



Casa abierta al tiempo

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA

UNIDAD IZTAPALAPA

CSH

PSICOLOGIA SOCIAL

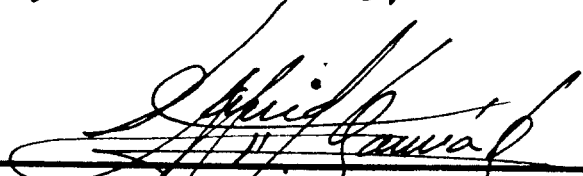
LA VEJES

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:

✓ LIC. EN PSICOLOGIA SOCIAL PRESENTAN:

✓ CARACHEO GODINEZ MARIA FLORENCIA
MAREZ CALDERON NANCY OBSTORIANA.


DIRECTOR DE TESIS
DAVID MIGUEL GARCIA GUZMAN.

LECTORES:


GRACIELA CARDENAS CARACHEO
LIC. EN SOCIOLOGIA UNAM.


MARTHA LOPEZ REYES
LIC. PSICOLOGIA SOCIAL UNAM.

1995

NOBOSOTROS SEREMOS LOS PROXIMOS VEJOS.

"Al hacerse viejo necesitará usted cuatro cosas: dignidad, dinero, unos buenos servicios médicos y un trabajo útil. Son exactamente las mismas cosas que ha necesitado durante toda su vida. Si la situación sigue como hasta ahora, no las conseguirá, pero no existe ningún mandato divino que le vede el hacerlo. En consecuencia, o ponga usted desde este momento las bases para garantizárselas en el futuro o trabaja para forzar a la sociedad a modificar su actitud, o mejor aún hace ambas cosas al mismo tiempo".

(A. Comfort: Una buena edad.)

AL PROFESOR: DAVID MIGUEL BARCELA BUZMAN

CON TODA NUESTRA ADMIRACION POR
SUS VALIOSAS ENSEÑANZAS IMPARTIDAS,
ADEMAS DE SU APOYO MORAL BRINDADO
A LO LARGO DE NUESTRA FORMACION
ACADEMICA Y ABORRAMIENTO EN LA
PRESENTE FECHA.

NUESTRA INMENSAS GRACIAS.
NANCY Y FLOR.

CON TODA NUESTRA ADMIRACION Y RESPETO
A LOS MIEMBROS DE LOS CLUBES LEONORO
VALLE, EDUARDO MOLINA, Y ZAPATA VELA;
ASÍ COMO A LAS TRABAJADORAS SOCIALES
DE CADA UNO DE ELLOS, POR SUS CONOCI-
MIENTOS, EXPERIENCIA, APOYO Y TIEMPO
BRINDADO. YA QUE SIN SU AYUDA NO
HUBIERA SIDO POSIBLE ESTA
INVESTIGACION.

ADEMAS NUESTRO MAS AMPLIO
RECONOCIMIENTO, POR SU GRAN
VALOR Y CAPACIDAD DE MANTENERSE
Y ADAPTARSE A LOS CAMBIOS QUE
TRAJO A SU VIDA EL LLEVAR A ESTA
ETAPA DEL SER HUMANO, Y EL DESEO
ENORME QUE OBSERVAMOS EN CADA
UNO DE ELLOS, POR MANTENER SU
CUERPO Y SU MENTE USIL Y OCUPADO.

INSEN.

INDICE

INTRODUCCION

CAPITULO I. ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA VEJEZ.

1.1 AMERICA

1.1.1 LOS AZTECAS

1.1.2 LOS MAYAS

1.1.3 LOS INCAS

1.2 ASIA

1.2.1 CHINA Y JAPON

1.3 EUROPA

CAPITULO II. PERSONALIDAD DEL ANCIANO

2.1 CONTEXTO SICIO-CULTURAL

2.2 ASPECTO BIOLOGICO

2.3 ASPECTO PSICOLOGICO

2.4 ASPECTO SOCIAL

2.4.1 LA FAMILIA

2.4.2 LA JUBILACION

CAPITULO III. LA VEJEZ COMO ADAPTACION

3.1 SALUD FISICA Y MENTAL

3.2 SENTIRSE UTIL, ACTIVO EN ACTIVIDADES VARIADAS

3.2.1 TEORIA DE LA ACTIVIDAD

3.2.2 TEORIA DE LA DESVINCULACION

3.3 RELACIONES INTERPERSONALES

3.4 NECESIDADES ECONOMICAS

CAPITULO IV. CAMBIOS Y TRANSTORNOS QUE OPERAN EN EL ANCIANO

- 4.1 CREATIVIDAD
- 4.2 ACTIVIDADES PSICO-SOCIALES
- 4.3 RELACIONES INTERPERSONALES
- 4.4 VIDA SEXUAL
- 4.5 SOLEDAD Y AISLAMIENTO
- 4.6 RELIGION
- 4.7 TRANSTORNOS EMOCIONALES
- 4.8 REMINISCENCIA
- 4.9 DEMENCIA
- 4.10 PROCESO SENIL
- 4.11 MEMORIA
- 4.12 LENGUAJE
- 4.13 PENSAMIENTO
- 4.14 PERCEPCION
- 4.15 ORIENTACION ESPACIO - TEMPORAL
- 4.16 DETERIORO

CAPITULO V. ASISTENCIA AL ANCIANO EN MEXICO

ANTECEDENTES

- 5.1 PROGRAMA ASISTENCIAL DEL INSEN
 - 5.1.1 ASPECTO POLITICO
 - 5.1.2 SITUACION ECONOMICA
 - 5.1.3 ASPECTO CULTURAL Y SOCIAL

CAPITULO VI. METODOLOGIA

- 6.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA
- 6.2 OBJETIVOS
- 6.3 TIPO DE INVESTIGACION
- 6.4 NIVELES DE LA INVESTIGACION
- 6.5 ENFOQUE DE LA INVESTIGACION
- 6.6 MUESTRA DE LA INVESTIGACION
- 6.7 INSTRUMENTO DE RECOPIACION DE INFORMACION
- 6.8 ANALISIS Y RESULTADOS

CAPITULO VII.

7.1 LIMITACIONES Y SUGERENCIAS

7.4 CONCLUSIONES

7.3 BIBLIOGRAFIA

7.4 MARCO CONCEPTUAL

7.5 ANEXOS.

INTRODUCCION

A través de la evolución de la humanidad se han adoptado diversas actitudes respecto a la senectud. En las sociedades más primitivas las etapas por las que atravesaba el ser humano (infancia, adolescencia, adultez y vejez) ni siquiera estaban definidas. En algunas se marcaba como un transición de una etapa a través de un rito másgico, esperado que con este solo hecho, la persona asumiera una actitud de acuerdo a lo que se esperaba de ella.

En la sociedad actual, la industrialización juega un papel muy importante, determinando el establecimiento de nuevos parámetros para evaluar a su población; y el anciano no tiene cabida en ellos, es excluido del sistema productivo y su rol social es desvalorizado con la consecuente actitud de menosprecio hacia él.

Es preciso reconocer que en nuestro contexto sociocultural la palabra "VIEJO" tiene casi siempre conotaciones peyorativas, viejo no solamente es lo más antiguo, sino también lo inútil, lo que no sirve, lo que no tiene valor. Por eso, con demasiada facilidad se interpreta a la vejez como una etapa inútil de la vida, caracterizada por pérdidas y crisis de todo tipo; cambios corporales tanto internos como externos, la pérdida de papel social y familiar (Jubilación), la pérdida de personas significativas que trae consigo soledad y viudez, disminución de la actividad sintiendo con ello un sentimiento de inutilidad y por último el enfrentamiento con la muerte su miedo y ansiedad.

Todo eso hace que el anciano se encuentre cada vez más ante sí mismo, y a medida que desaparecen sus contemporáneos, la amenaza de muerte es más evidente y la angustia por el devenir se hace más patente. Sin embargo esta antustia se hace más presente cuando el anciano tiene limitadas sus posibilidades de ser, cuando pierde su individualidad, cuando no tiene un papel reconocido en la sociedad, cuando no orienta sus acciones para trascenderse, cuando sólo sobrevive en un marco preestablecido por el sistema en el cual vive.

Es frecuente en ese sentido que el anciano pregunte sobre el lugar especial que al hombre corresponde en el cosmos, su relación con el destino y con el mundo de las cosas, su existencia como ser que sabe que ha de morir, su actitud en todo los encuentros ordinarios y extraordinarios, y con el misterio que compone la trama de su vida. Un hombre entonces puede volverse o no con orgullo hacia su pasado, sobre todo si el presente que vive y el futuro que presiente lo decepcionan. Entonces se apoya en sus recuerdos, los convierte en una defensa. Un anciano descontento de su situación sólo encontrará en ella alimento para su amargura, una razón más para lamentarse del presente; pero también puede encontrar en esa razón tener una consecuencia de su situación y al mismo tiempo la posibilidad de llenar el presente con la realidad de lo que ha sido y la posibilidad de lo que todavía será, o puede ser si cambia su actitud hacia la vida para adaptarse a su nueva etapa.

Así la persona de edad, bien adaptada percibe la vida como un todo aceptando sus propias modificaciones a lo largo de ella. Una mala adaptación supone, por el contrario, el reaccionar con pena e incluso con terror ante los cambios personales.

La vejez no tiene porque suponer en consecuencia el naufragio de todas las aspiraciones de la vida, sino por el contrario, el senecto debe rebelarse contra ella en todo lo que la rebeldía puede ser sensata, no dejando de caer la actividad vital, su creatividad, su curiosidad, no dejando extinguir el amor a las obras comenzadas en la juventud, dando calor a las ilusiones personales que dan como resultado el sentido de la propia realización.

JUSTIFICACION

Se pretende realizar este estudio teórico y descriptivo sobre los ancianos que acuden a los clubs del Instituto Nacional de la Senectud, con el fin de conocer la percepción que ellos tienen sobre sí mismos, la vida actual y su futuro.

Lo que nos motivó a realizar este estudio fué que en el transcurso de nuestra formación académica, notamos que la Psicología Social no aborda de manera particular esta etapa de la vida del ser humano, ni mucho menos su forma de pensar, de ver las cosas, su vida diaria y el contrastar la idea que existe sobre él; ya que en la actualidad el anciano en México, es considerado como una persona poco valorada que no se le respeta y que en ocasiones no merece la importancia de un estudio.

El presente trabajo tiene como objetivo, no sólo un acercamiento a esta etapa de la vejez, si no adentrarnos a la vida de los ancianos que acuden a los clubs y a través de ellos dar un panorama, dentro de nuestras posibilidades y limitaciones, sobre la percepción que tiene el anciano de su vida actual dentro y fuera de INSEN.

Además de crear conciencia tanto a la sociedad como a la familia, para que la vejez sea vista no como un problema, si no como una etapa muy importante dentro del ciclo de la vida del ser humano; ya que es responsabilidad tanto del propio anciano, como de la familia y la sociedad modificar las condiciones en que viven y el concepto que se tiene de ellos.

Sin embargo lo anterior debe ser tomado en cuenta, ya que todos de alguna manera, algún día llegaremos a viejos y requeriremos de atenciones tanto físicas como afectivas para su desarrollo, su mejor adaptación al medio y su bienestar propio.

Para conseguir esto será necesario revisar la información documental que se ha escrito sobre la vejez, además de estar en una observación directa con los propios ancianos que acuden al INSEN.

CAPITULO I.

ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA VEJEZ.

En el transcurso de la historia humana, las sociedades han ido enfrentando la situación de los viejos de muy diversas maneras y esto ha sido según las individualidades de cada una de ellas, en las que han influido las tradiciones, la religión, la política y la economía.

La situación de las personas de edad avanzada difiere en cuanto a las civilizaciones, períodos o épocas de la historia. Por lo tanto el estudiar la vida y condición de los viejos a través de la historia, presenta un poco de dificultad por las diversas épocas y formas de vida en general de cada cultura.

Así, tenemos que en algunas culturas y sociedades, se identificaba a la vejez con la sabiduría y la grandeza; en otras gobernaban y regían a través de senados o se les consideraba, profetas, religiosos o curanderos. Pero siempre cuando encuentra su participación, es decir, mientras los ancianos eran eficaces y participaban activamente, eran considerados como miembros de la sociedad productiva y no se les veía como viejos, sino como un adulto de edad avanzada. Pero cuando este adulto de edad avanzada, perdía sus facultades y dejaba de producir, no se le tomaba en cuenta, además de ser considerado como una carga insoportable, abandonándolos a su suerte. (1)

A continuación revisemos como a lo largo del devenir histórico, el hombre que llegaba a una edad avanzada adquiría importancia gracias a su experiencia y sabiduría para la sociedad, aunque sus funciones ya no sean tan productivas como antes, debido a su declinación física, que en algunos casos, no era tan notoria.

(1) Ignasi Casals, "Sociología de la ancianidad en España", México, 1972, pp. 11-20

En un principio, cuando los grupos dejaron de ser nómadas y al sedentarizarse tuvieron un grado alto de desarrollo en base a la agricultura, los ancianos alcanzaron una cierta seguridad debido a que eran los únicos miembros con la experiencia necesaria para aconsejar al grupo, tanto para sus labores productivas como para la administración de sus productos y bienes e impartían justicia cuando era necesario. Tenían una elevada posición social y grandes satisfacciones que les producía el llegar a esta edad.

1.1 AMERICA.

1.1.1 LOS AZTECAS.

Durante este largo período de vida existieron diversos grupos humanos que poco a poco fueron evolucionando y poblando América, hasta llegar a construir las grandes y florecientes culturas: La Azteca, la Maya y la Inca.

Los primeros pobladores de nuestro país tenían una organización económica y social muy sencilla; donde pequeños grupos o familias se dedicaban a la recolección de plantas, frutas, insectos y a la caza de animales pequeños. Posteriormente en la época del hombre de tepexpan ya existían grandes avances en el tallado de piedra, madera y la caza de animales más grandes como los mamuts; con ello era posible que varias familias se agruparan para formar unidades más grandes de manera que a través de estas existiera una seguridad física y económica, en el aspecto de poder asegurar para todos, la protección y alimentos necesarios. Esta situación permitió que se alargara el promedio de vida; ya que en ese entonces la edad máxima a la cual se llegaba era a los 35 años; por esa razón la persona que sobrepasaba esa edad representaba un ser respetado y de prestigio al que todos veneraban. (2)

(2) Orozco y Berra, Manuel. "Historia Antigua de la conquista de México", México, 1960, pp. 132-140.

Los aztecas modificaron su organización económica, social y política gracias a que se incremento su productividad agrícola por las chinampas, además se desarrollo una red de comunicaciones que amplio su comercio gracias a los lagos. Es así como llegaron a construir la gran Tenóchtitlan. Los aztecas adoptaron una forma de gobierno oligárquico, teocrático, militar con tendencia a la monarquía, con esto formaban un estado construido por una organización política con clase y propiedad privada.

La estratificación social estaba acentuada por dos grandes capas, los nobles a los cuales se les denominaba Pillally y al pueblo en común como Macehualli, debajo de estos se encontraban grupos de esclavos llamados Tlacolli, otros eran hombres semi-libres llamados Mayeques que estaban obligados a cultivar la tierra sin ser dueños de ella. (3)

En el caso de la nobleza, lo más importante era la aptitud guerrera, de valentía y destreza. Los macehualli poseían parcelas familiares en los calculli o también llamadas chinancaltec, que era la cabeza mayor y la cual se dedicaban a destinar las parcelas y vigilar su productividad. por sus funciones estos parientes mayores o de edad avanzada eran los jefes intermediarios entre la nobleza y el pueblo.

El núcleo familiar de los aztecas estaba caracterizado de la siguiente manera: el padre, ocupaba una posición importante en la familia por su participación activa en la economía, la esposa también tenía un papel importante pero sólo en lo relativo al cuidado de la casa y los hijos. Entre los hijos existía una escala jerárquica por orden de importancia a la edad. De ahí que el hombre viejo tenía una importancia y un poder específico, era considerado viejo a los 52 años a partir de esa edad adquiría un poder casi divino. (4)

El viejo constituía la experiencia además de conformar y fomentar la ideología y la política. Por lo cual era protegido y respetado por la comunidad. Tenía pleno control social, moral y político.

(3) *ibid.*, p. 150

(4) *ibid.*, pp. 168-188.

Para los aztecas el dios de fuego era el mas importante y era llamado Huehuetotl de "huehue" que significaba viejo y "teotl" que significaba dios. A este se le atribuía la transformación del mundo. Este huehuetotl estaba representado por un hombre viejo con las piernas cruzadas, arquiado bajo el peso de un bracero que simbolizaba el peso de los años, junto con la fuerza y la sabiduría representada por el fuego.

En cada casa y cada templo, tenían como protector a huehuetotl, dios del fuego. Algunas palabras que se identificaron con el anciano eran: Chichahuac que significaba fuerte y Pipinqui que significaba robusto por la atribución de sabiduría y poder además de la fuerza que se adquiria con los años y por consecuencia su fama a tales atributos se manifiestan en los verbos huehuechivo y huehuetiva. El primero significaba hacer participe al anciano y el segundo ser invitado a las bodas y otro tipo de acontecimientos importantes. (5)

Por lo tanto el azteca que había sobrevivido a la guerra, a la enfermedad y que llegaba a una edad avanzada ocupaba un lugar importante en la vida familiar y política, y podía disfrutar durante sus últimos años de una vida apacible y llena de honores.

1.1.2 LOS MAYAS.

Los mayas antiguos iniciaron el desarrollo de su cultura desde 1300 A.C. en una gran extensión geográfica que abarca desde el sureste de México y parte de centroamérica. A través del tiempo fueron logrando una cultura refinada y plena de sabiduría que término con la conquista española.

(5) Franco Martínez, Jorge. "Huehuetotl", la deidad del fuego como representación ancestral del viejo en México, monografía, Octubre, México, 1987.

Los mayas sobresalieron por sus conocimientos astronómicos y matemáticos, ya que inventaron el calendario y utilizaron un sistema vigesimal retomando al cero y adecuándolo a la recta numérica, además de calcular y predecir los eclipses, destacaron también en la arquitectura, cerámica y el tallado de piedras preciosas creando así un estilo muy propio reflejado en todas sus obras. La cultura maya fue teocrática, el estado era la unidad superior y las comunidades agrarias que en su mayoría mantenían al estado, este oprimía y explotaba a la clase productora conjuntamente con el poder civil y religioso.

Al igual que los aztecas los mayas practicaban el sacrificio humano para complacer a los dioses. Los ancianos mayas llamados "Chaqes" tenían un lugar importante en estas ceremonias y fiestas públicas; donde en cada acontecimiento se nombraban a 4 ancianos para ayudar a los sacerdotes para sujetar a sus víctimas sobre el altar, para así poder ser sacrificados por el chilán que era como un tipo verdugo. (6)

Los ancianos mayas, ocupaban un lugar especial en los ritos familiares, religiosos y políticos, ya que como mencionamos anteriormente ayudaban al sacerdote encargado de llevar a cabo los sacrificios humanos ayudándolo también en las ceremonias de la pubertad, siendo un anciano quien apadrinaba a los jóvenes que llegaban a la edad de 12 años y una anciana era quien amadrinaba a las jóvenes.

Los ancianos se alababan presuntuosos de las reverencias de las cuales eran objeto dentro de la cultura maya, pues decían que ellos tenían el conocimiento y la sabiduría por el simple hecho de haber vivido más años que todos los demás; es por lo cual ellos tenían el derecho a ser creídos, admirados y respetados.

Pero también infundían temor y fuerza que el anciano había adquirido con los años, de tal manera que se les consideraba como seres divinos feroces y por esta razón la comunidad se alejaba de ellos. Aunque la fuerza física se les había debilitado su corazón adquiría poderes divinos.

(6) Von Hagen, Victor. "Los Mayas". Edit. Joaquín Mortíz, 1a. edición, 1966, p. 117.

Para concluir podemos decir que en Mesoamérica los ancianos llegaron a ocupar estatus y respeto a diferencia del resto de la población. Y esto por la gran labor que desempeñaban transmitiendo sus costumbres, tradiciones y hechos más importantes de sus antepasados. (7)

1.1.3 LOS INCAS.

Los Incas tenían costumbres brutales pero unas técnicas y una organización social notablemente desarrolladas. Los hombres pasaban gran parte del tiempo en las guerras y trataban salvajemente a los prisioneros. Eran agricultores notables, sabían disponer terrazas en las montañas, abonaban el suelo, cultivaban la papa y otros cereales existiendo una gran diversidad de plantas. Habían domesticado la llama y la alpaca, sus rebaños eran prósperos. Conservaban el grano en vastos depósitos, explotaban minas de oro, plata plomo y mercurio, habían realizado grandes obras hidráulicas: canales, caminos que atravesaban el territorio, puentes suspendidos de cuerda cruzaban los ríos, habían construido magníficos templos, villas y palacios. La artesanía estaba muy desarrollada entre otras la del oro y plata. La actividad económica era animada, había ferias donde los campesinos cajeaban sus productos. Las tierras estaban divididas en tres lotes, uno estaba consagrado al sol, el segundo pertenecía al Inca y el último a las cosas superiores que lo hacían cultivar por los campesinos.

Lo más notable de esta civilización es que existía lo que podía llamarse el empleo completo. A partir de los cinco años de edad todo mundo debía servir para algo, tanto hombres como mujeres estaban distribuidos en diez clases, en nueve de ellas la agrupación se hacía por edad y la décima estaba formada por los inválidos. Cada categoría tenía sus tareas y debía servir lo mejor posible a la comunidad. La categoría más respetada era la de los guerreros de 25 a 50 años de edad que estaban al servicio del rey y de los señores.

(7) Orozco y Berra, Manuel. "Historia Antigua de la conquista de México", México, 1960, p. 187

La edad no suprimía la obligación de trabajar después de los 50 años. Todos los hombres estaban libres del servicio militar y de todas las tareas penosas, pero debían trabajar en la casa del jefe y en los campos, conservaban su autoridad en la familia, las mujeres de más de 50 años tejían ropas para la comunidad y entraban al servicio de las mujeres ricas como guardianas, cocineras etc.

A los 80 años estaban sordos, no sabían más que comer y dormir pero a pesar de todo eran utilizados, fabricando cuerdas y tapices, criaban conejos, patos, recogían hojas y paja. Al igual las mujeres tejían e hilaban, cuidaban las casas y ayudaban a criar a los niños y seguían sirviendo a las mujeres ricas, vigilando a las criadas jóvenes. Cuando tenían producción de los campos no carecían de nada. A los hombres también les daban comida y ropa de un modo general, los hombres de edad eran temidos, honrados y obedecidos, pedían aconsejar, enseñar, dar buenos ejemplos, predicaban el bien y ayudaban al servicio de Dios. Servían de guardianes a las mujeres jóvenes y tenían el derecho de azotar a los muchachos si éstos no eran respetuosos.

