cuelgas, yo barro y tu trapeas, pero entonces como yo mal acostumbre a mi familia por querer que todo estuviera perfecto y cuando me empecé a enfermar me di cuenta de como era ese proceso, entonces ehhh no es tan facil, ya en este momento imaginate yo ya llevo ma de treinta y pico años de matrimonio es dificl exigir cambios, aunque no creas, a veces me rebelo y como queee ellos tambien se cuestionan, porque tambien pienso que nunca es tarde para empezar a hacer cosas porque tu puedes llegara a los 60 o 70 años y tu si quieres estudiar bueno depronto no vas a aprender igual que una persona de 20 o 22 años, pero si quieres hacerlo puedes lograrlo, puedes lograr muchas cosas, entonces pues en esa tarea estoy en este momento de mi vida</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>T: No, ellos me ayudan, pues lo que pasa es que yo lo hago así porque ya pues mmmm por la cuestión de la artrosis se me afectaron las caderas entonces no puedo hacer así mucho ejercicio , entonces yo lo hago así superficialmente, pero ya ellos entre camilo y luisa hacen el aseo eeeeh cogen un día al mes y se organizan y ya hacen el aseo a profundidad. Pero pues yo así igual intento tener lo más organizadito que pueda, porque no puedo tampoco por mis caderas (distribución del cuidado)</p> <p>- I: Mi esposa (la esposa es la que se encarga de tdo, el colabora en algunas cosas y los hijos no asumen responsabilidades)</p> | |
| | | <p>-D: Ay pues yo me siento muy feliz, muy feliz porque yo los crio como si fueran mis hijos, y los niños me dicen mamá desde pequeñitos porque los he ayudado a criar desde pequeñitos, desde que nacieron</p> <p>-D: ¡Claro, claro! Pero yo lo hago sin interés porque los amo a todos tres y a mi hija también, eso ha sido que uno los ama como sus propios hijos</p> <p>-T: Me siento bien, siento que puedo seguirles brindando lo que les he dado, pues antes era más joven (risas) pero todavía puedo, me siento satisfecha con que lo puedo hacer, a veces cuando no lo puedo hacer me siento pues ahí mmm (hace gestos de desánimo, aburrimiento).</p> <p>-C: Realmente sí, si hubo un tiempo que me dio pereza ya se uno se sentía cansado, pero descanse un tiempito y ya volví, me siento contenta es algo que uno está haciendo y no se está quedando ahí quietito, uno se siente como inútil cuando no está haciendo nada.</p> <p>C: Sí me gusta, me siento contenta porque no estoy quieta. Estoy en movimiento y siento que eso también le hace a uno bien para la salud porque la quietud lo enferma a uno y el también ir a llevar a las niñas al colegio, traerlas es como una terapia para mi.</p> <p>-M: lo que pasa es que uno se acostumbra a hacer eso, ya uno se acostumbra por ejemplo yo cuando mi hija se va ya no me gusta marcarle por la inseguridad que hay pero ella sabe que cuando llega a la empresa me escriba “mami ya llegue” , ah bueno; que ella de la empresa sale a universidad mami ya voy para la universidad” ah bueno, y cuando ella se tiene de regreso “mami ya voy para la casa” ah bueno,</p> | <p>-Percepción de las personas mayores frente al cuidado que ejercen</p> |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>entonces ya se le vuelve a uno un hábito y es lo mismo mi esposo como el va y se viene en moto entonces por ejemplo el se va y me escribe “negrita ya llegue” y cuando se viene de regreso lo mismo; entonces todo eso se vuelve una rutina de lo que hace, ya es automático y como uno es mamá ya el corazón es diferente</p> <p>-H: Me gusta, hacer de comer me fascina; cocinar y las cosas que vienen alrededor de cocinar porque comemos también, me fascina. todo lo que yo hago me gusta y lo que no me gusta no lo hago, me retiro</p> <p>-P: pues es una bendición muy bonita y ellos... (llanto)... para mí el cuidado de mis nietos ha sido una bendición es como volver uno a vivir, a renacer uno con ellos pues uno ya criado a sus hijos; ya uno queda como solo y con los niños es como llenarme otra vez de vida y pues yo deje de trabajar desde que mi hija se fue para los Estados Unidos entonces siempre ese trabajo pues a mi me hace mucha falta pero por colaborarle a ella yo deje de ejercer mi profesión y me quede aquí con los niños cuando yo puedo que no interfiere en las cosas de los niños yo consigo pacientitos, voy los veo en la casa, les hago curaciones, terapias o cosas así y pues la pandemia que nos cambió mucho la vida a mucha gente, pero así que yo diga sacar tiempo para mi pues normalmente el fin de semana que no están los niños es que hasta mantengo todo el día acostada y fumando (risas) porque fumo.</p> <p>Pero para mi los niños son el vivir en este momento y me agrada hacerlo, y me gusta, soy feliz cuidando y compartiendo esas cosas; sino que pues ahora se nos ha complicado mucho la cosa con los niños y con los papás pues vamos a ver en que termina eso...</p> <p>-R: Eeeh pues que te digo, en algún momento fue, digo fue porque fue satisfactorio, hay cosas que uno dice que rico todo lo que hago por mi familia, pero a veces pienso que uno también se abandona mucho, o sea llega un momento que uno deja de pensar por uno, de preocuparse por uno, por estar pendiente de otras cosas y pienso que eso no es tan sano porque entonces uno empieza a somatizar con enfermedades.</p> <p>- L: es que es todavía es como mi obligación terminar un ciclo de la vida y es que ya sean profesionales o realizados que puedan depender de ellos mismos, pues mis hijos porque nosotros con mi esposa ya sabemos que a lo que terminemos ya cambiará todo, otro ciclo de vida</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>-I: Si claro, para mi son importantes porque yo ahora que colaboro en algo me doy cuenta que es un trabajo muy duro</p> <p>No, gustarme que me guste no, pero si colaboro porque hay que hacer algo para mantenerme ocupado, pero realmente hacer las cosas de la casa no me gusta</p> | |
| | | <p>D: Pues la chiquita me ama mucho, yo la cargo, la consiento y ella me da besitos y me abraza, lo mismo la otra niña, solo que no tanto porque ella no es tan querendona, y lo mismo con mi pollito, pues me abraza, y no pues yo los amo mucho, yo no pensé que uno amara tanto a los nietos</p> <p>D: ¡Oh Ave María, claro que sí! esta hija es inolvidable, por eso la amo, nos colaboramos mutuamente, ahí lo único bueno y maravilloso es el seguro y pues ella me lo paga, y ella esta pendiente, mamita tiene que hacerse chequear para ver como está y así, y a mí me da pereza porque un examen y otro pero yo estoy perfectamente de salud</p> <p>-T: eeh por lo menos dando las gracias, siendo cariñosos, porque cuando me dicen gracias mami le quedo rico, gracias mami porque hizo esto, pues por lo menos para mi eso es muy satisfactorio.</p> <p>-C: Pues para nosotras las personas ya mayores se vuelve ya como una rutina, entonces ellos esperan llegar y encontrar todo limpio, salen a trabajar y que encuentren todo listo comida, es como una rutina para ellos. Muchas veces nosotras no somos valoradas en ese sentido la gran mayoría la verdad</p> <p>C: Antes de que me pasara lo del psicologo me fueron a enviar al psiquiatra yo estuve muy mal y la doctora me dijo que hacer, y me dijo que pensara en mí porque ellos no piensan en usted, eso son cosas que pasan porque uno se entrega a los hijos, el esposo, los amigos, a los nietos mejor dicho tiene para todos menos para uno, pero aprendí la elección de que yo debo sacar mi espacio y para lo que quiero</p> <p>-H: no ninguno me valora porque si uno les contesta es malo, si no les consta también es malo entonces yo tomo eso como no valoración, pero ellos en su concepto si dicen “yo la valoro, yo la quiero, yo la veo, yo la mimo” no sé cada cual tiene su manera de ser y pensar</p> | <p>-Percepción de la persona mayor frente a la manera en que las familias reciben el cuidado</p> <p>-Formas de retribución de cuidado por parte de la familia hacia las personas mayores</p> |

| | | | |
|-----------------------|-------------------------------|---|---|
| | | <p>-P: por ejemplo Dieguito me abraza y Nicolás, y me dicen que muchas gracias, que me quieren mucho, que aman mucho y que me dan las gracias por cualquier cosa. con diego que es con el que más hablamos ya por ser más grandecito; nicolás a penas se acerca me da un beso y me dice te amo mucho tita, y sale y se va; sino que el ahorita esta en su proceso también de su mentecita como toda revuelta digo yo, entonces se ha vuelto muy necio, muy grosero y él no era así, a raíz de eso fue que l comisaria lo mandó a que lo llevara a psicología que para que él entendiera las cosas y todo; pero antes nosotros reíamos, charlabamos, veíamos películas, hacíamos rompecabezas, cosas todos aquí y la gozabamos con ellos dos pero pues ahora con tanto problema y cosa no lo hemos vuelto a hacer así como con mucho juicio digamos</p> <p>-R: A veces sí a veces no, en algún momento también sentía que uno hace todo con tanto amor y todo y resulta que uno es el único que se cree el cuento, la verdad, uno no debe pensar en que el otro me aporte o me de, no, pues yo pienso que pues rico que si dicen te vamos apoyar, ayudar o colaborar o me parece bien lo que estás haciendo, pero uno no puede depender solo de eso, pero si yo tomo una decisión es porque quiero sentirme bien conmigo misma</p> <p>-L: porque cuentan conmigo sea para la buena o sea para la mala</p> <p>-I: Pues yo creo que si (valor que la familia le da a las labores)</p> <p>I: Pues en la colaboración, y el afecto que le tiene a la mamá, sobre todo a la mamá (valor que la familia le da a las labores)</p> | |
