

# “La vejez desde una mirada psicogerontológica”

Autora: **María Laura Finauri**

El 14 de marzo de 2013, Francisco dirigiéndose a los cardenales que lo habían elegido Papa dijo: “Más de la mitad de los aquí presentes estamos en la vejez y agregó: *“La vejez es la sede de la sabiduría de la vida”*.”

La **psicogerontología** es el estudio y abordaje del envejecimiento psíquico normal y patológico, dentro del cual el psicogeriatra es uno de los profesionales que trabajan, junto a psicólogos, terapeutas ocupacionales, musicoterapeutas, psicopedagogos, etc. Abarca la tarea preventiva, asistencial y de rehabilitación, desde una concepción compartida y articulada acerca de la normalidad y la patología en el envejecer psíquico del sujeto. Las teorías psicogerontológicas, al decir de Rocío Fernández Ballesteros (1999), intentan responder diferentes preguntas sobre si hay formas standards de envejecer o si existe un patrón psicológico diferencial en la vejez. Muchos autores han escrito sobre el tema a lo largo de la historia, pero fue Munnichs en 1966 quién propuso el término Psicogerontología como especialización de la psicología del desarrollo, encargada de investigar las causas y condiciones del envejecimiento como proceso, estudiando y describiendo cuidadosamente los cambios de comportamiento regularmente progresivo, que se hallan relacionados con la edad avanzada.

Las diferentes teorías, en definitiva dan cuenta de la existencia de “vejeces”, que cada sujeto envejece de manera diferente, de acuerdo a la capacidad de desarrollar o no una vejez exitosa y activa, pero en definitiva quién establece el límite entre el envejecer normal y patológico, es la psicogerontología, que a través del trabajo interdisciplinario, la acción preventiva y el estudio de cada envejecer en particular permite abordar el proceso de envejecimiento desde todos los aspectos, principalmente sociales y culturales.

El enfoque psicogerontológico de la vejez va logrando una diferenciación del modelo bio- médico, que intenta explicar el envejecimiento psíquico.

Al decir de la Dra. Zarebski que difícil se hace para los profesionales que trabajan en psicogerontología adquirir una identidad propia.

*“Cuando el envejecimiento se acepta como un éxito, el recurso de las competencias, experiencias y recursos humanos de los grupos de más edad se asume con naturalidad, como una ventaja para el crecimiento de sociedades humanas maduras, plenamente integradas”* **Plan Internacional de Madrid.**<sup>1</sup>

Es importante pensar en el envejecimiento como un **éxito** y poder abordarlo de este modo en las diferentes instancias de trabajo con Adultos Mayores, desde los Programas Universitarios, O.N.Gs, pasando por los Centros de Jubilados, Centros de Día, la atención domiciliaria hasta la internación en una Residencia Geriátrica para poder visualizar la figura del psicogerontólogo en los diferentes ámbitos.

La II Asamblea Mundial sobre Envejecimiento, recomendó enfáticamente, como una cuestión de Derechos Humanos, la implementación de otras alternativas

La mayoría de los Hogares Geriátricos no cuentan con profesionales que realicen un trabajo interdisciplinario –terapeuta ocupacional, psicólogo, músico terapeuta- por lo cuál los viejos permanecen en una actitud pasiva frente al paso del tiempo ya que no les ofrecen actividades que los interrelacionen, teniendo en cuenta que aquel viejo institucionalizado tiene grandes dificultades para relacionarse con sus pares si no existe alguien que estimule – a través de actividades grupales- esta participación. Este tipo de instituciones hace que se instale la idea del geriátrico como un depósito de desechos humanos, provocando un “achatamiento” de la persona que lo empuja a una regresión psíquica e involución<sup>2</sup>.