Todas estas situaciones fueron posibles gracias al desarrollo que tuvieron las sociedades humanas al estabilizarse en la agricultura, hecho el cual permitió que se tuviera un excedente de alimentos y un refugio que compartir con los ancianos, los cuales al administrar este capital lo incrementan y a la vez que su poder personal también aumenta y así pueden decidir quien tiene acceso a la propiedad, quien puede heredar e impartir justicia de manera correcta, logrando estabilizar su influencia y por lo tanto mantener su posición social. Este tipo de sociedad agrícola y guerrera les permitió realizar tareas de utilidad lo cual hace que su posición sea más firme, todavía teniendo la capacidad de decisión e influencia en los matrimonios, en el número de nacimientos y en cada uno de los miembros de la familia o grupo lo que hacía al clan estable mateniendo la cohesión y haciendo que su posición dentro de este tuviese una mayor importancia, todo esto conducía a que gracias a su gran conocimiento y experiencia el anciano fuera capaz de convertirse en el guía del crecimiento político, civil, religioso y judicial de este tipo de sociedades, teniendo siempre el control de las posiciones más importantes dentro de todas las instituciones; cubriendo así las funciones más elementales del Clan.

Esta situación como todo proceso social tuvo su declinación, y esto es debido a que los españoles conquistaron a estos pueblos americanos inculcándoles sus tradiciones, sus costumbres y su cultura, en términos generales, cambiando su modo de vida.

1.2 ASIA.

1.2.1 CHINA Y JAPON.

Al igual que en las Culturas Americanas, la imagen y el concepto que se tenía de la vejez era valorado y respetado, debido a su experiencia y sabiduría. Pues éstas sociedades eran relativamente estáticas y jerárquicas, la reglamentación familiar estaba basada en que el varón de más edad era quien mandaba en la familia. La organización social del trabajo, basada en los cultos exigía más que fuerza, experiencia y ésta aumentaba con la edad. El poder del padre era casi absoluto, pudiendo disponer de la vida de sus hijos y casarlos sin consultárselos. La edad era pues un signo de prestigio, por lo que muchos trataban de aparentar más edad de la que tenían. Posteriormente el confucionismo, el Taoísmo fueron asimilados y comprendidos por el budismo donde lo importante era la moral social con estricto apego a las normas de justicia y fiel respeto a los antepasados.

En este tipo de filosofía se pretendía tener unido a la familia y se debía tener obediencia y respeto a los padres y a los abuelos. Los bienes eran distribuidos equitativos entre sus miembros; y la familia tenía la obligación de cuidar de todos sus integrantes incluyendo a los enfermos, ancianos y huérfanos. En esta sociedad la mujer es duramente reprimida y debe tener absoluta obediencia al hombre.

En esta época los ancianos adquirieron un papel privilegiado sobre las familias; las creencias y costumbres no tenían ningún principio contradictorio, ya que el hombre era quien decidía lo que se tenía que hacer.

El anciano adquirió una posición muy importante, pues su labor era la educación de los nietos, además de ser un excelente consejero. Por ello muchas personas deseaban llegar a la edad de la vejez para adquirir una posición o estatus a demás de respeto.

1.3 EUROPA.

En el siglo XVI, se da un cambio radical en cuanto al concepto que se tenía de la vejez, pues más que valorar su experiencia y sabiduría, los ancianos eran valorados por su fuerza física. Entre los Yakutas siberianos, los viejos poseían toda la riqueza y ejercían sobre los hijos una autoridad absoluta, pero en cuanto se debilitaban, los hijos se apropiaban de todo y los dejaban morir, y los esclavisaban. Para evitarlo, los propios ancianos pedían ser acuchillados. Los Fang de Gabón, en sus migraciones dejaban a los ancianos abandonados. Los viejos aceptaban su suerte o se hacían quemar vivos. Los Thongas de la costa oriental de Sudáfrica adoptaban posturas similares; eran respetados mientras eran gordos y fuertes, pero la decadencia física hacía que fueran abandonados. En otras sociedades hacían subir a los viejos cada año a la copa de una palmera para simbrarla los jóvenes después. Si el anciano no conservaba suficiente vigor para agarrarse a la vida, se estrellaba contra el suelo. En general la penuria de alimento, el bajo nivel de la cultura, el odio a los padres engendrado por la severidad patriarcal, todo conspiraba contra los viejos.

En la mayoría de las sociedades no se permitía que los viejos murieran como los animales. Su muerte era rodeada de un ceremonial y se les pedía o se fingía pedirles su consentimiento. Entre los Korvales de Siberia del Norte se les ejecutaba delante de la comunidad después de los ritos de rigor. Los Chunkees del Litoral de Siberia daban a los viejos una fiesta de despedida en el curso de la cual el hijo mayor lo estragulaba con una espina de foca. Los Ojibwas honraban a los ancianos e incluso creían que éstos tenían poderes mágicos, pero cuando la salud desaparecía, eran despreciados y asesinados de un golpe tomahawk, después de fumar la pipa de la paz.

Durante el siglo XVII y XVIII, en toda Europa la población aumenta y la corriente sentimental que influyó en todo el pensamiento europeo hizo que la opinión que se tenía de los viejos se conmoviera ante la miseria en la cual vivían. Se comprendió que la responsabilidad de éstos incumbía a la sociedad y no al propio anciano. La ley dió a las parroquias la facultad de agrupar, ayudar y emplear a los ancianos pobres. El estado parecía reconocer que todo hombre tiene derecho a la existencia.

En el siglo XIX Europa se transforma, los cambios que se producen tienen una influencia considerable en la condición de los viejos y en la idea que la sociedad tiene de la vejez. El primer hecho que debe señalarse es que produce en todos los países un extraordinario aumento demográfico, debido a que por lo menos en ciertas clases sociales, el número de los viejos aumenta. Este aumento, unido a los progresos de la ciencia, conduce a reemplazar los mitos de la vejez por un verdadero conocimiento, que permite que la medicina se preocupe por la gente de edad avanzada.

Por otra parte en Francia e Inglaterra, la literatura también empieza a interesarse en la gente de edad avanzada, pues los novelistas se esfuerzan por trazar un cuadro completo de la sociedad, lo que le lleva a describir no sólo a los viejos privilegiados, sino también a los de las clases inferiores que salvo insignificantes excepciones nunca habían sido mencionados por los escritores.

En Grecia, los ancianos formaban las comisiones de notables con un papel más honorífico que real. Conservaban la propiedad hasta la muerte. En Roma, el "pater familias" consolidó su poder, siendo la propiedad privada fundamental. La familia tanto como en el senado, los viejos eran los primeros, ello no impedía que, al igual que en Grecia, en la literatura y en la cultura popular la vejez fuera burlada y despreciada.

En la Edad Media los invasores bárbaros eran básicamente guerreros y como tales despreciaban a los ancianos, por lo cual las condiciones de vida no permitían a muchos llegar a viejos. Los viejos estaban excluidos de la vida pública, eran los jóvenes quienes dominaban, la sociedad estaba más regida por la fuerza de las armas que por instituciones estables.

En el campo, en contra de lo que a veces se cree, el padre no conservaba su autoridad al envejecer, era suplantado por el hijo mayor quien tomaba posesión de la casa y la propiedad. Los viejos que no tenían familia eran socorridos por el señor feudal, o por el los asilos, y en las ciudades por la corporación y su cofradía religiosa.

Durante el renacimiento y la edad moderna el avance de la burguesía y su insipiente capitalismo hacía variar el sistema de valores dando importancia a los contratos y escrituras comerciales y no a las armas. Todo ello influye en la situación de los viejos, pues mientras eran ricos los viejos podían llegar a ser realmente poderosos.

En esta época existían dos corrientes: una religiosa y espiritualista y otra pesimista, materialista y burlesca. En la primera, se consideraba la vejez como el momento de asegurar la propia salvación, es decir, una vida juiciosa llevada a una hermosa vejez. En la segunda, la visión materialista y burlesca, criticaba a los viejos que se enriquecían y que acaparaban el poder, dinero y mujeres. La sexualidad del viejo era comentada con cierta repugnancia. Esto atañía por supuesto a los viejos ricos; para los pobres, la invalidez, dependencia, pasividad, decadencia y miseria económica.

En el siglo XVII se matuvieron aproximadamente las mismas tendencias.

Durante la Revolución Industrial (siglo XVIII y XIX) los ancianos de clase alta participaban en la vida pública y las diversiones de su clase, teatros y salones, ya que la estructura familiar y el abuelo en su cúspide era muy importante. La experiencia era una acumulación de conocimientos y vivencias, y por eso la vejez era un valor. Las virtudes exigibles a un anciano eran el rigor moral, la austeridad, la sofocación de las pasiones, y el distanciamiento del mundo. Los viejos se dormían filántropos practicaban la beneficencia lo cual eran una manera de asegurarse la felicidad personal.

En el campo la situación era ligeramente diferente entre los campesinos acomodados bastante escasos, la familia patriarcal continuaba y el padre conservaba un gran poder que podía llegar a ser tiránico. Para los demás la situación era de mera subsistencia, y era frecuentemente deshacerse de los ancianos cuando ya no podían colaborar en los trabajos, ingresándolos en un asilo. Se aconsejaba a los ancianos que no renunciases a su propiedad en vida. En algunas ocasiones la ley obligaba al cumplimiento del deber filial pasando a éstos una pensión al padre, con lo que el interés objetivo en la muerte del mismo era patente.

En esta época se dieron grandes transformaciones en cuanto al aspecto laboral, ya que aquí sólo interesaba la mano de obra de la gente joven exclusivamente, ya que la fuerza y vitalidad e inteligencia era la apropiación para el manejo de grandes máquinas que requerían de una alta producción. Estas transformaciones fueron nefastas para los viejos pues su condición jamás fue tan cruel como en la segunda parte del siglo XIX, el trabajo no estaba protegido, hombres, mujeres y niños eran explotados. Al avanzar en edad los obreros se volvían capaces de soportar el ritmo de trabajo. La Revolución Industrial se cumplió a costa de un incremento increíble de derroche de fuerza humana. Teniendo como consecuencia la muerte prematura de los obreros y los que lograban sobrevivir, cuando la edad los privaba del empleo, quedaban reducidos a la miseria.

CAPITULO II.

PERSONALIDAD DEL ANCIANO.

Sentirse viejo es una situación vital a la que todo individuo está abocado. Sin embargo, la autopercepción del envejecimiento es vivida por las personas de muy diversas formas que dependen no sólo de la edad del sujeto, sino también de su personalidad, su contexto socio-cultural, y sobre todo, de su capacidad de adaptación a los cambios biológicos, psicológicos y sociales que acontecen con los años. (8)

Las modificaciones de la personalidad que a lo largo de los años padece el ser humano, y que al llegar a la vejez se ven más acrecentadas, han sido mucho menos estudiadas, que otros temas a los que si se les ha dado importancia, como la inteligencia. Esto se debe entre otras cosas a que la definición y medida de la personalidad presenta numerosos complejos, especialmente a lo que obedece a los términos de normalidad, y anormalidad, y por último a la resistencia que muchos ancianos presentan para ser estudiados y las dificultades a que muchos investigadores y estudiosos de la vejez como nosotras nos enfrentamos, ya que instituciones como el INSEN y privadas requieren de muchos trámites oficiales, para el acceso a sus instalaciones y en el último de los casos niegan su apoyo. Situaciones como las anteriores hacen todavía más difícil que investigadores o instituciones se interesen por temas como éste.

Por otro lado con respecto a los términos de normalidad y anormalidad, se ha descrito un perfil de personalidad en el que se adjudican al anciano diversos rasgos negativos y positivos. Entre los primeros destacan el egoísmo, la insistencia, la sensiblería, el autoritarismo, el rechazo social, la tendencia al aislamiento y la pasividad. Entre los segundos los más relevantes son la prudencia, la reflexión, la serenidad y la experiencia.

(8) Sánchez Caro, Jesús. "La vejez y sus mitos", Edt. Salvat, Barcelona, 1985, p. 22

Cabe destacar en este sentido, y con lo que respecta a este estudio, que los primeros rasgos principalmente rechazo social, aislamiento, pasividad, y otros como una vida poco satisfactoria y una falta de reorientación a la nueva etapa son los que a menudo suelen presentar los individuos que acuden por primera vez al INSEN; y que al paso de convivir con miembros de su misma edad se ven disminuidos, creando en ellos rasgos más elevados en lo que se refiere a la actividad física, mental, así como el interés por la integración a grupos, su vida y su futuro.

Sin embargo no podemos generalizar a toda una población senil, motivo por el cual no incluimos a todos los ancianos bajo el tópico que suele definirlos como gruñones y cascarrabias.

La conclusión más válida y general que podemos extraer al respecto es que en las personas sanas y adaptadas la personalidad tiende a permanecer estable durante toda la vida, pero no podemos olvidar que esto dependerá no solamente de la edad cronológica del individuo, sino que dependerá también de la trayectoria vital del sujeto, su estilo de vida y las circunstancias ambientales que lo rodean, situaciones que en su mayoría no pueden ser manejadas ni controladas por el sujeto, provocando en ellos, los rasgos negativos anteriormente situados.

2.1 CONTEXTO SOCIO-CULTURAL.

El hombre es algo más que el producto de sus interacciones con otros hombres dentro de un orden social. La cultura, las normas, costumbres y roles particulares de los grupos humanos influyen y dejan su marca sobre el hombre. Horney pensó que la cultura en la que vivimos genera una gran cantidad de ansiedad en los seres, rechazamos sus ideas como desfasadas e irrelevantes en lugar de valorar los conocimientos adquiridos a través de la experiencia y la relación con el pasado. (9)

(9) Cueli José, Lucy Reid. " Teorías de la personalidad ", Edit. Trillas. México, pp.77-78.

Les forzamos al retiro cuando muchos de ellos son todavía enérgicos y capaces de trabajar. Aceptamos la enfermedad y la depresión como una carga inevitable de la vejez y estereotipamos a las personas de muy diversas maneras, tratandolas según nuestras ideas equivocadas sobre su manera de ser, creando así profesías que nosotros mismos nos encargamos de que se cumplan. Por lo cual la inadaptación de la persona senecta es resultado natural de vivir en una sociedad industrializada como en la que vivimos.

Uno de los factores más importantes que encontramos es el establecimiento de una civilización que se basa en la competencia individual y que ha establecido de alguna manera un culto a todo aquello que representa juventud, y en la cual difícilmente las personas senectas pueden entrar, debido a la pasividad, inproductividad e inclusive inutilidad que el anciano representa en el sistema socio-económico, que unicamente admite a personas productivas, o con una expectativas de serlo y con una fuerza de trabajo que ofrecer.

El hombre sigue siendo un producto de su medio, y éste, al estar cambiando, cambia también al individuo; mientras viva el sujeto, su caracter seguirá siendo moldeado, remodelado, llegando hasta hacer a un lado a aquellos sujetos que no se adaptan a las nuevas exigencias.

Como sociedad, fracasamos en buena medida en satisfacer sus necesidades de compañía, ingresos, transporte, vivienda, salud, cuidado y seguridad de los ancianos. Frente a todo esto, es sorprendente que muchas de las personas envejezcan con éxito. Esto se debe en gran medida a la capacidad que estos individuos tienen para autodirigirse en cualquier medio, el conocimiento de sí mismo, su valorización y la forma de adaptación al medio, y esto es algo que ninguna sociedad puede construir, sino que solo puede ser construido por uno mismo, esto significa también que el hombre tiene la fuerza necesaria para evolucionar hasta alcanzar su máxima potencialidad dentro de sí mismo. (10)

(10) Cueli José, Lucy Reid. "Teorías de la personalidad", Edit. Trillas, México, p. 75

ASPECTO BIOLÓGICO.

Como ya mencionamos anteriormente el envejecimiento es un proceso natural inevitable. Con el paso del tiempo el cuerpo cambia gradualmente. Estos procesos físicos y muchos otros, empiezan a diferentes edades y progresan a ritmos distintos. Pero no importa cuan complejos sean los procesos de envejecimiento, ni cuan distintos sean los factores que intervienen en él, los cambios biológicos juegan un papel principal ya que en última instancia, estos deciden la salud y la enfermedad. Las funciones basadas en capacidades físicas y fisiológicas empiezan a declinar antes que las capacidades cuya base es puramente psicológica. El grado de deterioro como el momento en que este se inicia es variable según las funciones y los individuos.

El envejecimiento produce los siguientes cambios orgánicos:

- 1.- Aumento de tejido conjuntivo del organismo a la vez de una pérdida gradual de las propiedades elásticas de éste.
- 2.- Desaparición de elementos celulares del sistema nervioso debido aún deterioro o acumulación de años en las estructuras centrales y sensoriales, relacionados éstos con la edad.
- 3.- Se da una reducción de la cantidad de células del funcionamiento normal.
- 4.- Existe un aumento de la cantidad de grasa.
- 5.- Se da una merma de oxígeno y menos expulsión de aire de los pulmones.
- 6.- Hay un decremento en la cantidad de sangre que bombea el corazón en estado de reposo, lo cual influye negativamente en la tensión arterial, en la agudeza mental y en el sentido del equilibrio.

- 7.- Hay una disminución de la fuerza muscular realizando un mayor trabajo para mantener la postura del cuerpo y realizar los movimientos.
- 8.- La excreción de hormonas, en particular las de las glándulas sexuales y suprarrenales es menor que la normal.
- 9.- Ocurren procesos generativos en los riñones, hígado y diversos organos del aparato digestivo.
- 10.- Las articulaciones se vuelven rígidas y los huesos quebradizos.
- 11.- Todos los procesos vitales son más lentos a causa del debilitamiento del metabolismo. (11)

Asi mismo, la persona que envejece se vuelve más susceptible a muchas y muy diversas enfermedades.

Toda esta serie de cambios orgánicos también afecta a los órganos de los sentidos, ya que las personas al envejecer van perdiendo gradualmente la vista, el oído, el olfato, la intensidad en la sensibilidad de la piel, así como la sensación de presión, frío, calor, dolor.

Finalmente podemos decir que los cambios biológicos desempeñan un papel importante en el proceso de envejecimiento. Y aunque el momento de los grandes cambios varia, según la herencia y el ambiente del individuo, todo individuo sin excepción debiera llegar a esta etapa, sin que nada puede evitarlo.

(11) Hooker, Susan. "La tercera edad: comprensión de sus problemas y auxilios prácticos para los ancianos", Edit. Gedisa, México, 1983, p. 120.

2.3 ASPECTO PSICOLOGICO.

Cada día que transcurre somos más viejos, para ello, sólo basta mirarnos las manos, o asomarnos a un espejo, el cuál se encargará de revelarnos poco a poco las transformaciones que el tiempo va marcando en nuestra apariencia física.

Pero no es sólo el cuerpo el que se ve afectado por el paso del tiempo, sino también la mente sufre dicho proceso. Debido a una disminución del funcionamiento fisiológico del ser humano, con el paso del tiempo la manera de vivir y de pensar se ve alterada, por lo que es necesario cambiar las pautas conductuales que se han ejercido durante toda la vida, para evitar que esta etapa difícil dentro del proceso evolutivo sea de carácter angustiante, presentando como consecuencia síntomas hipocondríacos, agresivos y egocéntricos, como medio para exigir atención de las personas que lo rodean, principalmente en el caso de familiares y de esta forma aligerar sus tensiones.

Algunas de las habilidades o capacidades como el aprendizaje, la memoria y la inteligencia se ven reducidas por una disminución en la agudeza sensorial, la percepción, la reducción de impulsos fisiológicos que facilitan la tarea de aprendizaje y el tiempo de reacción entre los estímulos, es por ello que los sujetos se sienten inservibles, faltos de un lugar de la sociedad y en general como un estorbo.

Este decremento facultativo que opera en la esfera intelectual y perceptiva habra de reflejarse a un nivel superior de integración, al nivel de la personalidad del individuo tanto en su fase interna (auto imagen, sentimiento y actitudes), como externa o de conducta adaptativa al medio.

Aunque la capacidad de aprender no se pierde durante toda la vida, la facilidad que se tenga para la misma es cambiante y el deterioro que se pueda sufrir varía, según el sujeto, sobresaliendo ya en estas condiciones un factor muy importante el cuál es el que parece provocar esta disminución, se trata de la RIGIDEZ, que implica en sí mismo una resistencia a ideas-

nuevas, cambios, disminuyendo gradual y paulatinamente su agudeza visual y auditiva, un decremento de la curiosidad intelectual del dinamismo y la iniciativa presentandose en algunas ocasiones un estado de irritabilidad, ansiedad e impaciencia, su imaginación es menos viva, es más sensible a la fatiga encontrandose su potencialidad de trabajo disminuido, y esto puede ser de tipo conductual hasta cognitivo. Esta situación aunada al déficit en cantidad de información que puede retener una persona senecta, respecto de cualquier joven, complementan el cuadro, dándole a entender a los sujetos interiormente que esto es un síntoma de decadencia.

En contraposición Welford (1976) realizó una serie de estudios en donde encuentra que la habilidad y la ejecución del aprendizaje en la vejez parecen no depender solamente de las capacidades físicas y mentales, sino también de la buena voluntad y disposición para usar estas capacidades en su totalidad, es decir, que mucho depende la motivación del individuo.

Por otro lado aunque los estudios sobre la memoria son de carácter ambiguo debido a la gran variedad de significados asociados, con ella, utilicemos el que dice que la memoria es un cambio de conducta que se da en función de la experiencia, y se mide en términos de un intervalo temporal. Así mismo los trabajos de investigación de Welford, encontrarón una disminución de la memoria a corto plazo al arribo de la vejez, y una conservación de la memoria a largo plazo, situación que permite una deterioración progresiva de otras funciones intelectuales ya que impide la adquisición de nueva información, junto con un aumento en la susceptibilidad por parte de los ancianos a interferencias del medio ambiente en perjuicio de capacidad de atención.

La inteligencia como mencionamos en capítulos anteriores es una área que ha sido intensamente investigada y en la que aún no se tienen respuestas concluyentes a muchas preguntas que aún continúan manteniendose ante el paso del tiempo, como las dudas acerca del deterioro y pérdida progresiva del intelecto que supuestamente ocurre al llegar a la ancianidad. En todas éstas ha habido numerosos problemas desde factores sensoriales, motivacionales, temor a perder su habilidad intelectual y ansiedad al enfrentarse a situaciones de prueba o nuevas para ellos.