| Envejecimiento activo | Solidaridad intergeneracional | <p>- D: ¡Ave María claro! mi hija le enseñó desde los 12 años a mi niño a lavar la ropa, a colgarla y a descolgarla, ¡Ay es que me da risa con mi nieto!, y a las pequeñas pues no porque todavía son pequeñas, entonces el grande lava en la lavadora me lava hasta mi ropa, y a mi me da pena pero el me dice: mamá, no no no, yo también tengo que hacer algo porque aquí de niño bonito. Entonces pues eso de aquí a mañana le va a servir porque ya cuando se case y tenga su hogar así el colabora</p> <p>D: ¡Ave María! nos amamos mucho (risas), nos amamos mucho porque ella ha sido mi sostén (voz entrecortada), ella ha sido mi compañerita (refiriéndose a la hija) toda la vida</p> | <p>- Manifestaciones de cuidado mutuo entre la familia y la persona mayor</p> <p>- Relaciones armónicas entre la persona mayor y la familia</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>desde que nació, porque pues darle amor y hacer las veces de papá, pues porque ella lo amaba pero al hombre no le importo, entonces nunca en la vida hemos peleado para nada, entonces le digo mi niña chiquita, más chuiquitita que mi nieta la menor (risas), entonces cuando ella ha tenido discusiones con el esposo me cuenta, ella es consentida y yo la aconsejo y ella me hace caso, del resto es un hogar bonito, a pesar de que las niñas son pequeñas, son como si fueran grandes porque son muy entendidas y avispadadas, no son perezosas, dedicadas a sus trabajos</p> <p>D: Si claro yo los amo como si fueran míos, casi que los he visto nacer</p> <p>D: Claro, porque desde que mi hija se casó seguimos juntas, cuando se casó le dijo al marido yo me llevo a mi mami, yo no la dejé sola, y entonces como yo soy separada, mi esposo se fue con otra señora y después volvió y yo no lo quise recibir, ya para que, entonces mmm, entonces, resulta que me dicen mamá y a la mamá le dicen mami, y conmigo es mamá hasta mañana, mamá tal cosa, mamá me duele la cabeza, y yo ya estoy pendiente de ellos y todo</p> <p>-T: Para mi son todo, porque por ejemplo aquí estamos nosotros, pero yo antes vivía con mi hermana, bueno no se si ustedes saben pero nosotros hace 11 años tuvimos un accidente, yo vivía con mi papá y mi mamá y pues mi papá y mi mamá nos tenían a todos así (señala con sus manos haciendo un círculo) entonces primero falleció mi papá y pues para mi fue una pérdida terrible (voz entrecortada) al año a los dos años tuvimos el accidente que fue donde mi hermana y mi hija quedaron en silla de ruedas, mi mamá falleció en ese accidente (voz entrecortada, nostalgia), entonces hemos estado así todos reunidos y ya ahorita por las circunstancias nos ha tocado irnos separando, pero para mi familia es todo, extraño a mi hermanos a mis sobrinos (voz entrecortada), para mí es todo.</p> <p>T: Si si, nosotros somos una familia que si ehhe mi sobrino necesita algo miramos como entre todos, que si digamos yo necesito algo, miramos como entre todos y así es como hemos colaborado.</p> <p>T: Muy armoniosa, no tenemos peleas, somos muy tranquilos, entonces pues así que uno diga se pone a discutir no no no, ellos son muy alegres, a ella le gusta oír su música de la paquita yo no sé qué (risas) y se pone y canta y yo le hago bravo mi paquita hágale (risas) y si es Camilito lo</p> | <p>-Relaciones distantes entre la persona mayor y la familia</p> |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>mismo con su Lady Gaga, todos nos respetamos entonces todos estamos en armonía, no discutimos.</p> <p>T: Pues nosotros somos un núcleo familiar, lo digo tanto por mis sobrinos como por todos, entonces todos somos unidos, todos estamos pendiente de todos, eso fue lo que nos enseñó mi papá y mi mamá, mi mamá cogió un pan y a todos nos daba de ese pan y decía de este pan para todos, entonces todo eso influye, yo me guío es por mi papá y mi mamá, fueron mi espejo, eran unos viejos que no tuvieron estudio, mi mamá era analfabeta y mi papá si sabía leer y escribir pero yo me guío es por ellos, por la educación que ellos me dieron.</p> <p>-C: no, tuve un tiempo de problemas donde no era valorada donde todos me caían encima y eso fue lo que me llevó a pedir en el seguro cita con el psicólogo, todos eran haga y hagan pero no era valorada de ninguna forma solo era sirvame o alcanceme, pero como fue en pandemia entonces fue virtual y cuando pase a la segunda cita la psicóloga me dijo que excelente</p> <p>C: es como recordar esa niñez que nunca tuvo entonces pues ver que ellas crezcan en una familia, que se sientan contentas, puedan jugar porque a veces ni jugar podía uno pero también exigirles para que ellas tengan esas bases y se aprendan a defender, que no vivan lo que a uno le tocó vivir, son como hijos de uno aunque ellos tienen sus papás</p> <p>-M: eh, sí en el sentido que por ejemplo los tres nos cuidamos mucho, por ejemplo en el caso de mi esposo que a estado enfermo entonces aquí nosotros corremos por él, pero yo también me enfermado y de igual manera ellos corren por mi, mi hija es la que menos se enferma pero también se ha enfermado y yo pues lo mismo pero pienso que entre los tres no cuidamos mucho, y nos colaboramos mucho tanto en lo económico como en lo de la casa, es como un respaldo entre los tres para todo.</p> <p>-H: me fascina porque son muy amorosos, son muy queridos no son peleadores, les gusta mucho hacer tareas y dormir</p> <p>H: muy buena con todos, con todos la llevamos bien</p> <p>H: bastante, me dan plata, me consienten, me llevan a pasear mejor dicho no me queda tiempo de nada</p> <p>-P: pues buena, con Duván el mayor es buena y con Nairo estamos en un proceso tenaz con el papá, con el Bienestar</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>(ICBF), secretaria, comisaria, fiscalía entonces todas esas cosas</p> <p>P: buena, yo con ella (refiriéndose a la hija) he tenido buena relación a veces hemos tenido por ahí como unos desacuerdos, pero nosotras hablamos a diario y de todo, de mí, de los niños. con los dos que mi hijo es el que está</p> <p>P: pues mi hija de pronto lo está haciendo en la manera de mandar plata pero yo digo que la plata nunca va a compensar la presencia (se le entrecorta la voz) o el brazo o la compañía de alguien y más de ella que nosotras éramos muy unidas; con ella yo hablaba mucho o salimos; más bien él es más despegado por ser hombre digo yo; pero a mi ella si me ha hecho mucha falta pero yo digo que cada quien está en su rollo, con sus problemas entonces pues no tendrán tiempo para estar con uno digo yo</p> <p>- R: No pues lo es todo, pero al ver que ya tienen que hacer su vida es ahí donde viene la palabra apego y uno tiene que aprender a trabajar eso, porque uno tiene que dejar volar a los hijos porque si un hijo está en la casa y ve que no está saliendo adelante pues uno también se pregunta, pero yo que hice yo quiero lo mejor para ellos, que tengan su independencia, que trabajen, que sí se organizaron con una persona que les vaya bien, uno como padre quiere que vuelen como las águilas, en este momento es lo que mas quiero, que mis hijas salgan adelante y lo veo en mi hija mayor que ya está organizada y mi hija menor pues ahí va.</p> <p>R: Mi madre en este momento también ocupa un lugar muy grande en mi vida, tengo una gran responsabilidad con ella pero estoy tratando que entre los hermanos nos colaboremos, que seamos una red de apoyo y retribuir lo que ella nos di, y mi esposo pues es un apoyo, es mutuo, es recíproco</p> <p>R: Sí cuidar es de pronto como yo he cuidado de mi familia y como mi esposo se preocupa por mi para que yo vaya al médico, él me lleva y me acompaña, siempre he sentido ese apoyo de él</p> <p>R: También, lo que pasa es que la mayor no está en el país entonces es telefónico, ella dice por favor cuídate, piensa en ti, dale tu puedes, ella es muy optimista y la menor, la menor ella es muy considerada en muchas cosas pero está muy enfocada en este momento en sus cosas, está un poco más desconectada pero no deja de estar pendiente de mi</p> <p>-L: pues obvio, en mi hogar si claro; porque es que somos una familia y somos un núcleo no individualmente, todos</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>para uno y uno para todos de distintas maneras, no monetariamente, pero si ayudas</p> <p>AUSENCIA DE SOLIDARIDAD INTERGENERACIONAL:</p> <p>-C: para mi... son las personas que en su momento creí que eran una compañía pero hoy en día siento todo lo contrario y no un apoyo no en las cosas materiales sino como mamá, muchas veces en las familias creemos que los abuelos son las personas en las que más se centra la familia, el respeto o la ayuda pero lamento decirlo pero en el momento para mi no, entregue mi vida por mis hijos pero hoy entendí y comprendí que no ... yo me sentí como cuando judas entregó a nuestro señor a mano de Pilatos par que lo azotarán y el señor solo sirvió y evangelizó, servir sin esperar nada a cambio y llegue al momento que nunc llegue a penar sentilo de es manera y ya gracias a dios etapa superada, que uno recuerda porque eso no se puede quitar pero ya aprendí a defenderme y sé que no cuento con nadie solo con la voluntad de dios.</p> <p>C: uno a veces por los nietos se queda encerrado y no le pagan bien él esposos, los hijos y ni los nietos porque los nietos esa vieja es más cansona, yo lo digo por experiencia propia uno es un estorbo y a veces personas extrañas o lejanas le brinda a uno ese amor que la familia no, que ni los mismos nietos, uno a veces no puede hablar ni con los nietos entonces toca es el silencio, vivir en silencio e irse destruyendo y muchas veces recurrir a otros espacios. seria una bendicion para muchos abuelos que queremos trabajar y poder salir adelante.</p> <p>C: que lo valoraran a uno realmente, que lo valoraran para mi es bueno usted colabora le voy a dar esto o le traje esto lo que uno necesita más porque uno necesita muchas cosas cosas, y uno se cohíbe porque está prohibido para uno muchas cosas (como le gustaria que le demostraran la gratitud,etc)</p> <p>-P: con nadie... (voz entre cortada), yo me considero que estoy sola en este momento (llanto).. yo igual he sido muy independiente toda la vida nunca me ha gustado vincular mis problemas con la gente ni nada, sino vivir yo sola y sacar mis cosas adelante yo sola; que igual ella allá lejos tiene sus problemas aquí tiene sus problemas entonces a veces lo que yo tengo me lo como yo misma, yo misma me hago la terapia digo yo.. y pues a los niños no me puedo poner a</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|-----------------------|----------------------------------|---|--|
