



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
TRABAJO FINAL DE GRADO

Sistematización de la experiencia a partir del taller de libre expresión, dispositivo de intervención psicológica, con el grupo de adultas mayores en APEX, durante el año 2021

Sofía Lapaz Amaro

C.I. 5.170.429-9

Tutora: Prof. Adj. Mag. Mónica Lladó

Setiembre, 2022.

Tabla de contenido

Resumen	4
Introducción	5
Preguntas y objetivos	8
Preguntas	8
Objetivo general	8
Objetivos específicos	8
Metodología de sistematización	9
Sistematización y articulación conceptual	13
Taller de libre expresión: contextualización, surgimiento y su transcurso durante el año 2021	13
Primer encuentro en los domicilios:	15
Primer encuentro en el local de APEX:	16
Segundo encuentro en el local de APEX: Esta instancia tuvo como desarrollo a la temática «fortalezas al enfrentar conflictos».	16
El cierre consistió en una ronda de miradas. Este gesto fue repetido en varias instancias más. Tercer encuentro en el local de APEX:	16
Quinto encuentro en el local de APEX:	17
Sexto encuentro en el local de APEX:	17
Modificaciones de la experiencia a partir del taller de libre expresión en pandemia	18
Introducción	18
Del control y resistencias	18
Adaptaciones de la experiencia a partir del taller de libre expresión en pandemia	20
Recursos técnicos	22
Afectaciones de las adultas mayores durante esta experiencia	26
Atravesamientos	26
Los temas de la experiencia a partir del taller	28
Contribución a la salud de las adultas mayores durante estos encuentros	29

<u>Confrontación a los imprevistos de la experiencia a partir del taller, por parte de la coordinación</u>	<u>32</u>
<u>Implicación</u>	<u>37</u>
<u>Consideraciones finales</u>	<u>41</u>
<u>Referencias bibliográficas</u>	<u>44</u>

Resumen

Este trabajo final de grado sistematiza la vivencia a partir del taller de libre expresión, con la participación de un grupo de adultas mayores durante la pandemia de Covid-19 en el año 2021. La primera experiencia del taller fue en el 2007, durante dos años, pero la coordinación de Virginia Álvarez en su cargo docente en el equipo que trabaja con personas mayores funciona desde el 2015. El trabajo se incluye dentro de las actividades de asistencia del programa APEX, en el Cerro, y abarca el municipio A, correspondiente al oeste de Montevideo. Dada la situación sanitaria, en esta ocasión, la experiencia transcurrió de forma mixta respecto a la presencialidad-no presencialidad. Las adultas mayores participaron desde sus hogares y, a medida que el contexto lo permitió, fueron concurriendo gradualmente al espacio físico de APEX, con la compañía de la docente y dos estudiantes de cuarto año de Psicología.

En función de la incertidumbre que la pandemia generaba, y las interrogantes que esta provocó, es que se establecen cuatro ejes de análisis. Tres de estos ejes están relacionados con las personas mayores, como ser las modificaciones de la experiencia a partir del taller durante la pandemia, las afectaciones de las adultas mayores durante esta experiencia y la contribución a la salud de estas a lo largo de los encuentros; el otro eje se vincula con la coordinación, cómo es la confrontación a los imprevistos de la experiencia a partir del taller, por parte de la coordinación.

Tomando en cuenta estos ejes y las reflexiones pertinentes, pretendo repensar nuestro rol como profesionales de la salud frente al cambio de situación, y de qué manera las adultas mayores, desde sus particularidades, atravesaron la pandemia.

Palabras clave: pandemia, salud, adultas mayores, rol del psicólogo

Introducción

La experiencia a partir del taller de libre expresión que voy a sistematizar en este trabajo forma parte de la asistencia que brinda el espacio APEX en el barrio Cerro, donde la comunidad de la zona se encuentra con Udelar desde varias facultades. Mientras atravesaba la práctica de cuarto año de Psicología, observaba el taller con el propósito de registrar lo que sucedía en el encuentro para posteriormente reflexionarlo con mi compañera y la docente. Sin embargo, a lo largo de 2021, mi interés en el dispositivo fue creciendo. Como estudiantes nos involucramos en la práctica más de lo que se nos exigía académicamente. Comenzamos a coordinar y planificar. Fui notando de forma paulatina la necesidad de escribir acerca de esta experiencia con la que tanto me comprometía. Consideraba interesante y enriquecedor escribir y pensar la adaptación del dispositivo en la pandemia, con mujeres y en ese grupo etario, por lo que, hacia el final del año lectivo, es que decido sistematizar en mi Trabajo Final de Grado lo vivenciado anteriormente.

A modo de contextualización, considero importante destacar la situación sanitaria del país en aquel entonces. En ningún momento fue obligatorio el aislamiento físico, pero sí se instaba al mismo, más aún a las personas de riesgo, como eran consideradas las adultas mayores. Desde el Gobierno (Uruguay Presidencia, 2022) se plantearon varias medidas ante la pandemia de Covid-19, las cuales fueron variando a lo largo del tiempo. Se restringieron la cantidad de personas por reunión, se sugería el encuentro por poco tiempo y en lugares ventilados, aislamiento por contactos, viajes o síntomas, hisopados, tapabocas, entre otros.

El trabajo con estas mujeres, tal como mencionan Álvarez et al. (2018) en *Trabajo con personas adultas mayores: un abordaje integral en comunidad*, se enmarca dentro del primer nivel de atención en salud, puerta de entrada al sistema y donde se espera dar respuesta a la mayor cantidad de situaciones.

Además de la salud organizada en niveles de atención, el Sistema Nacional Integrado de Salud se basa en la idea de una atención integral que incluye la promoción y prevención, descartando la noción de salud como ausencia de enfermedad y la separación entre la salud física y mental (Maturana, 2021).

Esto aplica perfectamente frente a las estrategias ante la pandemia de COVID-19, que han tenido consecuencias más allá del cuerpo, afectando a nivel económico, sanitario, político y social (Sande y Capurro, 2021).

La vejez es la etapa más prolongada del desarrollo humano. Varía para todos y en el trayecto de cada persona, y, pese a eso, en ella se suponen varios prejuicios, acompañados de discriminación e infravaloración, según expresan Álvarez et al. (2018).

También destacan el aumento del tiempo libre en esta etapa, los cambios biológicos —con repercusiones en la construcción y reconstrucción de identidades—, así como las pérdidas y los duelos de la muerte de pares. Pese a esto último, es importante destacar que no forman parte del proceso normal de vejez la pérdida del interés y la tristeza prolongada en el tiempo (Álvarez et al., 2018).

El envejecimiento de la población se debe al aumento de la esperanza de vida frente a las mejoras en servicios y se acompaña, específicamente en Uruguay, por la feminización de este (Sande y Capurro, 2021).

Con la pandemia, la situación cambió para este grupo etario y para todos. Álvarez et al. (2021), en *Acortando distancias: abordaje con personas mayores en tiempos de pandemia*, realizaron encuestas a estos mismos sujetos, mostrando un gran cambio en sus rutinas y cómo la disminución de la movilidad condiciona la pérdida de las funciones, mientras que sentirse los más débiles aumentó su angustia y ansiedad. También manifestaron el predominio de los cambios en la autonomía, junto al sentimiento de soledad por la poca participación en grupos, acompañamiento principal para varios.

Los adultos mayores tienen un mayor riesgo de contraer el virus, por lo que socialmente se restringieron algunas actividades hacia esta población (Sande y Capurro, 2021).

Uno de estos grupos se desarrolla en el taller de libre expresión que, como destaca Álvarez et al. (2018), promueve la salud y permite plantear angustias y deseos con menos censura, tratar los problemas ya instalados, pero también problematizarlos para generar mayor flexibilidad al cambio. Busca, además, acentuar la capacidad del usuario de encontrar nuevas vías de gratificación. Todo lo dicho se da a través del grupo, entendiendo al ser humano integralmente y en contexto, reconociendo al otro como semejante y como diferente a la vez, construyendo identidad y proyectando a futuro. Integra, además, las técnicas expresivas no verbales.

El taller no se pudo llevar a cabo durante el año 2020 por la situación de medidas sociosanitarias por la pandemia, ya que la presencialidad era un requisito y las participantes eran población de riesgo. En cambio, se desarrolló en 2021, junto con una compañera y la docente, adaptando la dinámica a la situación, con un proceso que funcionó de forma mixta entre seis encuentros presenciales y tres instancias domiciliarias.

Esta experiencia me generó la iniciativa para realizar este trabajo. Entendiendo la sistematización como el diálogo entre saberes académicos y populares, y considerando la práctica a través de un proceso colectivo (CSEAM, 2009), es que decidí realizar mi Trabajo Final de Grado a través de ella. El deseo surge desde una posición político-epistémica, donde siempre me interesé por el saber integral, e incluso me cuesta entender el saber popular separado del académico. Además, me parecía interesante poder

sistematizar colectivamente una práctica, y pensarla habilita a profundizar e integrar con otras ideas, creando un espacio propicio para la reflexión, la creatividad y los aprendizajes.

Sin embargo, haciendo foco en la experiencia, esta me interpela acerca de sus efectos en pandemia, cómo influyó en las adultas mayores, cómo lo afronta la psicología y cómo esta se adapta, visualizándolo desde el dispositivo taller y junto a sus protagonistas. Estos puntos podrán vislumbrarse mediante los ejes de esta sistematización.

Me gustaría entonces que esta sistematización impacte en la reflexión del trabajo como psicóloga de la salud, de qué forma se adapta el rol frente a una realidad cada vez más inestable y cambiante, y desde qué postura se aborda. La realidad siempre es cambiante y eso nos afecta a todos, pero enfatizo en esta idea porque considero que la pandemia acrecentó la sensación de incertidumbre, afectando de alguna manera a cada una de las personas.

Quiero enfocarme en pensar *sobre* y *con* esta población estigmatizada y vista de forma especialmente vulnerable en la pandemia, cómo eso afecta, y de qué manera se visualizó en el proceso del taller de libre expresión.