La personalidad de los sujetos también se ve afectada por esta serie de cambios: hay una pérdida del atractivo físico, del status o posición social, de roles útiles y respetados, de salud y vigor físicos y algo que induce principalmente a la depresión, una pérdida gradual de compañeros y amigos, provocada por la muerte de los mismos, haciendo consciente a los sujetos de su también próxima muerte.

Por tanto algunos viejos piensan que los años pasados fueron mejores que los actuales, esto provoca que se estereotipe al anciano diciendo que se queja de todo, inventa enfermedades, son dependientes, están pasados de moda y se comportan como niños. (12)

También se dan cambios en los intereses y actividades de los ancianos, siendo esto reflejo de sus motivaciones y sus esquemas conductuales de carácter persistente. Los sistemas de costumbres que se elaboran a lo largo del tiempo imponen un control sobre la conducta motivada por los cambios somáticos en los impulsos internos y la estimulación externa. Los valores personales representan un elemento estable en la adopción de una forma de conducta concreta, aunque también pueden modificarse o reemplazarse si la carga intelectual impuesta al individuo llega a ser excesiva, o si los valores llegan a estar en conflicto dramático con los cambios y la evolución en el contenido de la vida del individuo. La persona adaptable modifica su comportamiento con el tiempo y, de esta forma, "envejece satisfactoriamente."

Por tanto el proceso involutivo del envejecimiento sano requerirá de tres elementos esenciales: ambiente afectivo, salud, y posición social adecuada.

(12) Sánchez Caro, Jesús. "La vejez y sus mitos", Edit. Salvat, Barcelona, 1985, p. 46

Neugarten (1968) considera que las respuestas al enriquecimiento son expresión de patrones de personalidad ya establecidos desde mucho tiempo atrás, no se produce ninguna discontinuidad marcada en la personalidad sino más bien una coherencia creciente, sugiere que la personalidad se "acentúa" con la edad bajo la tensión física y social propia de la edad avanzada, los atributos superficiales desaparecen y tienden a destacarse las tendencias básicas de reacción, permitiéndoles envejecer con dignidad y aceptar objetivamente el paso del tiempo.

2.4 ASPECTO SOCIAL.

Para empezar a hablar del aspecto sociológico de la vejez, es importante retomar lo que anteriormente se dijo respecto a que todo individuo es producto de la sociedad, y su cultura. Siguiendo la problemática que enfrenta esta población consecuencia de las características de su sociedad.

Para ubicar la realidad y el sentido de la vejez es indispensable observar el lugar que se le asigna a los ancianos y que representación tiene en la sociedad actual, así como para los sociólogos constituyen un grupo minoritario que es definido en términos de su adaptación social; los antropólogos los consideran como portadores de la cultura y tradición, para los economistas son solo un grupo marginado de fuentes de trabajo etc.

Por tanto no es acertado que los problemas de los ancianos sólo dependen de el mismo. La mayoría de los problemas de estas personas de edad avanzada e incluyendo la precipitación de sus incapacidades están determinadas por las actitudes y acciones del ambiente y las personas que lo rodean.

En cualquier sociedad, los ancianos que tienen riqueza y poder son tratados mejor que los pobres. Pero nuestra sociedad urbana e industrial vive bajo los signos del cambio y la velocidad "En las grandes ciudades la disolución del régimen de la familia extensa donde el anciano tuvo un lugar, se ha dejado de lado debido a las dificultades de transportación, la sociedad que vive en medio de la multitud y la disminución de pensiones y ahorros hacen que la vida del viejo sea más difícil".(13)

2.4.1 LA FAMILIA.

La discordia que se puede dar en el seno familiar está compuesta por distintas razones, no siempre es causada por los ancianos, ya que en ocasiones los mismos integrantes de la familia son los culpables de su ineptitud debido a exagerado cuidado ó a una falta del mismo.

(13) Información General del Depto. de Psicología Médica de la UNAM, 1976.

Los dos casos son extremistas, el hecho de brindarles una forma exagerada de cuidados y atenciones, en el anciano provoca que se acostumbre a que todo se le proporcione y que no surja un cambio positivo por parte de él. Ahora bien, la falta de cuidado hace que el anciano se sienta marginado y un estorbo dentro de la familia, ya que no existe comunicación, no se le toma cuenta ni para asuntos familiares, ni para paseos o convivencia familiar.

Las relaciones familiares son de suma importancia para el anciano y además son las que el anciano vive con más intensidad y asiduidad en muchos sentidos. Sin embargo pese a su importancia en la vida de los ancianos, la familia muchas veces cumple únicamente la función de resolver algunos problemas materiales a los que se enfrenta el individuo senecto, pero no constituye una autentica red social dentro de la cual los individuos se ayuden, cooperen, se socialicen entre ellos de forma espontánea y otros aspectos importantes. Por lo que es conveniente en este sentido, que exista un equilibrio en relación al trato y al lugar que se le brinda al anciano en el seno familiar. (14)

Sin duda los ancianos han dejado de ser el centro de la identidad familiar, principalmente en el caso de individuos que han emigrado y se han visto obligados a realizar un reajuste de las formas familiares originales. En este sentido, las situaciones más anormales son aquellas en las que los ancianos viven con hijos -muchas veces en espacios reducidos- desarraigados de su ambiente de origen y donde no solamente no representan el centro de identidad familiar, como sucedía en su juventud, si no que se sienten ellos mismos un estorbo en el estrecho espacio doméstico.(15)

(14) Fericola M. Josep. "Envejecer una Antropología de la ancianidad", Edit. del Hombre Anthropos, 3a. edición, p.242

(15) *ibid.*, p.242.

Esta situación familiar, vivida con descontento por muchos ancianos, resulta especialmente deteriorante para los hombres. Las mujeres saben integrarse al mundo doméstico filial con mayor facilidad; ya que este ha sido su papel en toda su vida anterior, aunque estuviera compartido con actividades laborales. Las ancianas pueden desarrollar tareas domésticas de segundo orden que las mantienen útiles dentro de la estructura familiar (Cuidar a los nietos, lavar platos o ropa, limpiar la casa etc.). Los hombres jubilados pierden por el contrario la función que tenían en la familia, y si quedan viudos muchas veces no saben cómo actuar para automantenerse, puesto que su dedicación al mundo externo y laboral durante el período anterior de vida no les ha aportado práctica alguna en cocinar, lavar, comprar y otras tareas necesarias en la unidad doméstica.

En términos generales, y como ya se indico, la actitud de la familia hacia el anciano está muy condicionada por el potencial económico del individuo: Si el anciano tiene una capacidad económica elevada, mantendrá su propio territorio doméstico en el que va a convivir con hijos u otros parientes en caso de no poder disponer de poder económico, se acostumbrara a matener al anciano distanciado de la familia e incluso los hijos le entregan dinero para su subsistencia independiente.

En las familias de nivel económico medio-alto, es habitual que los individuos de más edad ayuden a los más jóvenes sin recibir nada a cambio. El hombre jubilado ayuda a los hijos en diversos quehaceres; las mujeres jubiladas suelen ayudar a las hijas en las tareas de la casa. En esta clase se produce con intensidad una relación de aislamiento entre los senectos y los demás familiares, sobretodo si no existe entendimiento entre las distintas generaciones y los ancianos pierden el papel de centro simbólico de la estructura familiar.(16)

(16) Fericgla M. Josep. "Envejecer una Antropología de la ancianidad", Edit. del Hombre, p.256.

En las familias de nivel económico elevado, el anciano se mantiene independiente del resto de la familia ya que disponen de recursos económicos suficientes, y habitualmente pueden integrarse en el moderno modelo del anciano consumista de ocio organizado: realizan viajes, asisten a diversas reuniones, organizan las celebraciones familiares etc. En esta clase, los ancianos siguen siendo el centro de la familia, dado que viven en su propio territorio doméstico. Al llegar a viudos los ancianos de esta clase no suelen permanecer solos, pues es habitual que el menor de los hijos viva con ellos o bien que el hijo que heredará el patrimonio familiar, se traslade, púes al morir el anciano, ellos recibirán su patrimonio, y esto protege al viejo, que será atendido hasta la muerte por el futuro heredero.(17)

Así púes, al observar estas categorías nos damos cuenta que los parientes de los individuos senectos suelen modular la actitud en relación al potencial económico del anciano, pero en términos generales, se les mantiene fuera de los núcleos familiares. De cualquier modo, para la mayoría de las familias el anciano representa una irregularidad estructural que es asimilada apartir de la relación afectiva y / o según diversos modelos culturales e intereses económicos.

Finalmente cualquiera que sea el caso el anciano dentro de la familia o en contacto con ella, necesita tener su propio lugar, no debería constituir una carga, pero tampoco el juguete o el abuelito que solo necesita de mimos y caricias. El anciano debe ser respetado en su persona y escuchado, y si es necesario tomar lo en cuenta en las decisiones familiares.

Cualquiera de nosotros sabemos que es difícil convivir con otras personas bajo el mismo techo, guardemos relaciones de parentezco o no, por que tenemos que compartir hábitos , preferencias, intereses, incluso nuestro propio espacio y los lugares disponibles para nuestras necesidades. Pero también es difícil vivir solo, por naturaleza somos seres sociales que requerimos de la presencia y la compañía de los demás, de su amor y su apoyo, porque aquí, es donde están en juego la esencia y el significado de nuestras vidas.(18)

(17) Fericola M. Josep. " Envejecer una antropología del ancianidad", Edít. del Hombre, p.257.

(18) Satir, Virginia. "Las relaciones humanas en el núcleo familiar", Edít. Pax, México, 1983, pp.285.

Es conveniente que exista un equilibrio en relación al trato que se le brinda al anciano en el seno familiar dándole libertad para que realice actividades y al lograr dicho equilibrio el anciano colaborará para así ser más independiente.

El anciano, difícilmente se percibe así mismo, pues tiende a negar su estado actual, la percepción del tiempo es relativa y el paso de la vejez dependerá de los antecedentes de las personas, de sus relaciones previas y de la forma como ha enfrentado sus problemas anteriores. A su vez también depende del medio en el que lo desarrollaron.

La sociedad moderna, impone una serie de obstáculos al proceso de ajuste en los últimos años de la vida. Pues la concepción actual que tenemos de los ancianos en la sociedad está identificada como alguien que ya cumplió una función, ya dió todo lo que tiene de sí, y ahora que sus cualidades productivas han declinado con la edad solo les resta esperar la muerte.

En relación a lo anterior Emilio Mira y López, en su libro "Hacia una vejez joven", nos dice que existen tres errores en relación a la vejez por los cuales muchos de nosotros hemos menospreciado esta edad:

1er. error.- La sociedad aplica a la vejez "La ley del todo o nada". Se considera que si un viejo tiene un puesto ordinario en alguna empresa, a los 60 o 65 años ya no es capaz de desempeñarlo, se le destina a la inactividad, se le aleja del trabajo, sin embargo si es propietario de la empresa o tiene algún cargo político, mantiene una posición aunque su mente se haya vuelto dura o anticuada.

2do. error.- La sociedad considera que un anciano vale menos que un joven desde el punto de vista económico, se cree que como la vejez trae consigo un deterioro físico y psicológico entonces también disminuye la productividad y ante dos personas en igualdad de circunstancias existe la inclinación de preferir al más joven, para la mayoría de trabajos.

3er error.- La sociedad opina que las personas ancianas no pueden ya aprender y por eso se quedan atrás. Sin embargo se ha observado que los jóvenes superan a los viejos en cuanto a que aprenden nuevos datos y los comprenden con mayor nitidez. Pero esto no significa que dicha capacidad disminuya con la vejez, sino que los procesos neuropsíquicos sean vuelto más lentos; por lo tanto aunque se utilice un tiempo mayor y otros métodos para obtener la máxima eficiencia en los nuevos hábitos, la capacidad de aprender perdura.(19)

Sin embargo aunque estos errores por desgracia se han generalizado a la mayoría de la población senecta, gracias a las diversas instituciones que brindan apoyo a los ancianos, en este caso el INSEN, se ha podido comprobar que los ancianos que acuden a estas instituciones, tienen mayor capacidad para aprender nuevas tareas u oficios, las cuales son desarrolladas ya sea dentro o fuera de la institución, sintiéndose con ello nuevamente gente productiva dentro de la sociedad y en algunos casos vuelven hacer gente económicamente activa, que no depende tanto de la familia.

Otra de las características que presenta el anciano que vive en sociedad; es el aislamiento, es decir, que se sienten totalmente fuera de lugar. Esto se debe en muchos casos al ritmo de vida que se lleva en las ciudades, sobre todo en una sociedad como la nuestra, donde se vive al día, apresuradamente, con cambios rápidos y tecnologías que día a día avanzan, y en donde el viejo no alcanza a comprender del todo a la sociedad en la que se desenvuelve.

2.4.2 JUBILACION.

Por otro lado llega "la edad jubilatoria" y el viejo debe adaptarse a una nueva situación, se siente apartado, renegado e inútil.

La jubilación es un proceso económico, social y cultural particular de nuestra época. Una consecuencia de la sociedad industrial postindustrial que ha dado lugar a un nuevo personaje: El jubilado.(20)

(19) Mira y López, E. ob. cit. pp. 13-17.

(20) Sánchez Caro Jesús. "La vejez y sus maitos" Edt. Salvat, Barcelona 1985, p.46.

El término jubilado hace alusión a la situación de una persona que tiene derecho a una pensión, después de haber cesado total o parcialmente en su profesión. La jubilación se da por una desición personal del trabajador, o por una imposición de la propia empresa, ésta última es la norma más general en los países desarrollados; incluso la edad media convencional de jubilarse a los 65 años se ha adelantado en algunos casos, influenciada por la crisis económica que padecemos en los últimos años. En si la jubilación se considera como una especie de permiso social para desligarse del trabajo.

A la jubilación se llega por la edad, aunque ésta varíe según las profesiones, pero también por incapacidad laboral o incluso como ya mencionamos por propia iniciativa, debido por ejemplo, a la mala salud. Es necesario en este sentido que se tome en cuenta, no solo la edad, sino la situación concreta de cada persona. Porque resulta obvio que muchas personas, en el momento de la jubilación, lejos de estar acabadas, se encuentran en pleno apogeo de su madurez profesional.

Pese a todo, la jubilación es una realidad que tarde o temprano afecta a la mayor parte de las profesiones; por eso conviene prepararse para ella, a fin de que no tome desprevenido al individuo. Conviene subrayar en relación a ello, que muchas de las dificultades que se encuentran para la adaptación a la jubilación son debidas a haber realizado un trabajo deshumanizado, mutilador, que no les ha permitido el enriquecimiento cultural ni el desarrollo libre de sus posibilidades creadoras; de ahí que al pasar, bruscamente y sin ninguna preparación, de un exceso de trabajo a un contexto de ocio el anciano se desorienta, se minusvalora, se deprime; en ocasiones se vuelve agresivo desconfiado y gruñón, en un deterioro progresivo que sólo termina con la muerte.(21)

Por otro lado el jubilado debe adaptarse a una nueva situación económica que se reduce a una sola opción: La pensión.

(21) Sánchez Caro, Jesús. "La vejez y sus mitos", Edít. Salvat, Barcelona, 1985, p.47.

Las pensiones lejos de ser una seguridad para el anciano, representan solo una mínima ayuda, ya que las pensiones no siguen el costo ascendente de la vida y el monto de la jubilación está únicamente dado por el sueldo base y no por el monto total de las percepciones del trabajador. Este ingreso es de alguna manera una base a partir de la cuál el esfuerzo del anciano o jubilado encamina a restablecer el equilibrio entre sus percepciones anteriores, si es que se previo algún ahorro para esta etapa, y las actuales, y no quedarse sin nada temiendo serias dificultades por ello.

En china por ejemplo, los ancianos que no tienen familias los asilos no son la única alternativa, se han reportado casos, que por común acuerdo éstos, van a vivir, con parientes lejanos e incluso con otras familias amigas que son huérfanas de abuelos. Este ejemplo nos da una pauta de lo que en México podría hacerse si le damos un giro a nuestra concepción de lo que es una persona jubilada, o un anciano, individuos que han completado un ciclo de cierto tipo de productividad y que se han ganado el derecho a no tener que laborar una jornada completa, pero que si pueden hacerlo todavía en una cantidad menor según el grado de deterioro que hayan sufrido sus organismos a lo largo de sus vidas. Además de poseer una experiencia aprovechable y útil para las nuevas generaciones que tienen en ellos un ejemplo a seguir, si nosotros les damos el trato que se merecen, ya que si nos ponemos a analizar desde el punto de vista personal -- A quién le interesa jubilarse o llegar a una edad senecta, si se pierde el aprecio de los más jóvenes por ser considerados inútiles --. Esta actitud reviste suma importancia fundamental en nuestro país, puesto que si no la cambiamos el acelerado crecimiento de la población, provocado por la prolongación del promedio de vida por parte de la ciencia médica y el no control de la natalidad, harán que el hecho de llegar hacer jubilado o anciano sea algo aborrecible y, no una etapa más por la que todos debemos pasar y digno de ser vivido.

Como hemos visto las circunstancias de vida cambian a medida que las personas envejecen. Aparecen nuevos papeles y problemas que enfrentar, que si no se previeron como ocurre en la mayoría de los casos se sumarán a todos los viejos problemas que acarrea el individuo en etapas anteriores.

CAPITULO III.

LA VEJEZ COMO ADAPTACION.

En los últimos años el problema del envejecimiento y de la vejez, se ha enfocado desde una perspectiva psicosocial y, ha sido considerada fundamentalmente como un problema de adaptación y ajuste. Durante esta etapa el individuo senecto debera tomar en cuenta cuatro factores para una buena adaptación a la vejez.

Primero, conservar la salud física y mental; segundo, la necesidad de sentirse útil, activo en actividades variadas; tercero, la necesidad de relaciones interpersonales de afecto y cuarto, conseguir seguridad e independencia económica.(22)

3.1 SALUD FISICA Y MENTAL.

El primer factor dependera en gran parte de la asistencia médica que instituciones como el INSEN y otras como el IMSS, ISSSTE, etc. brinden al anciano; tomando en cuenta la carencia de recursos económicos que presentan la mayoría de los ancianos, y sobre todo del cuidado que cada persona tenga de sí misma, ya que como menciona un miembro del club Leandro Valle "Nadie se muere por nadie", y si el individuo mismo no se preocupa por asistir regularmente al médico, a hacerse chequeos para prevenir enfermedades que más tarde pueden ser fatales, nadie se preocupará aunque no por ello olvidamos el gran interés y cariño que muchos familiares tienen para sus parientes ancianos.

El chequeo o realización de una exploración sistemática del organismo con diversos exámenes de laboratorio y algunas pruebas especiales, tales como el electrocardiograma y el encefalograma, es valioso en cualquier edad de la vida para prevenir o detectar precozmente cualquier enfermedad. Lógicamente, es aún más aconsejable en las personas de edad, ya que, a medida que avanzan los años los problemas de salud se hacen más frecuentes.

(22) Sánchez Caro, Jesús. "La vejez y sus mitos", Edt. Salvat, Barcelona, 1985. p.29.

El chequeo en los ancianos va a servir también para hacer un balance del estado de los órganos y su funcionamiento, así como de las enfermedades crónicas que el sujeto sabe que padece. Los órganos y funciones más importantes a examinar, aunque es obligatorio explorar todos los órganos, nunca se olvidarán el corazón, el sistema vascular, los pulmones y el aparato genito-urinario (la próstata en, el hombre). Es fundamental en la exploración cardíaca, una radioscopia y un electrocardiograma. Se observa igualmente si existe una buena circulación periférica. El exámen de las articulaciones precisa de un estudio radiográfico y de la comprobación de las condiciones de los huesos. Se precisa también un análisis sistemático de sangre, con velocidad de sedimentación, y otros sistemáticos de orina. Nunca se debe olvidar la investigación de las cifras de úrea, glucosa, ácido úrico y colesterol. Si se observa una posible obesidad, se determinará el peso y la talla. En el aparato digestivo se valorarán el estado de los dientes, los signos de digestiones difíciles, los trastornos de la vesícula biliar o una posible insuficiencia hepática. Finalmente, en todos los chequeos se ha de prestar especial atención a la detección del cáncer, la tuberculosis, la sífilis y el alcoholismo, la medida de la agudeza visual y auditiva. Por otra parte las personas de edad deben esmerarse con llevar una buena higiene personal, cuidando su sueño, realizar algún tipo de actividad física y por último combatir la ociosidad.(23)

También es importante señalar que dentro de este factor es sumamente importante el amor que cada individuo tenga hacia la vida y su optimismo por mantenerse físicamente lo mejor que sea posible. Diferentes actividades deportivas, hacen que el individuo se mantenga más fuerte y hábil, que aquellos que no practican ninguna. Respecto a la salud mental se recomienda la realización de actividades de tipo manual, artísticas y de recreación como fiestas, eventos sociales etc. todas ellas para que la mente del individuo se vea ocupada y tenga una visión más amplia de lo que todavía es posible realizar cuando se llega a esta etapa de la vida.

(23) Sánchez Caro, Jesús. "La vejez y sus mitos", Edit. Salvat, Barcelona, 1985, pp.52-53.

Es relevante destacar la importancia que tiene para muchos ancianos su salud, el miedo a la enfermedad, que proviene del temor a la pérdida de validez física o psíquica lo que significa para ellos, convertirse en una carga para los demás económicamente cuando no se cuenta con ingresos propios o con trabajo para su entorno familiar o social. La enfermedad agudiza sin duda, la dependencia respecto a los demás y convierte al anciano en un ser indefenso que requiere de ayuda, cuidado, alimento y compañía. Ellos quieren ofrecer un pago a lo que reciben o desean recibir, les disgusta la gratitud y una forma de pago puede ser su aportación económica.