| | | <p>vincularlos porque son niños y no tiene porque estar en problemas de adultos.</p> <p>R: Pues ehhh diciéndome las cosas, es importante decir las cosas, y lo que te decía, como vivimos en un mundo tan rápido entonces a la gente se le ha olvidado decir gracias, me encanta lo que haces, así sea que la persona simplemente lo esté intentando y así se equivoque, pues rico que haya ese estímulo, pero pienso que no me puedo quedar en eso, esperando que me lo digan porque si me pongo a esperar termina uno achantado (como le gustaría que le demuestren la gratitud)</p> <p>- I: Buena, buena, muy buena</p> <p>I: Buena, nos gusta hacer deporte</p> | |
| Envejecimiento Activo | Determinante de cultura y género | <p>-H: no hay se varía mucho hay muchos hombres irresponsables y hay mujeres que ayudan en todo para cubrir sus necesidades por amor nada más porque quieren a sus esposos, pero los hombres cuando ganan colaboran con la mitad y la otra mitad la necesitan para jugar porque a algunos les gusta apostar, jugar a otros no les alcanza..</p> <p>H: Ojala que lo hicieran por igual, pero no todos lo hacen por igual hay mucho hombre que no sabe ni lavar, ni doblar la ropa; hay unos que sí por eso le digo que hay mucha variabilidad, las mujeres queramos o no tenemos que organizar la ropa porque no podemos quedarnos con la misma ropa 15 días, pero los hombres la mayoría no saben lavar ni cocinar, solo saben mandar. Pero hay otros que se han educado mucho colaboran con el mercado, van lo traen, lo compran, lo organizan, ayudan a lavar la ropa, ayudan a lavar la casa, cuando tienen niños pequeños los llevan traen; pero como ahora no hay mucho niño porque es como miedoso entonces ahora tienen que sacar el perro todas las noches a dar una vuelta.</p> <p>H: no, porque el todo su tiempo se la pasaba era trabajando para cubrir las necesidades del hogar (el papa no ayudaba en la casa)</p> <p>H: mi mamá, mi hermana la mayor y una tía, mi tía Anita (quien cuidaba de ella)</p> <p>H: para cambiarlos es muy difícil eso va en cada persona, cada persona enseña a su esposo y cada esposo le lleva la</p> | <p>-Distribución las labores de cuidado no remuneradas a partir de los patrones de crianza</p> <p>-Perspectiva sobre la distribución de las labores de cuidado no remuneradas entre el hombre y la mujer en la actualidad</p> <p>-Ideales sobre cómo debería distribuirse el cuidado entre hombres y mujeres</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>idea a su esposa según el amor que le tenga (como hacer que sean equitativas esas labores)</p> <p>- T: Creo que es por igual la responsabilidad y eso es lo que yo les he inculcado a mis hijos, por ejemplo cuando ellos se ponen a cocinar son ambos, el uno hace una cosa y la otra se sienta aquí y le pica y le alista todo, y el aseo lo mismo, el uno hace una cosa la otra en su silla de rueda se moviliza y arregla cosas, ella es muy estricta en el aseo y aquí nos toca por igual.</p> <p>-C:Pues yo pienso que no le dan la importancia, sino que usted tuvo sus hijos y usted mira a ver como hace, como indiferencia, lo digo por mí.</p> <p>T:Pues como fomentando mas cátedra en las escuela como de responsabilidad y uno en la familia también enseñándoles a asumir responsabilidades, sobre todo en la casa , porque los directos responsables somos nosotros como padres, ir pensando que es lo que se está sembrando para recoger (como podría cambiar esa desigualdad de hombre y mujer?)</p> <p>C: Lógico, debe ser compartido por qué solo las mujeres si el hombre no se le quita nada con ayudar y colaborar, debe ser distribuido yo colabora, usted también el hombre puede digamos que no en todo pero pueden, entonces si estuvieran solos pues lo tendrían que hacer o pagar para que alguien lo haga, hay hombres muy machistas que dicen que eso solo le pertenece a la mujer; que sea compartido sería muy bueno porque así la mujer descansaría un poco más, no tendría todas las cargas, sería más suave y más tiempo para la mujer</p> <p>- M: Esa crianza ... entonces nosotros por ejemplo donde una tía el esposo me dijo vaya sírvame la comida que para eso usted es la sirviente de la casa, entonces era la que tenía que ir a servir la comida, a una que era la niña de la casa tocaba servirle, cocinarle, lavarle, entonces nosotros fuimos los muchachos de todos, éramos los que lavábamos, cocinábamos en ese tiempo no existían las lavadoras como ahora entonces tocaba lavar a mano, en ese tiempo yo no alcanzaba aún lavadero pero me ponían un bloque o un ladrillo para que yo alcanzara al lavadero y ahí restregaba los bluyines de todos, entonces prácticamente yo fui la muchacha de mis primos, la de mis tíos y por eso hoy yo soy muy alejada, porque eso lo lleva a uno a resentimientos</p> <p>M: pues yo no sé, porque ahora la mujer es más independiente de como soy yo y su mamá ya quedan poquitas, porque ahora la mujer es más liberada; por eso le</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>digo a mi hija estudie mamita para que usted no tenga que depender de nadie, que el día que sumercé se quiera comprar algo no tenga que pedirle permiso a nadie, ni pedirle a nadie, estudie que el estudio es lo más bonito y nadie se lo va a quitar; entonces ahora ya la mujer es más liberada, más estudiada, más independiente. mientras que la de nuestra época fuimos otra clase, entonces fuimos no más sumisas porque más sumisas fueron nuestra abuelas, nosotras no fuimos tan sumisas pero sí de la casa como de depender de otra persona, hoy en día no.</p> <p>M: Sí, es que hoy en día el hogar debe ser así porque es que piensan que forman un hogar y siempre es con la ideología de que la mujer es la que tiene que hacer y no, es que el hogar es de dos; si los dos trabajan y el domingo están los dos entonces el oficio debe ser entre los dos, yo si pienso que es distribuido y debe ser así, eso que el día domingo la mujer se ponga hacer y él allá acostado yo creo que esas mujeres ya no existen.</p> <p>-P: A medida que nosotros fuimos creciendo pues nos tocaba a nosotros y antes de no tener la edad para hacer esas cosas las hacía mi mamá, pero ya después creo que nosotros éramos los que hacíamos el aseo, barríamos, lavábamos, pues con mi hermana porque mi hermano casi no porque en esa época la mujer era la de la casa y el hombre solo era para estudiar y trabajar, y en esa metodología nos criaron a la mayoría pues a nosotras porque ustedes ya están más actualizadas en las cosas.(quien cuidaba de ella)</p> <p>P: eso sí ha cambiado mucho porque por ejemplo él aquí con la esposa ellos o sea...a mi me parece terrible que en la manera que me criaron a mí que un hombre trapee, que un hombre lave el baño, que lave, que un hombre cocine, a mí me parece terrible pero hoy en día supuestamente ambos tienen que aportar y yo lo veo a él lavando el baño, cocinando y para ellos eso es normal, pero a mí me parece terrible</p> <p>P: pues a la manera como me criaron a mi yo digo que el 70% - 80% de un hogar lo hace la mujer y el hombre hace el resto que es un 20%, yo siempre he dicho que una mujer se divide como en 50 partes mientras que un hombre solo trabaja y lleva plata a la casa, nada más y yo por lo menos tuve mi esposo y él no hacía nada de eso, yo era la que me encargaba de la casa.</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>P: No, porque igual yo trato de actualizarme a la juventud de hoy en día, pero a mí me parece tenaz. Yo por lo menos sé que estoy haciendo un mal pero mis nietos aquí no han cogido una escoba, un pocillo, nada porque yo todo se los hago, ellos llegan y yo les pongo, nos sentamos porque eso si es regla en esta casa de que nos sentamos en la mesa todos a desayunar, almorzar y comer desde que ellos estén acá, es en la mesa, no es cada uno en su habitación y los celulares en la mesa se desaparecen, un rato habla Nairo otro rato habla Duván, otro rato les escuchó y les comento lo que me parece lo que me está contando según la edad de cada uno. Pero yo a ellos nunca los he puesto a hacer nada de eso, ni siquiera embolar los zapatos porque eso se los hago yo. Yo sé que les estoy haciendo un mal, pero en mi mentalidad todavía no veo a un hombre haciendo esas cosas, por eso a veces yo tengo problemas con ella porque a mí me parece terrible ver a Carlos lavando el baño, cocinando, planchando, pero igual ellos me callan diciéndome que es la juventud y que hoy en día todos se deben ayudar mutuamente entonces yo no me meto.</p> <p>-R: Para nada, la carga de la mujer es 80-85, hay excepciones, pero venimos de una sociedad machista, pero tristemente nosotras las mujeres hemos sido las más machistas porque así nos criaron nuestra abuelas, madres y esas son las cadenas que debemos romper, pero si hay grandes desventajas, porque la mujer le toca casa, le toca trabajar, ir a la tienda, entonces claro, uno ve muchos hombres que trabajan muy berraquitos, pero también uno ve algunos muy relajados y llegan a que los atiendan, eso ya cambió en un porcentaje en mi casa entonces ya se ve un poco el apoyo, lo triste es que no es dialogado sino que cuando a uno ya lo ven descompensado, entonces por decir algo mi esposo, pero eso es triste, y algo importante también es que todos nos comprometamos, no sólo uno porque sino, no funciona, eso ya es de familia.