El director de uno de los Hogares Geriátricos visitados para la realización del presente trabajo, no considera necesario que la Institución cuente con actividades de Terapia Ocupacional, Música terapia u otra disciplina ya que los fines de semana asisten voluntarios de la Iglesia Evangelista a cantar con los

---

<sup>1</sup> Carta de derechos de las Personas Mayores. Dirección Nacional de Políticas para Adultos Mayores .Ministerio de Desarrollo Social. Presidencia de La Nación. 2011.

<sup>2</sup> Zarebski, G. El geriátrico: ¿al servicio de la vida o Al servicio de la muerte? Del libro: hacia un buen envejecer. Editorial Universidad Maimónides, 2005. Bs. As.

residentes, siendo ésta la única actividad grupal que les ofrecen, sin tener en cuenta los intereses y necesidades de los mismos, sin embargo cuando se lo interroga sobre los criterios e ideología del trabajo con AM relata que “el Hogar brinda un servicio integral de excelencia para mejorar la calidad de vida con respecto a los trastornos psicológicos de los gerontes” y considera la vejez como “una serie de eventos que provocan la declinación de las funciones orgánicas y psicológicas”.

Todas estas situaciones pueden evitarse si ese geriátrico cuenta con profesionales que brinden actividades participativas, que se acerquen a ellos, que los escuchen para transformar esa “muerte en vida” en una institución que mejore la calidad de vida con menos conflictos y menos patologías.<sup>3</sup>

El trabajo en equipo en los hogares o residencias brinda la posibilidad de intercambio de opiniones, elaboración de normas y estrategias, no sólo para la atención de los residentes sino para reflexionar sobre el modelo de institución que se pretende lograr.

La residencia geriátrica resulta un recurso necesario en determinadas circunstancias, considerándose la última alternativa cuando se trata del cuidado y atención del AM.

Pilar Rodríguez en su libro *Residencias para personas mayores* hace una definición de Residencia: “Centro gerontológico abierto, de desarrollo personal y atención socio sanitaria en el que viven temporal o permanentemente personas mayores con algún grado de dependencia”.

Generalmente se opta por la institucionalización cuando el sujeto presenta limitaciones funcionales, psíquicas y emocionales y la familia no puede dar solución a estas problemáticas en el domicilio, más aún teniendo en cuenta que en la actualidad la mujer -que antes ocupaba un lugar de cuidadora- hoy en día se encuentra incorporada al mercado laboral, por lo cual sus funciones dentro del hogar han cambiado notablemente.

La familia se constituye en la mayoría de los casos, en la red de apoyo social más importante para las diferentes transiciones vitales a lo largo de la vida. Se considera a ésta como un sistema abierto en continua transformación, en un

---

<sup>3</sup> Zarebski, G. El geriátrico: ¿al servicio de la vida o Al servicio de la muerte? Del libro: hacia un buen envejecer. Editorial Universidad Maimónides, 2005. Bs. As.

constante proceso de intercambio entre los acontecimientos ocurridos en el seno de la familia y en el entorno. El terapeuta es considerado un agente activo en promover el cambio en la interacción familiar, planteándose así la importancia de abordar a la familia desde la mirada psicogerontológica, poniendo el foco en la vejez como un proceso y no como una etapa.

No sólo el Adulto Mayor sufre transformaciones, sino la familia también, debiendo adaptarse a los cambios ocurridos por las pérdidas y circunstancias propias del envejecimiento, como cambios de roles, disminución de la salud, jubilación e inclusive hasta la muerte. Las características de cada familia en particular se tendrán en cuenta al momento de realizar una intervención sistémica: la historia familiar, la estructura, personalidades, factores económicos y de salud, entre otros.

Por lo tanto, cuando una familia debe decidir sobre la institucionalización, es muy importante trabajar sobre las relaciones que el Adulto Mayor mantiene con su familia para poder detectar aspectos vulnerables o disfuncionales, para lograr que el proceso sea positivo.