Las llamadas enfermedades de la vejez son aquellas que están ligadas de forma especial a las alteraciones progresivas e irreversibles de la edad y que, por tanto, se elevan al final de la vida. Su estudio y tratamiento es el objeto de la Geriatria, que de un modo más amplio ha sido definida por el famoso Geriatra W. Ferguson Anderson como "La rama de la medicina que se ocupa de la salud de la población anciana, en los aspectos clínicos, sociales, preventivos y terapéuticos de las enfermedades seniles".(24)

En primer lugar se encuentran las llamadas enfermedades cardiovasculares y, sobre todo los accidentes cerebrovasculares. Ya que en su conjunto representan alrededor del 50% de las causas de mortalidad del anciano, afectando más a las mujeres que a los hombres. En segundo lugar en importancia se encuentran los procesos neoplásicos (tumores). En tercer lugar se encuentran los traumatismos, que producen con una frecuencia extraordinaria fracturas en las personas de edad (el 90 por el 100 de ellas). Y aunque no se ha llegado a una conclusión definitiva todavía, parece que es la osteoporosis (disminución de la masa ósea) la principal causa de que las caídas de los viejos les produzcan tantas fracturas. El siguiente lugar en importancia lo ocupan los trastornos mentales y por último la mal nutrición.(25)

Otras enfermedades menores son: Cáncer de estomago, vías biliares, deabetes mellitus y depresión.

(24) Sánchez Caro, Jesús "La vejez y sus mitos", Edit. Salvat, Barcelona, 1985, p.16.

(25) *ibid.*, p.17.

En cuanto a la atención especializada que suele darse en instituciones públicas de pocos recursos, Samuel Bravo Willams presidente honorario de la Sociedad de Geriatria y Gerontología de México (GEMAC) opina, que la mayoría del personal que labora en la atención para el anciano carece de preparación y sensibilidad para tratar a los ancianos y que generalmente, son servidores "Improvisados" que maltratan a los pacientes. Esto se debe a la indiferencia estatal para normar técnicamente el funcionamiento de las instituciones públicas de asistencia. La capacidad instalada para la atención de los ancianos es de 18 mil camas en 358 establecimientos, de los cuales 215 son atendidos por asociaciones religiosas, 107 por iniciativa privada y sólo 36 por el estado, a través de dependencias como DIF, DDF y INSEN.(26)

3.2 SENTIRSE UTIL, ACTIVO EN ACTIVIDADES VARIADAS.

En la mayoría de los casos la jubilación origina diversos cambios psicosociales que van a exigir del individuo una gran fuerza de adaptación. Así como veremos, posteriormente las relaciones sociales se reducen de forma importante al dejar el puesto de trabajo; los recursos económicos disminuyen considerablemente, siendo en general insuficientes las pensiones; el exceso de tiempo libre exige, para evitar la angustia y la pérdida de estima personal, una reorganización de la vida cotidiana, donde necesariamente tienen cabida todas aquellas actividades que contribuyen a darle un sentido a la existencia.

Por eso el grito "QUEREMOS SER UTILES", no es solamente una reivindicación de los ancianos, es un derecho en el sentido literal de la palabra, ya que no es humano permitir que se desperdicien aquellas cualidades específicas de la personalidad que surgen en la edad avanzada como resultado de la experiencia acumulada a lo largo de toda una vida.

(26) Revista "EPOCA", No.121, 1993, p.20.

Por lo que es recomendable que una vez jubilada la persona, permanezca activa. Sin embargo, las actividades que realicen no deben ser simples entretenimientos, sino que deben tener un autentico significado y ser satisfactorios desde el punto de vista afectivo para el senecto.(27)

Al respecto existen dos teorías psicosociales que nos hablan de ello:

3.2.1 TEORIA DE LA ACTIVIDAD

Los representantes de la teoría de la actividad, entre los cuales se encuentra el Alemán Tartler (1961), parte de la hipótesis de que sólo se es feliz y se siente satisfecha la persona que es activa, que produce algún rendimiento y que es útil a otras personas. En cambio aquella que ya no es "útil", que ya no desempeña "función" alguna en la sociedad, se muestra desgraciada y descontenta.

En nuestro mundo industrial se da, con los años, una pérdida de rol, sobre todo, debido a la jubilación y a la disolución de la gran familia. Pérdida de rol significa "pérdida de función", lo cual supone, asu vez, una limitación del radio del comportamiento y una creciente inactividad, que cubre de achaquez a la vejez.

Debido a la aparición de la llamada " Nivelación de generaciones", a la vejez no se le reconoce su importante caudal de experiencia, tan altamente apreciado en épocas anteriores y gracias al cuál el sujeto de mayor edad podía orientar y conducir con mayor seguridad.

Una cohesión semejante entre los sujetos de la misma edad puede producirse a expensas de necesidades, experiencia, intereses y objetivos comunes y puede por tanto contribuir a activar el ajuste de la situación vital de la edad.

También la formación de grupos, el sentirse parte de un grupo, por parte de las personas de edad avanzada forma intereses, metas, estímulos, activación y una actitud positiva en relación con el futuro, y la mejor forma para adptarse al hecho de envejecer.(28)

(27) Sánchez Caro, Jesús, "La vejez y sus mitos", Edít. Salvat, Barcelona, 1985, p.47.

(28) Leher, Ursula, "Psicología de Senectud", Edít. Herder, Barcelona, 1988, p.245.

3.2.2 TEORIA DE LA DESVINCULACION.

Se contraponen por completo a la tesis anterior las de la teoría de la desvinculación (Cumming y Henry, 1961), que cuestionan casi todos los principios de acción con los ancianos, al afirmar que la persona de edad avanzada desea precisamente ciertas formas de aislamiento social, de reducción de contactos sociales, y que al lograrlo se siente feliz y satisfecha.

Se afirma que la disminución de los contactos sociales supone una creciente liberación a los ancianos, ya que el trato con otras personas obliga a todos a someterse a determinadas normas. Así pues, el proceso de desvinculación, una vez iniciado, avanzaría, por sí solo.(29).

En la actualidad una solución de compromiso entre ambos puntos de vista a dado lugar a la teoría de la desvinculación diferencial. Esta reconoce a la vez las disminuciones propias de la edad y la necesidad de permanecer activo y comprometido con la vida durante la vejez.(30)

Finalmente la manera en que cada persona encara la vejez depende en gran parte de su personalidad y del grado de actividad durante su vida pasada, y se demuestra que existe la misma posibilidad de ser feliz en la vejez para las personas que les gusta estar cargadas de trabajo, de actividad voluntaria y de vida social, que para las que disfrutan abandonandose al placer del tiempo libre, posiblemente por primera vez en su vida.

3.3 RELACIONES INTERPERSONALES.

Los amigos son de un valor importantísimo durante toda la vida. Ya desde la infancia los seres humanos somos personas intensamente sociables, interesadas en otras personas y especialmente cuando son de nuestra misma edad. Y aunque los niños pequeños son activos para relacionarse con otros niños, las verdaderas amistades no aparecen sino hasta después de los 3 años y de manera más madura durante la adolescencia y la edad adulta.

(29) Leber, Ursula. "Psicología de la Senectud", Edit. Herder, Barcelona, 1988, p.246.

(30) Sánchez Caro, Jesús. "La vejez y sus mitos", Edit. Salvat, Barcelona, 1985, p.23.

En la infancia, las oportunidades para entablar amistades, se producen en forma automática. Los niños están juntos en la escuela y en el campo de juego. Y aunque no todos son famosos la mayoría de los niños tienen por lo menos algunos amigos.

Después de haber dejado la escuela, los adultos rara vez se juntan con un grupo tan grande de amigos potenciales. Más tarde las mejores oportunidades de conocer gente se producen en el trabajo y en el vecindario. Pero muchas veces se ven complicados por intereses de competencia y por otras exigencias. El convertirse en padre o madre hace también que sea más difícil ser amigo de alguien, debido a las necesidades y cuidados de concentrarse en los hijos. Y cuando se llega a reunirse con algún viejo amigo, es posible que sus conversaciones tengan más que ver con pafiales que con política, o de temas realmente profundos. Durante esta etapa y las siguientes antes de llegar a la vejez, la amistad se vera afectada por un sin fin de causas entre ellas la presión por la falta de tiempo.(31)

Sin embargo en muchas sociedades como la nuestra, donde la escencia misma esta regida por las cosas materiales, problemas de costo y rentabilidad, todo lo relacionado con la afectividad, ha quedado relegado a un segundo plano. Pero para los ancianos la amistad tiene otro significado.

Por una parte cuando las personas senectas pueden compartir sus preocupaciones, su dolor, su soledad con alguien al que quieren, logran superar mejor la crisis que soporta la vejez, como la viudez, la falta de salud y otras pérdidas. Frecuentemente proporcionan una buena dosis de apoyo emocional y contribuyen a la calidad de vida de una persona en formas que no pueden medirse.

Y aunque en la mayoría de los ancianos existe un enorme deseo de seguir manteniendo relaciones de amistad, existen algunos impedimentos que hacen que el anciano se aisle de la vida social. Entre ellos encontramos: La edad avanzada, lo cual hace que el anciano sea una persona parcial o totalmente dependiente de su familia; la falta de tiempo por parte de la familia para llevar al viejo de visita con sus amigos, compadres, excompañeros de trabajo, parientes, etc.; por enfermedad, por problemas de transporte, por falta de intereses del mismo viejo etc.

(31) Nichols P., Michael, "Análisis Psicológico de las crisis a los 40 años"Edit. Godina, 1986, pp.144-146.

En otros casos, el anciano sufre las consecuencias de la falta de comunicación y contacto con sus amistades al dejar de trabajar, teme ser devaluado y lo que es peor en la mayoría de los casos el mismo viejo tiene un contacto de sí mismo devaluante, siente que ya no sirve para nada y que la vida ya no tiene que ofrecerle. Por tanto existe una tendencia a ensimismarse de su familia y del mundo exterior.

Finalmente es importante que el mismo anciano le de un giro radical a su vida, que deje de llevar una vida sedentaria, y que se vuelva más participativo, que disfrute de la convivencia con su familia que busque relacionarse nuevamente con personas de su misma edad, con las que pueda compartir experiencias nuevas, actividades, con el fin de ocupar al máximo su tiempo libre, y dejen de ser personas dependientes de la obscuridad de vivir dentro de sí mismos.

3.4 NECESIDADES ECONOMICAS.

Por último el cuarto factor es sin duda el más complicado y la causa principal por la cual la mayoría de los ancianos suelen sentirse inseguros, desprotegidos y con una gran dependencia ya sea con los hijos o con algún familiar, para ser frente a todas sus necesidades básicas de alimentos, vestido, vivienda y otras que aunque no están relacionadas con la cuantía de sus ingresos, también son importantes como: Su vida social, sus actividades en el tiempo libre, e incluso como ya mencionamos su nivel de salud, para aquellos que no cuentan con un seguro de vida, siendo más alta la probabilidad de acabar en un asilo de alguna institución de beneficencia, por no contar con los medios económicos tanto personales como familiares para su sustento.

La mayor parte de la población senecta en México carecen de estas necesidades y ello se debe en gran parte como lo menciona otro miembro del club Leandro Valle a las pensiones tan bajas que se les dan a los jubilados, al respecto dice "Mi pensión me alcanza solo para mis pasajes y eso viajando en R100", y si a ello se suma la desvinculación familiar que muchos de ellos sufren, y la falta de apoyo tanto afectiva como económica, no encontramos sino un panorama bastante desconsolador para el anciano.

Muchas veces la imposibilidad de tomar una copa con los amigos, o hacer pequeños regalos a sus nietos, la conciencia de ser una carga económica para su familia, la impotencia ante las dificultades financieras de sus hijos, neutralizan ampliamente los aspectos positivos que puede tener una vejez adecuadamente planteada, la percepción que tienen de sí mismos, convirtiéndose así en la causa profunda casi siempre inconfesada, de sus angustias, inseguridades, aislamiento y su falta de ganas de estar nuevamente activos y ser individuos participativos e independientes.(32)

Y aunque el dinero no lo podemos considerar como el remedio mágico de la felicidad, para la vejez es base primordial para que esta etapa sea más tranquila y placentera. A esa edad ciertamente, la enfermedad, la incultura, la invalidez social y la pérdida de autonomía son prácticamente irreversibles en la mayoría de los casos.

Pero no es menos cierto, que unos ingresos suficientes para cubrir adecuadamente sus necesidades, dignificarían su imagen ante sí mismo, ayudarían a hacer más soportables las cargas de la edad, darían mayor seguridad ante el porvenir, reducirían sus actuales angustias mortificantes y su trágica sensación de fracaso personal, de inutilidad social y familiar.

Sin embargo el buen ajuste al envejecimiento y a la vejez, no se consigue repentinamente; casi siempre es consecuencia de una buena preparación y adaptación en la edad anterior. Conviene en ese sentido, ir concientizando a la población, ya que lo que más puede contribuir a la resolución de los problemas actuales de la vejez es el cambio de actitud hacia ella, y sobre todo el que cada individuo prevea situaciones a futuro, sobre todo respecto a la economía.

Por lo que instituciones como el INSEN y demás asociaciones encargadas de velar por el bienestar de la población senil en México, deberán tomar en cuenta que no solo la población en esta etapa debe ser orientada, sino también las generaciones próximas al llegar a esta etapa deberán pasar por una preparación y orientación.

(32) Aguirre, Antonio, "Tercera Edad" Edit. karpos S.A, Madrid, 1977, p.13.

Finalmente hemos visto como a lo largo de capítulos anteriores se ha expuesto de forma resumida algunos conocimientos básicos sobre la vejez. Pero a partir de ellos surge en nosotras una cuestión de máxima importancia:

¿COMO ENVEJECEREMOS NOSOTROS LOS QUE HOY SOMOS JOVENES?.

En principio, tendremos que admitir que el envejecimiento, como vimos en capítulos anteriores, supone un cierto deterioro físico, una involución de los órganos y sus funciones que a la larga acabará con nuestras vidas. Sin embargo, investigaciones y avances tecnológicos en la medicina, son ya más alentadores en retrasar o desacelerar este proceso involutivo, con la meta de prolongar no solo la vida sino la calidad de la misma, sobre todo aquellas relacionadas con las enfermedades cardiovasculares, tumores y mal nutrición. Además como ya se menciona también, los chequeos periódicos y las normas establecidas de higiene vital son dos magnificas herramientas de las que disponemos para conservar nuestra salud.

Sin duda el envejecimiento biológico es algo irreversible que trae consigo todo un conjunto de mitos y prejuicios impuestos por presiones económicas y sociales que es preciso desterrar.

Resulta innegable que la mayoría de los senescentes se encuentran __ y nos encontraremos, sino lo remediamos __ con una disminución de los recursos económicos, debido a la jubilación y la exiguidad de las pensiones. Por tanto, no estará nada mal hacer en un momento dado un balance de nuestra situación económica, financiera y pensar cómo podemos mejorar la cara a nuestra ancianidad. Y esto, tanto personal como socialmente.

Por otro lado, dado el peligro, que acecha en la vejez, de caer en estado de soledad y aislamiento, será preciso hacer un balance de nuestra situación familiar de nuestras amistades y relaciones humanas para, en caso de estar en decadencia y falta de relaciones afectivas, hacer todo lo posible por restaurar las relaciones ya existentes con la gente a nuestro alrededor, o bien comenzar nuevas amistades si es conveniente.

Otro gran problema que nos espera es el de la pérdida de trabajo y con ello el poco interés en iniciar nuevas actividades y tareas que proporcionen al anciano ocupar su tiempo libre, e incorporarse nuevamente a la vida social. Entonces será necesario plantearse con anterioridad al llegar a esta etapa, nuevos proyectos, nuevos centros de interés y de ser posible llevar a cabo todo aquello que algún día soñamos realizar.

Sin duda este es uno de los problemas más difíciles de superar, dada la rigidez con la que suele estar planteada nuestra vida, fijados a determinados roles o actividades sociolaborales y a identidades impuestas. En este sentido habra que rebelarse desde hoy contra esa rigidez y plantearse la posibilidad de desarrollar y gozar actividades culturales y, si es posible, cambiar no solo de actividad sino de estilo de vida, en beneficio de nuestra propia realización.

Así observamos como para algunos la diversión es más importante que su propia profesión, las relaciones extramaritales más cruciales que su propio matrimonio o la vida de su hijo más esencial que la suya propia. Otros tratan de huir llevando un vida estéril, vacia y poco comprometida en la que se limitan a actuar, o a jugar un papel y finalmente quienes adoptan una vida de callada desesperación y quienes simplemente desaparecen.

Es por ello como menciona Simone de Beauvoir habrá que " vivir una vida de hombre lo bastante justificada como para seguir apegado a ella, incluso cuando se han perdido todas las ilusiones y se ha enfriado el ardor vital " .

CAPITULO IV

CAMBIOS Y TRANSTORNOS QUE OPERAN EN EL ANCIANO

4.1 CREATIVIDAD.

La creatividad declina con el envejecimiento cronológico. El grado en que los factores distintos del envejecimiento cronológico afectan la experiencia y las características de ese proceso entre esos factores figuran: La personalidad, la enfermedad, las condiciones socioeconómicas y las actitudes culturales. Sin embargo, no obstante ello no es una regla general en todos los individuos, ya que, hay hombres de edad avanzada que han podido realizar obras importantísimas: Verdi, Freud, Tolstoi, Miguel Angel, José Clemente Orozco, Diego Rivera y David Alfaro Siqueiros entre otros.

4.2 ACTIVIDADES PSICO-SOCIALES.

El anciano presenta una disminución psico-motora en todos los niveles, esto como consecuencia de su desgaste físico y psíquico. El conocimiento de las actividades desarrolladas por estas personas nos dará el índice de su participación social, de su rendimiento intelectual, de sus intereses individuales y sociales.

4.3 RELACIONES INTERPERSONALES.

Sus amigos, su actividad cotidiana de ocho horas, debe comenzar de pronto una nueva etapa caracterizada por nuevas relaciones interpersonales, menor comunicación con su grupo de pertenencia por la tendencia al aislamiento, disminución de la actividad psicomotora y predominio por lo tanto de una actividad pasiva.

El egocentrismo es muy marcado en los ancianos así como las limitaciones de sus actividades, llevan a que su relación interpersonal esté caracterizada por patrones específicos posiblemente esto se deba a la precariedad de sus aspectos sociales, el temor al rechazo de que pueden ser objeto en la nueva sociedad en la que él se siente extraño y perteneciente.

Pero cabe señalar de manera significativa que la actual relación interpersonal que tenga el anciano con su medio ambiente, el grado de conexión con los demás, el modo en que se comunicaba su vida de adulto. Es evidente que los procesos mentales en especial los neuróticos influyen en gran proporción en el anciano.

4.4 VIDA SEXUAL.

Los estudios acerca de la actividad e interés sexuales en los ancianos, confirman que con mayor probabilidad los ancianos jóvenes activos se convertirán en amantes viejos activos. Un hombre o una mujer que han disfrutado de las relaciones sexuales por muchos años, muy probablemente continuarán una vida de amor activa. Sin embargo, la mayor parte de las investigaciones sugieren una declinación general en la cantidad de interés y actividad sexual a medida que avanza la edad.

4.5 SOLEDAD Y AISLAMIENTO.

Lo que más intensamente teme el hombre en el mundo es el aislamiento y más los ancianos, ya que todos tenemos la necesidad de pertenecer a algo o alguien, de estar integrados, de ser parte de algo, que nos haga sentirnos acompañados y sobre todo, sentirnos que estamos vivos. Los problemas de las grandes ciudades modernas, así como de la actual sociedad, han convertido a la antes acompañada y placentera vejez en una época sombría y solitaria; ya que el anciano común y corriente, jubilado del trabajo, de su quehacer paternal del amor físico, va viendo a los demás con indiferencia; ya que ve su hogar vacío, su puesto ocupado por un joven que lo sustituyó en seguida, amigos y conocidos que mueren, se va sintiendo solo poco a poco, va haciendo aislado y marginado por la sociedad y su conciencia de vejez se torna triste y sombría.

4.6 RELIGION.

La vejez se describe como la edad en que lo espiritual y lo religioso llega a su madurez y se convierte en algo esencial y definitivo. Lejos ya de sus preocupaciones y violencia en el mundo de la cual la persona anciana se aleja, la vejez es el momento de pensar en el más allá. Aparte de la lógica preocupación por lo que puede ocurrir después de la muerte, de aquellas personas que saben que ciertamente van a morir dentro de pocos años, la --

sociedad aprovecha este estado psicológico para justificar la marginación de los ancianos tanto económicamente, social y sexual. Todo queda sublimado a ideas espirituales.

4.7 TRANSTORNOS EMOCIONALES.

Los aspectos afectivos o emocionales sustituyen parte esencial en el análisis y la comprensión de la personalidad. Diversas y variadas reacciones afectivas, desde los estados eufóricos hasta los depresivos de angustia, melancolía, etc. Pueden ser encontrados en los ancianos. En la mayoría de estos hay una tendencia a la depresión, esto a consecuencia de su problemática existencial. La depresión está caracterizada por un abrumador sentimiento de insuficiencia y una actividad psicofísica muy disminuida. Es evidente que la depresión constituye el cuadro más frecuente en los estados preseniles y seniles.

4.8 REMINISCENCIA.

La reminiscencia parece ser una actividad mental organizada y compleja que actúa bajo el control del yo, y varía según la estructura de la personalidad, es una de las conductas más interesantes y comunes de los ancianos, la tendencia a recordar el pasado, donde existe una alteración en la memoria en que se olvidan los sucesos recientes y se recuerda con mucho detalle el pasado. La reminiscencia se define como el acto o el hábito de pensar en las propias experiencias pasadas o relatarlas en especial las que se consideran más particularmente significativas. Se correlaciona de manera positiva con la adaptación eficaz a la vejez y parece promover la adaptación mediante el mantenimiento de la autoestima, la reafirmación en un sentido de identidad, la elaboración y el dominio de las pérdidas personales, la contribución positiva a la sociedad y para el aumento positivo del narcisismo.

4.9 DEMENCIA.

Las demencias de la vejez se clasifican en base a la naturaleza de las lesiones cerebrales en correlación con los hallazgos clínicos, en las siguientes formas: Demencia generativa, demencia vascular y demencia mixta.

Es importante señalar que factores tóxicos e infecciosos a lo largo de la existencia pueden apresurar la evolución de las células nerviosas cerebrales, así mismo las modificaciones ambientales, como cambiar de la ciudad en que radica o la muerte del conyuge, etc. puede favorecer la aparición del déficit senil.

Cuando el cuadro demencial se ha instalado encontraremos una desorganización del comportamiento social que se manifiesta en una forma de vestir negligentemente, un arreglar y desareglar sus cosas y frecuentemente una destrucción de las mismas, una tendencia a coleccionar objetos inútiles y realizar actos absurdos y en ocasiones peligrosos tanto para él como para sus semejantes o por el contrario permanecer inmóvil y conoliento gran parte del día.