</p> <p>R: Lo que pasa es que tu aprendes mucho por imitación, entonces si tu viste a tu madre siempre servirle a los demás, que eso fue lo que yo vi, y al ver que de pronto ya deje de laborar porque me dedique a mis hijas entonces claro uno ya empieza como a entrar a ese rol</p> <p>R:Si, entonces ahí vienen esas cadenas ancestrales, que uno vio que la abuelita cuidaba a todos su hijitos y luego mi mami ya hizo lo mismo con nosotros, ella trabajo pero ya después se dedicó al hogar y mira que uno por imitación ve eso y termina también inconscientemente haciendo esas actividades, entonces yo lo que en un momento de mi vida</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>lo que me he cuestionado es que yo no quiero que mis hijas terminen con esos patrones, porque me he dado cuenta que cuando uno es independiente como mujer, por eso busco yo hacer varias actividades, trato de no quedarme quieta, porque cuando uno se queda muy solo en la casa, en el rol de la casa, y te digo una cosa en algún momento yo era muy obsesiva, que quiere decir eso, yo llegue un momento en el que me levantaba y yo a las once de la mañana yo ya tenía almuerzo hecho, casa brillada, todos los días barría, trapeaba, lavaba, con decirte que hasta limpiaba las rosetas de los bombillos y eso solo lo veía yo, no lo veía ni mi esposo ni mis hijas ni la persona que llegaba de pronto en algún momento a comprarme porque eso si siempre fui vendedora, no me quedé nunca quieta, pero cuando yo me empecé a dar cuenta que me estaba enfermando porque era demasiado obsesiva, entonces yo dije toca hacer altos y también porque en algún momento busque la ayuda de un profesional entonces la sicóloga me dijo tú tienes que pensar en ti más porque yo puedo darle mucho al mundo pero también tengo que pensar en mí, si yo me cuido si yo me protejo voy a poder aportar tanto a mi familia como a la sociedad, pero si estoy mal pues no puedo aportar mucho, pero lo que te digo en algún momento tuve la oportunidad de irme para otro país y tener una gran oportunidad laboral, me fue super, pienso que me recibieron muy bien allí, pero me trajo de vuelta al país fue mi madre, porque en algún momento yo sentía que ella de alguna manera me manipulaba, así fuera inconscientemente pero con expresiones o algo yo lo sentía y a mi me dolía, entonces me devolví, no me arrepiento porque le esté apoyando o porque le esté colaborando o algo pero si pienso que también debo tomarme mis espacios y eso es lo que estoy tratando de hacer ahorita, o sea por eso pienso que es importante la unión de todos los hermanos, si son dos pue irse turnando porque tú sabes que una persona que es cuidadora también se tiende a enfermar porqué, porque el enfermo tiende a quejarse mucho y uno está ahí 24/ 7 en muchas cosas y uno tiene que hacer altos</p> <p>R: Que habláramos, mi mami era muy consentidora con la comida, no solo con nosotros sino con los que llegaban a la casa, mi madre demostraba el amor atendiendo a las personas y así mismo lo he hecho yo (recuerdos de quien la cuidaba)</p> <p>-L: pensaría que todavía hay mucho machismo, entonces todavía sigue siendo como esclavitud prácticamente porque</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>el machismo hace esa vaina, a las personas que ayudan o formar un hogar como que alguien tiene que ser el esclavo. Machismo, que la mujer en la cocina o en las cosas del hogar y el hombre en la tienda.</p> <p>Los cuidados del hogar mi mamá porque mi papá si estaba, pero pues para las labores del campo.</p> <p>Pues yo soy el mayor entonces prácticamente el que hacía las cosas o el que ayudaba en la casa era el mayor o sea yo, mientras fuimos saliendo va cumpliendo. en ese tiempo terminar un quinto de primaria era como terminar un bachillerato hoy en día.</p> <p>L: aquí mi mujer cuida de la casa y yo cuido a mi mujer</p> <p>D: ¡Ave María claro! mi hija le enseño desde los 12 años a mi niño a lavar la ropa, a colgarla y a descolgarla, ¡Ay es que me da risa con mi nieto!, y a las pequeñas pues no porque todavía son pequeñas, entonces el grande lava en la lavadora, me lava hasta mi ropa, y a mi me da pena pero él me dice: mamá, no no no, yo también tengo que hacer algo porque aquí de niño bonito. Entonces pues eso de aquí a mañana le va a servir porque ya cuando se case y tenga su hogar así el colabora.</p> <p>D: ¡Claro que si, si! en esta época, hoy en día no solamente la mujer sino los hombres también, yo conozco unos pelaos, los hijos de una amiga, ellos son los que barren, trapean, cocinan y le ayudan a la señora, entonces yo le agradezco a mi hija porque así ella les está enseñando a los niños de acá, porque de aquí a mañana mi nieto se casa o se va y ya se sabe defender, entonces claro, hoy en día tanto los hombres como mujeres deben colaborar, las mujeres ya no somos esclavas, estamos a la par. Entonces eso es bueno que lo aprendan los niños, y otro detalle con ellos es que no tengo que estar ahí encima diciéndole niña vea haga la tarea, mire haga esto, no no no, yo por eso no sufro, porque ellas saben que tienen una responsabilidad, la mamá y yo les hemos enseñado que deben ser responsables porque el estudio no se los regalan, los papás tienen que trabajar y todo es plata, entonces cuando uno recoge las libretas todo es en cinco y les va bien entonces eso es un orgullo.</p> <p>D: Mi padre, mi papá bello y hermoso que está en el cielo era el que veía por mí y también mis hermanas, porque lamentablemente yo no conocí a mi madre, yo nací y tendría como seis meses cuando mi madre murió estando joven y dejo siete hijos, y mi padre nunca se volvió a casar, se dedicó fue a los hijos</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|-----------------------|--|--|---|
| | | <p>D: Él trabaja, se va como desde las seis de la mañana y llega después de las tres de la tarde, de ahí más bien está viendo televisión recostado, y no mija eso no hace nada, eso es como los padres crían a los hijos, yo he criado a mis hijos y nietos diferente, a que no pierdan tiempo porque tiene uno que dale cuentas a mi Dios</p> <p>D: No, el si no, él es filipichín, eso no mija, cuando más lleva el plato del comedor a la cocina, del resto no, él no es de los que dice venga y les colaboro y lavo la ropa de mis hijos, no nada (YERNO)</p> <p>D: No, no, no, mi padre solo ayudaba cuando era el 24, el 25 y el 31, decía muchachos ustedes no van a hacer nada, vayan a jugar, entonces eso mataba gallinas y preparaba unas delicias, como era costeño no faltaba el coco</p> <p>- I: Al 100% en mi familia por parte de mi papá, pues mi mamá nunca se metió en eso, pero por parte de mi papá ni siquiera nos dejaba entrar a la cocina</p> <p>I: Si, todo el tiempo mi mamá, los hombres no, nadie en la cocina, ni en ninguna de las labores del hogar, nada, absolutamente nada</p> <p>I: Lo que yo les enseñé fue lo mismo, exactamente lo mismo que me enseñó mi papá, ni las mujeres ni los hombres, porque yo digo que mis hijos estudien y se preparen pero que no van a estar en oficios de hogar</p> <p>I: Porque a mi lo único que me interesa es que estudien y se preparen y pues realmente le voy a ser sincero, realmente no me gustaría que mis hijas, sobre todo mis hijas que vayan a estar de esclavas de otra persona</p> <p>I: Si debería ser de esa forma, pero es que eso depende de la formación que a nosotros nos den, o sea las labores del hogar son muy importantes, y si deberían colaborar, pero eso depende de como a uno lo formen, yo nunca hice nada, yo hasta ahora que deje de trabajar, hace dos años comenzando la pandemia y de ahí para es que he colaborado en algo porque tampoco no tengo nada más que hacer, pero pues por mi formación no lo había hecho nunca (distribución del cuidado en la sociedad actual)</p> | |
| Envejecimiento activo | Determinante del entorno social y determinan | -T: Ahorita en la actualidad no estoy recibiendo ningún subsidio... pues hace algún tiempo en la alcaldía de Petro (risas), como tuvimos un accidente entonces a mi alguien me dijo que fuera a secretaria de integración social y allí me colaboraron con un mercado de \$250.000 mensuales, pero | - Experiencia educativa y laboral en el transcurso de la vida |

| | | |
|--------------|--|--|
| te económico | <p>hasta cuando estuvo Petro, ya después de que estuvo Peñalosa se quitó toda la ayuda.</p> <p>T: Desde que prácticamente tuve a Camilo, pues porque ya vivía en otra parte, ya vivía era con mi papá y mi mamá porque ellos ya eran personas mayores y me dedique prácticamente a ver por ellos y por Camilo. (23 años)</p> <p>T: Pues al principio yo trabajé, empecé a trabajar cómo desde los 15 años, estudiaba y trabajaba y pues ahí yo tenía mis ingresos, ya tuve a Luisita y teníamos para las dos. Cuando llegó Camilito ya me dediqué a la casa y ya mi familia me ayudaba, todos me ayudaban, mi hermanas, inclusive mis sobrinos también me ayudaban, mis papás. Entonces ya por estar con mi papá y mi mamá pues entonces yo ya tenía mis ayudas.</p> <p>T: Si, mi hija me tiene afiliada a compensar, hasta ahora no he tenido problemas, pues el único problema que he tenido es con el especialista, porque en realidad como estoy tan fregada de la cadera, porque se me fregó las caderas más que todo la derecha es la que tengo afectada, eeh las citas muy lejos, en mi caso me hicieron una infiltración y no me sirvió de nada y no le mandan a uno nada ni un acetaminofén, el acetaminofén me lo dieron porque yo le rogué al medico, me lo dieron porque yo soy hipertensa y con principios de diabetes, entonces yo le dije al médico del programa que si me formulaba acetaminofén porque me dolía la cadera, el especialista únicamente la infiltración y no más.</p> <p>T: Yo creo que me faltó como audacia, como haber pensado un poquito, porque yo pude haber pensado cómo ahorrar para hacer una pensión y pues no (silencio, gestos con las manos) y entonces le toca a uno a veces estar sufriendo un poquito por la estabilidad económica</p> <p>T: Pues dedicarme a trabajar, pero pues como les comenté, ya como por mi papá y mi mamá que estaban bastante mayorcitos pues me dedique fue a ellos</p> <p>T: Yo trabajé como auxiliar de enfermería pero empírica, ya después estuve en la casa y trabajé en un casino de alimentos y llegué a ser hasta segunda cocinera</p> <p>T: Pues mis recursos los tengo porque vendimos la casa familiar, entonces con eso es de lo que nos estamos sosteniendo, pues con eso prácticamente compramos aquí y lo poco que queda es lo que me correspondió pues de herencia.</p> | <p>- Estado de salud física y mental</p> <p>- Acceso en los servicios sociales y de salud</p> <p>- Apoyo de vecinos, amigos, iglesia, entre otros</p> <p>- Formas de obtener los recursos económicos en la actualidad</p> <p>- Perspectiva sobre la remuneración de las labores de cuidado</p> |