Dentro de las circunstancias que derivan en la internación del Adulto Mayor en un hogar o residencia se pueden mencionar los problemas psiquiátricos que son frecuentes dada la vulnerabilidad que se tiene en esta etapa de la vida de padecer este tipo de enfermedades. Existen dos grupos de pacientes gerontopsiquiátricos: el paciente psiquiátrico que envejece y el anciano que durante el envejecimiento comienza a presentar cuadros psiquiátricos que pueden coexistir con problemas clínicos y neurológicos.

Los primeros síntomas que se evidencian en un Adulto Mayor con trastorno psiquiátrico son los déficits de las funciones cognitivas que pueden ser evaluados con diferentes pruebas estandarizadas con el MMSE (Mini Mental State Examination), Test del reloj, ADAS cognitivo o Mathis que son aceptados internacionalmente en cualquier protocolo de investigación.

El resultado obtenido de las pruebas antes mencionadas puede derivar en un diagnóstico de deterioro cognitivo leve (DCL) que no necesariamente implica que derivará en demencia, al igual que al referirnos a los factores de riesgo psíquico de envejecimiento patológico (FRPEP). Lo importante, desde la intervención psicogerontológica es poder intervenir, ante la aparición de estos

factores, de forma preventiva, encontrando un modo de trabajar junto al paciente y a su grupo familiar sobre todo desde el acompañamiento.

La nueva Ley de Salud Mental, N° 26657, sancionada en noviembre de 2011, representa un cambio de paradigma en el cuál se plantea que la internación es una instancia de tratamiento que evalúa y decide el equipo interdisciplinario cuando no son posibles los abordajes ambulatorios.

La práctica demuestra que no siempre los profesionales a cargo de la dirección de instituciones geriátricas están capacitados para cumplir con esta función. Si se pretende iniciar una transformación institucional se deberá contar con profesionales que entiendan la necesidad del trabajo interdisciplinario para lograr el mantenimiento y la promoción de aspectos del desarrollo vital, cultural y espiritual de los residentes, pero en tanto si la concepción es la medicalización de la vejez, se estará frente a una dirección estrictamente médica.

Un equipo interdisciplinario se centra en las necesidades del residente, formulando objetivos comunes, definiendo reglas y procedimientos a seguir como grupo.

El tema de la Sexualidad en los Adultos Mayores es otro de los puntos con grandes prejuicios en lo que respecta al envejecimiento.

*Master y Johnson plantean que "la más perniciosa de todas las mentiras sexuales, es la creencia, casi universalmente aceptada, de que la efectividad sexual desaparece sin que se pueda evitar a medida que el ser humano envejece. Tal cosa no es verdad. El envejecimiento sexual es extremadamente lento y gradual y siempre permite ajustarse a una forma de relación sexual distinta, quizás menos intensa si se compara con otras etapas de la vida, pero no por ello menos gratificante".<sup>4</sup>*

Marta, una señora viuda de 79 años que reside en un Hogar Geriátrico de la zona, ha formado pareja con Ernesto, de 83 años. Se conocieron en el Hogar, al principio ella no podía pensar en la idea de volver a relacionarse sentimentalmente con alguien luego de la muerte de su esposo, sin embargo E. se acercó a ella luego unos días en que estuvo internada por una intervención quirúrgica, él le manifestó que estuvo muy preocupado por su salud y que no

---

<sup>4</sup> Beascoechea, Graciela. La sexualidad en los Adultos Mayores.

podía tolerar la idea de perderla. Hoy en día llevan más de dos años juntos -la institución ha decidido que compartan habitación- y están muy felices en esta etapa de sus vidas.

Moisés Schapira, especialista en Geriatria y Gerontología y Director Médico del Hogar Adolfo Hirsch -Centro de excelencia para la atención y cuidado de los AM- expone que “la sexualidad en la vejez se expresa de las más diversas formas, siempre está presente en la vida de los Adultos Mayores, -incluso entre quienes están institucionalizados o sufren enfermedades crónicas-, y tenerlo en cuenta sin confundirlo con genitalidad ayuda a comprender lo que les pasa, a respetarlos y a mejorar su calidad de vida”.