4.10 PROCESOS SENILES.

Existen diferentes cuadros dentro de los procesos seniles, la clasificación es reconocer cuatro tipos clínicos: Deterioro simple, tipo delirante y confuso, tipo deprimido y agitado y paranoide.

A medida que el deterioro se extiende, surgen ideas delirantes y se desarrollan más reacciones emocionales defensivas. También se observan problemas en el pensamiento, juicio, las ideas delirantes se vuelven más absurdas. Podríamos hablar de una sintomatología básica que presenta el anciano: Envejecimiento progresivo, cuadros depresivos agudos o crónicos desconectan con su medio, limitación en su psicomotricidad, lenguaje con trastornos de pensamiento rígido y a veces confuso, problemas en la voluntad, percepción, atención, todo esto reduce el deterioro de las funciones intelectuales y afectivas.

4.1.1 MEMORIA.

Existe en el anciano una disminución progresiva del rendimiento intelectual, así como la acentuación de cierto tipo de memoria (Memoria de fijación), habría al parecer, una tendencia en los procesos intelectuales del anciano y que están muy relacionados a sus vivencias actuales, a volver al pasado, lo que implicaría para el yo de ese individuo una menor angustia existencial.

En términos generales podemos decir que la memoria es el proceso que consiste en recordar experiencias pasadas desde el punto de vista psicológico existen muchos tipos de memorias, así como de alteraciones, pero podemos mencionar los siguientes trastornos cuantitativos: Hipermnesia, hipomnesia, amnesia; Y los trastornos cualitativos como: amnesia de fijación, amnesia lagunar o localizada, amnesia de evocación o infantil y cliptomnesia.

4.12 LENGUAJE.

El lenguaje en el anciano puede presentar los siguientes trastornos: Cuantitativos; aumento o manía, disminución, verborrea y cualitativos, lenguaje infantil, depresivo, deslealtad, ecolalia, agitolalia, disfemia, disfacia y dislogia.

4.13 PENSAMIENTO.

El pensamiento es el proceso intelectual muy complejo que consiste en la formación y / o asociación de ideas en la mente del individuo. Entendemos por ideas las experiencias cognitivas que tiene una función simbólica o representativa para el sujeto. Este proceso mental juega un papel importante en la adaptación del anciano más este sufre una disminución en su agilidad mental.

Las alteraciones del pensamiento son: incoherencia, inhibición, perseveración, bloqueo, prolijidad, rigidez, autoreferencias e ideas hipocondriacas.

4.14 PERCEPCION.

Entendemos por percepción la conducta de darnos cuenta de los objetos externos, sus cualidades o relaciones, es decir, la interpretación de las sensaciones internas o externas al sujeto y que estén basadas en su experiencia y conocimiento anterior. Es decir que la percepción es el resultado de una serie de funciones parciales que permiten la adecuada identificación de lo que rodea a la persona. Una distorsión perceptiva implicará para esa persona trastornos en la esfera intelectual y una problemática mayor de acuerdo a la índole o gravedad del mismo.

Los trastornos de percepción pueden ser: Aumento de la percepción, ilusiones, alucinaciones, etc. Lógicamente los problemas perceptivos están íntimamente relacionados a problemas de nivel intelectual o a veces por problemas en el sentido de la visión.

4.15 ORIENTACION ESPACIO-TEMPORAL.

La desorientación espacio-temporal implica la pérdida de la percepción habitual de las relaciones espaciales entre el sujeto con los objetos que lo rodean. Quizá los problemas de la desorientación espacio-temporal serían los últimos en presentarse en los ancianos que estaría relacionado con un gran deterioro moral y físico.

4.1.6 DETERIORO.

El deterioro es la progresiva disminución de las facultades intelectuales, físicas de la relación psicomotoras, etc. de una persona a consecuencia del proceso de envejecimiento. Casi la totalidad de los ancianos presentan lentificación psicomotora, así como las dificultades en los sentidos de la visión y la audición, también son importantes los problemas odontológicos, ya que gran parte de estos presentan problemas de dentadura, y abunda la artritis.

En los aspectos psicológicos lo primero que sufre es algún deterioro de memoria y percepción. La vivencia del envejecimiento es tan impaciente en la persona, que existen muchos síntomas hipocondríacos para llamar la atención y de ese modo aliviar sus tensiones.

CAPITULO V.

ASISTENCIA AL ANCIANO EN MEXICO.

ANTECEDENTES

Los antecedentes inmediatos del Servicio Público de Asistencia derivan del decreto del 28 de febrero de 1861 que creó la Dirección General de Fondo de Beneficencia, que contaba con facultades plenas para mejorar 105 hospicios y otros establecimientos de beneficencia del Gobierno de la Unión. El año siguiente, por decreto del treinta de agosto de 1862 se creó la Dirección de Beneficiencia Pública, que introdujo como característica innovadora aquella que los establecimientos de caridad quedaran a cargo de los ayuntamientos; facultad que retomó la dirección mencionada en 1877.

Ya en el periodo post-revolucionario al movimiento social surgido en México en el año de 1910 y por decreto del 16 de julio de 1924, esto es, una vez promulgada la constitución política de 1917 que actualmente nos rige se instituyó la junta directiva de beneficencia pública del Distrito Federal con la suma de atribuciones con que contaba la mencionada Dirección General de Beneficiencia Pública.

Este organismo funcionó hasta la expedición del decreto del 31 de diciembre de 1931, en que se expidió la ley de secretarías y departamentos del estado, que creó la Secretaría de Asistencia Pública, que en 1943 al fusionarse con ella el Departamento de Salubridad, constituyeron desde entonces la Secretaría de Salubridad y Asistencia, con facultades propias en materia de salud y servicios asistenciales a la población.

Posteriormente se promulgó la ley orgánica de la administración pública federal, el 29 de diciembre de 1976, actualmente vigente y que en el artículo 39 establece las facultades de la Secretaría de Salubridad y Asistencia.

Como es fácil advertir, el legislador mexicano, sólo consideró expresamente la necesidad de impartir asistencia a la maternidad y a la infancia, olvidandose de crear asistencia a los ancianos.

Sin embargo, y afortunadamente para la población senecta por decreto del 22 de agosto de 1979 y con calidad de organismo descentralizado del ejecutivo federal creó el Instituto Nacional de la Senectud, con la finalidad de responsabilizarlo de la protección, ayuda, atención, orientación para esta población y estudiar sus problemas para lograr las soluciones adecuadas, realizando diversas acciones encaminadas a lograr su bienestar físico y social, así como también la elaboración de diferentes programas asistenciales en beneficio del anciano.

Podemos darnos cuenta como a este sector de la población al que la coyuntura histórica le permitió, de alguna manera, ser los forjadores de este México nuestro, habían estado en olvido, por parte del Gobierno Federal; el "México viejo" no había sido objeto de una acción gubernamental, que tuviera como finalidad protegerlos, atenderlos y orientarlos hasta que el Sr. Presidente de la República, el Lic. José López Portillo creó el Instituto Nacional de la Senectud.

Finalmente en este apartado histórico no podemos concluir sin destacar la labor que las instituciones privadas de asistencia al anciano han realizado durante mucho tiempo. Existen en México instituciones de asistencia privada que atienden y que fueron creados por la voluntad altruista de particulares; entre ellas hay algunas que tienen su origen en el siglo pasado y que a la fecha continúan dando servicio. Como se dijo en un principio es loable su actividad, puesto que han sido colaboradores excelentes del Gobierno Federal sin cuya participación la problemática del anciano en México estaría más grave.

Cabe mencionar que la actividad de estas instituciones privadas están coordinadas y vigiladas por el Gobierno Federal, mediante la actuación de la junta de Asistencia Privada dependiente de la Secretaría de Salubridad y Asistencia, y actualmente por el Instituto Nacional de la Senectud.

5.1 PROGRAMAS ASISTENCIALES DEL INSEN.

5.1.1 ASPECTO POLITICO.

La necesidad de modificar la actitud del anciano y para con el anciano de parte de la familia y la sociedad, ha llevado a ejecutar una política que tiene por objeto la resolución de sus problemas y a obtener su bienestar integral. Esta política consiste en la organización y ejecución de programas asistenciales basados en el conocimiento y consecuencias del proceso del envejecimiento, de las posibilidades que ofrecen la vejez, los valores que representan, de su problemática integral y de la aportación que las personas de edad avanzada, pueden otorgar gracias a su gran experiencia para aconsejar y asesorar.

SECRETARIA DE SALUBRIDAD Y ASISTENCIA.

(Miercoles 22 de Agosto de 1979 Diario Oficial)

José López Portillo presidente constitucional de los Estados Unidos Mexicanos, en ejercicio de la facultad que al ejecutivo federal confiere la fracción I del artículo 19 de la Constitución Política de la República y con fundamento en los artículos 2o. de la ley para el control por parte del Gobierno Federal, crea por decreto presidencial el Instituto Nacional de la Senectud.

Considerando: Que dado el crecimiento de número de personas en edad avanzada que se encuentran desamparados es necesario reforzar las acciones que el gobierno federal realiza en su beneficio.

Que es necesario proteger, atender y orientar a las personas de edad senil, por medio de instituciones adecuadas que permitan aliviar sus padecimientos y enfermedades, cuando no cuenten ni con medios económicos suficientes, ni con los servicios de los sistemas de seguridad social y sanitaria ya establecidos.

Que también es indispensable estudiar los problemas específicos derivados de la senectud, entre las que figura la desocupación de los ancianos.

Que para lograr la solución de los problemas enunciados el ejecutivo a mí cargo ha estimado conveniente crear un organismo que con sentido asistencial ofrezca soluciones integrales a los requerimientos y necesidades concretas de la senilidad ha tenido o bien expedir lo anterior.

5.1.2 SITUACION ECONOMICA.

Hoy en día, la situación económica que prevalece en el país afecta a todos los sectores de la población, haciendo más difícil la satisfacción de los mínimos de bienestar a que todo individuo tiene derecho. Sin embargo, existen factores que la agudizan, cuyos ingresos económicos se ven disminuídos por los cambios bruscos de la economía nacional y la escasez de oportunidades laborales.

Es por ello, que con la intención de atenuar esta problemática, se han creado los siguientes servicios:

TARJETA INSEN.. La intención de esta tarjeta radica en la necesidad de resolver dos problemas comunes para los ancianos: Uno de identificación, y el más importante, aumentar su poder adquisitivo, pues en esta etapa de la vida, en términos generales, las posibilidades económicas se merman, en cuanto a obtener satisfactores, bien porque la capacidad física no es ya suficiente para desarrollar cierto tipo de trabajos remunerados; por que el anciano vive sin el apoyo de una familia que lo provea de los requerimientos mas indispensables, o ya por que las pensiones y jubilaciones, en el caso de personas retiradas sean de tal manera insuficientes que tampoco les permitan obtener los artículos de primera necesidad. Aparte de que, es indudable que cualquier disminución en el precio de compra, en estas épocas de inflación y deterioro de la moneda será siempre un beneficio importante.

Los descuentos van desde un 5% hasta el 60%, y en algunos casos del 100%, con los comerciantes y prestadores de servicio con quienes el instituto haya celebrado convenio, para otorgar esta prestación. (*1*)

BOLSA DE TRABAJO. Las personas de edad avanzada cuentan con un caudal de experiencia, y una capacidad de trabajo que, adecuado a su situación, debe ser aprovechado en beneficio mismo. Es por esto, que la organización de la bolsa de trabajo tiene por objeto: Promover la concientización empresarial para que en los sectores de producción se acepten trabajadores de edad avanzada, de acuerdo a sus condiciones físicas y mentales; promover la generación de empleos para personas de esta edad, dentro del aparato productivo nacional; así como promover la colocación de personas de edad avanzada en actividades remuneradas.

CURSOS DE CAPACITACION. Su creación radica en la necesidad de capacitar al anciano; para que después de jubilado aproveche o transmita sus conocimientos y experiencias de tal manera que puedan realizar como actividad remunerada. Estos cursos tienen como objetivo, dar los elementos necesarios a los ancianos para que transmitan sus conocimientos adquiridos en su actividad laboral.

TALLERES DE TERAPIA OCUPACIONAL. El trabajo es indispensable para mantener la higiene mental, pues al proveer de un plan completo para ocupar el día, permite la participación y aumenta la autoseguridad. Por ello, es de suma importancia proporcionar a los ancianos medios para dedicarse a actividades constructivas, por que el mantenerlos ocupados, retarda el proceso de deterioro de su personalidad, dado en dicho proceso influye el tipo de actividades que desarrollan y la ausencia total o parcial de éste. Estos talleres tienen por objeto la realización de actividades creativas que le permiten ocupar el tiempo libre, como medio de desarrollo.

5.1.3 ASPECTO CULTURAL Y SOCIAL.

Las actividades recreativas y culturales son aspectos de la vida del hombre que generalmente se han asociado al tiempo de descanso, sin que por ello dejen de ser relevantes para su desarrollo y formación. Representan la expresión de sus capacidades e intereses y el fortalecimiento de la interacción que le rodea.

En la tercera edad, debido a la mayor disponibilidad de tiempo libre, es necesario ampliar y diversificar el panorama recreativo y cultural, pues no sólo es indispensable olvidarse de los problemas por medio del entretenimiento, también es importante preocuparse por aprovechar y aumentar los conocimientos de tal manera que, aunados a las experiencias que ya se tienen se obtengan mejores elementos para manejar las diversas situaciones que se presenten. Es por esto que el INSEN ha creado los siguientes servicios:

CENTRO CULTURAL. Concebido en un marco de flexibilidad y libertad, permite organizar un nuevo plan de vida, basado en las elección de las actividades que ofrece, que van desde las manuales como macramé, carpintería, cocina, etc. hasta las culturales y recreativas, dentro de las que destacan la organización de grupos teatrales, musicales, de baile regional y de poesía, así como visitas a museos y lugares históricos al interior de la República promovidos por el TURINSEN.

PROCURADURIA DE LA DEFENSA DEL ANCIANO. Su creación surge de la necesidad de atender, en defensa de sus intereses y de hechos, a los ancianos que sean objeto de atropellos por gente sin escrúpulos, que los despojan de los bienes o ingresos que conservan para garantizar su existencia y, por otro lado, el beneficio que obtienen al contar con asesoría para cuestiones relativas a herencias, legados, prestaciones, etc. y en general por la orientación que pueden recibir respecto a sus derechos y obligaciones, derivados de nuestro sistema jurídico.

ALBERGUES. Tienen por objeto atender a las personas mayores de 60 años que no tienen medios económicos para procurarse alojamiento y satisfacer sus necesidades más apremiantes o que sufren la ausencia o rechazo de una familia que les proporcione los satisfactores indispensables a sus requerimientos económicos y afectivos.

CLUBES. La necesidad de contar con un lugar de recreación y convivencia en donde se ocupe el tiempo libre de las personas mayores de 60 años en actividades socioculturales y de terapia ocupacional, que les eviten el aislamiento de la sociedad y la soledad familiar en la que muchos viven, justifica la tarea de impulsar la creación de clubes, que sólo requieren, a mínimo costo, de una área adecuada donde colocar mesas de trabajo, juego, y que a la vez sirva como pequeño auditorio para funciones de cine-club, charlas entre otras actividades.

RESIDENCIAS. El objetivo de las residencias diurnas es proporcionar a la población un lugar de permanencia durante el día, en donde puedan hacer actividades productivas y constructivas de su interés y las demás técnicas de apoyo psicológico y proporcionarles también servicio de consulta externa y de comedor, más integrarle a su núcleo familiar durante la noche. (*2*)

Nota (*1*) Con respecto a los beneficios que la tarjeta INSEN brinda, hemos podido comprobar a través de las entrevistas que realizamos en este estudio, que tienen un valor real en la población que lo solicita. Puesto que los ancianos hicieron referencia a su utilización en diversos servicios principalmente en: Transporte y servicios médicos. Aunque algunas líneas de transporte solicitan un cierto número limitado de pasajeros con descuento en cada viaje, y esto hace que los ancianos tengan que esperar otro viaje o cancelar su descuento.

Nota (*2*) En cuanto a los servicios antes mencionados pudimos observar, que la gran mayoría desconoce de su existencia. Ya que estos servicios se encuentran solamente dentro del centro cultural de la tercera edad o en las oficinas generales del INSEN. Y las personas interesadas en ellos no acuden ya sea por la falta de tiempo o por la distancia que existe entre estos.

CAPITULO VI.

METODOLOGIA

Una de las principales motivaciones que nos llevó a la realización de este estudio fue la inquietud de conocer más profundamente la situación en que se encuentran los ancianos que asisten a los clubs del INSEN.

Como ya vimos anteriormente a lo largo de la historia, el anciano no siempre ha sido una figura importante en toda las sociedades, y aún ahora existe una tendencia a olvidarlos como pretendiendo ignorar esta etapa de la vida en el ser humano.

Como sociedad fracasamos en proporcionarles los medios para su mejor adaptación a la sociedad. Rechazamos sus ideas como desfasadas e irrelevantes, en lugar de valorar sus conocimientos adquiridos a través de la experiencia, les forzamos al retiro cuando muchos de ellos son todavía enérgicos y capaces de trabajar. Estereotipamos a las personas por su edad, creando así profesías que nosotros mismos nos encargamos de que se cumplan; aunque en algunos casos son los mismos ancianos los que se encargan de que todas estas ideas se cumplan.

Por lo cual la inadaptación de la persona senecta es todavía más difícil. Sin embargo pese a ello, es increíble que muchos ancianos salgan adelante y logren adaptarse a su medio, e inclusive tomen la iniciativa de volver a incorporarse a la vida social, mediante la realización de actividades que les permiten ser nuevamente activos y útiles. Pero sobre todo existe en ellos un concepto de valorización de sí mismo enorme, y esto es algo que ninguna sociedad puede construir solo la misma persona.

¿QUE HACEN?

¿COMO SON?

¿QUE PIENSAN?

6.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

¿"Cuál es la percepción que tiene los ancianos que acuden a algunos clubs del INSEN, sobre sí mismos, la vida actual y su futuro".?

6.2 OBJETIVOS.

- 1.- Observar como se percibe el anciano al realizar actividades dentro del INSEN tanto físicamente como emocionalmente.
- 2.- Analizar que opinión tienen de la vida actual tanto en la política, la economía y la familia.
- 3.- Percibir que expectativas tienen para el futuro, tanto personal o como miembro del INSEN.
- 4.- Observar como son sus relaciones interpersonales tanto dentro del INSEN como fuera de él.
- 5.- Comprender que tan satisfactoria es la vida del anciano dentro del INSEN, como es el trato que le brinda el personal y si realmente como institución de gobierno cubre las necesidades requeridas por el anciano.

6.3 TIPO DE INVESTIGACION.

Teórico y descriptivo.

Teórico.- Porque nos basamos en diferentes teorías psicosociales que son significativas para el desarrollo de nuestra investigación, como la teoría de la personalidad, la teoría de la desvinculación y la teoría de la actividad; a través de las cuales se pudo entender mejor el desarrollo psicosocial del anciano.

Descriptivo.- Por que a través de este estudio pretendemos dar un panorama descriptivo sobre los distintos aspectos que engloban la personalidad del anciano, así como también un panorama general de los programas asistenciales que brinda el INSEN.

6.4 NIVELES DE INVESTIGACION.

Descriptivo, Analítico y Alternativo

Descriptivo.- Porque se explicará de manera global la percepción que tiene los ancianos de sí mismos, la vida y sus expectativas del futuro.

Analítico.- Porque se analizarán cada una de las entrevistas y posteriormente se englobará de manera general la situación de los ancianos, que acuden a algunos clubs del INSEN.

Alternativo.- Porque ante la situación de los ancianos que acuden a los clubs del INSEN se propondrán algunas alternativas para la mejor adaptación de los ancianos.

6.5 ENFOQUE DE LA INVESTIGACION.

Dialéctico.- El enfoque que hemos dado a esta investigación, es dialéctico porque a través de él se pretende lograr un conocimiento más objetivo sobre determinados aspectos de la realidad del anciano. Debido a que se encuentra en permanente transformación y desarrollo, y es esta para la ciencia el punto de partida y de llegada directa o indirecta, por las contradicciones que se dan entre los elementos teóricos y de la realidad. La práctica concreta de nuestra investigación ha estado determinada por aspectos objetivos y subjetivos internos y externos a los que nos hemos tenido que enfrentar. Sin embargo pretendemos dentro de nuestras posibilidades realizar un análisis y propuestas que nos permitan dar la pauta para concientizar a la población en general sobre esta etapa de la vida en el ser humano.(33)

(33) Rojas, Soriano. "Métodos para la investigación social, una proposición dialéctica", Edit. Plaza y Valdez, México, 1989.

6.6 MUESTRA DE LA INVESTIGACION.

La población estudiada fué heterogénea en lo referente a sexo y edad (aunque todos son mayores de 60 años). La escolaridad, ocupación y estado civil fué variante.

Los estudios se realizaron en tres clubs del INSEN con nivel socioeconómico medio-bajo.

Club Leandro Valle,
(Centro social popular Leandro Valle)
Calzada Javier Rojo Gómez esquina sur 8
Col. Agrícola Oriental C.P 06500
Delegación Iztacalco.

Club Eduardo Molina,
Avenida Eduardo Molina sin número esquina Progreso
C.P 15260 Delegación Venustiano Carranza.

Club Zapata Vela,
(Lenguas Indigenas)
Antes avenida de las torres sin número
esquina Sayulteca Colonia Zapata Vela
C.P 08040.

6.7 INSTRUMENTO DE RECOPIACION DE INFORMACION.

Entrevista .- Para esta investigación la entrevista resulta un instrumento muy útil, debido a la incapacidad que presenta algunos ancianos como: Problemas de la vista, analfabetización y falta de comprensión para algunas preguntas. La entrevista facilita nuestro trabajo porque nos permite entre otras cosas, el contacto directo con los ancianos, la precisión en las preguntas y verificar respuestas. Además de observar la apariencia física, reacciones y expresiones del entrevistado. La entrevista fué estructurada, y se realizó sobre la base de un formulario previamente preparado.

Se aplicó una entrevista piloto a cinco hombres y cinco mujeres de cada club para la formulación e ideación de la entrevista definitiva, que se aplicó a diez hombres y diez mujeres de cada club escogidas completamente al azar y así formar una muestra final de estudio de sesenta entrevistas.

El instrumento se basó en:

Un perfil sobre la percepción de sí mismo que tienen los ancianos tanto física como emocional del cual se tomaron (9) preguntas; Relaciones interpersonales entre familiares y amigos del cual se tomaron (12) preguntas; La concepción que tienen sobre su vida y su futuro del cual se tomaron (11) preguntas y finalmente (4) preguntas sobre el desempeño del personal que trabaja en los clubs y el apoyo que brinda el INSEN a estos clubs.