|--------------|--|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>T: Si claro y ahorita yo estoy mirando a ver cómo me ubico con integración social con un subsidio así sea para pagar los servicios</p> <p>-C: No, absolutamente nada (subsidios del Estado)</p> <p>C: Toda la vida, solo trabajé como tres años. En un lavaseco.</p> <p>C: Yo disfrutaba mucho, pero de todas maneras mis hijos estabas pequeños entonces las labores lo mismo, debía cumplir con mis deberes, pero entonces vivía contenta porque uno tenía su salario entonces yo podía disponer de él como yo quisiera, comprarles a mis hijos y eso, después ellos fueron crecieron</p> <p>C: Pues yo me las ingeniaba la gran mayoría con ellos pequeños en la casa lo que hacía era hacer envueltos de pura mazorca como se hacen en Cundinamarca, yo salía y los vendía a buen precio y tenía mis contratas. Me demoraba más yendo a traer y hacía un bulto de mazorca, llegaba y en una hora máximo vendía todo</p> <p>C: Lógico, a mí me gustaría y yo digo sería una persona muy feliz de poder conseguirme un trabajo o que el gobierno dijera estas personas por más que tienen edad uno sentirse que sirve, sentirse valorado porque no lo valoran porque ya está viejo y le cierran a uno las puertas</p> <p>C: sería muy importante oponerse al pie de las personas que por ejemplo como yo que nunca tuvimos un trabajo o no nos pudimos pensionar por estar dedicado a los hijos, al esposo, al hogar a la familia que rico sería que el gobierno nos brindara un apoyo que no porque nosotras somos viejas, abuelas, entonces por tener cierta edad entonces lo que merecen ustedes es morirsen no al contrario, yo me siento muy contenta que yo pueda servir, que pueda hacer, que no me sienta frustrada porque tengo tantos años y no consigo un trabajo porque por lo menos a mi si me gustaría, yo trabajaría porque se hacer muchas cosas pero que el gobierno nos dé esa posibilidad, no digo que necesariamente nos tienen que mantener o dar, porque muchas sabemos trabajar y conozco muchas abuelitas que están abandonas y se quieren morir pero ¿por qué? nosotros tenemos derecho de vivir todavía, porque Dios nos mandó y estamos acá, vieja la cédula.</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>Eso sí me gustaría esa ayuda que hayan empresas o instituciones que nos colaboren porque muchas veces los esposos, los hijos nos dan la espalda. Nosotras a veces decimos que tenemos una familia pero no la tenemos, la gran mayoría no la tenemos y a veces dormimos con el enemigo, no sabemos cuándo es que nos van a dar la patada, entonces sería importante a mi me gustaria conseguir un trabajo pero no si usted se enferma haya en sucsa entonces muerase, si le dan bien y sino muy demalas porque esa es la situación que estamos viviendo hoy en dia nosotros los abuelos, los hijos les importa que la abuelita se murió o tiene tal enfermedad pues muy demalas si no pudo ahorrar o no tuvo como trabajar, un abandono y un olvido terrible para nosotros por ser ya de edad, los hijos muchas veces se cansan y ellos si quieren que les hagan y que les traigan pero ellos no retribuyen</p> <p>C: amigos de mi parroquia que son muy poquitos pero son personas muy espirituales y busco sacerdotes que son fuente de ayuda, no soy de las personas que solo se quedan que aquella amiga y que en vez de construir son destruir, yo no me quedo ahí yo busco personas que ayuden y me digan usted puede, va a salir de ahí, haga esto o lo otro, usted va a salir ese apoyo que nunca recibí de mis papás o hermanos porque mis hermanos siempre en realidad si usted estuvo bien hija pero si pasa necesidades muy demalas, cada uno metido en su cuento</p> <p>C: Si por mi fuera yo iría todos los días, y ahorita en los momentos que las niñas están estudiando no puedo ir porque a mi me gusta ir a ayudar y sentirme una persona útil sin esperar nada, me gusta servir en todo lo que haiga. ellos le dan ese apoyo para que uno salga adelante le dicen busque la ayuda el psicólogo, si no podemos por ese lado vamos a poder por otro pero no se eche para atrás, porque usted es una mujer valiente y luchadora (sobre redes secundarias).</p> <p>C: Pues a veces me dedico al crochet cuando no me da malestar porque yo sufro de artrosis entonces a veces hago tejidos en crochet y las vendo, o también camisetas y tengo mis amigas ya de edad y a ellas les encanta lo que yo hago, entonces me compran porque uno de ama de casa a uno no le pagan, si le quieren comprar le comprar le comprar, si le quieren traer le traen, pero que a usted le esten aportando un dinero no.</p> <p>C: En el momento mi esposo y mi hija la menor, la mama de las dos niñas, pero ella es madre soltera entonces le queda difícil. Y en la pandemia ella no tenía trabajo y lleva hasta ahora trabajando seis meses después de dos años, entonces</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>está saliendo de sus deudas, pero ella colabora en el momento.</p> <p>C: Lógico porque nosotras si vamos a ver la ama de casa trabaja más que incluso el mismo empleado de las empresas, nosotros por decir a veces nos levantamos a las 4:00 am a preparar almuerzos, empacarlos, que los niños, que hay que lavar, que hay que organizar, que hay que tener todo perfecto para que los puedan salir a su trabajo, ellos se levantan más tarde se bañan, se visten y empaqueme, el tintico, lo que van a llevar y los que desayunan. Sería súper importantísimo en la mayoría de casas muchas veces ni los mismos hijos porque acá por ejemplo viven los dos menores y el chico a veces por pagar sus cosas, a veces dice tome mami estos 20.000 o 50.000 pero de ahí no pasa y uno como ama de casa cuando pudo trabajar podía comprar sus cosas a su antojo, y ahorita como ama de casa no tiene ese derecho porque es un derecho, ya no lo tiene y no puede uno dice ya estoy viejo</p> <p>-M: como veinticinco años solo al hogar porque antes trabaja y al hogar</p> <p>M: porque me empecé a enfermar y ya tenía dos niñas entonces era más difícil, más complicado porque cuando empecé a trabajar solo tenía a mi hija mayor pero después ya trabajando fue cuando quede en embarazo de mi otra hija, aunque cuando yo deje de trabajar mi hija menor ya tenía como 5 años pero entonces me tocaba muy duro, yo me levanta a las tres de la mañana a lavar, dejar organizado y salía trabajar, y por la noche llegaba a hacer lo que no había hecho y a hacer la comida</p> <p>M: si allá en Villapinzón hice como hasta cuarto de primaria y aquí hice hasta noveno hasta cuando mi cartón salió corriendo (risas)</p> <p>M: sí porque por ejemplo para mi fue una frustración aunque creo que ahí sí fue una decisión el quedar embarazada de mi hija mayor, pero para mi si fue una frustración no haber terminado un bachillerato pero pues son cosas que de pronto mi dios le tiene preparado y gracias a dios yo di con un buen esposo que de pronto no muchos no tienen esa fortuna, pero si yo pienso que si de pronto yo hubiera terminado mi bachillerato y avanzar en mis estudios hubiera podido trabajar, siempre soñé con trabajar en una oficina o en algo así, eso es un sueño frustrado para mi.</p> <p>M: mis recursos vienen de mi esposo y mi hija menor</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>M: sí, porque yo tengo una amiga que como que piensan que es la sirvienta de la casa entonces pienso que no porque la casa es de todos y como tal hay que todos colaborar, si debería ser más reconocido porque es que hay veces que piensan que es obligación porque es que usted está en la casa, no porque no es obligación es que yo sé que uno está en la casa y uno lo hace porque uno está acostumbrado a hacerlo pero que sea una obligación no; es que obligados somos todos porque todos vivimos en la casa pero sí debería ser más reconocido a la cabeza mayor</p> <p>M: yo siento que sí porque yo estuve en Colpensiones entonces aun me faltan cuatro años para pensionarme pero allá me dijeron que siguiera pagando que me faltan solo cuatro años y que eso ya no es nada, y lo mismo mi esposos pero él debe esperar más entonces yo le digo que le llevó la delantera, ya casi me jubilo y ahí voy (tiempo que le falta para completar las semanas de cotización)</p> <p>- H: estaba trabajando en la personería y de ahí me salí a aprender a coser para dedicarme a la costura, pues también lo hacía ahí enredado hilos porque uno no es técnico en la cuestión pero si por ahí para hacerles los uniformes a ellos y pasar ahí el rato</p> <p>H: todas las oportunidades que se me presentaron las cubrí; educación las tuve pero entonces por casarme no recibí el grado de derecho y laborales también tuve varias oportunidades</p> <p>H: ¡Claro! mi esposo me la dejó, él me la dejó para por lo menos ayuda de los servicios y la comida (la pensión)</p> <p>H: yo no tengo apoyo a parte de mis hijos que me colaboran en lo que pueden yo no exijo sino lo que ellos puedan a medida del que gana más, el que gana menos y el que no gana a lo que ellos puedan; tengo el apoyo de la pensión que antes a mi me toca colaborar porque estoy aquí con ellos, me toca colaborar mirar como estan para darles aunque sea un centavito para ayuda de las necesidades también porque lamentablemente