La sexualidad es una parte integral de la personalidad de todo ser humano. Su desarrollo pleno depende de la satisfacción de necesidades humanas básicas, como el deseo de contacto, intimidad, expresión emocional, placer, ternura y amor. Los derechos sexuales son Derechos Humanos universales basados en la libertad, dignidad e igualdad inherentes a todos los seres humanos.

En Dinamarca se trabaja en hogares geriátricos la “porno terapia”, a través de la proyección de películas pornográficas y prostitutas para aquellos que lo deseen y consideran que la salud sexual es parte fundamental de la salud general más allá de los años. En nuestra cultura estamos lejos de asumir que así sea.

El psiquiatra Rafael Alarcón, coordinador de la sección de Gerontopsiquiatría de la Asociación Psiquiátrica de América Latina (APAL), frente a una sala llena en el V Congreso Panamericano de Gerontología y Geriatria, contó que *“la lectura de textos eróticos, no pornográficos, tiene la capacidad de despertar emociones. Se utilizan funciones intelectuales como la memoria, la atención, la concentración, la capacidad de pensamiento simbólico y la imaginación. A través de la lectura, los mayores se dan cuenta de que siguen existiendo, sintiendo y deseando”*, precisó Alarcón.<sup>5</sup>

A fines de diciembre de 2013, como cierre de los Talleres para Adultos Mayores de la Universidad Nacional de Quilmes, se proyectó la película “La vida empieza hoy” que trata el tema con escenas de sexo explícito, el tema fue mejor aceptado por los Adultos Mayores asistentes que por los profesionales

---

<sup>5</sup> Artículo completo: <http://www.lanacion.com.ar/1677578-literatura-erotica-la-inesperada-terapia-para-la-tercera-edad>

que están a cargo de los talleres, quienes contaban con el prejuicio del impacto negativo que esto podía provocar en los viejos.

Continuando con el tema de los viejos no institucionalizados, a continuación se hará referencia al trabajo con Adultos Mayores en la Universidad. Este ámbito permite visualizar al viejo activo, participativo, integrado a un grupo de pares, realizando actividades que mejoran día a día su calidad de vida, creándose oportunidades, según la definición de Deutsch ese grupo es “un conjunto de individuos que interactúan normas propias en función de un objetivo común y compartido”.<sup>6</sup> Ese objetivo es formar parte de un grupo de pares, sostener un espacio de diálogo y reflexión acerca de preocupaciones e intereses comunes, posibilitando a cada integrante renovar su pertenencia en esta etapa de la vida y con ello reforzar y actualizar su identidad como persona vital, encontrando nuevas fuentes de identificación como sujetos activos.

Resulta oportuno relacionar lo antedicho con la teoría de la Actividad de Robert Havighurst (1963) que sostiene que las personas que se mantienen activas estarán más satisfechas con sus vidas, más adaptadas a su ambiente social y quienes trabajamos en alguno de estos espacios -antes mencionados- podemos comprobarlo al realizar actividades sociales que resultan beneficiosas. El trabajo educativo en adultos mayores, a través de Talleres Universitarios, demuestra que los prejuicios sobre la educación en la vejez son sólo eso, prejuicios. Los participantes de estos espacios dan cuenta de la importancia que tienen las instancias de aprendizaje desde la psicogerontología, potenciando las facultades y capacidades para enfrentarse a los problemas y situaciones difíciles de la vejez.<sup>7</sup>

El Dr. Yuni se refiere a las motivaciones que tienen los Adultos Mayores en participar de estos espacios educativos, mencionando eventos marcadores, tales como jubilación, viudez, abuelidad, nido vacío, enlentecimiento de funciones, que llevan a modificar los intereses. Los testimonios de las personas que asisten a los Talleres en la Universidad Nacional de Quilmes demuestran que es así, que se acercan a la Universidad en busca de un lugar de pertenencia, en el cuál compartir un tiempo y un espacio con pares, con

---

<sup>6</sup> Salita, Abelardo. Definiciones sobre grupo.