Pensar desde una sistematización me permite contar con una intencionalidad política, centrando el trabajo *con* y *en* sus reales protagonistas.

Preguntas y objetivos

Preguntas

¿Cómo modificó la pandemia a la experiencia a partir del taller de libre expresión?

¿Qué generó en las adultas esta experiencia en pandemia?

¿De qué manera contribuyen los encuentros a la salud de estas adultas mayores?

¿De qué forma la coordinación del taller enfrentó los imprevistos?

Objetivo general

Sistematizar la experiencia a partir del taller de libre expresión llevado a cabo por el grupo de adultas mayores, dentro de los dispositivos clínico-asistenciales del programa APEX en el Cerro, durante la pandemia en el año 2021.

Objetivos específicos

- Describir y analizar cómo se modificó la experiencia a partir del taller de libre expresión en la pandemia.
- Describir y analizar cómo afectó a las adultas mayores esta experiencia en ese contexto.
- Reflexionar acerca de la contribución a la salud de las adultas mayores a través de estos encuentros.
- Reflexionar acerca de la forma en la que la coordinación enfrentó los imprevistos.

Metodología de sistematización

La experiencia que pretendo sistematizar consistió en tres encuentros desde los hogares de las adultas mayores, y, posteriormente, seis instancias grupales en el local de APEX. Forma parte del primer nivel de atención en salud, entendiendo la salud de forma integral.

La experiencia de la adaptación de un taller que ya se llevaba a cabo —atravesada por la situación mundial tan incierta, y sumada al hecho de que sus participantes se vieron especialmente afectadas en esos momentos, por ser consideradas población de riesgo— me generó la iniciativa para pensar nuevas formas de trabajar y me cuestionó acerca de la intervención psicológica, sistematizando estos encuentros, a modo de reflexión, con una intención política al trabajar *con* y *en* sus reales protagonistas.

Estos procesos de sistematización participativos tienden entonces a superar las dicotomías sujeto-objeto, investigador-investigado, buscando conocimientos más democráticos (CSEAM, 2009).

La sistematización implica teorizar sobre lo vivido, cuestionándolo. Para ello, se compone por la experiencia, el objeto (sujeto), los objetivos, el plan guía, la reconstrucción, el análisis, las conclusiones, y el compartir lo producido (CSEAM, 2009).

El análisis de la experiencia, según CSEAM (2009), se delimita por ejes, seleccionados por motivos tanto metodológicos como políticos. En este caso estos son las modificaciones de la experiencia a partir del taller durante la pandemia, las afectaciones de las adultas durante esta experiencia, la contribución a la salud de las adultas durante estos encuentros y la confrontación a los imprevistos de la experiencia a partir del taller, por parte de la coordinación.

No hay que olvidar que nos encontramos —quizás de una forma no consciente— afectados, sujetos por la implicación social, y más específicamente, por la institucional (Ardoino, 1997). Nos posicionamos dentro de un marco institucional, la Universidad, por lo que inevitablemente nuestro discurso se verá atravesado por esas lógicas. Esto puede visualizarse, por ejemplo, desde los ejes de la sistematización, que delimitan su enfoque y permiten desarrollar los objetivos, hasta incluso desde el plan guía.

Lo señalado nos cuestiona constantemente si entendemos la sistematización y, en mi opinión, todo trabajo de extensión, como aquel que nos compromete con los grupos y las organizaciones protagonistas. Nos implica preguntarnos acerca de los roles investigador-investigado, sujeto-objeto (CSEAM, 2009), que tan fielmente han atravesado los discursos académicos.

Posicionarnos desde la integralidad, tal como menciona Kaplún (2014), implica centrarnos en la extensión, en la interacción con la sociedad. Alude a la necesidad de

recuperar para la educación dimensiones perdidas, incluyendo también lo afectivo, lo artístico, lo ético, lo físico-corporal. La integralidad permite aprender y dialogar con saberes que trascienden a la Universidad, y este movimiento implica un cuestionamiento a lo instituido.

Asimismo, la sistematización nos permite incorporar los aspectos subjetivos como herramientas legítimas de conocimiento (CSEAM, 2009), generando una perspectiva más amplia de la situación, no solamente por la participación de los protagonistas en el trabajo, sino también por la reflexividad que se debe el investigador al comprometerse.

Es por ello que este trabajo se vincula directamente con la epistemología del conocimiento situado. Desarrollada en *Una propuesta metodológica desde la epistemología de los conocimientos situados: Las producciones narrativas* (2003) por Marcel Balasch y Marisela Montenegro, esta perspectiva parte de la parcialidad de la mirada, por lo que considera que siempre es necesaria la articulación con otras posiciones.

Retomando la cuestión de la implicación y neutralidad, es necesario mencionar que se ha debatido mucho en las metodologías cualitativas (Bassi, 2014), mediante la cual estoy sistematizando, ya que favorece estudiar a las personas en su contexto y observar cómo los propios investigadores lo afectan (Taylor y Bogdan, 1994), desde dónde lo afectan, y cómo también ellos mismos son afectados.

Si pensamos en investigación cualitativa, es inevitable recordar la noción de reflexividad. Guber (2011) plantea este concepto como «equivalente a la conciencia del investigador sobre su persona y sus condicionamientos sociales y políticos» (p. 45). Además, menciona que el conocimiento se genera a partir del encuentro de reflexividades de quien investiga y los sujetos que participan de dicha investigación. Pero también es posible vislumbrar reflexividad en la interacción misma, por lo que es ideal la observación participante, como método que permite el despliegue de reflexividades (Guber, 2011).

Como herramienta metodológica se utilizó la observación, posibilitando al máximo el registro, no solo de los sujetos a investigar y sus contextos, sino también de lo que nos sucedía como observadoras participantes.

La documentación de la experiencia está compuesta por varios elementos. En primer lugar, por estas observaciones, a través de una planilla sugerida por la docente, donde se escribía acerca del taller y las adultas, pero también acerca de la implicación que el encuentro generaba. Se fueron registrando las palabras de las participantes, sus explicaciones sobre lo que iban produciendo y cómo eso las afectaba, qué materiales se utilizaban, con qué propósito, y cómo se interrelacionaron. Poder contar con estos apuntes permite sistematizar más profundamente sobre lo sucedido y enriquece los aprendizajes. Como método de investigación analítico, la observación participante depende

de notas de campo, que incluyen descripciones de la persona, acontecimientos, pero también sentimientos e hipótesis (Taylor y Bogdan, 1994). Cuenta con objetivos de investigación determinados, y se realiza en la vida cotidiana de las personas o grupos de interés, buscando conocer desde dentro eventos, circunstancias y demás, información a la que no se podría acceder totalmente desde una posición externa al grupo (Montero, 2006, p. 205). Estas anotaciones de campo se llevan a cabo mientras la experiencia transcurre (Montero, 2006).

En segundo lugar, y de una manera menos convencional, la experiencia se documentó también mediante videos e imágenes de momentos, de producciones, y de las participantes con sus impresiones a lo largo del proceso. Se van a tomar entonces, como material de análisis, las producciones hechas por las adultas mayores.

Luego de la experiencia hubo otra parte de la sistematización. Inicialmente, busqué generar un encuentro que permitiera configurar memorias colectivas, pero como aún las adultas mayores no se estaban reuniendo por la situación sanitaria, no fue posible llevarlo a cabo. Decidí así realizar entrevistas por separado, tanto para la coordinación como para las personas mayores. Buscando retomar las experiencias colectivas y propias, atravesadas por una coyuntura social y política, estos discursos se toman como documentación *a posteriori*, junto a su respectivo análisis. En las entrevistas individuales, atravesadas por la experiencia compartida entre quien entrevista y quien es entrevistada, el diálogo e intercambio se favoreció por el vínculo previo.

Sumado a lo mencionado, creo que en esta reflexión dejo entrever también mis conclusiones personales, estando ya afectada por todo lo acontecido anteriormente. Entendiendo esto, podría considerarse *la implicación* como otro recurso metodológico más, haciéndola consciente frente al análisis y utilizándose a favor de este.

La planilla de registro que colaboraba en la sistematización de la experiencia, y los olvidos en esta, permiten reflexionar sobre la memoria afectiva. Es fundamental contar con el registro de las emociones y pensamientos que nos atravesaron al momento del registro en el taller (CSEAM, 2009).

Entonces, como estamos en una práctica intersubjetiva, jamás somos neutrales u objetivos, sino que estamos sujetos a un objeto humano, y por ende variable, que no depende de nosotros ni podemos controlar completamente. Objeto, a mi entender y, como mencioné anteriormente, sujeto (Ardoino, 1997). Las emociones que sentimos nos permiten analizar lo subjetivo; en este caso, las relaciones humanas que se pretenden comprender y cómo se vivencian los fenómenos sociales (De Yzaguirre y Castillo, 2013).

Por ello, y retomando el concepto de reflexividad de Guber (2011), es que el conocimiento se produce de la interacción entre quien observa y el observado. Ambos con sus reflexividades aportan al análisis, por separado y juntos. Quien observa, en este

caso desde una observación participante, enriquece su mirada al reflexionar sobre los condicionamientos por los que se ve afectado como ser humano, mientras que quien es observado como objeto-sujeto afecta y es afectado en esta vinculación con el observador participante.

Por el contrario, lo «objetivo» abarca una relación entre el sujeto que investiga y el objeto supuestamente inmutable y, por ello, objetivable. Por lo tanto, la implicación tampoco es algo de lo que podamos huir o dominar sobre nosotros mismos (Ardoino, 1997). No es algo voluntario, pero tampoco irreconocible de visualizar y trabajar.

Considerando entonces que, pese a no poder ser objetivos en nuestro trabajo con personas, nos encontramos realizando una sistematización *desde y para* la Universidad, reflexiono acerca de su marco institucional. La Universidad busca generar conocimientos, se establecen objetivos frente a lo analizado. No se parte sin ideas hacia lo que devenga de la subjetividad en el quehacer con lo humano, sino que se intenta y pretende objetivar, a partir de la reconstrucción de la experiencia vivida, pero sin pretensiones de objetividad (Universidad de Deusto, 2004).