ellos pagan unos arriendos muy altos, y si comen no pagan y si pagan no comen entonces que toca hacer que la esposa, la esposa, los hijos trabajen todos para medio cubrir esas necesidades</p> <p>H: las que lo tengan bien ganado pues si, pero la mayoría de las mujeres no tienen el subsidio en el hogar porque les están dando con mucho sacrificio les están pagando también su</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>bonificación de trabajo a parte de eso les están colaborando para que empiecen a recibir algo en la pura vejez cuando que es cuando se necesita; o sea la pensión (oportunidades que piensa deberían tener las personas que se dedican al cuidado no remunerado)</p> <p>H: me encuentro muy delicada de salud porque tengo unas enfermedades que son casos crónicos irreversibles donde la enfermedad por sí sola no se va a curar, ya por la edad que yo tengo tampoco es fácil no me pueden operar no porque yo sea hipertensa, porque gracias a dios yo no soy hipertensa, ni sufro del corazon, ni nada; pero el problema mio es diabetes y circulacion por eso no me pueden operar más por la edad y todo ya toca tener paciencia y seguir luchando</p> <p>H: pero que más que estoy comiendo, durmiendo acá en lo de ellos y todo entonces qué les voy a cobrar (remuneración por parte de la familia por sus labores)</p> <p>H: no, de mis cuatros hijos (provisión recursos económicos)</p> <p>H: no, porque cuando las cosas se hacen con amor y cariño no se debe de cobrar que más rico que la cobra nuestro señor cuando uno se vaya, y yo nunca le cobraría a mis seres queridos ni a nada lo que yo podía le ayudaba por lo menos a mi mamá (remuneración por parte de la familia por sus labores).</p> <p>H: no eso si lo que me quieran regalar vengase en nuestro reino, pero que yo les diga no, yo no les exijo que me den pero si me lo quieren dar voluntariamente yo lo acepto (remuneración por parte de la familia por sus labores)</p> <p>-P: que yo ganaba y manejaba mi plata, pero así que yo salga a una reunión o un cine, o reunirme con alguien no lo hago; porque el fin de semana que estoy sola prefiero si descansar, estar acostada y todo pues descansar como de la rutina un poquito. Pero si a uno a veces si le hacen falta muchas cosas (espacios de esparcimiento)</p> <p>P: pues el médico me ha dicho que estoy bien; pues si me cogen dolores de espalda, de cabeza pero es cuando estoy muy estresada, fumo mucho cuando estoy estresada, lloro cuando estoy demasiado estresada digo que la como la manera mía de desahogarme porque pues no tengo a con quien sentarme y decirle lo que me pasa, lo que tengo en ese sentido más que todo fumo y me encierro en un círculo yo misma, pero pues nunca me desahogo con los niño pero me</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>vuelvo más temperamental, más estresada pero es por tanta cosa que me esta llegando en el momento</p> <p>P: si y me toca hacerlo porque entre el proceso que llevó con el niño pequeño me mandaron , me dieron la orden de la comisaria que tenia que llevar al niño e ir yo también a psicología, pero ahorita como estaban en vacaciones pues dije no lo voy a hacer porque el niño está en Funza el pequeñito y para yo hacerlos venir hasta acá, y volver yo dije no voya a dejar que descansa allá y este con la familia del papá, y el papa y cuando ya volvamos empiezo ya a cuadrar las citas para ir tanto él como yo</p> <p>P: no, es que yo soy muy(silencio) como le digo... a mi no me gusta estar comentando mis problemas a nadie y tengo una amiga pero hace mucho tiempo no nos hablamos que ella si me escucha yo lloro cuando le cuento, hablo, como que me desahogo con ella y pues yo la he llamado a que si viene y todo pero ella también tiene sus cosas y eso entonces pues no ha podido venir, entonces yo me encierro en lo mio (redes de apoyo)</p> <p>P: yo creo en dios mas no voy a la iglesia, yo creo en dios, yo le rezo a dios a mi manera, leo el rosario y hago el rosario porque me gusta, y yo lo único que hago es pedirle a mi dios más fortaleza que la que tengo es lo único que hago. rezo a mi manera yo encerrada lo hago pero así de ir a uno iglesia no, hace mucho que no lo hago</p> <p>p: yo me sentía satisfecha porque a mi me criaron y me educaron para... yo si estudie lo mio pero igual yo sabía que si yo quería trabajar debía cumplir con las labores de la casa; lo que pasa es que yo en esa época tenía un horario muy flexible que era de 7:00AM a 3:00 PM pues entonces yo me iba a trabajar en lo mío y llegaba uno entusiasmado recién casado llegaba a hacer que su comida, sus cosas y todo.</p> <p>igual en esa época los dos trabajamos y ganamos bien entonces yo conseguí a una persona que me ayudaba, y yo solo llegaba a hacer comida porque me gusta hacerla pues para tenerle al esposo; yo llegaba tipo 4:00 de la tarde descansaba un rato y ya me cambiaba, me ponía a hacer la comida con alegría; ya cuando nació nuestra hija paola que es la mayor igual ya conseguimos a una persona interna pero igual yo le decía a ella cocine solo para usted y para mí, yo le hago la comida a mi esposo y se la tengo por la noche,eso si ella hacía el oficio no me senti tan presionada en esa época porque igual él era el que daba la plata para todo porque él ganaba mucho más de lo que ganaba yo, yo era muy raro que gastara para algo de la casa, gastaba era para</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>comprarme vainas y cosas. pero ya cuando nos separamos fue cuando vino el golpe, ahí se vieron los cambios y pues ya me tocó trabajar a mí, y ver todo lo de la casa, los estudios de ellos y todo</p> <p>P: enfermera, cuando la pandemia fui y visite muchos pacientes de covid y los saque del covid, y ya después empecé a coger los pacientes post covid yo iba dos horas por la mañana y dos por la tarde cosa que no me interfiriera con los horarios de los niños que yo pudiera llevarlos y recogerlos sin problema, ya por la tarde los dejaba aquí mientras yo iba a hacer la terapia</p> <p>P: de manera independiente, por cuenta mía porque cuando mi hija se fue y me dijo que ya no trabajara más y que me quedara con los niños más bien, y que descansara supuestamente entre comillas y yo le dije que bueno, pues a mí al comienzo me pareció chévere porque igual yo llevaba una rutina tenaz pero me pareció rico el primer año ya pues uno empieza a extrañas sus ritmos, sus pacientes pero igual yo seguí acá y cuando la pandemia empecé con esos pacienticos poco también a veces me llamaban eso durante la pandemia</p> <p>P: yo me especialice primero en ortopedia porque me apasionaba, por eso era que sabía que me había hecho un fractura y después me especialicé en todos los procedimientos de gastrología eso sí que me fascina a mí y yo me había unas jornadas bárbaras porque me puse a trabajar con un médico gastro y nos íbamos todos los fines de semana para Villavicencio a la clínica meta y eso hacíamos de 7:00 am hasta las 11:00 pm solo procedimientos, íbamos y descansábamos 3 o 4 horas y volvíamos el otro día lo mismo y si era puente pues eran los tres días</p> <p>P: si, estaba recibiendo esa renta cuando lo de la pandemia yo digo que por lo que yo me retire de trabajar y tuve una época tenaz pero de esas tenaces que no tenía ni medico ni siquiera, entonces yo no sé qué humanitario porque esta es la hora que yo no sé quién me inscribió a ese programa del gobierno que el gobierno paga el 75% de la pensión y yo el 25% eso me llevo ese mensaje, yo fui lleve los papeles y yo estoy pagando es esa pensión y a mí me afiliaron al SISBEN porque preciso cuando uno se queda sin eso e empiezan a llegar los males y a mí me empezó un problema en la vesícula, y yo no tenía servicios médicos ni nada porque fueron como 3 años sin trabajar entonces me afiliaron al tal SISBEN y cuando mi hija se fue ahoritica el niño pequeño quedo sin salud, diego si tiene su salud porque esa se la paga</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>el papá pero el niño pequeño estaba sin salud y él ha sido muy enfermo a nivel respiratorio entonces yo fui al Bienestar y dije que si me podían dar la custodia del niño porque estaba sin el papa y la mamá, que el niño tenía estos problemas de salud y ellos me la dieron para yo poderlo afiliarse a mi SISBEN.</p> <p>Entonces yo digo que esos subsidios me han favorecido por Nicolás y ya por mi edad como cabeza de familia porque yo nunca me he inscrito a nada de eso pero empezó a llegar y pues igual la plática no cae mal, y menos en pandemia porque así como empezó aquí en E.U estuvo duro y Paola también duró su buen tiempo que no me podía mandar pero yo no puedo decir que aquí no nos acostamos sin comer o pagar el arriendo porque yo digo que ahí mi dios le mandó a uno sus angelitos, yo siempre he dicho que uno debe sembrar para más adelante recoger. Un día me empezó a llegar el ingreso solidario después que una tal renta básica, pero es si ya me la quitaron</p> <p>P: ese si no me lo han quitado, ese si todavía me lo dan, pero entonces cuando me dan es yo me voy mis nietos y nos comemos algo, yo me los llevo allá jugamos un rato, salimos al parque y les digo vamos a comer o nos vamos para algún lado, o cada uno come lo que quiere (refiriéndose al ingreso solidario)</p> <p>P: en medio de educarme yo esa parte fue difícil porque mi mamá cumplió con darnos solo el bachillerto y ella siempre fue muy clara que ella solo nos daba el bachillerato que el que quisiera seguir adelante tenía que pagárselo por sí mismo, entonces fue ahí cuando yo empecé a trabajar a pagarme lo mio y mi hermano lol mio pero para sacar mi estudio adelante me tocó pagármelo yo misma, sacrificar muchas cosas y todo pero ya despues fue bien remunerado un buen fruto. Carro que a mí me hubiera gustado estudiar derecho, pero como no tenía plata pues me toco el auxiliar de enfermería a raíz de eso empecé a hacer los cursos, las especializaciones y uno