<sup>7</sup> Dado que no pueden evitarse los eventos negativos provocados en el final de la vida, debemos hacer lo que la profesora Fernández- Ballesteros (1985) denomina intervenir desde una perspectiva salutogénica y no patogénica.

personas que están atravesando la misma situación de necesidad de adaptación.

Otra propuesta interesante es la creación de talleres de prevención psicogerontológica, los más frecuentes se denominan de reflexión o discusión sobre temas que preocupan a los Adultos Mayores tales como miedos, la soledad, reminiscencias, asignaturas pendientes, entre otros. Lo importante es poder decidir en conjunto con ellos cuales son los temas que desean abordar en estos espacios. Actualmente en la Universidad Nacional de Quilmes nos encontramos desarrollando un Taller de Reflexión denominado "Mirar y escuchar" con la concurrencia de 23 mujeres mayores de 65 años que participan de este espacio coordinado desde la Psicología y la Terapia Ocupacional y son ellas quienes eligen los temas a tratar. El taller y el grupo de reflexión son espacios que contribuyen a generar cambios en lo personal, pero no a resolver conflictos. La dinámica de trabajo permite que cada participante se exprese libremente y el hecho puntual de ser coordinado desde dos disciplinas diferentes permite tratar los temas propuestos con miradas también diferentes.

La psicología evolutiva brinda elementos que, el educador de adultos mayores, debe considerar al momento de diseñar una intervención, a través de la selección de actividades que colaboren en el fortalecimiento de las capacidades cognitivas. El educador debe tener la capacidad de brindar actividades creativas, innovadoras, para estimular el desarrollo de algunas habilidades intelectuales, adquirir otras y conservar las existentes, a favor de reducir los factores de riesgo y por lo tanto disminuir la vulnerabilidad de los AM a sufrir procesos de deterioro o declive en sus capacidades intelectuales.

Por otro lado Atchley sostiene que las personas determinan sus propias reglas para una vejez exitosa y lo demuestran al participar en actividades sociales.

A los talleres que se desarrollan en la Universidad Nacional de Quilmes desde el año 1999, asisten alrededor de 150 personas, de las cuales más del 90% son mujeres. La participación de los Adultos Mayores en actividades educativas, así como en otras actividades sociales se sostiene en la búsqueda de espacios que provean recursos y oportunidades para afrontar con mayor



éxito las transformaciones que experimentan las personas durante su tránsito hacia y en la vejez.<sup>8</sup>

Las actividades educativas, culturales y recreativas en la vejez constituyen un Derecho: “las personas de edad avanzada tienen derecho: a tener acceso a recursos educacionales, culturales, espirituales y recreativos de la sociedad”

(Art. 17 de la Declaración de la Federación Internacional sobre los Derechos y Responsabilidades de las Personas de Edad), así como también lo determinan las Naciones Unidas y la Declaración de Cartagena de Indias (1992) sobre Políticas de Atención Integral a las personas ancianas en el área Iberoamericana y en la Argentina hay un antecedente importante de 1948 cuando se proclamaron los derechos de la Ancianidad que fueron incluidos en 1949 en la Constitución Nacional.

Además cabe destacar que en la I Asamblea Mundial del Envejecimiento celebrada en la ciudad de Viena en 1982 se reconoce, por primera vez, la dimensión educativa en la vejez y la importancia del desarrollo de la educación (para la salud, para el ocio, etc.) para obtener una mejor calidad de vida.