Esta sistematización se logra mediante el análisis de contenido temático, método para tratar la información en la investigación cualitativa; metodología que, como mencioné anteriormente, busca comprender a las personas en su contexto. Además, este análisis permite identificar, organizar y analizar detalladamente, así como reportar patrones o temas a partir de la lectura y relectura de la información recogida, para llegar a resultados que profundicen en la comprensión del fenómeno a estudiar (Braun y Clarke, 2006).

Este pensar llega entonces a la formulación de aprendizajes, a través de entender lo máximo posible el objeto-sujeto de análisis.

Sistematización y articulación conceptual

Taller de libre expresión: contextualización, surgimiento y su transcurso durante el año 2021

Desde 1992 (APEX, 2022), el programa APEX (Aprendizaje y Extensión), ubicado geográficamente en el Cerro, da inicio a su accionar llevado a cabo por estudiantes y docentes, en vínculo con la comunidad. Se trabaja en forma interdisciplinaria desde distintas facultades de Udelar y apostando también a la enseñanza, asistencia e investigación, impartiendo actividades para todas las edades y focalizándose en el municipio A de la zona oeste de Montevideo.

El taller de libre expresión surge en 2007 y continúa hasta la actualidad. La antigüedad y trayectoria con la que cuenta el grupo de participantes favorece el interés por el proyecto. De todas formas, no todas las integrantes están desde el inicio; las personas se fueron incorporando al taller a lo largo de los años.

Vale destacar que este dispositivo grupal busca promover la salud, permite plantear angustias y deseos con menos censura, tratar los problemas ya instalados y acentuar la capacidad del usuario de encontrar nuevas vías de gratificación (Álvarez et al., 2018).

El taller forma parte de un proceso de integralidad investigación-extensión enseñanza. Es decir que trasciende su propósito inicial de ser un espacio clínico-asistencial. Es, además, un dispositivo que favorece la enseñanza de todas las estudiantes que participamos en él.

Junto a otra compañera, Dafne Barros, transitamos el taller de libre expresión en el marco de la práctica de cuarto año de psicología. La práctica tenía varias intervenciones, entre ellas, el taller; sin embargo, este no se llevaba a cabo por la situación sanitaria. Anteriormente al 2021, las estudiantes participaban en calidad de observadoras, con Virginia en la coordinación. En nuestro caso, fuimos las estudiantes quienes propusimos la modificación del dispositivo, para posibilitar llevarlo a cabo a pesar de la situación sanitaria.

Por ende, pese a que nuestro rol iba a ser de observación, y así también lo fue, formamos parte del proceso de planificación y coordinación. Habitar el rol de la coordinación implicó un gran desafío. Suscribo a Jasiner (2008) cuando menciona que siempre está el riesgo de lo imprevisible. El contexto de pandemia que nos atravesaba a todas generó en todos los ámbitos, incluido el taller, una gran incertidumbre.

Pese a ello, el lugar que ocupamos como coordinadoras debía sostener al grupo. Por eso, y retomando a Jasiner (2008), fue indispensable trabajar las resistencias como

coordinadora. Haber podido tener un espacio personal de terapia fue beneficioso para el desarrollo del taller. Permitted analizar, dentro de lo posible y en un lugar pertinente, mis contratransferencias.

Considero que acompañar este proceso es clave en el trabajo del coordinador, ya que este implica un gran desgaste emocional, psíquico y físico. No solamente se interviene con palabras, sino también con el cuerpo, con las emociones; se sostienen transferencias (Jasiner, 2008).

El proceso del taller transcurrió afectado por la pandemia de Covid-19. Más allá de esto, hubo interés por parte de las integrantes del grupo en participar de estos encuentros, superando los impedimentos que había en su realización. Las personas mayores eran un especial grupo de riesgo en ese momento, por lo que el cuidado y el aislamiento debía ser mayor, e incluso los miedos, la ansiedad y la preocupación se acrecentaban para ellas. Este mismo aislamiento generó sentimientos de soledad y echaban en falta la participación grupal, motivo para querer reencontrarse.

Este grupo, formado por diez adultas mayores y un varón que participó únicamente de la primera instancia, es coordinado por Virginia Álvarez. No solo participan del taller de libre expresión, sino que sus participantes son invitadas constantemente a actividades de parte de APEX, junto a estudiantes y la comunidad en general, como ser los cierres de cursos o el armado de cometas, el cine foro, jornadas del día de la mujer o interactuar en las instalaciones en el barrio por los derechos de las vejeces.

El hecho de que las participantes sean mujeres no solamente muestra la feminización de las vejeces, sino que también invita a reflexionar sobre la manera en que el género condiciona cómo atravesamos la vejez.

El género permea todo el curso de la vida de una persona, incidiendo en el acceso a los recursos y oportunidades. Por ende, pese a que los adultos mayores sufren discriminación en la vejez, la experiencia de las mujeres tiene sus particularidades. Por lo general, estas tienen menos años de estudio, reciben menos ingresos por sus trabajos, y para cuando son viejas, tienen desventajas económicas y sociales. A esto se suma el hecho de que varias están en situación de viudez, lo que conlleva muchas veces soledad y abandono. Además, gran parte de estas mujeres tienen a cargo el hogar, las tareas de cuidado y de crianza (Chiappara, 2010).

A nivel general, se podría decir que este taller buscó brindar un espacio de atención psicológica y de promoción de la salud, mediante la grupalidad y la libre expresión. El proceso, dada la situación sanitaria, se llevó a cabo de forma mixta respecto a la presencialidad-no presencialidad. Las adultas mayores participaron desde sus hogares las tres primeras veces y, una vez que el contexto lo permitió, concurrieron al espacio físico de

APEX en seis encuentros más. La frecuencia era semanal, cada viernes, de 10:30 a 12:30 horas.

Las visitas a los domicilios de las integrantes se llevaron a cabo en los tres primeros encuentros, y fueron organizadas previamente por la coordinación y las adultas mayores. En estas visitas les brindábamos los materiales y les explicábamos la consigna, además de retirar lo que hubieran producido. Posteriormente, nos contactábamos para resolver las dudas que pudieran surgir por parte de las participantes acerca de la propuesta.

Primer encuentro en los domicilios:

El caldeamiento se basó en un fragmento del poema de Shakespeare *Carta a un amigo*, permitiendo reflexionar gradual y profundamente sobre la temática a tratar.

En el desarrollo se buscó indagar, mediante un *collage*, cómo se llevó adelante la pandemia, qué áreas se modificaron y cuáles se mantuvieron, con el fin de conocer la situación de las adultas a ese momento y visualizar qué temáticas eran importantes de trabajar.

El compartir sería asincrónico a través de videos e imágenes una vez realizada la consigna.

Segundo encuentro en los domicilios:

El caldeamiento, en esta oportunidad, tuvo como centro a la música.

En el desarrollo se retomó el enfoque en la situación sanitaria del encuentro anterior. La consigna consistió en plasmar en una hoja, de la forma deseada, los aspectos positivos que las participantes rescataban de la pandemia.

El compartir sería asincrónico a través de videos e imágenes una vez realizada la consigna.

Tercer encuentro en los domicilios:

Esta instancia sería la última desde los hogares, por lo que tuvo como objetivo trabajar el retorno a la presencialidad, y las ansiedades y expectativas que este acontecimiento generaba. En primer lugar, les preguntamos a las participantes quiénes estarían dispuestas a retomar el taller en el local de APEX, y para nuestra sorpresa, todas, incluso las que habían manifestado inseguridad en retornar a la grupalidad presencial, quisieron asistir. Esto quizás se explica por el deseo, comentado anteriormente por las adultas mayores, de compartir con otras y habitar el espacio físicamente. Este acontecimiento podría entenderse como un acto de resistencia, dado que como han mencionado estas mujeres a lo largo del taller, ellas se asumían como población de riesgo y resultaba muy difícil exponerse a la presencialidad.

Como caldeamiento, esta vez se privilegió el movimiento corporal mientras escuchaban la canción "El amor como razón del fin del mundo" de Silvia Meyer.

El desarrollo se basó en trabajar sobre la elaboración de piezas de yeso, apostando al

enriquecimiento de la diversidad de materiales y texturas, para luego unir las piezas de todas en el encuentro presencial, en una suerte de puzzle simbolizante.

Concurrimos, además, con un cuaderno para que las participantes pudieran registrar las memorias acerca de las instancias en los hogares, y para que pudieran escribirles mensajes a sus compañeras, con el propósito de compartirlo al reunirse en la presencialidad. El compartir sería asincrónico a través de videos e imágenes, y junto al cuaderno de memorias; llevándose a cabo al reunirse presencialmente en el local de APEX.

Finalmente, les obsequiamos marcadores de libros como cierre de esta parte del proceso. Estos marcadores tenían impresas partes de las producciones escritas y dibujadas por ellas mismas.

Primer encuentro en el local de APEX:

Al reencontrarse, las participantes pudieron observar el puzzle realizado con las piezas de yeso que ellas mismas habían trabajado desde los hogares. Durante esta instancia se compartió un video con fotos y filmaciones del proceso en las casas, y además las adultas mayores pudieron leer lo escrito en el cuaderno de memorias. El caldeamiento consistió en que las participantes se dijeran mensajes que quisieran transmitir entre sí. En el desarrollo plasmaron en hojas, con diversos materiales a disposición, los mensajes del caldeamiento. Finalmente, se compartió lo trazado.

Segundo encuentro en el local de APEX:

Esta instancia tuvo como desarrollo a la temática «fortalezas al enfrentar conflictos».

El cierre consistió en una ronda de miradas. Este gesto fue repetido en varias instancias más.

Tercer encuentro en el local de APEX:

El caldeamiento consistió en caminar entre cajas, de las cuales no se veía el interior y experimentar, al buscar dentro de ellas texturas, recuerdos, emociones, tamaños y sensaciones diversas. En el desarrollo, se escribió, pintó y dibujó acerca de lo que el caldeamiento les generó. Durante el cierre se compartió lo vivido en toda esta experiencia.