Además en algunas preguntas se agregó una pregunta extra, para hacer que la respuesta fuera más específica y completa. Estas fueron las siguientes:

- 2.- Se pregunto además como se sentía físicamente
- 3.- Se pregunto si se practicaba deportes
- 7.- Se pregunto que tipo de música y bailes prefieren
- 10.- Se pregunto si alguna vez ha sentido el deseo de morir
- 12.- Se pregunto si le desagradaba usar lentes, usar aparato para escuchar, usar bastón, su dificultad para desplazarse libremente, las arrugas de la piel, o tener pelo cano, la pérdida de postura erguida o el cambio de su vitalidad etc.
- 18.- Se pregunto que lugar ocupa dentro de su familia y con quien se identifica más
- 19.- Se pregunto como siente que lo tratan sus vecinos, familiares, compañero o la gente en general
- 20.- Se pregunto si se consideraba haber sido un buen esposo (a), padre o madre.
- 22.- Se pregunto si es pensionado, si tiene casa propia, renta o vive con algún familiar
- 34.- Se pregunto que espera o que aportaciones le ha dado en INSEN

En el caso de la pregunta 14 dependía de su estado civil. Si las personas eran casadas se omitía esta pregunta y se pasaba a la siguientes.

6.8 ANALISIS Y RESULTADOS.

Llegados a este punto, nos permitimos analizar primeramente algunos puntos de los datos generales que fueron pedidos a los ancianos al momento de aplicar la entrevista.

SEXO.- Aunque nuestra muestra fué pequeña, encontramos una gran dominación en cuanto al sexo femenino, ya que algunos clubs están formados sólo por grupos de mujeres, por lo que tomamos solo aquellos clubs que tuviera la misma proporción de hombres y mujeres, ya que es sumamente importante la opinión de ambos para este estudio. Esto se debe quizás a que existe un predominancia encunto a las actividades manuales o de interes para las mujeres, y solamente muy pocas para la población senil de hombres.

EDAD.- En este punto pudimos observar que la mayoría de los senectos tanto hombres como mujeres se encuentran entre los 67 y 77 años de edad, teniendo la población total un rango de 61 a 87 años.

ESTADO CIVIL.- En este inciso vemos la predominancia de hombres casados con un mínimo de solteros. En cuanto a las mujeres existe un porcentaje mayor en viudas con un mínimo de divorciadas o separadas. En el caso de los hombres esto se debe a que muchos de ellos al no sentirse incorporados a los quehaceres domésticos, buscan distraerse en los clubs; en el caso de las mujeres viudas debido a la soledad que muchas de ellas sienten, prefieren mantenerse ocupadas y distraídas en diferentes actividaes que se imparten en los clubs.

OCUPACION.- En cuanto a ocupación encontramos que las mujeres se dedican exclusivamente al hogar y los hombres en su mayoría son jubilados.

ESCOLARIDAD.- Tanto hombres como mujeres tienen un nivel de escolaridad bajo, ya que la mayoría cuentan con primaria incompleta o completa. Esto se debe a diferentes factores: El nivel económico que presentan muchos de ellos, a la falta de escuelas en sus lugares de origen o a la ignorancia de sus padres, ya que para ellos la educación no tenía un valor relevante.

El 80% de la población entrevistada opinó que la vejez es una etapa buena y positiva, entre las razones más importantes fueron: Que es una etapa donde ya no hay tantas obligaciones ni preocupaciones principalmente con lo que respecta a los hijos; Consideran que es una etapa más tranquila, donde hay más tiempo para hacer lo que les gusta, para distraerse, para convivir más con amigos y con la familia.

Las limitaciones que encuentran el 20% restante son: Las enfermedades normales tanto físicas como mentales en esta etapa (vista, oído, enfermedades de los huesos, dificultad para desplazarse, memoria etc.), problemas económicos porque ya no se puede o no les dan trabajo, las pensiones tan bajas, la falta de comprensión de familiares, la soledad y la falta de relaciones afectivas.

Así pudimos observar que los ancianos que acuden a estos clubs, tienen una buena percepción sobre sí mismos, es decir, se aceptan como son. De acuerdo a las respuestas el 84% de la población consideró que todavía tienen la energía necesaria para realizar cualquier actividad tanto dentro del club como fuera de él lo cual nos habla de un estado físico bueno en el individuo.

El 82% habló de una buena aceptación sobre sí mismo y de una preocupación enorme por cuidarse y mantenerse física y emocionalmente lo mejor posible. Una de las características similares en estos sujetos y que da la pauta a esta energía y ha su estado físico, es sin duda, la dedicación a las actividades deportivas que el 80% de la población realizan. Y aunque existen diferentes actividades tanto para hombres como para mujeres, las actividades con más demanda son: La gimnasia, cachibol, yoga, dominó, tejido y taichichuan (el cual es como un tipo de arte marcial que se practica de manera lenta).

El baile es otra actividad que es muy común y popular entre la población senil, y aunque no entra dentro de los programas que se llevan a cabo en estos clubs, se practica muy a menudo, e incluso en el club Eduardo Molina suelen reunirse por lo menos una vez por semana para bailar y convivir. Podríamos decir que el baile es una especie de terapia donde los senectos sacan todas sus energías y ponen a prueba sus habilidades físicas.

La población restante el 16% encuentra limitada su fuerza física, debido a enfermedades que padecen como artritis, dificultad para desplazarse, presión alta etc. Esto representa para ellos una limitación muy grande y hasta una forma de aislamiento entre sus compañeros, por no poder realizar junto con ellos las actividades. En otros casos gracias a las actividades deportivas que realizan, han podido superar algunos padecimientos y llevar a cabo una vida más satisfactoria.

Es importante en este sentido el papel que juegan las actividades deportivas que pasan de ser un sólo entretenimiento o pasatiempo en el senecto, a proporcionarles un bienestar físico que los ayuda a tener un mejor desempeño tanto individual como social, e inclusive una estado de ánimo mejor.

El estado de ánimo es también otra característica similar entre la población y tiene que ver sin duda con como se ven y se sienten los individuos físicamente, es decir, mente sana en cuerpo sano. El 86% de la población presenta un estado de ánimo que va de tranquilidad a alegría, la mayoría de los senectos coincidieron que su ingreso y asistencia a estos clubs, ha sido factor importante en este sentimiento, puesto que anteriormente su estado de ánimo iba de depresión a enojo, sintiendo en algunas ocasiones el deseo enorme de morir. Es importante señalar en el caso de las mujeres, que la viudez ha sido la causa principal de este deseo, ya que piensa que ello trajo soledad y la preocupación por su situación económica y familiar. En el caso de los hombres la falta de relaciones afectivas ha sido la causa principal en este deseo.

Las relaciones interpersonales afectivas durante esta etapa tienen un significado muy importante. El hecho de convivir con familiares o amigos, de relacionarse nuevamente con personas de su nueva edad o afinidad a actividades, trae al individuo senecto una nueva forma de incorporarse a la vida activa y social.

El 80% de la población acertó en la importancia que tiene para ellos el contar con amigos en esta etapa, y el 95% gusta de participar en eventos sociales, reuniones o fiestas. Consideran que también es importante el hecho de convivir nuevamente con amigos ya que ello trae grandes satisfacciones a su vida personal. Sin embargo observamos que su núcleo de amigos se ve concentrado solamente dentro de las instalaciones del club, siendo casi nulo las relaciones de amistad fuera de éste.

También es importante señalar que aunque existe una buena disposición de amistad entre la población senecta dentro de los clubs, al 60% de la población no le gusta platicar sus problemas o sentimientos. Muchos de ellos muestran desconfianza, o no les gusta platicar sobre ellos, prefieren mostrar su alegría a sus problemas, ya que piensan que lo mejor es dejar sus problemas en su casa. Así encontramos que mientras los hombres prefieren apoyarse en sí mismos o en la familia, las mujeres lo hacen en Dios.

La familia es otro factor importante dentro de la vida del individuo senecto. Pudimos observar como el hecho de contar con el apoyo o la aprobación de la familia trae consigo la misma aprobación o aceptación del mismo anciano.

El 84% de la población cuenta con el apoyo y aceptación de la familia, ya que la misma los apoya, los motiva y los impulsa a asistir y participar en las actividades dentro de los clubs, y aunque encontramos que existe una motivación por parte de la familia, no hay una participación directa con las actividades que los ancianos realizan.

El hecho de que el 95% de la población reflejo el orgullo por su familia, y la importancia de contar con su apoyo y ocupar un lugar dentro de ella, habla por sí solo de su valor dentro de la población entrevistada.

Sin embargo aunque la mayoría de los senectos entrevistados encuentran un apoyo moral en sus familiares, uno de los factores que más influye en la situación y actitudes de las personas senectas, es su posición económica o nivel de ingresos conque cuenta el anciano y que proceden de tres fuentes: Del producto de su trabajo en el caso de los que aún siguen activos, de las pensiones en el caso de ser pensionados, o bien de algún fondo o ahorro de carácter básicamente privado.

La situación económica del 65% de la población entrevistada les permiten ser personas totalmente independientes de sus familiares, contando sólo un 40% de esta población con una pensión y el 15% restante cuenta con el apoyo de un trabajo o un ahorro. Siendo esta situación la base principal que aumenta sus angustias de sentirse inseguros, incluso como lo afirma el 35% restante, la conciencia de ser un estorbo y una carga para su familia, incluyendo también un sentimiento de inutilidad social, que se ve reflejado en sus actitudes de aislamiento familiar o social y deseos de muerte. Estos sentimientos se suman hacia una situación más grave cuando en la mayoría de los casos, los ancianos asumieron una actitud de sumo rechazo o desagrado al tener que depender de los demás para cubrir sus más mínimas necesidades como casa, alimento y vestido.

Y aunque en estas situaciones las pensiones jubilatorias deberían ser una base sólida para aquellos que tienen la fortuna de contar con ellas, el 85% piensan que en general las pensiones son muy bajas y no alcanzan para cubrir ni el 50% de las necesidades básicas, y a ello se suman también la escasa participación del gobierno hacia la situación económica de la vejez.

Ante esta problemática no cabe duda que un buen ahorro previsto anteriormente sería muy favorable y oportuno durante esta etapa. El 100% de la población estuvo de acuerdo en la importancia de un ahorro a lo largo de la vida para gozar de una vejez más tranquila e independiente. Y aunque sabemos que nadie escarmienta en cabeza ajena, la experiencia adquirida a lo largo de los años ayudado a que el 95% de los entrevistados tengan la fuerza necesaria para afrontar estos problemas y más durante esta etapa de su vida.

Como hemos podido observar la vida para los ancianos se torna cada día más difícil y compleja, y es sorprendente encontrar en ellos una actitud positiva y participativa hacia la vida y su futuro. Esto se debe a la preocupación que tienen por la vida actual, ya que piensan que los problemas actuales no solamente afectan a la población joven, si no que también los involucra a ellos. El 95% de nuestra población consideró que es importante participar en los sucesos que ocurren en el país como las pasadas elecciones del 21 de Agosto.

El futuro para el 50% de la población tiene un significado positivo, donde el seguir viviendo, seguir trabajando, divertirse, seguir acudiendo al club e inclusive estudiar cosas nuevas, hacer deporte, etc. son los principales propositos. El 50% restante muestra una actitud discriminatoria e indiferente hacia su edad, pues considera ya no estar en condición para hacer planes, y reflejan un sentimiento de resignación hacia lo que dicen es la voluntad de dios.

Entre los aspectos más sobresalientes en la vida de los ancianos encontramos: A la familia, haber llegado a esta etapa de la vida , el matrimonio, el trabajo y los valores morales. Mientras que el no haber ahorrado o no haber estudiado son los aspectos más a disgusto y que tienen que ver con los propositos de algunos de los entrevistados.

Finalmente respecto al trato que reciben los ancianos por parte del personal que trabajan en cada club el 92% considero que existe una buena relación entre ambas partes, pues los tratan con amabilidad y respeto. El 8% restante recalco la falta de compromiso y coordinación por parte del personal.

En cuanto al apoyo que reciben por parte del INSEN el 80% consideró que es bueno, pues reciben paseos, excursiones y en ocasiones uniformes y regalos. El 20% restante objeto la falta de maestros y espacios más grandes para la realización de actividades sobre todo deportivas y eventos sociales.

Acudir a estos clubs ha traído para los ancianos grandes satisfacciones las más importantes son: El poder ser nuevamente activos, participativos dentro de la sociedad y el recobrar los lazos afectivos a través de las relaciones interpersonales con sus compañeros del club.

Las sugerencias más importantes que el 60% de la población hace al INSEN son: La petición de maestros para actividades que existen y que no se dan por falta de estos o para iniciar nuevas actividades que les gustaría que hubiera como el baile u otras actividades manuales; una mejor coordinación del personal que labora en estos clubs y bolsa de trabajo.

CAPITULO VII.

7.1 LIMITACIONES Y SUGERENCIAS.

Al realizar el estudio de investigación encontramos ciertas limitaciones las cuales mencionaremos a continuación.

- Principalmente una de las limitaciones fué que tuvimos dificultades con respecto a la documentación que se nos pedía para poder realizar las entrevistas dentro de los clubes; ya que por el momento estaba suspendido el acceso a éstos. Pero aún con todo eso logramos realizar nuestro objetivo.

- Al realizar las entrevistas encontramos otra limitante pués la población que se tomó como muestra, solo se redujo a tres clubes de la tercera edad pertenecientes al INSEN, sin tomar en cuenta que existen también otros grupos importantes que forman parte de la población senecta que se encontrarán en los albergues y residencias de la misma institución.

- Otra de las limitantes que encontramos fué que en algunos ancianos la falta de audición era una barrera para poder realizarles la entrevista; además que el factor tiempo por parte de los propios senectos también fué un obstáculo.

Pero aún con todas estas limitaciones y obstaculos pudimos realizar nuestro estudio de investigación.

SUGERENCIAS.

Durante el desarrollo de nuestra investigación, hemos podido comprobar que existen diversas alternativas de cambio para los viejos, tanto por parte de la familia como de la sociedad; ya que con su apoyo y motivación exhortarán al viejo a vivir su vejez dignamente, logrando que la situación actual en la que vive el anciano cambie radicalmente, pero para lograr este propósito es necesario prepararnos.

Es importante exhortar a los viejos a que se acepten a sí mismos y se adapten a las limitaciones impuestas por la naturaleza durante esta etapa de vida y aprendan a vivir con ellas. Esto solo puede ser posible con la ayuda del propio anciano, la de su familia y la sociedad. Las cuales pueden lograrlo a través de un buen trato y no menospreciándolo; así el podrá ser positivo en sus juicios y tendrá buen humor el cual se reflejará a través de alegría y su tranquilidad.

Otro factor importante es que el senecto mantenga vivas y cordiales sus relaciones humanas y afectivas durante esta etapa. Púes el hecho de convivir con familiares, amigos y de relacionarse con personas de su misma edad trae al individuo una nueva forma de incorporarse a la vida. Por lo cual el hecho de asistir a los clubes les permite lograr el objetivo anterior. Por tanto hacemos una invitación tanto a los senectos como a la población en general que tienen familiares o que conocen a personas que se encuentran durante esta etapa de su vida a que se informen o acudan al INSEN para que conozcan las alternativas y beneficios que este ofrece a través de sus clubes; en donde se imparten actividades culturales, deportivas y recreativas con el fin de fomentar el que estas personas durante su tiempo libre; se sienten útiles y se incorporen de nuevo a la vida activa y social.

Finalmente al referirnos al INSEN como institución hacemos unas sugerencias para que exista más compromiso por parte del personal, ya que pudimos observar que cada club solo cuenta con una trabajadora social la cual asiste solo determinados días, además de que haya mayor responsabilidad por parte de los profesores y de la misma institución.

Lo importante de nuestro estudio no fue el comprobar una hipótesis, sino más bien el contribuir con mayor conocimiento sobre el INSEN como institución y el desarrollo de la vida de los ancianos que acuden a él, queriendo con esto aportar el interés a las generaciones posteriores para que sigan investigando más afondo sobre este tema.

ALTERNATIVA.

Desafortunadamente, el INSEN es la única institución pública para personas de escasos recursos económicos, que brinda a la población senil en México, diferentes opciones para su continuo desarrollo en esta etapa tan difícil de superar para muchos.

Es por ello, que los ancianos pueden buscar por iniciativa propia opciones que les permitan ocupar su tiempo libre, al igual que en el INSEN, pero en la que ellos mismos por medio de los vecinos de su misma comunidad, logren formar un grupo con inquietudes propias que busquen realizar actividades de un interés común. Este grupo deberá entre otras cosas llevar una organización previa en cuanto al espacio donde se reunirán, y llevaran a cabo sus actividades, así como las reglas que tendrán que seguir, y las aportaciones económicas que cada uno de ellos deberá afrontar.

El espacio puede ser proporcionado por algún miembro del grupo, si es el caso que cuente en su propia casa de algún cuarto o cuartos desocupados lo suficientemente grandes para alojar al grupo, en otro caso buscar en escuelas u otras instancias donde les puedan prestar algún espacio, o rentar alguna casa. Las reglas y las actividades a llevar a cabo deberán ser fijadas por todo el grupo, para que todos puedan sentirse agusto dentro del lugar. Las actividades como ya mencionamos deberán tener un interés común y podrán ser de entretenimiento, o de bienestar social en la comunidad, pero también se deberá tomar en cuenta que existan tanto opciones para hombres como para mujeres, además de aquellas donde los individuos con incapacidades físicas puedan realizarlas. Las reglas deberán ser de carácter obligatorio sin excepción de personas. En cuanto a las aportaciones económicas se tomara en cuenta las posibilidades de cada persona y ajustarse a ella para cubrir todos los gastos y prever imprevistos.

En cuanto a toda la organización posiblemente se requerirá de una persona que se encargara de organizar actividades, eventos, pagos, o representar al grupo frente a cualquier institución o persona.

Lo anterior se llevará a cabo con una completa participación de todos los ancianos, ya que a diferencia del INSEN este grupo requerirá, de la involucración de todos sus miembros para elegir, decidir, aceptar y proponer alternativas.

Finalmente lo que se pretende con la formación de estos grupos independientes, es que los mismos ancianos dirijan su propio futuro, y participen de una manera más directa dentro del grupo, en cuanto a que se sientan indispensables y parte original de él.

7.2 CONCLUSIONES.

Debido a que el conocimiento sobre las características físicas, psicológicas y sociales de los ancianos es escaso, o algunas veces nulo, es imposible entender en su magnitud real su problemática. La personalidad en ello se transforma debido a su aislamiento de la sociedad, creándose con ello un sentimiento de soledad que repercute casi siempre en su estado afectivo-emocional.

Los resultados obtenidos en las entrevistas comprobaron que la insatisfacción de los ancianos tienen diversas causas, siendo las más importantes las económicas y aquellas relacionadas a sus relaciones afectivas.

Como se mencionó en capítulos anteriores, si tuvieran ingresos económicos suficientes para llevar una vida más decorosa, muchos, no todos indudablemente pero si la mayoría de sus problemas los más básicos quedarían resueltos: alimento, vestido y vivienda e incluso tendrían acceso a ciertas distracciones que hoy les están vedadas y que llenan de opresiva inactividad, su tiempo de ocio e incluso les liberaría, al menos en partes de su humillación, de su complejo de inutilidad social, de ser un estorbo y una carga para los demás que ellos asumen como reflejo de una actitud social, e incluso un concepto sobre ellos mismo devaluante.

Así se pudo observar como aquellas personas que contaban con unos ingresos económicos suficientes, para ser personas independientes, tiene también la iniciativa de autodirigirse, así como la fuerza necesaria para proyectar su vida hacia una mejor adaptación y un mejor ánimo en sus compromisos hacia el futuro.

Frecuentemente al realizar las entrevistas escuchábamos que los ancianos se referían a la vejez como un estado de ánimo, en la que cada quién se ve como se siente, y la mayoría de los senectos aún se sienten jóvenes. Una juventud que se refleja no sólo en su apariencia física, aunque muchos de ellos tienen todavía una vitalidad física estupenda, si no en su entusiasmo que ponen al realizar y participar en las actividades y eventos de los clubes. Así como también el deseo enorme de convivir y relacionarse nuevamente con personas de su misma edad.

Sin embargo de la misma manera que nuestra capacidad de ver y oír, de movernos con rapidez y habilidad y de pensar claramente se ven disminuidos durante esta etapa, también se deterioran las relaciones con el prójimo, pero a diferencia de los anteriores, este cambio es más peligroso, porque es menos probable que los ancianos se den cuenta de ello, y todavía más complejo es que ellos mismos busquen relacionarse nuevamente.

Afortunadamente no es el caso de los ancianos que acuden a estos clubes, ya que ellos mismos han remarcado la necesidad de contar con un amigo cuando se tienen que enfrentar algunas crisis que van desde su viudez, la mala salud, la falta de recursos económicos, e incluso la falta de apoyo familiar, en esos momentos los amigos llegan a ser un apoyo muy importante, ya que ello trae una mejor visión en torno así mismo, la vida y el futuro del anciano.

Constantemente al realizar las entrevistas se observó en la población un sentimiento de pertenencia al grupo o apoyo a este, el cual los hacía sentir más optimistas y más fuertes para enfrentar cualquier dificultad. Sentimiento que antes de acudir al club no era evidente, sino más bien, el deseo de alejamiento, soledad, vivencia en sí mismo y la sensación de que nadie los entendía.

Muchas veces los ancianos confundieron el término "AMIGO" con el de "COMPAÑERO", porque la mayoría de ellos no muestra contacto íntimo o confidencial con sus compañeros. Amigo no es sólo aquel con el cual te indentificas por compartir algunas actividades o asistir al mismo lugar diariamente, sino aquella persona con la cual puedes compartir tanto sus alegrías como tristezas, con la cual te desahogas cuando tus sentimientos o problemas te agobian, que te ayuda y comprende tus problemas, que te aceptan como eres, con un cierto énfasis en la confianza mutua de compartir confidencias.

Parte del problema radica en que la mayoría de los ancianos piensan que las demás personas, tanto familiares como compañeros del club, no se interesan por sus problemas o sentimientos, o ellos mismos están interesados en otras cosas que contar sus problemas, o incluso prefieren hablar de cosas que les son más comunes, como la vida cotidiana.