Por todo lo dicho en párrafos anteriores, se considera importante la participación de los Adultos Mayores en actividades recreativas, ya sea en Centros de Jubilados, Universidades, ONGs, PAMI, ya que al decir de Julieta Oddone, la participación social es un hecho que se construye y que, a mayor participación social de los viejos, hay una mayor satisfacción y calidad de vida.<sup>9</sup>

Lourdes Bermejo García define una clasificación sobre los motivos por los que los mayores están interesados en participar de programas socioeducativos:

- Intereses de tipo cognitivo: curiosidad intelectual, voluntad de adquirir nuevas habilidades, ampliar conocimientos insuficientes, luchar contra el envejecimiento movilizando las facultades intelectuales, estar al día, comprender el mundo contemporáneo.
- Contacto social y aumento de las relaciones interpersonales: luchar contra la soledad y el aislamiento, crear nuevos lazos sociales y afectivos.
- Crecimiento, satisfacción personal y disfrute: enriquecimiento y sentimiento de realización, desarrollar un ocio enriquecedor, voluntad de seguir activo y de

---

<sup>8</sup> Dr. Yuni, José Alberto. Aspectos cognitivos. Aprendizaje en Adultos Mayores.

<sup>9</sup> Oddone, Julieta. Mesa redonda sobre el poder y los viejos. “Primer encuentro sobre Calidad de Vida en la Vejez”, Extensión Universitaria. UBA. Argentina. 1999.

aportar a la sociedad, compromiso individual, grupal o comunitario, gozar de la vida, divertirse.

A continuación se exponen algunos testimonios que dan cuenta de la importancia de participar en actividades significativas y de tiempo libre que Pablo Waichman define como el modo de darse el tiempo personal que es sentido como libre al dedicarlo a actividades auto condicionadas de descanso, recreación y creación para compensarse y en último término afirmarse la persona individual y socialmente.<sup>10</sup>

*“...que orgullo se siente cuando decimos en casa hoy tengo clase en la facu, nos encontramos con señoritas que nos enseñan con dedicación y amor y cuando están dando clases veo en ellas a mis nietos que tal vez nunca pensaron que sus abuelos fueran alumnos de una facultad...demostramos gracias a Dios por iluminarnos a elegir esto....”* Teresa

*“....un día una amiga me dijo que ese día a las tres de la tarde empezaban en la Universidad de Quilmes unos Talleres para Adultos, lo dudé un poco, de repente dije, yo voy, no me van a echar y fue la mejor decisión.... les puedo decir que hoy soy adicta a esta facultad y les doy a todos muchas gracias.....”* Hilda.

*“....fue empezar y sentir que encontré mi lugar, el cual no conocía, sentarme en un banco de la Universidad donde un día estaba sentada mi hija, sentí mucha emoción, porque creí que nunca podría hacerlo y hoy me doy cuenta que nunca es tarde para empezar algo nuevo....El trato de los alumnos hacia la tercera edad, es para felicitarlos. Por todo eso soy feliz por mi paso por la Universidad....”* Zulema.

*“...soy una persona que habla muy poco de su vida personal, pero el venir a estos talleres me hace sentir renovada, diferente, encontré amigas y ahora le encontré un sentido a estar jubilada, soy médica pediatra y me costó mucho adaptarme a la jubilación. Este lugar me ayudó a sentirme útil nuevamente...”* María Rosa.

---

<sup>10</sup> Fajn, Sergio. Tiempo libre y recreación en la vejez. Clase: Recreación en la vejez. Espacio para la creación de nuevas visiones acerca del envejecer.

*“...hace 5 años que soy viuda y recién este año una amiga me invitó a venir a la Universidad a los talleres y realmente estoy muy contenta de haber empezado, mis hijos me dicen que estoy contenta, más alegre....”* Margarita.

Además es fundamental el rol del coordinador – psicólogo, terapeuta ocupacional, músico terapeuta, etc.- de ese grupo, que será quién se ocupe de garantizar el establecimiento, cuidado y sostén del encuadre de trabajo, favoreciendo los vínculos entre integrantes y logrando una comunicación dialéctica, activa y creadora<sup>11</sup>.