Cuarto encuentro en el local de APEX:

Este encuentro transcurrió al aire libre, porque el tiempo así lo habilitaba, y esta vez fue coordinado por Dafne. Continuando con las temáticas que habíamos optado por trabajar, y teniendo en cuenta los temas que afectan al grupo, el contexto y lo que habíamos podido ir observando, es que decidimos trabajar sobre la soledad, principalmente, vinculada a la pandemia. El propósito era buscar sentido a estas emociones, sentimientos y pensamientos que muchas veces resultan difíciles de expresar. En el caldeamiento se comentan

situaciones en las que se han sentido solas. El desarrollo, por otro lado, consistió en plasmar en las hojas aquello con lo que habían resonado.

Como cierre, se compartió en conjunto acerca de lo pensado, hubo ronda de miradas, y se terminó con una ronda de masajes entre sí, con el contacto como forma de sostén de las situaciones en las que padecieron la soledad.

Quinto encuentro en el local de APEX:

El objetivo en esta ocasión fue reconectar con vivencias y seguir descubriendo desde la experimentación con texturas, aromas, y experiencias. Parte de los materiales que se iban a utilizar eran pinturas caseras, por lo que se les comentó a las adultas cómo se hicieron para que pudieran crear estos materiales desde sus hogares, y que estos nuevos recursos invitaran a expandir la expresión más allá del taller. El caldeamiento consistió en realizar una ronda sentadas y con los ojos vendados o cerrados, e ir sintiendo suavemente las texturas y olores, mientras ambientábamos con música calma. Estos elementos sensoriales estaban compuestos por vela, pasto, café, té, jugo, entre otros. El desarrollo implicó realizar una producción acerca de cómo se conectaron con esa experiencia, utilizando las pinturas caseras. El cierre consistió en compartir sus impresiones, para luego terminar con una ronda de miradas, mientras nos abrazábamos. Como postcierre, se les entregaron pequeñas cajas para devolverlas en la instancia siguiente a alguna compañera, a modo de recordarse mutuamente.

Sexto encuentro en el local de APEX:

Esta instancia, a modo de caldeamiento, comenzó con un recorrido del nuevo salón que se utilizó ese año para el taller. Lo habíamos reacomodado con una línea de tiempo en las paredes, con cada una de las producciones de las participantes a lo largo del proceso del 2021. Como desarrollo realizaron la *instalación Spinoza* con la pregunta «¿qué quiero para el año que viene?»

La Instalación Spinoza es un modo, no una técnica, de concebir la composición de las relaciones sociales. Implica colocar en un centro dos sillas, una de pregunta y la otra de respuesta, con un auditorio nómada, que se detiene cuando las dos sillas están ocupadas. Quien pregunta luego pasa a la respuesta y espera a que alguien ocupe la pregunta. Quien responde, cuando termina, se une al auditorio (De Los Santos, 2010). En este encuentro, las participantes desplegaron su espontaneidad en la Instalación Spinoza, trabajando la grupalidad y su trayecto.

Como cierre, terminamos bailando con diversas canciones que las adultas mayores iban eligiendo, con la música de Julieta Venegas, Diego Torres, Gilda, entre otros. Finalmente, se entregaron las pequeñas cajas que habían intervenido en sus hogares y compartimos la

comida y bebida que habían llevado las participantes. Junto con Dafne, les entregamos bombones caseros y una tarjeta a cada una, en forma de despedida, mientras de su parte también recibimos obsequios de cierre.

Modificaciones de la experiencia a partir del taller de libre expresión en pandemia

Introducción

El espacio se vio profundamente afectado por la situación sanitaria, sus miedos, incertidumbres, restricciones, pero también por las nuevas posibilidades de pensamiento y acción que se presentaron. El aislamiento social recomendado era especialmente sugerido para las personas mayores, debido a los riesgos que conlleva el virus para su salud. Esto generó que las actividades en las que participaban los adultos mayores fueran parcialmente interrumpidas, impidiendo parte del encontrarse, la expresión y el compartir. Teniendo en cuenta la población que asistía al taller, y el momento sociohistórico que se estaba viviendo, se enfatizó en los cuidados del encuentro.

La situación sanitaria demostró que lo que sucede en una parte del mundo repercute en la otra; somos seres interdependientes, seres sociales. Más allá de lo dicho, habitamos actualmente una sociedad individualista, donde la consolidación del capitalismo debilita los lazos comunitarios, dificultando acciones transformadoras fundamentadas por un interés común (Montenegro, Rodríguez y Pujol, 2014). Este individualismo fue aún más notorio en tiempos de confinamiento, donde primaba el aislamiento, el miedo a contagiar o el miedo al otro como portador de un virus. Estas circunstancias atravesaron cada espacio, incluyendo al taller de libre expresión.

Del control y resistencias

Este subtítulo pretende englobar la tensión control-resistencias que la situación sanitaria generaba. La vigilancia de los cuerpos se acrecentó en este período, justificado por un virus amenazante; mientras, por otro lado, surgían grietas de resistencia que cuestionaban y enfrentaban el aislamiento de los seres sociales.

Desde la coordinación nos vimos atravesadas por la pandemia. Esta nos afectaba a todas, tanto institucional como personalmente. Como parte de la Universidad de la República encarnamos cierto rol de saber y poder, por lo que, retomando a Farrán, Singer

y Vignale (2020), se puede decir que, en el espacio de taller, y a través de las restricciones y protocolos necesarios, se participó de determinada vigilancia a los individuos, dentro de un dispositivo estatal y disciplinario.

Este encuentro, penetrado entonces por las lógicas de poder, saber y control, implica una lucha de poder entre todas las personas involucradas, y es donde, en más de una ocasión, las adultas mayores mostraron resistencias hacia las medidas de cuidados que se planteaban desde la coordinación.

Llevar a cabo el taller implicaba una gran responsabilidad, al trabajar con personas consideradas de riesgo frente a la situación sanitaria. Es por ello que en un principio se negó la presencialidad y luego, en el local de APEX, se dejaron de compartir comidas o bebidas. Se procuraba mantener distancias físicas, ventilar el ambiente y el uso de tapabocas y, en los momentos que fue posible, se trabajó al aire libre. Llegamos a estas medidas, por un lado por las declaraciones del Gobierno y, por el otro, por los cuidados que recomendaba el grupo de docentes de APEX, dada su experiencia en el trabajo en salud y con las personas mayores. Igualmente, en varias ocasiones, el control y la vigilancia hacia las participantes era también desde ellas mismas.

Desde mi experiencia como estudiante que coordinó, llevamos a cabo la asistencia, trabajando las angustias de las participantes, sus miedos y ansiedades, sus inseguridades, mientras nosotras mismas vivíamos con desconocimiento y afectación esta nueva situación.

En relación con lo dicho, es pertinente mencionar la noción de ser en situación de Carrasco (2010). El autor parte de la idea de que las personas somos inseparables de la situación en la que vivimos, lugar, momento, hechos, acontecimientos. Si traslado esto al transcurso por esta experiencia, puedo destacar que todas estábamos siendo afectadas por el contexto, tanto las adultas mayores como la coordinación.

Respecto a las adultas mayores, y como he mencionado anteriormente, han tenido que sufrir las consecuencias del aislamiento y las modificaciones en su interacción con el taller. Frente a la pandemia se restringió la participación en actividades sociales, más aún para esta población considerada de riesgo. Esto generó un alejamiento de la actividad física y social, afectando su calidad de vida (Sande y Capurro, 2021). Por fuera del espacio de taller, como alternativa al aislamiento, se implementó el grupo de WhatsApp, tan destacado por ellas y por la coordinación. El recurso del grupo de WhatsApp funcionó para estas personas en particular y les sirvió para acompañarse en un momento tan difícil.

Como se ha mencionado, las adultas mayores eran percibidas como población de riesgo, sus cuerpos eran vigilados y controlados con el fin de cuidar. A esto se suma el hecho de que muchas veces las personas mayores son discriminadas desde un

sistema capitalista, donde las vejeces ya no son consideradas productivas y útiles (Giglio, 2021).

Respecto a ello, Dabove (2020) hace mención a las desigualdades. Destaca el lugar de pasividad en que son ubicados los viejos y la discriminación por la edad, evidenciada en la falta de escucha a estas personas, en no dar la posibilidad de tomar sus propias decisiones, sino en que sean tomadas por sus familias. Como parte de la autocrítica y la reflexión, podría mencionar la postura que tomamos como coordinadoras al no aceptar en un principio la presencialidad de las viejas en el taller de APEX. Me pregunto qué hubieran preferido las participantes si hubieran tenido la posibilidad de optar desde el comienzo.

En contraposición con las restricciones que se imponían en la pandemia y que limitaban la autonomía de las adultas mayores, surge la posibilidad del grupo. Tal como menciona Maturana (2021) en su trabajo final de grado acerca de un grupo de adultas mayores, se propone al grupo como un espacio de encuentro, en el que se problematiza sobre emergentes relacionados al proceso de envejecimiento. A su vez, se fomenta la creación de redes y vínculos sociales.

De igual manera, el taller de libre expresión fomenta la autonomía de las adultas mayores participantes, mientras genera redes para resistir, y trabajar los aspectos discriminatorios hacia ellas.

Adaptaciones de la experiencia a partir del taller de libre expresión en pandemia

Las instancias domiciliarias implicaron que, junto a la docente, planifiquemos los encuentros; no solo la consigna, sino también cómo trasladarse a las casas, cómo responder dudas que surgieran *a posteriori* de la visita y cómo organizarnos en general.

Les comunicamos el cambio de modalidad de trabajo en/desde sus propias casas, mediante una invitación telefónica reforzada a través del grupo de WhatsApp. En esas llamadas, todas quisieron participar de las actividades, les explicamos la propuesta, pero también consultamos disponibilidad horaria y coordinamos las visitas a las casas.