empieza ganar más, yo me ganaba más que una señora que era jefe por lo que yo sabía hacer y siempre me ha gustado la enfermería</p> <p>P: el SISBEN (afiliación a EPS)</p> <p>P: mire que me ha ido bien que mucha gente decía que malo, pero a mí me ha ido muy bien, me operaron de la vesícula y las veces que he ido por urgencias me han atendido muy bien cada tres meses me hacen control por la obesidad y la apnea del sueño (Experiencia con la atención médica)</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>P: no, arrepentirme de tener los niños no, sino de cómo la actividad mía de mi trabajo, de mi profesión porque pues me ha hecho falta y la extraño, igual a mí siempre hasta con mis hijos fui mujer sola y yo los crié a ellos sola; entonces me hace falta como esa adrenalina digo yo y no estar dependiendo de la gente para que me den las cosas que yo necesito... entonces eso tal vez es lo que más o menos extraño, estar dependiendo de alguien para poder comprarme algo o para salir a algún lado aunque mi hija aquí manda todo, aquí casi todas las cosas se pagan de ella pero igual uno necesita su espacio también</p> <p>P: ella desde el año pasado me está dando \$300.000 pero pues la verdad no los he implementado para mí, los he implementado para otras cosas (dinero que le envía la hija)</p> <p>P: que yo ganaba y manejaba mi plata, pero así que yo salga a una reunión o un cine, o reunirme con alguien no lo hago; porque el fin de semana que estoy sola prefiero si descansar, estar acostada y todo pues descansar como de la rutina un poquito. Pero si a uno a veces si le hacen falta muchas cosas (experiencia laborales remuneradas)</p> <p>-R: Mi esposo me tiene afiliada a la eps</p> <p>R: Si, a mí me gusta mucho el emprendimiento, a mí me gusta digamos ser como creativa, nunca me he quedado quieta entonces uno aprende a no ser conformista y eso es lo que me mantiene a mí, además la edad va aumentando y los años le van a uno cobrando y ya no es lo mismo cuando uno tiene 25 años a cuando uno tiene 65 años empezar a realizar ciertas actividades, pero si, mentalmente estoy muy lúcida gracias a Dios (risas) y pues me encantaría si poder hacer cosas, montar un negocio más adelantado para entretenerme, peeeero para entretenerme (risas) (oportunidades que le gustaría tener)</p> <p>R: Pues yo trabajé en varias empresas, pero entonces cuando ya tuve a mi hija mayor tuve que retirarme porque ella tenía un problema de displasia de cadera y empecé ya pues a dedicarme a mi hija desde que ella tenía como dos años y medio y ya seguí fue como independiente en ventas con perfumes, sabanas, joyería, ya después tuve un proceso de cáncer y fue salir de ese proceso y pude encargarme a mi segunda hija que fue otro proceso y después ya vinieron otra serie de enfermedades complejas, pero ya en este momento ya después de los sesenta y pico uno empieza a pensar y dice, ole uno que hizo, ya uno tiene que emigrar de este planeta, entonces disfrutar las últimas décadas que me quedan (risas), por ejemplo irse uno a caminar rico, ir a</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>hacer un rato de deporte, salir con mis amigas o esposo, o si el no quiere lo hago sola, tambien me gusta salir a vitrinear a los centros comerciales, entonces eso te cuento.</p> <p>R: En una época de mi vida trabaje como digitadora y me di cuenta que las mujeres tienen esa habilidad de estar en su hogar y también de emprendedoras y tener su empresa, no digo que los hombres no lo puedan hacer pero sobre todo las mujeres estamos con los hijos, con la mamá, colaborando si se puede en alguna fundación, colaborando al vecino, entonces yo creo que yo si hubiera, bueno no quiero pensar en él hubiera sino en lo que quiero hacer.</p> <p>R: Si hay red de apoyo, las amigas desde la infancia y de diferentes etapas de la vida, cuando trabaje, cuando estudie belleza, tratamos de reunirnos y nos damos apoyo y eso es importante porque da gozo en tu corazón, y de la iglesia también yo soy una persona que siente mucha paz en la oración entonces me gusta, tu sabes que no todo el mundo ora no todo el mundo le gusta ir a la iglesia, pero a mi si me gusta, me siento muy reconfortada, de hecho voy con unas amigas, desde muy pequeña siempre fui inquieta por mi oración por leer sobre la palabra de Dios y eso me gusta y me llena, siento como ese apoyo espiritual de ese ser maravillosos que nos cobija, entiendo que otros no creen y yo lo respeto</p> <p>R: Mis recursos vienen de lo que yo emprendo, no tengo ningún subsidio, porque hay una cosa y es que aquí no miran a cada persona, sino que se van por estratos y te lo digo porque sé de personas que tienen dos casas y están en el sisben y además les están pagando cada mes, en cambio uno aca no, tristemente no se ve</p> <p>R: Pues me han encontrado diferentes patologías y yo pienso yo me he cuestionado mucho y me he hecho esa pregunta muchas veces y me he dado cuenta que definitivamente cuando uno es egoísta con uno mismo conlleva a eso porque tú terminas sacrificandote por los demás pero dejas de pensar en ti entonces uno se vuelve de verdad muy egoísta, entonces toca hacer altos en la vida y dedicarse tiempo para sí mismo, pero entonces como vienen la cuestiones morales que te hayan inculcado desde pequeño entonces uno empieza a hacerse como interrogantes, ser que eso esta bien sera que eso está mal (como le han afectado las labores)</p> <p>R: Pero por supuesto, es mas deberian pagarle mejor a las mujeres, en serio deberían tener esa opción pero yo creo que los gobiernos piensan que se van a quedar pobres (risas),</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>pero tu sabes que la base de la sociedad son las familias y las cuidadoras número uno son la madres, sin desmeritar la labor de algunos padres que también lo hacen, entonces sería genial, un estímulo, que hubieran cursos gratis, pero no solo el dinero, claro que si es rico , pero también oportunidades, cursos gratis para emprender y demás y pues puede que los hayan, pero acceder no es tan fácil, si sería genial que hubieran muchas oportunidades porque si tu tienes activa tu mente estás saliendo de esa rutina y eso es buenísimo para uno porque eso lo rejuvenece al mil por ciento, (remuneración por parte de la familia por sus labores)</p> <p>-L: soy pensionado y más a parte salgo a hacer ejercicio, a montar bicicleta</p> <p>L: hasta quinto de primaria</p> <p>L: con la edad, con el tiempo y el requerimiento de los trabajos exigió terminar el bachillerato</p> <p>L: de pronto faltaron oportunidades porque en el sentido que nadie a uno le explicaba “mire agarre este trabajo o haga este curso” en este tiempo no habían esas oportunidades que hoy hay en día para la juventud o para los mismos viejos porque hay muchas oportunidades hoy, porque los que no terminamos hoy en día con la edad y toda esa vaina hay muchas oportunidades de estudio como el SENA que está capacitando a muchas personas y no miran edad, simplemente es aprovechar la oportunidad y la necesidad del ser</p> <p>L: pues es que el gobierno no es todo, lo que pasa es que cuando uno es joven debe pensar en la vejez y prepararse para la vejez porque la mayoría piensa que el gobierno debe darle todo y eso sería el pueblo dándole al mismo pueblo, pero es que la misma juventud debe pensar en la vejez no solo en el momento que están viviendo</p> <p>L: no, dependemos de nosotros mismos porque por eso somos un núcleo como una empresa no tenemos que pensar en que nos tengan que dar o pedir tratamos de trabajar por lo que se necesita en la casa (apoyo externo)</p> <p>L: pues uno tiene que aprender a vivir con lo que hay, aprender a vivir con lo que hay eso es una gran ventaja de todas maneras hay algo seguro ya entonces de pronto falte o sea suficiente pero con eso hay que aprender a vivir</p> <p>-D: Antes yo era secretaria, mecanotaquígrafa, porque yo estude en comercio y entonces trabajé en dos partes,</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>primero con un ingeniero y luego con un ingeniera bastante tiempo, ya después yo me fui retirando cuando mi china se graduó y se casó, el error mío fue el no haber cotizado mi pensión, pero es que nadie me aconsejó, nadie me dijo, ni mi papá, ni mis hermanas, ni amigas, nadie, nadie, de manera que yo no tengo pensión</p> <p>D: No nada, nada, pero es que ni un pedazo de madera (risas), entonces eso es muy triste porque al estar yo pensionada hubiese seguido ayudando a mi niña, porque imagínese yo separada a mi me tocó duro, me tocaba pagar arriendo, servicios, colegio de la niña, en colegio de papi y mami, estudio en el colegio del rosario, y allá es costoso, los libros, el uniforme, la pensión, la matrícula, y yo no se Dios como me ayudó para todo, primaria, bachillerato y universidad, y yo sola y aquí estoy y sigo ayudando a mis nietos</p> <p>D: Claro, tuve muchas oportunidades, primeramente tuve una propuesta para irme para Estados Unidos, que llegó una amiga a la que yo había apoyado mucho, entonces ella me quería llevar a Estados Unidos, pero entonces yo le dije hombre que le pasa yo como me voy a ir y dejar a mi hija, entonces ella me dijo pues la puedes encargar, y yo y la plata para los pasajes, la visa y pasaporte y todo eso, y ella me dijo yo te gasto todo, mira tú vas allá y trabajas un año y en un año vuelves y te compras tu casa</p> <p>D: Mi mamá Luci, que así le decía pero era mi hermana, ella era la que me cuidaba, la que me llevaba al colegio, la que me ayudaba hacer las tareas, la mayor trabajaba y los otros dos ya estaban en el bachillerato, o sea yo soy la menor, había otro hermano pero se vino a Cali a trabajar y luego a Bogotá, y yo fui creciendo y estudiando y cuando estaba en segundo de bachillerato ofrecieron becas para irse a Estados Unidos a estudiar el inglés y nadie de los papás quisieron mandar a sus hijos, el único que quería era mi papá, pero mis hermanas no lo dejaron y lo desanimaron, mire esas oportunidades que yo perdí, sino mi vida sería otra (quien cuidaba de ella)</p> <p>D: Ella estaba chiquita todavía estaba en la primaria y con quien la dejaba, y ella me decía que contratara a alguien que la cuidara y como mi familia vive en otra ciudad, entonces por ella no me pude ir y pues después mi amiga me presentó otras amigas y también me invitaban y me decían que tenía carisma para vender productos y que tenía suerte pero entonces no lo hice por no dejar a la niña.