En la década del 80 Peterson acuñó el término gerontología educativa para referirse a un subcampo de la gerontología centrado en las relaciones entre educación y el proceso de envejecimiento. Actualmente se ha focalizado en dos áreas específicas: 1) la educación en la vejez- a la cuál se hace referencia en el presente texto a través de las experiencias educativas en la Universidad- y 2) la educación intergeneracional que también se pone de manifiesto en las Jornadas Intergeneracionales que la Universidad brinda desde hace más de diez años con la participación de Adultos Mayores y alumnos de las diferentes carreras de grado.

Cabe destacar que en cada uno de los espacios descriptos anteriormente se puede observar que el Adulto Mayor presenta características diferentes, no es lo mismo un viejo institucionalizado que aquel que asiste por propia decisión a un taller en la Universidad o que forma parte de un Centro de Jubilados, éstos últimos han encontrado en estos espacios un lugar de pertenencia, dónde transitar la vejez de forma saludable. Tal es así que la Dra. Zarebski señala *que a partir de las conclusiones que se sacan acerca del aparato psíquico del envejecer se establecen dispositivos clínicos comunes para todo viejo confundiendo ancianidad normal y patológica.*

La idea central de la praxis psicogerontológica es partir de un viejo normal y su proceso normal de envejecimiento para promover más salud y evitar el deterioro realizando las tareas asistenciales que sean necesarias y abordando la problemática de la vejez de manera integradora y multilateral.<sup>12</sup>

Los Clubes o Centros de Jubilados son organizaciones de carácter social que tienen como objetivo fomentar la convivencia a través de actividades

---

<sup>11</sup> De Grado, Carmen. Coordinación de Grupos de Adultos Mayores. Clase: Introducción.

<sup>12</sup> Salita, Abelardo. Creación de un Equipo Psicogerontológico en un Centro de Salud.

socioculturales y recreativas, tales como salidas en grupo, jornadas de bingo o lotería, espectáculos artísticos. Estos mismos lugares también prestan servicios a la comunidad y la Comisión Directiva de estos Centros está conformada por los mismos afiliados.

Actualmente una de las actividades más destacadas que se realizan en los Centros de Jubilados son los Talleres de Estimulación Cognitiva, más conocidos como Talleres de la Memoria, por lo tanto es preciso destacar la importancia de este tipo de intervenciones con Adultos Mayores, denominadas “intervenciones no farmacológicas” que a través de la multiestimulación contribuyen a sostener funciones durante el envejecimiento en espacios promotores de bienestar, producción y satisfacción, tal como relata la Lic. Magali Risiga, quién a su vez destaca la figura del Terapeuta Ocupacional como el profesional capacitado para analizar las ocupaciones en relación a las particularidades del anciano y su entorno.

El terapeuta ocupacional posee una mirada holística y analítica a la vez, es un profesional capacitado para analizar las ocupaciones y adaptarlas cuando existe dificultad para llevarlas a cabo.

Para poder visualizar mejor los beneficios que brinda la participación en este tipo de actividades es que se transcriben a continuación los relatos de algunos de sus protagonistas:

*“es una recreación de la mente que especialmente favorece la salud y recrea la memoria”* Angélica, 72 años.

*“el taller de la memoria para mí es algo especial y muy importante. En el taller hacemos trabajar nuestra mente y de esa forma evitamos tener problemas en el futuro, todo gira alrededor de nuestra salud, además de tener amigos y divertirnos mucho, todo es bueno para nuestra vida de adultos”* Delia, 68 años.

*“yo me siento bien, me reconforta”* Amanda, 81 años.

*“hola quiero contarles que para mí la caminata fue muy positiva, al principio me costó, pero me acostumbré, mejoré mucho mi presión arterial y mi ánimo también, aparte de hacer amigos en la caminata. Muchas gracias por todo”* Celedonia, 76 años.