Tomando en cuenta el contexto, es que se decidió trabajar desde las casas. El zoom no fue posible, porque no todas las participantes tenían acceso a internet y a una computadora. La propuesta que se llevó a cabo fue evaluada a lo largo de su desarrollo, y al finalizarla. Asimismo, pese a que enriqueció a las adultas al habilitarles seguir en contacto con el taller, durante el transcurso de esta debimos hacer pequeñas adaptaciones. Ejemplo de ello es que, como no todas comprendían las consignas al explicarlas por primera vez, tuvimos que

enviar días después un video volviendo a explicar o respondiendo consultas que les surgían haciendo la producción.

También nos cuestionamos si efectivamente esas instancias en las casas eran parte de un taller o una prolongación del espacio de socialización de este, para sostener el lazo social que estaba siendo vulnerado en el aislamiento. Personalmente, no considero que estas instancias individuales sean parte de un taller, sino que comprenden una experiencia que surge a partir del taller de libre expresión, y que deriva en esos encuentros.

Las propuestas domiciliarias fueron de forma asincrónica; se les planteaba la consigna en una visita a las casas, para que luego las adultas las hicieran. A través del grupo de WhatsApp iban compartiendo sus trabajos y sus dudas.

En las instancias en los domicilios, las adultas mayores realizaban las actividades de forma individual y, en algunos casos, se juntaban en duplas para trabajar juntas. El primer tramo fue de encuentros personales entre la coordinación y cada integrante, el cual permitía compartir espacios domésticos, cotidianos, y conocerlas y acompañarlas desde ese lugar. Estos encuentros desde sus hogares habilitaban a conocer y compartir parte de su intimidad. Las adultas mayores nos esperaban alegres, con comida o bebida para recibirnos, ansiando el momento de charla y compañía frente al aislamiento por el Covid.

Estos espacios facilitaron el encuentro cuerpo a cuerpo, distinto a la grupalidad, donde quizás no todas tenían siempre un momento para expresar todo lo que quisieran porque eran varias y el tiempo estaba determinado. En los domicilios, la instancia duraba lo que se requiriera en cada encuentro, hasta lograr explicar la consigna, responder dudas e intercambiar con las participantes. Generalmente, su duración era de veinte minutos en cada hogar.

Desde APEX, ellas elegían qué material utilizar dentro de las opciones que les sugerimos, mientras que, desde los hogares, pese a que también les brindamos determinados materiales, ellas mismas podían proveerse con lo que contaban en sus propios domicilios. Este nuevo elemento, creativo y novedoso, funcionaba como insumo para la autonomía de estas adultas mayores frente a la coordinación. No todas utilizaban materiales que tenían en las casas; la gran mayoría prefería los que nosotras les brindamos. Considerando lo dicho es que nos llamó la atención que en la vuelta a la presencialidad del local de APEX, en ningún momento trajeron materiales ellas mismas para trabajar; hay que destacar que la coordinación tampoco lo pautó.

Al pensar en los modelos de intervención puestos en juego a lo largo de esta experiencia, podría hacer una notoria distinción entre el modelo colectivo-participativo y el individual-domiciliario. El primero, con su dinámica grupal, implica trabajar en el lazo con otros, habilitando la demora para profundizar, preguntarse (Jasiner, 2008). Se podría pensar, entonces, que compartir grupalmente nos permite, apoyados en ese tiempo de

demora, resignificar la historia personal en comunicación con los otros. Tal como menciona Frechero (2004), al compartir la experiencia de vida con otros, esta se vuelve común.

Desde esta posición, y como destaca Lladó (2004), se entiende el trabajo grupal como una práctica que posibilita comprender que los modelos identificatorios a lo largo de la vida van cambiando. El grupo que sostiene da pertenencia, habilita en ese intercambio a recrearse y acompañarse en el proceso de vejez.

Por otro lado, el modelo de intervención domiciliario no implicó necesariamente un espacio grupal. Dafne y yo asistíamos a los hogares, pero no en calidad de grupo. Por ende, pese a que estuvo presente el vínculo coordinación-participante, no estuvo presente la intención de compartir la experiencia de vida desde la coordinación. Nos limitamos, desde nuestro rol, a acompañar, escuchar y sostener lo que se producía en el encuentro y a través de las propuestas.

Recursos técnicos

En las instancias domiciliarias el compartir ya no era en grupo, pero se mantenía la grupalidad a través de un video asincrónico, un cuaderno de memorias y el testimonio de las estudiantes. Vale aclarar que por video asincrónico me refiero a que cuando íbamos a las casas las filmábamos, y en la siguiente instancia, también desde los hogares y a través de esos videos, veían las producciones y comentarios de sus compañeras sobre el encuentro anterior, como una forma de tener presente al resto del grupo.

El cuaderno de memorias y los marcadores de libros con las producciones de ellas funcionaron como cierre de la primera parte de la experiencia, en las casas, y como forma de generar unidad al proceso, razón por la que el cuaderno se compartió en la primera instancia presencial.

Al mismo tiempo, también se presentó en ese reencuentro un video que fuimos filmando a lo largo de la etapa en los domicilios. En él mostramos las producciones, relatos e impresiones de las adultas mayores en ese período.

Respecto a estas modificaciones, en las entrevistas que realicé luego de la experiencia, Virginia menciona:

Si bien el rol siempre es habilitar, acompañando a las personas que puedan expresarse en lo que refirió a la pandemia, al no tener espacios grupales presenciales, el acompañamiento fue telefónico e individual, lo cual fue una gran diferencia al rol en el espacio grupal, perdiéndose el espacio de resonancias grupales... El principal riesgo era que la falta de continuidad hiciera imposible retomar para algunas personas.

Las participantes también tuvieron diversas opiniones:

Para mí cambió que estuvimos más directo... allá [en APEX] parecía que lo hacíamos rápido y en las casas nos explicaban más.

Era lo que surgiera en el momento... Hacía lo que me parecía y antes compartía con otras personas. De pronto, nos quedamos solos... perdimos seguridad.

Estas entrevistas *a posteriori*, acompañadas por la reflexión, me llevaron a cuestionarme sobre los tiempos del taller. Quizás estas participantes precisen más tiempo, necesitan que desde la coordinación nos detengamos en cada una de las integrantes, incluso al retomar la presencialidad en grupo. Esto se debe probablemente a la vertiginosidad con la que vivimos hoy en día, y el taller es una instancia propicia para cuestionar esos modos de vincularnos.

Actualmente habitamos una sociedad individualista, con lazos comunitarios debilitados por el capitalismo (Montenegro, Rodríguez, Pujol; 2014) que atacan lo colectivo. El neoliberalismo nos atraviesa, por lo que, tal como destaca Alvez (2021), en tiempos en los que «no hay tiempo», en los que pensar críticamente parecería una pérdida de tiempo, permanecer y asistir a un espacio-tiempo que permite el despliegue de afectaciones parecería atraer cambios paradigmáticos. Podría mencionar que, en cierta manera, las visitas a las participantes igualmente habilitaron la demora, el encuentro y un lazo comunitario que supera, enfrenta y se rebela frente al aislamiento.

Pero lo «rápido» de las producciones en el espacio presencial, ¿solo se relaciona con el tiempo que se disponía para la producción? Otros factores pudieron haber influido. En el espacio presencial, la presencia de las otras participantes probablemente produjo la necesidad de tiempo para ese encuentro, tiempo para el intercambio. En los domicilios, el tiempo de encuentro era con una misma, mientras que en el local de APEX era con una misma y con las demás participantes.

Por otro lado, otro factor que puede haber influido es el de los materiales. Mientras en los encuentros grupales los materiales eran compartidos y estaban determinados, en los domicilios, pese a ser menor la cantidad de materiales que brindábamos, estos podían utilizarse por más tiempo que en el local de APEX, así como también indagar en la búsqueda y utilización de otros materiales que tuvieran en el hogar.

De todas maneras, aún queda mucho más por cuestionarse, frente al retorno a la presencialidad del local de APEX y la demanda de demora de estas adultas en las instancias grupales.

Pese a lo dicho, en esa suerte de desconexión grupal durante las instancias domiciliarias surgió el grupo de WhatsApp como nuevo elemento diario, donde se mantienen en contacto y el cual sigue utilizándose hasta la actualidad. Frente a ello, varias de las adultas en las entrevistas *a posteriori* de la experiencia sostuvieron: «*La pandemia nos sirvió para unirnos todas... por WhatsApp... Se formó un grupo precioso... Todos los*

días sabemos unas de otras, eso es importante. No habíamos tenido nunca un grupo nosotras, el WhatsApp lo empezamos en pandemia».

Virginia también mencionó: *«Algo novedoso fue cómo algunas de ellas que se resistían al uso de la tecnología, aprendieron a usar WhatsApp, generando un espacio de contención y sostén diario».*

Cuando se trabajó desde el local de APEX la situación fue distinta, grupal, barrial, extradoméstica. Esas instancias implicaron cambios en relación con lo que fueron las instancias domésticas. El encuadre en esta segunda parte estaba más establecido, el tiempo estaba determinado y las dudas se resolvían grupalmente; ya no era una atención tan personalizada.

Como mencionaba Maturana (2021) en su trabajo final de grado acerca de un grupo de adultas mayores, se propone al grupo como un espacio de encuentro, en el que se problematiza sobre emergentes relacionados con el proceso de envejecimiento. Se fomentan las redes y vínculos sociales. Esto mismo sucede cuando retomamos las instancias grupales en el local de APEX.

Además, como ya he mencionado anteriormente en este trabajo, compartir grupalmente permite acompañarse y, apoyados en el tiempo de demora, resignificar la historia personal en comunicación con los otros.

El rol de la coordinación también cambió en el local de APEX. No era igual coordinar y planificar para una actividad grupal que para una individual, ni era igual el acompañamiento de las adultas mayores en grupo que a solas. La atención al grupo estaba dividida e incluso interactuaban, se ayudaban y acompañaban entre sí, mientras que en las casas esos roles los cumplíamos solo las coordinadoras. Esta idea me llevó a preguntarme si la transferencia que como coordinadoras teníamos en los domicilios era diferente a la que generamos en grupo, con la atención distribuida entre las participantes.