En otros casos los ancianos respondieron con un sentimiento narcisista, en el cual ellos mismos se alejan a cualquier contacto íntimo con otras personas, ya que desconfían, temen ser criticados o juzgados.

Las deficiencias de la vista o el oído es otra causa que sin duda perjudica muchas veces las relaciones sociales de los ancianos. Así observamos que mientras las ancianas entrevistadas, buscan más el apoyo moral entre sus amistades, por ser más afectuosas, expresivas y abiertas a una gran variedad de temas, desde los puntos domésticos de todos los días hasta los temas de más peso; los ancianos en cambio lo buscan entre sus amistades más por la semejanza al compartir con ellos las mismas actividades y experiencias.

Pese a todo lo anterior, no cabe duda que la belleza de la amistad en cualquier etapa de nuestra vida debe estar basada no en la necesidad de compartir con alguien alguna actividad o experiencia compartida, sino en el placer de contar con el apoyo de alguien que nos quiera y nos apoye, sobre todo en la satisfacción que nos da saber que un amigo merece toda nuestra confianza.

No obstante el problema principal de los ancianos no termina ahí con unos ingresos económicos suficientes o unas buenas relaciones afectivas, sino va más allá de la incapacidad de tipo económico o afectiva. El problema consistirá en vencer los obstáculos y resolver las dificultades que plantea la adaptación a los cambios biológicos, psicológicos y sociales que acontecen con los años.

La vejez podrá vivirse entonces si se acepta que pequeños accidentes deben incorporarse a la vida cotidiana, como fenómenos normales. En este sentido, la connotación del término "aceptar" parece muy apropiado para la tercera edad, ya que lo que importa es que el desgaste que se ha sufrido a lo largo de la vida, se ha compensado por una utilización plena de la experiencia intensa que dan los años para superar las molestias físicas con una apreciación alegre y lúcida de lo que es la vida misma.

Finalmente es importante brindar el reconocimiento a la función y al papel que han desempeñado los clubes en la población senil en México. Ya que han representado para los ancianos una buena opción pues promueven el contacto y la comunicación, es decir las relaciones interpersonales tan importantes en la vida de cualquier anciano. Además por primera vez los ancianos cuentan con espacios propios, en donde se ha podido lograr la formación de grupos de ancianos que buscan a través de la realización de las diferentes actividades, ocupar su tiempo libre de manera que nuevamente se sienten incorporados y útiles a la sociedad por ser actividades emocionalmente gratificantes.

"Cuando uno llega a conocer la condición de los viejos no puede concretarse con reclamar una política de la vejez más generosa, una elevación de las pensiones, viviendas sanas, la organización del ocio. Es todo el sistema el que está en juego y la reivindicación sólo puede ser radical: Cambiar la vida"... "Porque por la forma en que cada sociedad se comporta con sus viejos descubre sin equívoco, la verdad a menudo cuidadosamente enmarcada - de sus principios y de sus fines". (Simone de Beauvoir).

7.3 BIBLIOGRAFIA.

Arias Galán, Alfredo. "Tercera Edad", Revista Experiencias. No. 45, México, Abril de 1987.

Bize P. R y Villier, "Una nueva vida de la tercera edad", Edit. Mensajero 1976.

Beauvoir, Simone. "La vejez", Edit. Hermes, Buenos Aires, 1980.

Canal Ramírez, Gonzalo, "Envejecer no es deteriorarse", 5a. Edición, Edit. Paraninfo, Madrid, 1986.

Cueli José, Lucy Reidl. "Teorías de la personalidad", Edit. Trillas, México, 1977.

Fericgla, M. Josep. "Envejecer una antropología de la ancianidad", 3a. Edición, Edit. Del Hombre anthropos.

Fuentes Aguilar, Luis y Raúl Aguilar, "Salud y vejez", Edit. El caballito, México, 1975.

Hall, Calvin Springer, 1909, "La Teoría del sí mismo y la personalidad", Rogers, Buenos Aires, Edit. Paidós, 1974.

Heinz, Wolterec. "La vejez segunda vida del hombre", Breviarios culturales, No. 164, Alemania, 1978.

Hooker, Susan. "La tercera edad": Compresión de sus problemas y auxilios prácticos para los ancianos, Edit. Gedisa, México, 1983.

INSEN. "Acción y Protección del Instituto Nacional de la Senectud", México, D.F., Octubre, 1982.

INSEN. "La voz de la tercera edad", Revista; Experiencia, Nos. 82 y 83, México, D.F., Mayo/Junio, 1990.

Kastenbaun, Robert. "La vejez años de plenitud", Holanda Harper y Row, Edit. Latinoamericano, 1980.

Leher, Ursula. "Psicología de la senectud", Edit. Herder, 2a Edición, Barcelona, 1988.

Moreno J. "Nueva Ley del IMSS", México, 1994.

Rojas, Soriano. "Métodos para la investigación social, una proposición dialéctica", Edit. Plaza y Valdéz, México.

Sánchez Caro, Jesus, Francisco Ramos "La vejez y sus mitos", Edit. Salvat, Barcelona, 1985.

7.4 MARCO CONCEPTUAL.

Albergue.- Son hogares donde el anciano vive todo el año, teniendo casa, comida y vestido; además de contar con servicio médico, psicológico y social. Teniendo actividades manuales, recreativas y culturales.

Adaptación.- Es el proceso en el cual el ser humano se adapta a ciertas situaciones que se le presentan en la vida.

Anciano.- Se le denomina así al hombre o la mujer de edad avanzada, no solamente por el hecho de acumular años, si no por la adquisición de experiencias.

Autoestima.- Actividad valorativa hacia uno mismo. Consideración positiva o negativa de sí mismo. Estos juicios se van formando a través de un proceso de asimilación y reflexión de las opiniones de las personas socialmente relevantes para ellos.

Club.- Lugar en donde un anciano se relaciona con otras personas de su misma edad, para la realización de actividades culturales, deportivas y recreativas.

Familia.- Sistema vivo ligado e intercomunicado con otros sistemas como el biológico, psicológico, el social y el ecológico compuesto por el padre, madre e hijos, donde nacemos, crecemos, nos reproducimos y morimos.

Geriatría.- Es la rama de la medicina que se dedica al estudio de las enfermedades del anciano; en su prevención y tratamiento a través de su asistencia médica, psicológica y socioeconómica.

INSEN.- Significa Instituto Nacional de la Senectud y es un organismo de asistencia pública y social en ayuda del anciano en México.

Jubilación.- Significa dejar de presentar un servicio activo o trabajo por razones de antigüedad, ancianidad o deterioro físico.

Percepción.- Son las impresiones materiales que se forman a través de los sentidos.

Percepción del INSEN.- Impresiones adquiridas a través de las alternativas que brinda esta institución, continuando así con el desarrollo físico e integral del anciano.

Percepción de sí mismo.- Es la forma de como el ser humano aprende a verse como persona.

Personalidad.- Características y rasgos representativos de conducta de una persona.

Relaciones interpersonales.- Contacto directo con otra persona en el que se ven involucrados la comunicación, percepción y el afecto.

Residencia.- Son estancias diurnas (8:00 a 15:00 hrs.) en donde a los ancianos se les proporciona alimentación, actividades manuales, recreativas y culturales; contando también con servicio médico, psicológico y social.

Senectud.- Término aprobado por la organización mundial de la salud, y es utilizado para designar al viejo anciano, que se encuentra en el período de edad de los 60 a los 80 años.

Sociedad.- Es un conjunto de personas unidas en constante interacción o interrelación con un fin determinado, y que comparten un espacio físico y común. Y que coopera en grupo para la satisfacción de sus necesidades básicas y sociales en el sentido de que requiere de los demás para poder vivir comparten además ideas, sentimientos, objetos materiales etc.

Tercera edad.- Se le considera así al tiempo que una persona ha vivido hasta su vejez en una edad de los 60 años en adelante.

Vejez.- Es una etapa más dentro del desarrollo de vida del ser humano antes de llegar a la muerte.

Viejo.- Es la persona que se encuentra en el último período de vida ordinaria del ser humano.

7.5 ANEXOS

ANEXO 1.

LA INFORMACIÓN QUE USTED SE SIRVA PROPORCIONARME EN LA PRESENTE ENTREVISTA SERA CONFIDENCIALMENTE. GRACIAS POR SU COLABORACIÓN.

EDAD: _____
SEXO: _____
OCUPACION: _____
ESTADO CIVIL: _____

1.- ¿QUE OPINA DE LA ETAPA DE LA VEJEZ EN EL SER HUMANO?

2.- CONSIDERA TODAVÍA TENER LA ENERGIA NECESARIA PARA REALIZAR CUALQUIER ACTIVIDAD DENTRO DEL INSEN.

3.- ¿CUALES SON LAS ACTIVIDADES QUE REALIZA DENTRO DEL INSEN?

4.- ¿TIENE AMIGOS DENTRO Y FUERA DEL INSEN?

5.- ¿LE GUSTA PLATICAR CON ELLOS SUS PROBLEMAS O SENTIMIENTOS?

6.- ¿LE GUSTA PARTICIPAR EN EVENTOS SOCIALES, FIESTAS Y REUNIONES QUE ORGANIZA EL INSEN O FUERA DE EL?

7.- ¿CUANDO ASISTE A ELLOS COMO PARTICIPA (LE GUSTA BAILAR, CONVIVIR, PLATICAR, TOMAR BEBIDAS ALCOHÓLICAS, CANTAR, ETC.)?

8.- ¿FRECUENTEMENTE QUE ESTADO DE ÁNIMO O SENTIMIENTOS PRESENTA CON MÁS FRECUENCIA (ALEGRIA, TRISTEZA, DEPRESIÓN, ENOJO, TRANQUILIDAD.)?

9.- ¿CUANDO TIENE ALGUN PROBLEMA FUERTE, Y NO ENCUENTRA APOYO EN SU FAMILIA O AMIGOS EN QUE SE REFUGIA USTED?

- 10.- ¿CONSIDERA QUE SU CARACTER HA CAMBIADO DESDE SU INGRESO AL INSEN?

- 11.- ¿PIENSA QUE DEJAR DE TRABAJAR LE HA AFECTADO EMOCIONALMENTE?

- 12.- ¿SE ACEPTA Y SE QUIERE COMO ES ACTUALMENTE, O LE DESAGRADA ALGÚN ASPECTO DE SU APARIENCIA FÍSICA?

- 13.- ¿ES SATISFACTORIA SU VIDA SEXUAL?

- 14.- ¿EN EL CASO DE SER VIUDOS O SOLTEROS, DIVORCIADOS. LE GUSTARIA CASARSE O MANTENER ALGUNA RELACIÓN CON OTRA PERSONA?

- 15.- ¿CONSIDERA QUE A LO LARGO DE SU VIDA HA ADQUIRIDO LA EXPERIENCIA NECESARIA PARA AFRONTAR LOS PROBLEMAS QUE SE LE PRESENTAN ACTUALMENTE?

- 16.- ¿SU MANERA DE PENSAR ES ACEPTADA POR SU FAMILIA?

- 17.- ¿SU FAMILIA LE APOYA Y PARTICIPA CON USTED EN LAS ACTIVIDADES QUE REALIZA DENTRO Y FUERA DEL INSEN?

- 18.- ¿COMO ES LA RELACIÓN CON SU FAMILIA (PLATICA Y CONVIVE), CON QUIÉN SE IDENTIFICA MÁS Y POR QUE?

- 19.- ¿SIENTE QUE LOS QUE LO RODEAN LO TRATAN CON CARÍÑO, RESPETO, INDIFERENCIA U HOSTILIDAD?

- 20.- ¿SE SIENTE ORGULLOSO DE SU FAMILIA, POR QUE?

- 21.- ¿CREE QUE SU FAMILIA HAYA CAMBIADO EN EL TRATO HACIA USTED A COMPARACIÓN DE CUANDO USTED ERA JOVEN?

- 22.- ¿SU SITUACIÓN ECONÓMICA ACTUAL LE PERMITE SER UNA PERSONA INDEPENDIENTE O DEPENDIENTE?

- 23.- ¿EN CASO DE DEPENDER DE ALGUIEN QUE LE CAUSA (AGRADO, DESAGRADO, INDIFERENCIA O NO LO ACEPTA?
-
- 24.- ¿QUE OPINION TIENE SOBRE LAS PENSIONES QUE SE LES DAN A LOS JUBILADOS?
-
- 25.- ¿PIENSA QUE ES IMPORTANTE HACER UN AHORRO, A LO LARGO DE LA VIDA, TANTO PARA EL BIENESTAR PROPIO COMO PARA LA FAMILIA?
-
- 26.- ¿PIENSA USTED, QUE EL GOBIERNO SE HA PREOCUPADO POR LA SITUACIÓN ECONÓMICA DE LA VEJEZ?
-
- 27.- ¿QUE PARTIDOS POLÍTICOS CONOCE USTED?
-
- 28.- ¿PARTICIPO USTED EN LAS PASADAS ELECCIONES DEL 21 DE AGOSTO?
-
- 29.- ¿COMO ES EL TRATO QUE LES BRINDA LAS PERSONAS QUE TRABAJAN EN EL INSEN?
-
- 30.- ¿CUAL ES EL APOYO QUE HA RECIBIDO ESTE CLUB, POR PARTE DEL INSEN (T. SOCIAL, MAESTROS, MATERIAL, ETC.)
-
- 31.- ¿QUE LE GUSTA O DISGUSTA DEL INSEN?
-
- 32.- ¿QUE ES LO QUE MÁS LE GUSTA O DISGUSTA DE SU VIDA?
-
- 33.- ¿LE GUSTARÍA REALIZAR ALGO QUE DE JOVEN NO PUDO HACER?
-
- 34.- ¿QUE PLANES O PROPOSITOS TIENE PARA EL FUTURO TANTO PERSONAL O COMO MIEMBRO DEL INSEN?
-
- 35.- ¿PIENSA QUE LOS PROBLEMAS SOCIALES QUE ACTUALMENTE SE VIVEN EN NUESTRO PAÍS, AFECTEN O REPERCUTAN EN LA VEJEZ?
-
- 36.- ¿TIENE ALGUNA SUGERENCIA O PROPUESTA SOBRE LAS ACTIVIDADES O BENEFICIOS QUE LES BRINDA EL INSEN?
-

ANEXO 2

LA INFORMACION QUE USTED SE SIRVA PROPORCIONARME EN PRESENTE CUESTIONARIO, SERA DE GRAN UTILIDAD Y SE MANEJARA CONFIDENCIALMENTE "GRACIAS POR SU COLABORACIÓN".

NOTA.- ESTE CUESTIONARIO SOLO FUE UTILIZADO PARA HACER UN PILOTEO DEL INSTRUMENTO DE APLICACION.

EDAD: _____

SEXO: _____

ESTADO CIVIL: _____

OCUPACION: _____

- 1.- COMO SE ENTERO DE LA EXISTENCIA DEL INSEN?
- 2.- QUE FUE LO QUE LE MOTIVO A ACUDIR AL INSEN?
- 3.- CUANTAS VECES A LA SEMANA ASISTE Y QUE TIEMPO DEDICA PARA REALIZAR SUS ACTIVIDADES EN EL INSEN?
- 4.- QUE LE HAN APORTADO LAS ACTIVIDADES QUE REALIZA EN EL INSEN PARA SU VIDA COTIDIANA.
- 5.- COMO SE SIENTE ACTUALMENTE AL ESTAR ACUDIENDO AL INSEN, PORQUE?
- 6.- COMO SE SENTIA ANTERIORMENTE CUANDO NO ACUDIA AL INSEN?
- 7.- QUE ACTIVIDADES REALIZABA ANTES DE ACUDIR AL INSEN?
- 8.- QUE OPINA SU FAMILIA DE QUE USTED ASISTE AL INSEN?
- 9.- SU FAMILIA PARTICIPA CON USTED EN LOS EVENTOS QUE REALIZA EN EL INSEN?
- 10.- CONOCE QUE ACTIVIDADES DESEMPEÑAN LOS ANCIANOS DENTRO DE LA BOLSA DE TRABAJO DEL INSEN?
- 11.- HA ASISTIDO A ALGÚN CURSO DE CAPACITACIÓN QUE SE IMPARTE EN EL INSEN Y QUE BENEFICIOS HA OBTENIDO DE ELLOS?
- 12.- EN QUE LUGARES Y QUE DESCUENTOS LE HAN HECHO CON SU TARJETA DEL INSEN?
- 13.- QUE OPINA DE LOS CAMBIOS QUE SE HAN VENIDO OBSERVANDO EN LOS ANCIANOS CON EL SURGIMIENTO DEL INSEN?
- 14.- COMO ES EL TRATO QUE LES BRINDAN LAS PERSONAS QUE TRABAJAN EN EL INSEN?
- 15.- EL INSEN COMO INSTITUCIÓN HA CUMPLIDO CON TODOS LOS BENEFICIOS QUE EL OTORGA?

ANEXO 3

LEYES QUE AMPARAN AL ANCIANO.

LEY DEL ISSSTE.

Seguro de jubilación de retiro, por edad y tiempo de servicio, invalidez, muerte y cesantía de edad avanzada.

ARTICULO 48.- El derecho a las personas de cualquier naturaleza nace cuando el trabajador o sus familiares derecho-habientes se encuentra en los supuestos consignados en esta ley y satisfaciendo los requisitos que la misma señala.

ARTICULO 57.- Los jubilados y pensionados tendrán derecho a una gratificación anual igual al número de días a las concebidas a los trabajadores inactivos, según la cuota diaria de su pensión. Así mismo tendrán derecho en su proporción a las prestaciones de dinero que le sean aumentadas de manera general a los trabajadores siempre y cuando resulten compatibles a los pensionados.

ARTICULO 68.- Tienen derecho a la pensión por jubilación los trabajadores con treinta años o más de servicio, igual tiempo de cotización al instituto en términos de la ley, cualquiera que sea su edad. La pensión por jubilación dará derecho al pago de una cantidad al 100% de su jubilación.

ARTICULO 71.- Tienen derecho a la pensión de retiro por edad y tiempo de servicio, los trabajadores que habiendo cumplido 55 años tuviese 15 años de servicio como mínimo e igual tiempo de cotización en el instituto.

ARTICULO 82.- La pensión por cesantía en edad avanzada, se otorgará al trabajador que se separe voluntariamente del servicio o que quede privado del trabajo remunerado después de los 60 años de edad y que haya cotizado un mínimo de diez años en el instituto.

LEY DEL IMSS.

SEGURO DE VEJEZ.

La vejez constituye en primer lugar, un reconocimiento a la persona que ha trabajado hasta los 65 años de edad, con el objetivo de que tenga un descanso justificado sin preocuparse de la forma inmediata del sustento de la familia.

Aparte de la recompensa y la bonificación de las capacidades físicas y mentales que tienen las personas de edad avanzada. A fin de disfrutar la pensión de la vejez; las personas aseguradas deben tener quinientas semanas cotizadas por lo menos, sin importar que los trabajadores lo alcancen con un sólo patrón, ya que su número de registro de afiliación sirve en toda la República mexicana, sin importar las circunscripción territorial en donde labora.

ARTICULO 137.- La vejez da derecho al asegurado el otorgamiento de las siguientes prestaciones:

- a) Pensión.
- b) Asistencia Médica.
- c) Asignaciones familiares.
- d) Ayuda asistencial.

ANEXO 4

DERECHO DE LOS ANCIANOS ORGANIZACION DE LAS NACIONES UNIDAS "VIENA 1978"

EL ANCIANO TIENE DERECHO A:

1.- ASISTENCIA FISICA.-

La seguridad de su integridad física, tanto en tiempo de guerra como de paz, pero sobre todo en caso de catastrofe social o natural.

El mantener la salud mediante la asistencia constante de los servicios integrales y gerontológicos desde su habitación hasta el ámbito externo.

El derecho a una vida normal a través del contacto con la naturaleza y la ciudadanía.

2.-ASISTENCIA ECONOMICA.-

Una pensión superior mínimo indispensable para vivir, que le de la posibilidad de alimentarse bien, así como de participar en la vida social y cultural.

Un hogar idóneo a las exigencias de la persona anciana, ayudándole a renovarlo de acuerdo con los límites gerontológicos.

Facilitarle la posibilidad para desarrollar un trabajo productivo y una actividad útil.

3.- ASISTENCIA SOCIAL.-

La posibilidad de frecuentar y convivir con sus amigos y contemporáneos para evitar la soledad y facilitar el amalgamamiento con las demás generaciones dentro y fuera del hogar.

Relacionarse realmente con las diferentes clases sociales y ser tomado en cuenta por las diferentes iniciativas de las autoridades sin ninguna descripción de grupo étnico, raza, clase, religión y otra ideología, sin importar el estado físico o mental.

Una presencia política eficiente y representativa que de la posibilidad de participar en la elaboración de las leyes.

4.- CULTURA Y COMUNICACION.

El libre acceso a trabajos y estudios de formación cultural con la posibilidad de investigación, perfeccionamiento, actualización o realización de estudios especializados.

Facilitar el libre acceso a todos los medios de información y a la divulgación de noticias.

La facultad de ejercer y ejecutar una actividad cultural creativa y la posibilidad de transmitir a generaciones futuras su propia experiencia.

5.- DIGNIDAD Y LIBERTAD.

El derecho de ser dispensada de trabajos que requieren un esfuerzo físico o intelectual que agraven su estado de incapacidad.

La libertad para crear su propia forma de opinión y de dar posibilidades para manifestarla.

La libertad de tener su propio concepto del mundo y organizar su interioridad espiritual, respetando su momento histórico.

INSTITUTO NACIONAL DE LA SENECTUD.

ANEXO 5.

APRENDIENDO A ENVEJECER

CUIDARAS TU PRESENTACION TODOS LOS DIAS.- Viste bien, arréglate como si fueras a una fiesta. Que más fiesta que la vida.

NO TE ENCERRARAS EN TU CASA NI EN TU HABITACION.- Nada de jugar al reclutamiento o al preso voluntario. Saldras a la calle y al campo de paseo. El agua estancada se pudre y la máquina inmóvil se enmohece.

AMARAS AL EJERCICIO FISICO COMO A TI MISMO.- Un rato de gimnasia, una caminata razonable dentro o fuera de la casa. Contra inercia, diligencia.

EVITARAS ACTITUDES Y GESTOS DE VIEJO DERRUMBADO.- La cabeza agachada, la espalda encorvada, los pies arrastrándose. NO. Que la gente diga un piropo cuando pasas.