</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>D: Oh claro, claro, Dios permita que el presidente Petro, Dios lo ilumine para que nos ayude a las mujeres solas y luchadoras, porque los hombres no Dios mío, están pintados, porque yo si deseo no solo para mi sino para muchas señoras que están solas y no tienen pensión ni nada (oportunidades que le gustaría tener)</p> <p>D: Si yo estoy bien de todo, lo único que a veces me atacan es como los nervios, porque yo sufro por las otras personas, veo en televisión que se viene la tierra en las casas y me gustaría ayudar pero me da tristeza, quisiera tener una plata para ayudar solo a las mujeres y enseñarles a tejer y a bordar (voz entrecortada), a darles consuelo y aconsejarlas</p> <p>D: No mi amor, nada, nada (apoyo externo)</p> <p>D:Hasta con plata ayudaba, pero ahorita como yo ya no trabajo, por esa parte siento mucha nostalgia (voz entrecortada) porque la verdad yo ayudaba mucho, mi hija es la mayor y yo le colaboraba, y pues es que mi hija no gana mucho, entonces yo les colaboraba mucho y pues siento nostalgia porque ahora si es verdad ya no puedo trabajar, ya ahora vieja no me dan trabajo, por ahí hago mis artesanías pero no gano mucho, ahora es haga y haga oficio</p> <p>D: Claro de lo que trabaja mi hijita, porque por ejemplo el esposo es de malas, yo no se que pasa, pero por ejemplo el trabaja un año o dos años y al siguiente ya no lo llaman entonces el se desespera y se angustia, y reparta y reparta hojas de vida y no le sale nada (recursos económicos)</p> <p>D: Ay la verdad no, no, no, porque ella gana poquito y a veces no le alcanza, incluso si yo puedo a veces le ayudo a pagar un servicio o con lo que pueda, como madre me parte el corazón (recibir remuneración por la labores que realiza).....Emmm pues ahí de pronto, pero me da como cosita porque uno no debe tirarle a la familia, y tal vez yo hago de no recibir por el amor que le tengo a mi hija y a mis tres pollitos</p> <p>-I: Si las tuve, pero no las aproveché, no hice absolutamente nada, en el estudio yo si las tuve pero no las aproveché, y en el trabajo si, en el trabajo me desarrolle un poco</p> <p>I: Yo trabajaba de conductor, de servicio público.... Si, siempre llegaron de ese trabajo</p> <p>I: Ella y yo (los recursos actuales son de la pensión y la esposa)</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|-----------------------|-------------------------|---|--|
| | | <p>I: Bien bien, no era pesado, era un deber moral (responsabilidad cuando trabajaba)</p> <p>I: Sí pues en salud estoy bien, me siento bien y tengo mis servicios medicos y me ha ido muy bien, con los exámenes y todo lo que hacen</p> <p>I: No no no, solo dependemos de nosotros mismos (apoyo externo a la familia)</p> <p>I: No, más bien nosotros nos dedicamos a estar en nuestro propio vivir, no andamos pendientes de los demás, ni que necesitemos de afecto ni nada de eso, lo mío ha sido siempre independiente, lo de este hogar es aquí y el resto es aparte, con el vecino el saludo y no más, no andamos pendiente de nadie ni nadie de nosotros.(apoyo externo a la familia)</p> <p>I: No solo económicamente, sino afectivamente, en todo el sentido deberían ser muy bien reconocidas a la persona que sirve en ese sentido en la casa</p> <p>I: Pues no, del Estado no, los asunto familiares son directamente internos, pero bueno de los hijos si, deben ser bien remunerados</p> <p>I: Si claro, todos, sobre todo mis hijos le colaboran muchísimo con los gastos y cosas que se necesiten en la casa</p> | |
| Envejecimiento activo | Determinante conductual | <p>-C: uno mismo dice tengo el tiempo y quiero descansar o salir, ir al parque, comer, compartir con otras personas</p> <p>C: me atendieron virtualmente y la doctora me ayudo mucho, muy buena psicóloga y es donde uno dice ya no voy a ser la misma de antes, con la misma rutina porque por mas que seamos de edad también necesitamos de nuestros espacios para ir al parque, comer helado o compartir con gente que de verdad le den el cariño que ni los mismos familiares o por la misma rutina no le dan (experiencia con el psicólogo).</p> <p>C: ...tuve cita con el psicólogo entonces me dijo “primero, segundo y tercero usted” aprendí la lección y por eso si algo me provoca o lo quiero así no lo pueda miren a ver cómo se solucionan pero yo lo hago, que me quiero poner esto y no les gusta yo lo uso porque a mi me gusta</p> <p>C: No, ya no (asistir al psicólogo)</p> <p>-P: (silencio y risas) mm no (dedica tiempo para el autocuidado)</p> | <p>-Prácticas que disfrutan en el tiempo libre</p> <p>-Búsqueda de espacios y tiempo para autocuidarse</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>p: A veces pido cita a la EPS para el psicólogo para hablar con alguien, pero pues ellos dicen que ya mis hijos están grandes que cada uno debe solucionar sus problemas y que yo debo ocuparme de yo misma y no echarme más problemas encima, pero igual eso es como tenaz llevarlo a cabo uno siendo mamá o no soy ese tipo de mamá de dejar a mis hijos sueltos a pesar que esten grandes; yo trato de colaborarles en lo que más puedo y pues con tanta actividad no he vuelto al psicólogo allá a la EPS que a veces habla uno más con ellos, más abiertamente digo yo.</p> <p>-D: Bueno pues me he vuelto perezosa, antes de la pandemia yo salía con dos amiguitas, hasta viajé a la finca de una amiga y la pase delicioso, entonces, eh hh ¿qué me pregunto? (risas)</p> <p>D: Ah si, en mi alcoba, me pongo a ver televisión y a tejer, quisiera tener cantidad de lanas para tejer, tejer y tejer y bordar, porque es que yo no puedo estar quieta, me da como desesperación, entonces yo miro televisión y voy bordando y tejiendo y estoy feliz</p> <p>-R: Por ejemplo hoy tuve una tarde de chicas de mi edad (risas), porque con ellas empecé desde que teníamos 12 años en el colegio y he mantenido esas relaciones y tuve la oportunidad de que hoy vinieran a visitarme, entonces muy rico tener esa experiencia de amiga que una fue cornel, la otra con un jardín infantil, otra que trabajó en un banco y ya está pensionada, entonces pues yo no puedo decir lo mismo pero me gusta también en algún momento como ellas me hacían ver, tu también has hecho una labor muy bonita por tu familia aunque es la más desagradecida, porque si vamos a ver la casa es lo más desagradecido, para que tu tengas gratitud en tu casa es porque realmente hay muchos valores y tu llegues y te levantes y tu madre te dio un desayuno y dices gracias mamá que rico, o ves que tu mamá está cansada y le dices ven mamá y yo lavo la losa, pero a veces por el correr de la vida y por el ambiente de una ciudad tan grande y las distancias tan maravillosas, hace que eso no pase porque todos vivimos en un afán, entonces de hecho que yo he pensado irme a un lugar más, no sé como te digo, me encantaría terminar mi vejez en un pueblo en un lugar más tranquilo, porque yo pienso que la ciudad es como para las personas que están empezando a luchar por muchas cosas de su vida, como el estudio, el trabajo, que tienen ese correr, ya uno como que quiere es pensar de otra manera, quiero estar tranquila, irme para un parque comerme un</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>helado, con una miga, con mi esposo, digamos eso es como lo que yo añoro.</p> <p>R: No pero estoy que voy (risas), siento que a veces no puedo dar ese paso, me levanto y siento que me cuesta dar ese paso, no quiero llegar a agredir a nadie, de pronto en el cuidado de mi madre, en alguna opinión, con mis hermanos, entonces mi mundo se está enfocando mucho alrededor de mi madre, mi esposo, mis hijas y las ventas, pero entonces a mi tambien me gusta hacer cursos y entonces digo yo tengo que retomar eso (atención psicológica)</p> <p>-H: ah sí yo descanso los sábados y domingos, me voy con alguno o me llevan para afuera de Bogotá a descansar; una nieta me llevo para Cartagena y me tuvo por allá como un mes</p> <p>H: claro, creo que soy una persona demasiado galga me fascina salir a la calle lo que me provoca y devolverme, si me doy mis gustos y si voy con uno hijo o hija o con quien vaya pues ahí nos damos los gustos totales de lo que alcanza porque uno no es mucho lo que pueda comprar con \$10.000 entonces toca tener paciencia y lo poquito se pueda comer</p> <p>-M: sí claro, uno se cansa hay días como que quisiera no o levantarse o hay días que uno dice tengo como pereza, pero lo que pasa es que como uno está acostumbrado que al aseo y al hacer entonces uno se levanta y o hace, pero uno a veces si se cansa, se enferma y uno se levante por amor al hogar, a lo que uno tiene.</p> <p>M: Sí, cuando quiero descansar pues entonces no hago lo de siempre sino cambio la rutina</p> <p>-T: Si si si, salgo con ellos y caminé, cuando ellos están aquí aprovecho y salgo con ellos a caminar porque como no conocemos aquí mucho, entonces nos vamos y nos pegamos unas caminadas y pues así yo miro películas (risas)</p> <p>-L: pues obvio, estoy pendiente de los exámenes médicos anuales yo que tengo problemas de próstata, de oído y tuve una vez alto los triglicéridos el colesterol</p> <p>-I: Ah si si, yo tengo mucho tiempo para todo, para caminar todo, yo no mantengo mucho tiempo en la casa, en las mañanas salgo a hacer ejercicio y después en el día salgo y camino y doy vueltas, no me quedo quieto</p> | |
|--|--|---|--|