Álvarez et al. (2021), en *Acortando distancias: abordaje con personas mayores en tiempos de pandemia*, realizaron encuestas a las adultas mayores en pandemia que mostraron el predominio de los cambios en la autonomía, junto con el sentimiento de soledad por la poca participación en grupos, que fue el acompañamiento principal para varios.

Al volver a la grupalidad presencial está el otro, el igual como parte sustancial del trabajo, y, por ende, se genera otra autonomía que tal vez era más difícil de sostener en un mano a mano con las coordinadoras.

Durante la pandemia se restringió la participación en actividades sociales, más aún para población de adultos mayores considerada de riesgo (Sande y Capurro, 2021). En relación con lo mencionado, Dabove (2020) destaca el lugar de pasividad en que son ubicados los

viejos y la discriminación por la edad, al no dar la posibilidad de tomar sus propias decisiones.

En el retorno al local de APEX, las precauciones sanitarias continuaron. El compartir la comida o festejar los cumpleaños como instancia de conexión se evitaba o se hacía con mucho recaudo, pese al interés de las adultas mayores en continuar con ello, como lo hacían previamente. El uso de alcohol en gel y tapabocas pasó a ser habitual en cada contacto. A lo largo de los encuentros, estas prevenciones fueron variando; a medida que la situación sanitaria mejoraba, los recaudos disminuían.

Por ende, y tomando a Farrán, Singer y Vignale (2020), se puede decir que, en el espacio de taller, y a través de las restricciones, se participó de determinada vigilancia a los individuos.

Respecto a los temas que surgen en las instancias del taller, no hubo grandes diferencias entre las producciones desde los hogares con las que se realizaban en APEX, grupalmente. Por el contrario, sí hubo diferencias entre los temas antes de la pandemia y los que se notaban luego o durante el virus. Algunos temas se mantuvieron antes y postpandemia, como ser la discriminación a la vejez, el aislamiento, la inseguridad del ambiente. Sin embargo, el enojo o la angustia acerca del aislamiento o las inseguridades, se acrecentaron con la pandemia. Pese a ello, en varias ocasiones las adultas mayores mencionaron revalorizar la solidaridad y los grupos.

En las producciones surge continuamente la temática de la naturaleza, pero pese a que, según Virginia, este era un tópico frecuente antes de la situación sanitaria, el tema se resignifica por el aislamiento vivido en pandemia, por lo que las adultas mayores lo asocian con salir del «encierro».

También de parte de la coordinación, y retomando los temas de interés de las adultas mayores, se abordó la soledad como efecto de la pandemia en particular, pese a que, anteriormente, ya se había trabajado acerca de este tema.

Actualmente, y con la situación pandémica un poco más desarrollada y sin tanto miedo, es que podemos notar que las modificaciones de la experiencia a partir del taller nos atravesaron. Llevar las propuestas del taller a los hogares habilita posibilidades para las personas y para las situaciones que, a futuro, llegaran a requerir de este recurso.

De forma similar, el grupo de WhatsApp conformado durante la pandemia es ahora otra herramienta de comunicación, apoyo y acompañamiento entre la coordinación y las participantes.

Afectaciones de las adultas mayores durante esta experiencia

Atravesamientos

La situación sanitaria provocó que se plantearan varias medidas de prevención por parte del gobierno, tal como he mencionado anteriormente en el trabajo. Pero estas estrategias ante la pandemia han tenido consecuencias que trascienden lo biológico, lo cual afecta también a nivel social (Sande y Capurro, 2021).

Para los adultos mayores los recaudos eran más aún, por lo que se les restringió la participación en actividades sociales, por ser población de riesgo. Esto generó un alejamiento de la actividad social, afectando su calidad de vida (Sande y Capurro, 2021). La experiencia a partir del taller de libre expresión, más allá de que se vio afectada por las circunstancias, habilitó el intercambio.

Esos encuentros en las casas fueron una manera distinta de asistir, afectaron a ambas partes. Tomando como referencia las entrevistas a quienes participamos del proceso, destaco que varias adultas mayores mencionaron en las entrevistas que les hice, *a posteriori* de la experiencia, que las conversaciones que sucedían entonces las animaron, porque les permitía hablar con alguien:

«Me ayudó mucho la ayuda de las chiquilinas. Quedé completamente sola, mi familia estaba afuera... Era un rato que estaba más acompañada. Lo disfruté porque estaba esperando a que llegara eso, me sentí muy sola». Y, respecto al aislamiento, destaca: «Anímicamente, me entristeció muchísimo».

«El contacto con ustedes para mí fue valiosísimo, el contacto virtual a mí no me gusta... No estoy mucho con eso de la tecnología... Nos hace falta el contacto humano, más a nosotros que estamos solos. Aunque estuvimos encerradas, fue muy lindo...»

«Nos distrajeron mucho... Para mí, un entretenimiento y un aprendizaje, no agarraba un lápiz desde hace muchísimo... Se valoró mucho el tiempo que ustedes nos dedicaron». Por el contrario, otras tuvieron distintos sentires acerca de esa etapa de la experiencia:

«Me significó una falta bárbara, porque por más que hicimos trabajos en casa, el estar presentes se extraña».

Antes de regresar a la presencialidad, muchas se habían acompañado durante el aislamiento en pandemia, por lo que sus vínculos se habían visto fortalecidos desde ese lugar, y esto se notó en la dinámica del taller y en sus afectaciones.

Algo similar sucedió con el grupo de WhatsApp. En referencia a lo dicho, Dafne comenta:

Haber tenido el taller en pandemia las afectó positivamente, no solamente lo que generamos en los encuentros, sino también que ayudó a generar un

sentido de pertenencia a APEX, un sentido de grupalidad... Las adultas siempre hablaban muchísimo del grupo de WhatsApp... Fue una herramienta que permitió que continúe el contacto entre ellas y las actividades... Facilitaba el intercambio, el tener una excusa para hablar y a partir de ello generar otras cosas... Sin duda que la pandemia fue un impacto fuerte y fue un impacto negativo, porque provocó aislamiento, pero yo creo que las intervenciones en sí afectaron positivamente.

El grupo resistía al aislamiento, buscaba mantener los lazos, la grupalidad. Tanto el acompañamiento presencial entre ellas como el grupo de WhatsApp enfrentaban el individualismo que atraviesa la sociedad actual, individualismo que resalta en épocas de pandemia, donde el contacto físico puede ser peligroso.

Pero somos seres interdependientes, seres sociales, más allá de habitar una sociedad individualista donde se debilitan los lazos comunitarios (Montenegro, Rodríguez y Pujol, 2014). Pese a la sugerencia de aislamiento —enfaticado para las adultas mayores—, el miedo y la incertidumbre, en estas viejas permanece lo social.

Cuando se planteó el regreso a la modalidad presencial, pese a que todas tenían interés en retomar, muchas tenían miedo de regresar a APEX. Varias no salían de sus casas hasta aquel momento, y se cuestionaban principalmente acerca de cómo se trasladarían. Al respecto, pronunciaron: «Realmente, no podíamos salir de casa y pudimos concurrir... Eso nos permitió estar en contacto... Eso tan hermoso que tenemos, podemos expresarnos».

Ciertos roles, características de las personas y del grupo, y el tipo de actividades que se realizaban, se mantenían medianamente similares a los años anteriores, según Virginia.

Al reencontrarse notaron que el taller de libre expresión se había modificado, había cambios en el encuadre, pero también todas estábamos modificadas y afectadas por la situación sanitaria vivida y que aún continuaba. Estas afectaciones se veían reflejadas no solo en la propuesta del taller, sino también en las temáticas que se traían, modificando, a su vez, la dinámica de este.

Tal como he mencionado anteriormente, podría tomar la noción de «ser en situación» de Carrasco (2010) para comprender las afectaciones del taller en el retorno a la presencialidad. El autor parte de la idea de que las personas somos inseparables de la situación en la que vivimos, lugar, momento, hechos, acontecimientos (Carrasco, 2010). Por lo tanto, quienes participamos y afectamos los encuentros en el local de APEX estuvimos necesariamente atravesados por la situación sanitaria, la cual entonces transformó al taller de libre expresión.

De parte de las adultas mayores, sin embargo, más allá de destacar los cambios, y cómo estos las afectaron, también mencionaron como constante:

Creo que lo que más rescato es el afecto que he recibido del grupo de APEX y del grupo de estudiantes... Creo que lo que más rescato es la preocupación que han tenido, así que muy agradecida por el tema humano... Lo que siempre estuvo fue lo humano.

La constante queda más evidenciada frente a la incertidumbre de la pandemia; no se perdió «lo humano».

Los temas de la experiencia a partir del taller

La situación sanitaria y todos los otros temas que ella implicó, como el aislamiento, el encierro, el miedo y la incertidumbre, fueron asuntos frecuentes para todos los que participamos de la experiencia.

Se planificaba con base en lo que se buscaba abordar, tomando en cuenta la situación de crisis por la que se estaba pasando, las características del grupo, pero también a través de lo que el grupo mismo manifestaba en los encuentros.

Se comenzó trabajando acerca de la pandemia por Covid-19 y todo lo que ella conlleva. Luego se enfatizó en particular en la soledad, las fortalezas de cada una y, finalmente, se realizaron encuentros acerca de la experimentación en la expresión. Pese a que esto último estuvo presente a lo largo de cada instancia, se profundizó más en una de las reuniones.

De todas formas, en esta sección me centraré en indagar sobre la pandemia y sus efectos, la soledad y las fortalezas. Esto es debido a que la experimentación en la expresión, los cierres y los inicios, que también se abordaron y se vieron atravesados por el contexto, no son particulares a esta situación en la cual enfoco mi trabajo, sino que son temas constantes de los talleres a lo largo de los años.

Las participantes manifestaron en las entrevistas *a posteriori* cómo se afectaron por la pandemia. Lo que mencionaron en esos encuentros se asemeja bastante a lo que habían plasmado en las producciones durante la experiencia. En esta destacaron en varias ocasiones tener ganas de «patear el virus» y sus efectos, aunque cada una lo enfrentó diferente según sus redes y sus historias familiares.