Los Talleres de Memoria dan cuenta de buenos resultados en poblaciones que presentan olvidos benignos, lesiones focales o deterioros leves. Los objetivos principales de los talleres de prevención incluyen el enseñar al paciente a

utilizar los recursos disponibles a los cuales tiene tendencia a no recurrir, a luchar contra la deprivación sensorial, a favorecer su participación activa, y a permitir una transferencia de aprendizajes y estrategias a su vida cotidiana para que esto le permita conservar o mejorar su calidad de vida, tal como expresa la Lic. Magalí Risiga, profesional destacada de la Terapia Ocupacional con amplia experiencia en Talleres de Multiestimulación.

Para finalizar, cabe destacar el concepto de la Dra. Zarebski: no puede haber psicogerontología sin interdisciplina. Las miradas de las diferentes disciplinas engrandecen día a día nuestro trabajo.

Por lo antedicho considero oportuno mencionar las consideraciones de los especialistas en el tema de la vejez, reunidos en mes de abril pasado en el 3er. Congreso Latinoamericano de Universidades con Carreras de Gerontología, organizado por la Universidad Alas Peruanas en Lima:

César Gómez, docente de Gerontología de la Universidad del Quindío de Colombia expuso *“la cultura del envejecimiento es una estrategia de la gerontología para cambiar los estereotipos negativos que hay en torno de la vejez y que se derivan en creencias populares sin asidero científico. El envejecimiento se explica desde lo biológico, lo social y lo psicológico”*

Este concepto demuestra la importancia que tiene la intervención psicogerontológica en la sociedad actual, tal como expresó en la misma oportunidad la Dra. Zarebski, *“las autoridades en América Latina deben tomar conciencia de que la población está envejeciendo e invertir en políticas sociales para que este proceso sea saludable”*.

Mayo de 2014.

## **Bibliografía:**

Bermejo García, L. (2010). Envejecimiento Activo y Actividades Socioeducativas con Personas Mayores. *Guía de buenas prácticas*. Editorial Médica Panamericana. Madrid.

Bermejo García, L. (2005). Gerontología Educativa. *Cómo diseñar proyectos educativos con personas mayores*. Editorial Médica Panamericana. Madrid.

De la Serna de Pedro, I. (2003). Le vejez desconocida. Una mirada desde la Biología a la Cultura. Ediciones Díaz de Santos. Madrid.

Gastrón, L. (2013). *Dimensiones de la Representación Social en la Vejez*. Mar del Plata. Eudem.

Iacub, R. (2011). *Identidad y envejecimiento*. Buenos Aires. Editorial Paidós.

Grieve. Gnanasekaran. (2009). Neuropsicología para Terapeutas Ocupacionales. *Cognición en el desempeño ocupacional*. Editorial Médica Panamericana. Madrid.

Ludi, M. (2005). *Envejecer en un contexto de (des) protección social: claves problemáticas para pensar la intervención social*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Editorial Espacio.

Paola, J. y et al. (2003). *Construyendo el Trabajo Social con Adultos Mayores*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Editorial Espacio.

Yuni, J. y Urbano C. (2005). Educación de adultos mayores. *Teoría, investigación e intervenciones*. Editorial Brujas. Córdoba. Argentina.

Zarebski, G. (2005). *El curso de la vida: diseño para armar*. Buenos Aires. Editorial Universidad Maimónides, Científica y Literaria.

Apuntes de clases de las diferentes asignaturas del 2do. Año de Especialización en Psicogerontología. Modalidad a distancia. Universidad Maimónides.

## **María Laura Finauri**

Licenciada en Terapia Ocupacional graduada en la Universidad Nacional de Quilmes.  
Actualmente Directora de La Licenciatura en Terapia Ocupacional en dicha  
Universidad.

Directora en diferentes oportunidades de Proyectos de Extensión Universitaria y de  
Voluntariado Universitario.

Docente Ordinaria de la Universidad Nacional de Quilmes.

Especialista en Psicogerontología por la Universidad Maimónides.