NO HABLARAS DE TU VEJEZ NI TE QUEJARAS DE TUS ACHAQUES.- Acabarás por creerte más viejo y más enfermo de lo que en realidad estás. Y te harán el vacío. Nadie quiere estar oyendo historias de hospital. Deja de auto llamarte viejo y considerarte enfermo.

CULTIVARAS EL OPTIMISMO SOBRE TODAS LAS COSAS.- Al mal tiempo buena cara. Sé positivo en los juicios, de buen humor en las palabras, alegre de rostro, amable en los ademanes. Se tiene la edad que se ejerce. La vejez no es una cuestión de años sino de estado de ánimo.

TRATARAS DE SER UTIL ATI MISMO Y A LOS DEMAS.- No eres un parásito ni una rama desgajada voluntariamente del árbol de la vida. Bastate hasta donde sea posible y ayuda con una sonrisa, con consejos o un servicio.

TRABAJARAS CON TUS MANOS Y TU MENTE.- El trabajo es la terapia infalible. Cualquier actitud laboral, intelectual, artística... medicina para todos los males, la bendición del trabajo.

MANTENDRAS VIVAS Y COORDIALES LAS RELACIONES HUMANAS.- Desde luego las que se anudan dentro del hogar, intengrándose a todos los miembros de la familia. Ahí tienes la oportunidad de convivir con todas las edades, niños, jóvenes y adultos. El perfecto muestrario de la vida. Luego ensancharás tu corazón a los amigos, con tal de que los amigos no sean exclusivamnte viejos como tú. Huye del bazar de anguedades.

NO PENSARAS QUE TODO TIEMPO PASADO FUE MEJOR.- Deja de estar condenando a tu mundo y maldiciendo tu momento. Alégrate de que entre las espinas florecen las rosas. Positivo siempre, negativo jamás. El anciano debiera ser como la luna: Un cuerpo opaco, destinado a dar luz.

JOAQUIN ANTONIO PEÑALOZA.

ANEXO 6.

DIRECTORIO DE CLUBES DE LA TERCERA EDAD INSTITUTO NACIONAL DE LA SENECTUD

DELEGACION ALVARO OBREGON

- 1.- Alegría de vivir (antes granito de oro)
Calle Thomas Jefferson No. 45
Col. Presidente C.P. 01290
Miercoles y Viernes 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Blanca Rosa Torralba Martínez

- 2.- Lomas de Becerra
Av. Antigua Via a la venta s/n
Entre Iguala y Cuernavaca
Col. Lomas de Becerra C.P. 01270
Lunes, Miercoles y Viernes de 10:00 a 15:00 hrs.
T.S. Lic. Guadalupe Elisa Dirsio Barcenás

- 3.- Serenidad (antes la conchita)
Calle 1o. de Noviembre s/n esq. Informe de gobierno
Col. La Conchita C.P. 01130
Martes y Jueves de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Guadalupe Elisa Dirsio Barcenás

DELEGACION AZCAPOTZALCO.

- 4.- La Raza
Tlaxcaltecas No. 48
Col. La raza C.P. 02990
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Rosa Atzin Parra

- 5.- San Alvaro
Parroquia San Alvaro
Calle Grecia No. 95
Col. San Alvaro C.P. 02090
Lunes y Miercoles de 9:00 a 14:00 hrs.
T.S. Aurora Norma Valdéz Silva

DELEGACION BENITO JUAREZ.

6.- La Sonrisa

(Casa de la cultura Juan Rulfo)
Campana No. 59 esq. Augusto Rodin
Col. Insurgentes Mixcoac C.P. 02990
Lunes y Miercoles de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Consuelo Gutierrez Rangel

7.- Tomasa Valdéz Vda. De Alemán

(Centro de trabajo Tomasa Valdéz Vda. de Alemán)
Eje Lazaro Cardenas No. 818
Col. Niños Heros de Chapultepec C.P. 03626
Lunea a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Beatriz Dominguez Alarcon

8.- Zacahuitzco

(Casa de la cultura Zacahuitzco)
Calle Valdivia No. 87
Col. Zacahuitzco C.P. 03550
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Beatriz Dominguez Alarcon

DELEGACION COYOACAN

9.- Carmen Serdan

(Centro social popular Plutarco Eliaz Calles)
Calzada de la Virgen s/n entre Soledad Solorzano
y Antonia Nava
Col. Carmen Serdan C.P. 04850
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Martha Olid Ornelas

10.- Rosas y Claveles en Otoño (antes rosa de otoño)

Calle Oriente esq. Calzada de las Bombas
Unidad Foviste C.P. 04800
Miercoles y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Martha Olid Ornelas

DELEGACION CUAJIMALPA

- 11.- Cuajimalpa
(Casa de la cultura)
Av. Juárez s/n entre Prolongacion Hidalgo
Av. Juárez
Col. Cuajimalpa C.P. 05000
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Ma. de los Angeles Bustos Santiago

DELEGACION CUAUHEMOC

- 12.- Capilla Britanica
(Iglesia de Capilla Britanica)
Virginia Fabregas s/n esq. Rivera de
San Cosme
Col. San Rafael C.P. 05470
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Ma. del Pilar García Rosales
- 13.- Cascaritas de Oro
(Deportivo Peñoles)
Calzada de Guadalupe No. 125
Col. Valle Gomez C.P. 06240
Martes y Jueves de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Ma. del Pilar García Rosales
- 14.- Colonia Obrera
(Biblioteca José Mancisidor)
Juan A. Mateos No, 30
Col. Obrera C.P. 06800
Martes y Miercoles de 16:00 a 20:00 hrs.
T.S. Lic. Carmen Amezcua Solano
- 15.- Cuauhtemoc
(Casa de la cultura Jesus Romero Flores)
Culiacan No. 103 esq. Tehuantepec
Col. Hipodromo C.P. 06100
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Isable Rojas Espiritu

16. Churubusco La Soledad

Soledad No.29

Col. Centro

Lunes a viernes de 8:00 a 16:00 hrs.

T.S. Lic. Pilar Pimentel Pelaez.

17.- El Chopo.

(Museo del Chopo)

Enrique González Martínez No.10

Col. Santa María la Ribera C.P 06400.

Lunes a viernes 8:00 a 16:00 hrs.

T.S. Martha Sánchez Sosa.

18.- Renacimiento.

Francisco González Bocanegra No.82

Col. Morelos C.P. 06200.

Lunes a viernes 8:00 a 16:00 hrs.

T.S. Pilar Pimentel Pelaez.

DELEGACION GUSTAVO A. MADERO.

19.- Aquiles Serdan

(Centro popular Aquiles Serdan)

Puerto Guaymas esq. Puerto Tampico

Col. Casas Alemán C.P.07580.

Lunes a viernes 8:00 a 16:00 hrs.

T.S. Lic. Guadalupe Valencia Sornoso.

20.- Huehuetlali (Antes Cuchilla del Tesoro)

Av. 604 y Av. 635

Col. San Juan de Aragón 5ta. secc. C.P.07950.

Lunes a viernes de 8:00 a 16:00 hrs.

T.S. Yolanda Vázquez López.

21.- El Socorro.

Norte 66 No. 3647

Col. Martires del Rio Blanco C.P.07880.

Lunes, martes, jueves y viernes de 8:00 a 16:00 hrs.

T.S. Lic. Carmen Laura Saldaña Silis.

22.- Jardín Ecológico

Calle Isidro Favela s/n esq. Av. 506
Col. San Juan de Aragón 2a. secc. C.P. 07920
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Ma. de Lourdes Escalante Pérez.

23. La Villa.

Calle Unión No. 17 entre Necaxa y Victoria
Col. Industrial C.P. 07800
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Silvia Martínez García.

24. Oasis.

Quilimanjaro Lt. 7 Mza. 121
Col. Lomas de San Miguel C.P. 07200
Miércoles a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Ma. de los Angeles Ribera Muñoz.

25. San Cayetano.

Oriente 95 esq. Morte 66 s/n
Col. Martires de Rio Blanco C.P. 07880
Martes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.

26. Unión y Amistad.

(Cecati No. 12)
Av. Atzacolco (Antes Norte 64) No. 7700
Col. Constitución de la República C.P. 07950
Martes y Jueves de 9:00 a 15:00 hrs.
T.S. Silvia Martínez García.

27. Valle Madero

(Centro de Salud Valle Madero)
Av. Teconológico esq. Edo. de México
a espaldas del Reclusorio Norte
Col. Cuatepec Barrio Bajo C.P. 07210
Lunes, Martes, Jueves y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Ma. de los Angeles Ribera Muñoz.

28.- 25 de Julio (Centro Social 25 de Julio)
Guadalupe Victoria esq. 20 de Noviembre
Col. 25 de Julio C.P. 07520
Lunes a Viernes 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Guadalupe Valencia Sornoso.

DELEGACION IZTACALCO.

29.- Experiencia Compartida
Chicle No. 179 esq. Centeno
Col. Granjas México C.P. 08400
Lunes a Viernes de 9:00 a 15:00 hrs.
T.S. Lic Virginia Hernández Calderón

30.- La Alegría
(Centro de Convivencia Vecinal)
Sur 77 esq. Sur 75
Col. Viaducto Piedad C.P. 08200
Martes a Viernes de 16:00 a 20:00 hrs.
T.S. Carmen Amezcua Solano.

31.- Leandro Valle
(Centro Social Leandro Valle)
Calz. Rojo Gómez esq. Sur 8
Col. Agrícola Oriental C.P. 06500
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Laura Leticia Barrera Taboada.

32.- Senectud Dorada
(Unidad de Medicina Familiar No. 35)
Av. 7 No. 200
Col. Pantitlán C.P. 08100
Lunes y Miercoles de 8:00 a 16:00 hrs.
(Iglesia del Sagrado Corazón de Jesús)
Martes y Jueves de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Virginia Hernández Calderón.

33.- Unidad Picos
(Casa del Pueblo)
Cerrada de Tezontle
Col. Unidad Picos Iztacalco C.P.08650.
Lunes, Miercoles y Viernes de 15:00 a 19:00 hrs.
T.S Ma. Lourdes Reyes Martínez.

34.- Zapata Vela
Lenguas Indigenas (Antes Av. de las Torres)
s/n esq. Sayulteca
Col. Zapata Vela (Jaula) C.P.08040
Martes y Jueves de 15:00 a 19:00 hrs.
T.S. Ma. Lourdes Reyes Martínez.

DELEGACION IZTAPALAPA.

35.- Culhuacán
Calle Morelos No. 10 esq. Tuyehualco
Col. Culhuacán C.P.09800.
Lunes a Viernes 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Guadalupe Polina Cervantes.

36.- Emma Godoy
Av. Generalísimo José María Morelos y Pavon s/n
Administración de la unidad Ermita Zaragoza
Lunes y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. David Lona Díaz.

37.- Iztapalapa
(Centro Femenino del trabajo D.D.F.)
Calle de Rosal s/n esq. Eje 3 Ote.
Francisco del Paso y Troncoso.
Col. Magdalena Atlazolpa. C.P.09060.
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S Laura Guadalupe Herrera Pérez.

38.- La Divina Providencia.

(Centro de Desarrollo Social No. 16)
Alfajayucan esq. Emilio Carranza s/n
Col. San Adres Tetepilco. C.P.09440
Martes y Jueves de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. David Lona Díaz.

39.- Otoño

(Centro Social Popular Ignacio Zaragoza)
Calle Alfonso Toro y Mario Fernandez López esq. Av. 5
Col. Escuadron 201 C.P. 09060
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Leticia Zamora Romero

40.- Unidad Modelo

(Iglesia del Espiritu Santo)
Av. Unidad Modelo No. 166 y Prolongación Zapata
Col.Unidad Modelo C.P. 54020
Martes y Viernes de 9:00 a 13:00 hrs.
T.S. Lic. Leticia Zamora Romero.

DELEGACION MAGDALENA CONTRERAS.

41.- Juventino Rosas

(Salón de usos Múltiples)
2a. Calle s/n
Col. Barrio las Calles C.P. 10840
Lunes, Miércoles y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Beatriz Vazquez Lara.

42.-La Cruz

Calle Piano No. 8
Col. La Cruz C.P. 10800
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Santiago Flores Martínez.

43.- Magdalena Contreras
Calle Hortensia y Palma s/n
Col. Lomas Quebradas
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Ma. Elena Calderón Guerrero.

44.- Monte Bello
Tixmehuacan No. 303 esq. Bokoba
Col. Pedregal de San Nicolas C.P. 57210
Martes y Jueves de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Beatriz Vazquez Lara.

DELEGACION MIGUEL HIDALGO.

45.- Legaria
(Centro Social Miguel Hidalgo)
Av. Legaria No. 373
Col. Nueva México C.P. 14260
Miercoles, Jueves y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Olga Hernández Alvarez

46.- Los Chapulines
Bosques de Chapultepec 1a. secc.
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Olga Hernández Alvarez.

47.- Mercedes de las Huertas
(Parroquia Mercedes de las Huertas)
Calz. México Tacuba No. 305.
Col. Popotla C.P. 11400
Martes, Jueves y Viernes de 9:00 a 14:00 hrs.
T.S. Teresa Castañon Reyes.

DELEGACION MILPA ALTA

- 48.- Milpa Alta (Calhuehuetequipanoyan)
(Centro de Convivencia de la 3a. Edad.)
Av. Tabasco s/n esq. Sonora
Villa Milpa Alta C.P. 12000
Lunes, Miercoles y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Reyna Aranda Melo.
- 49.- Nueva Generación (Antes Santa Ana)
(Iglesia de San Antonio de Padua y Tecomitl)
Av. 5 de Mayo s/n
Barrio Xochitepec
San Antonio Tecomitl C.P. 12100
Martes y Jueves de 9:00 a 14:00 hrs.
T.S. Ma. Eugenia Jiménez Avila.
- 50.- San Pablo Oztotepec (Oztotitla)
(Subdelegación de San Pablo Oztotepec)
Carretera de San Pablo Oztotepec esq. Av. Guerrero s/n
Lunes, Miercoles y Viernes de 8.00 a 16.00 hrs.
T.S. Ma. Eugenia Jiménez Avila.

DELEGACION TLAHUAC.

- 51.- Del Mar
(Biblioteca Baron de Humbotl)
Calle Camarón s/n entre Sirena y Pez Vela
Col. Del Mar C.P. 13270
Lunes, Mirrcoles y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Martha Elena Polina Cervantes.

52.- Hermoso Vergel
(DIF. Tulyehualco)
Calle Isidro Tapía s/n
Col. Tulyehualco C.P.01390.
Martes y Miercoles de 9:00 a 15:00 hrs.
T.S Lic. Esther García Cervantes.

53.- Luces del Porvenir
Calle Cecilio Acosta y Manuel M. López
Coordinación de Zapotitla C.P.13310
Martes y Jueves de 9:00 a 15:00 hrs.
T.S. Lic. Esther García Cervantes.

54.- San José
Calle Poniente 2 Mza. 96 Lte. 706
Col. San José Tlahuac C.P.13020.
Martes y Jueves de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Martha Polina Cervantes.

55.- Tlahuac
Calle Francisco I. Madero esq. Severiano Cenicerros
Col. San Pedro Tlahuac
Lunes , Miercoles y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Esther García Cervantes.

DELEGACION TLALPAN.

56.- Rayito de Luna (Antes Amor y Amistad)
(Iglesia de San Lorenzo)
Calle San Lorenzo s/n
Col. San Lorenzo Huipulco C.P.14370
Lunes a Viernes de 9:00 a 16:00 hrs.
T.S. Alicia Sarabia Sakaguchi.

57.- Bella Aurora

(Instalaciones del DIF)

Av de las Torres y Jesús Lecuona s/n

Col. Ampliación Miguel Hidalgo C.P.14410.

Martes y Jueves 9:00 a 13:00 hrs.

T.S. Lic. Alicia Sarabia Sakaguchi.

58.- Hilos de Plata

Sendai No. 11

Col. Guadalupe Tlalpan C.P. 14388

Lunes, Miércoles y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.

T.S. Ma. Cruz Reyes Carreto.

59.- Isidro Fabela

Vicente Guerrero Mza. 11 Lte. 14

Calle Andador Atempa

Col. Ampliación Isidro Fabela C.P. 14030

Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00

T.S. Ma. Cruz Reyes Carreto

60.- Otoñal Tlalpense

(Centro de Salud Dr. José Castro Villagrana)

Coapa y Carrasco s/n

Col. Toriello Guerra C.P. 14050

Martes, Jueves y Viernes de 9:00 a 14:00 hrs.

T.S. Lic. Ma. de Lourdes Escalante Pérez.

61.- Villa Coapa

(Subdelegación Villa Coapa)

Prolongación División del Norte s/n

esq. Periferico y Miramontes

Col. Villa Coapa C.P. 14390

Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.

T.S. Jacoba Ibarra Aguirre.

DELEGACION VENUSTIANO CARRANZA.

62.- Caracol

(Centro Social Caracol)
Calle Ignacio Zaragoza esq. Rio Churubusco
Col. Caracol C.P. 15630
Martes y Viernes de 9:00 a 15:00 hrs.
T.S. Remedios Serrano Fragoso.

63.- Consuelo y Alegría

(Deportivo Lazaro Cardenas)
Av. del Taller esq. Congreso de la Unión.
Col. 24 de Abril C.P. 15980.
Martes y Jueves de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Patricia Fernández Silva.

64.- Eduardo Molina

Av. Eduardo Molina s/n esq. Progreso C.P.15260
Lunes , Miercoles y Viernes de 10:00 a 14:00 hrs.

65.- El Arenal

Xochitlahuacan No. 54 entre Zochtlan Norte
y esq. Zochitlan Sur
Col. Arena C.P. 15600
Lunes y Miercoles de 10:00 a 14:00 hrs.

66.- Fray Miguel Salom

Norte 178 No. 622
Col. Pensador Mexicano C.P. 15510
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Patricia Fernandez Silva.

67.- Ignacio Zaragoza

Av. Fray Servando Teresa de Mier esq. Retorno 22
Col. Jardin Balbuena C.P. 15970
Lunes, Martes y Jueves de 9:00 a 16:00 hrs.
T.S. Remedios Serrano Fragoso

68.- Lic. Euquerio Guerrero López
(Deportivo Moctezuma)
Oriente 158 y Norte 25
Col. Moctezuma 2a. Secc. C.P. 15500.

69.- Nicolas Bravo
Cananea No. 61 entre Cobre y Platino
Col. Nicolas Bravo. C.P.15220.

70.- Pino Suárez
(Centro Social Pino Suárez)
Calz. de la Viga esq. Guillermo Prieto C.P.16000.
Martes y Jueves de 16:00 a 19:00 hrs.

71.- Teresa de Calcuta.
Morelos No. 30
Col. Peñon de los Baños C.P.15500.
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Gabriela Vázquez Vázquez

72.- Villa Michel
Luis Lara Pardo No. 28
Col. Jardín Balbuena.

DELEGACION XOCHIMILCO.

73.- Santa Cecilia Tepetlapa
Calle Francisco Sarabia esq. Progreso
Col. Santa Cecilia Tepetlapa C.P.16880.
Lunes , Miércoles y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Sonia Gallegoz Reza.

74.- Xochimilco
(Casa del Arte)
Av. Morelos No. 7
Centro de Xochimilco
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Sonia Gallegoz Reza.

MUNICIPIO DE ECATEPEC.

75.- Alta Villa

Av. Alta Villa esq. Cuautitlán
Col. Alta Villa C.P.55390.
Jueves de 10:00 a 12:30 hrs.
T.S. Lic. Carmen Laura Saldaña Silis.

76.- Creatividad y Amor.

(Centro de salud)
Calle Victoria entre Temohaya y Av. del Don.
Col. Sagitario No. 6
Ecatepec Estado de México
Martes y Jueves de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Lucina Pichardo Romero.

77.- Ecatepec

Cinco de Mayo No. 40 esq. Agricultura
San Cristobal Ecatepec
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Rocio Espejo Escalante.

78.- Santa Clara

Valboline No. 5
Col. Santa Clara C.P.15554
Lunes, Miercoles y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Lucina Pichardo Romero.

MUNICIPIO DE NAUCALPAN.

79.- Ahuizotla.

(Parroquia del Señor del Perdón)
Campos Mena esq. Isidro Fabela
Apartado No. 628
Col. Ahuizotla C.P5300.
Lunes , Martes y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Lourdes Villaseñor García.

80.- Santa Isabel
(Iglesia de Santa Ana)
Av. Boulevard López Mateos esq. Cipres
Col. Plaza Jardines de México
Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Lourdes Villaseñor García.

MUNICIPIO DE NEZAHUALCOYOTL.

81.- Cabecitas Blancas
Calle Catedral Metropolitana No. 22
Col. Metropolitana 2a. secc. C.P. 073540
Martes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Sonia Flores Martínez.

82.- El Sol
(Parroquia del Señor del Perdón)
Av. Aureliano Ramos y Calle 13
Col. del Sol C.P. 57200
Nezahualcototl, Estado de México
Lunes, Miércoles y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Lic. Lourdes Ramírez y Ramírez.

83.- Experiencias de la Vida.
Calle 17 No. 156
Col. Las Águilas C.P. 57900
Lunes, Miércoles y Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.
T.S. Sonia Flores Martínez.

84.- Las Flores (Antes Sor Juana)
(Parroquia de San José)
4a. Avenida No. 63
Col. Las Flores
Martes y Jueves de 8:00 a 16:00 hrs
T.S. Lic. Lourdes Ramírez y Ramírez.

85.- Nezahualcoyotl.

Av. Riva Palacio No. 127

Col. Estado de México C.P. 57210

Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.

T.S. Leonardo Flores Santiago.

MUNICIPIO DE TLANEPANTLA.

86.- El buen Pastor

(Parroquia de la Sagrada Familia)

Retorno 100 s/n

Col. Unidad Barrientos C.P.54110.

Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.

T.S. Isabel Franco Trejo.

87.- Valle Dorado

(Iglesia de la Inmaculada Concepción.)

San Francisco No.242

Col. Valle Dorado C.P. 54020

Lunes a Viernes de 8:00 a 16:00 hrs.

T.S. Rocio Espejo Escalante.

NOTA.-

La población que asiste a cada uno de estos clubes es muy diversa principalmente debido al nivel social al que pertenecen, a la delegación y zona donde se encuentran ubicados. Por ejemplo los clubes que visitamos se encuentran en los límites de las delegaciones Iztacalco y Venustiano Carranza y ahí encontramos que la población que asiste corresponde en su mayoría a la clase social media-baja, esto se ve reflejado a través de su nivel de escolaridad, a las propias instalaciones de cada club y hasta la forma de vestir.