Compartir entre todas lo que les generaba la pandemia fue favorable para su salud. Tal como mencionan Sande y Capurro (2021), estos espacios para personas mayores favorecen la construcción de redes sociales y son un gran apoyo ante situaciones de crisis.

Otro de los temas abordados, y que se relaciona a su vez con la pandemia, es la soledad. Tal como se destaca en *Trabajo social contemporáneo en tiempos de pandemias: nuevos desafíos a la intervención gerontológica* (Sande y Capurro, 2021), la soledad «es la sensación subjetiva de tener menor afecto y cercanía de lo deseado en el

ámbito íntimo (soledad emocional), de experimentar poca proximidad a familiares y amigos (soledad relacional) o de sentirse socialmente poco valorado (soledad colectiva)» (Gené-Badia et al., 2016, párrafo 4).

Pese a que anteriormente se trabajaba en la temática de la soledad en la vejez, ya que gran parte de las participantes viven solas o son viudas, durante la crisis sanitaria el tema cobró otra relevancia al aislarnos de forma preventiva.

En varias ocasiones se manifestaron respecto de este asunto, e incluso se dedicó un encuentro completo al tema de la soledad. En él, por un lado, algunas mencionaron que como ya vivían solas, el aislarse y la pandemia en general no les significó gran cambio, mientras que, para otras, pese a estar acompañadas, sintieron la soledad. Otras adultas mayores sí mantenían contacto con la familia antes de la pandemia, pero durante el 2020 y el 2021, perdieron gran parte de ese contacto.

Destacaron en el taller, y lo reiteraron en las entrevistas, que el grupo, los encuentros, e incluso el grupo de WhatsApp las ayudaban a transitar la situación sanitaria y la soledad que esta generaba. Vale aclarar que el grupo de WhatsApp funcionó como sostén de grupalidad en el contexto de pandemia. Antes no habían tenido necesidad de él.

Todas, menos una, tenían acceso a la tecnología. Varias de ellas antes de la pandemia no manejaban WhatsApp y pudieron aprender a usar la herramienta para comunicarse. Para la mayoría, el grupo del taller de libre expresión es su único grupo de WhatsApp.

Finalmente, se profundizó acerca de las fortalezas de cada una de las participantes como forma de enfrentar los conflictos. Lo dicho apunta a la promoción de la salud, entendiendo a esta no solo físicamente o como ausencia de enfermedad, sino tomando a la salud como aquella que favorece el bienestar de la persona de forma integral (Calatayud, 2009).

Contribución a la salud de las adultas mayores durante estos encuentros

Para preguntarnos acerca de las contribuciones a la salud de las adultas mayores por parte de esta experiencia, considero pertinente comenzar recordando la definición de salud que plantea la Organización Mundial de la Salud (2022). Esta la destaca como «un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no simplemente la ausencia de enfermedad o afección».

Además, es relevante destacar la ley 18.211 (Uruguay, 2007), la cual forma parte de la construcción del Sistema Nacional Integrado de Salud. Esta ley se basa en niveles de

atención a la salud, como forma de organización. Busca descentralizar los servicios y asegurar la participación de la comunidad. Además, se destaca por el interés en la cobertura universal, la atención integrada de salud y la estrategia de atención primaria en salud. Esta ley, como podemos notar, se relaciona directamente con la definición de salud; enfatiza en una salud integral, abarcando a la persona en general, evitando concentrarse únicamente en lo físico.

Si pensamos en esta experiencia a partir del taller de libre expresión, podemos visualizar varios de estos aspectos vinculados a la salud; como que invita desde su planteo a la atención psicológica y la promoción de salud, y brinda un espacio grupal de expresión. Permite el intercambio, la empatía y la escucha con mujeres de edades similares. Estimula, además, el desarrollo del proceso creativo, dando lugar y sentido a emociones y sentimientos. Contribuye también con el envejecimiento saludable, tratando de flexibilizar frente a los cambios.

Favorece también la posibilidad de proyectos en la vejez y la reconstrucción de identidad. Esto último es considerado naturalmente inviable, menciona Lladó (2004), ya que muchas veces se toma a la identidad como estancada, cuando realmente su construcción es permanente.

Durante la pandemia, atender la salud de las personas fue indispensable, surgían nuevas angustias e incertidumbre frente a una nueva situación. Esta experiencia a partir del taller permitió atravesar ese momento de miedo, aislamiento y tensión frente al virus, más aún sumado al hecho de que eran consideradas población de riesgo. El encierro preventivo en las casas, además, suscitó conflictos internos y externos respecto a la convivencia o el aislamiento. Por ello, se abordaron temas como la soledad, la pandemia y las fortalezas, lo cual favoreció el atravesamiento del contexto individual y social.

Varias integrantes del grupo ya vivían solas. La mayoría eran viudas, otras estaban acompañadas, pero en todas se observa que la pandemia les quita cierta autonomía, dadas las medidas de prevención. Se entiende por *autonomía* a la capacidad de decidir cuándo no hay coacción externa. Se dispone de los recursos que se necesitan y se está en circunstancias que permiten aprovecharlos (Huenchuan y Rodríguez, 2014).

En este caso, las medidas sanitarias limitaron la participación en diversas actividades y el acceso a determinados servicios. La existencia de estos ámbitos de participación, destacan Sande y Capurro (2021), beneficia a las personas mayores, ya que apuntan a reducir el aislamiento en el que se encuentran muchas de ellas y mejora la calidad de vida en términos generales.

Por lo dicho, es que se decidió dar lugar a expresar y abordar desde este espacio cómo se llevó adelante la pandemia, qué áreas se modificaron, qué es lo positivo que esta nos dejó —si es que así lo hizo—, la soledad, favoreciendo tratar conflictos típicos de la edad,

pero también respecto de la pandemia, las fortalezas y recursos frente a los conflictos, expectativas y ansiedades de la presencialidad.

Asimismo, desde la perspectiva de las adultas mayores, en las entrevistas que les realicé *a posteriori* se menciona su experiencia a partir del taller en pandemia de la siguiente manera:

He tenido muchos problemitas emocionales y precisé mucho de los talleres. La pandemia me empeoró muchísimo... Hacer los trabajos nos mantenía ocupadas. Me ayudó porque yo tenía más comunicación, vivo con mi nieto, pero como él trabaja, estoy sola todo el día... Está bueno porque tenemos la misma edad, entonces pensamos lo mismo. Me ayudó mucho, sí, a entender muchas cosas... porque fue con compañeras de mi edad, todas colaboramos con las experiencias.

Además de las personas mayores, las estudiantes destacamos:

Creo que fueron positivos... La pandemia implicó aislamiento social y tener estos intercambios donde poder generar un grupo, un sentido de pertenencia, un intercambio... En la perspectiva de salud, las ayudó muchísimo... Y también el estar acompañadas, porque sabemos que más allá de estos encuentros y de los talleres, después también ellas se llamaban por fuera de los talleres y se acompañaban, y eso también ayuda mucho desde la salud.

Y Virginia, coordinadora, menciona:

El taller de libre expresión es un espacio de contención y sostén mutuo para ellas (así lo percibimos y así lo expresan también), en donde el vínculo trasciende el espacio de encuentro, incluso, la tarea. Es dicho por muchas de ellas, un espacio en donde se sienten respetadas, no juzgadas, con libertad de poder expresarse. En estos años he visto cambios significativos en ellas, incluso, he podido observar la remisión de sintomatología asociada a la depresión, a partir de lo trabajado en el espacio del taller y de la posibilidad de generar nuevos sentidos.

El retorno al espacio físico de APEX fue entonces muy cuidado. Al comienzo, concurrir a las casas implicaba un momento de escucha y compartir dentro de tanta soledad y aislamiento, y de a poco se fueron reencontrando con la dinámica, la reflexión, la grupalidad, las texturas, la escritura y la expresión. Conectan con su infancia, con experiencias, plasman frustraciones, enojos, pudiendo esto contribuir a su salud.

En relación con la vuelta a la presencialidad, las participantes mencionan: «Servía porque uno en cierto modo está en contacto con el equipo de APEX, pero no es lo mismo». Cuando ya estaban todas juntas, el tránsito del taller se dio diferente a como se daba la experiencia desde las casas. Al compartir un mismo espacio presencialmente, se habilitaba

la oportunidad de ayudarse entre sí, de compartir y expresarse, algo tan saludable e indispensable para las personas.

Más adelante, a medida que la situación sanitaria iba mejorando, fue el contacto físico lo que enriqueció aún más el encuentro, permitiendo el sostén, aliviando angustias y conteniendo, mientras fortalecía al grupo.

Las restricciones y medidas de cuidado fueron diferentes a lo largo de la vuelta a la presencialidad. En un comienzo, todas las participantes concurrían con tapabocas, y algunas con alcohol, para usarlo frecuentemente. Progresivamente, fueron dejando de usar el tapabocas y el alcohol, aunque de parte de la coordinación la insistencia en las medidas sanitarias se mantenía. Ejemplo de ello es que seguíamos insistiendo en que no era posible llevar comida para compartir. Al comienzo, todas respetaron esa restricción, pero luego, y principalmente al cierre del taller, varias concurren con comida para compartir.

Por ende, y retomando las posiciones de la OMS y la ley respecto a la salud, se reconoce a la experiencia a partir del taller de libre expresión, alentando a la prevención y la promoción de la salud, entendiendo que esta va más allá de la ausencia de enfermedades y dando lugar a las conductas saludables, superando lo biológico como centro, al trabajar en un nivel social y psicológico.

A su vez, este abordaje forma parte de la atención integral de la salud y se enfoca en la atención primaria en salud. La última busca que los servicios estén al alcance de todos los individuos, promoviendo la participación e instalando los servicios en las vidas cotidianas de la gente (Declaración de Alma-Ata, 1978), lo cual nuevamente cumple con lo establecido en la ley.

Confrontación a los imprevistos de la experiencia a partir del taller, por parte de la coordinación

Podríamos considerar que el comienzo del taller se vio afectado por el gran imprevisto de la pandemia, que no solamente nos afectó como coordinación, sino también nos involucró a todas las personas, más allá de participar en esta experiencia.

Al intentar enfrentar, o más específicamente, convivir con ese primer imprevisto de la pandemia, notamos que trasladar el taller a la virtualidad no era posible. No solamente era difícil trasladar una dinámica grupal, corporal, que requería de materiales y relacionada con la expresión, a la virtualidad, sino que también era dificultoso hacerlo cuando la mayor parte de sus participantes no manejaban Zoom o videollamada, o que incluso por WhatsApp no todas podían participar.

A esto se sumaba el hecho de que ellas eran población de riesgo, por lo que la situación se agravaba aún más, y realmente hacía imposible la exposición de forma precavida. Virginia, rememorando la intervención desde el comienzo de la pandemia, señala en las entrevistas *a posteriori*:

Durante el 2020, fue un ir adaptándonos todas a la situación, novedosa también para el equipo... Algo positivo, sin dudas, es el equipo de trabajo del cual formo parte. Aunque sea la única responsable de la coordinación, el pienso siempre es colectivo y las decisiones las tomamos en conjunto.

El *encuadre* se entiende, de acuerdo a Rodríguez (1995) en *Dispositivo y encuadre*, como aquel que enmarca, contiene el tiempo y el espacio donde los sujetos se encuentran. Refiere a lo inmutable y constante, y organiza la experiencia y el pensamiento en tal encuentro.

De todas formas, este concepto también incluye variables, hay movimiento dentro del encuadre. Me pregunto, entonces, de qué manera se desarrolló el encuadre dentro de los encuentros, tanto en los hogares como en el local de APEX, y si es que lo hubo. Considero que en las instancias grupales este estuvo más establecido, los horarios estaban pautados y ya se habían estipulado desde antes de la pandemia. Asimismo, en las visitas domiciliarias los horarios eran más flexibles, ya sea en la hora de llegada como en la duración, pese a que se establecía mínimamente el día y un horario aproximado. Las condiciones no eran las mismas, la situación era nueva, dependíamos del chofer, de que no coincidiera con las actividades que tenían las participantes ese día, etcétera. Además, desde las casas era más difícil estipular las constantes; el espacio no era institucional, sino que era el hogar de una persona.

Si me pregunto ahora acerca de esa experiencia, seguramente muchas de las ideas que habíamos pensado en aquel entonces ya no las pensaría, así como tampoco hubiera sido posible pensar antes lo que reflexiono hoy.

Las estrategias de trabajo se vieron atravesadas por lo que sucedía en aquel entonces. Nos planteamos concurrir a las casas y que las participantes no tuvieran que ir a APEX, porque las condiciones del momento así lo sugerían. Las vacunas recién comenzaban a aplicarse en Uruguay, por lo que, pese a que la situación se inclinaba a mejorar, aún había inseguridad frente a los contactos grupales. Además, y como he mencionado ya varias veces, la población de personas mayores era considerada de riesgo.

Hoy, sin embargo, pese a que aún hay socialmente un resguardo del virus hacia las adultas mayores, el mismo ya no es desconocido. Además, puedo cuestionarme qué parte de todo el cuidado hacia ellas era infantilización y discriminación hacia la vejez. La posibilidad de vacunarse está instalada e incluso ya no hay más emergencia sanitaria. Es

por ello que imagino que las decisiones estratégicas que se hubieran tomado actualmente hubieran sido completamente distintas.

Respecto a la discriminación hacia la vejez, podría destacar que la figura del viejo se basa en ideas de improductividad y deterioro (Mesquita de Oliveira et al., 2016). Se termina promoviendo que las relaciones que se dan entre los adultos mayores y las personas de su entorno se modifiquen de relaciones recíprocas a unidireccionales, en donde las personas mayores son solamente receptores de ayuda para su vida diaria (Fuentes y Osorio, 2020).

Esta discriminación al viejo, solo por su edad, se relaciona directamente con lo planteado por el Ministerio de Salud Pública-MSP (2020) en su *Guía de recomendaciones para las personas mayores con relación al COVID-19*, donde indica que las personas mayores de 65 años se encuentran más propensas a contraer el virus. Por ello recomienda permanecer en sus casas, para evitar el contagio y solicitar ayuda a personas de confianza. Tomando en cuenta esto, es que me cuestiono si los encuentros en los hogares, pese a buscar cuidar a las participantes, implicaron una forma de discriminación a las adultas mayores, impidiendo su participación presencial en el local de APEX por la condición de su edad.

Otro elemento a analizar es el acceso a Zoom, internet, WhatsApp. En ese momento, pensamos en poder llevar a cabo el taller a través de Zoom, pero no todas manejaban la herramienta o tenían acceso a internet. Sin embargo, sí fue posible acompañar el proceso mediante el grupo de WhatsApp. Frente a esto, pienso que quizás en otro momento no hubiera sido posible comunicarse por WhatsApp o que incluso más adelante en el tiempo, ese mismo grupo de viejas¹ quizás manejaría Zoom o internet.

Vale destacar que el término *viejas* se utilizaba diariamente en el taller por parte de las mismas participantes, por lo que en este contexto se entendía al concepto desde el empoderamiento, y no de forma despectiva.

En 2021, las posibilidades de acción de la coordinación eran unas, funcionaban con base en lo que pudiéramos hacer, a las condiciones del momento y a lo que las adultas plantearan.

De todas formas, concurrir a los domicilios habilitó determinados pensares, permitió conocer sus cotidianidades e intercambiar desde un lugar más personalizado. Una de las grandes dificultades de la etapa en las casas fue el hecho de no poder compartir lo producido, por lo que decidimos realizar un video para mostrarles a todas al volver a la presencialidad, junto a un cuaderno con mensajes entre ellas. Para las que no iban a

¹ Vale aclarar que utilizo la palabra *viejas* en principio, por motivos académicos, con el fin de no reiterar tantas veces en el trabajo las palabras *adultas mayores* o *personas mayores*

continuar con el taller en el local de APEX, el video les iba a ser mostrado en sus hogares, pero para nuestra sorpresa, todas continuaron de esa forma, por lo que compartimos en persona tanto el video como el cuaderno.

Al volver a la presencialidad, todo era incierto. Manejamos el gran imprevisto de la pandemia con apertura para trabajar los temas que fueran surgiendo y retomando lo que ya habíamos abordado desde las casas, las ansiedades de la vuelta, compartir los sentimientos vividos durante el aislamiento forzado y todo lo que fuera necesario. Asimismo, el grupo muchas veces manifestaba resistencia frente a las medidas de prevención, por lo que, desde la coordinación se remarcaba el encuadre amablemente.

Pero, más allá de los efectos de la pandemia, seguían sucediendo determinadas situaciones que funcionaban como imprevistos, desde los talleres anteriores. Ejemplo de ello es la no comprensión de la consigna o el rechazo hacia esta, por lo que pueda movilizar, o hasta incluso la ansiedad que pueda producir de cualquiera de las partes.

Respecto a la vuelta a la presencialidad, es que las adultas mayores destacan: «Todo con protocolo, ¿no? Como corresponde, las distancias, tapabocas, la higiene. Todo bien, todo coordinado, afuera, sobre todo, al aire libre. Fueron muy cuidadosas con todas nosotras ¿Qué más podían hacer?».

«Ellas (las coordinadoras) tuvieron que adaptarse a ustedes y reinventarse, para podernos brindar a nosotros toda esa cantidad de cosas... Evidentemente que la cabeza de toda la coordinación depende de la gente capacitada que tiene el APEX...»

Esa capacidad humana y técnica está para poder hacer frente cuando se pudo, cuando tuvieron permiso, cuando pudimos reencontrarnos.

En un nivel más general, y vinculando con el apartado de implicación, podría decir, desde la perspectiva del conocimiento situado (Balasch y Montenegro, 2003), que todas las aportaciones de las adultas mayores eran imprevistos, influían y afectaban lo planificado o me interrogaban acerca de cómo debía reaccionar para hacerlo de la mejor manera. Asumir el rol de la coordinación, nuevo para mí, me provocaba ansiedad y ganas de huir de este. Podría vincular mi miedo o ansiedad frente al nuevo rol como coordinadora con lo que Pavlovsky et al. (1976) mencionan en *Las escenas temidas de un coordinador de grupos*. En este texto se desarrolla la idea de las escenas temidas del quehacer profesional del coordinador, las cuales encubren sus propias escenas conflictivas personales.

De todas maneras, es un grupo que se conoce mucho y se respeta, y la coordinadora tiene experiencia con ellas y en los talleres de libre expresión con adultas mayores y coordinando grupos. Por lo tanto, el acomodarse a situaciones nuevas se sorteaba con naturalidad.

Finalmente, considero relevante mencionar que hubo diferentes circunstancias que modificaron la propuesta. La coordinadora no pudo concurrir por motivos de salud, pero no por eso se suspendieron los encuentros; se tomó la decisión de seguir el acompañamiento a través de la invitación a participar puntualmente en otros espacios de APEX. Ejemplo de ello fue cuando acudieron a una recorrida por las intervenciones urbanas por los derechos de las vejees, y, en otra ocasión, armaron cometas junto a otras estudiantes de psicología para una actividad con niños.

Implicación

Como he mencionado en apartados anteriores, el campo de la psicología es una práctica intersubjetiva y no objetiva, donde no hay un objeto discreto que permita la objetividad, sino que se trata con humanos que interactúan cargados de afectividad, generando implicación, aquello a lo que estamos sujetos (Ardoino, 1997). Lourau (1975), por su parte, define la implicación como un conjunto de relaciones, ya sea conscientes o no, existentes entre el actor y el sistema institucional.

La implicación se vincula fácilmente con el concepto de reflexividad de Guber (2011), mencionado anteriormente, y que implica la conciencia del investigador sobre sí y sus condicionamientos sociales, además de destacar el encuentro de reflexividades que se da en la interacción de quien investiga y los sujetos que participan de la investigación (Guber, 2011). Reflexividad que es posible tener de ambas partes, ya que nos estamos refiriendo al vínculo entre personas, cada quién con su historia, sus proyectos, sus afectaciones.

Ambas nociones dan lugar a pensarse en el trabajo con seres humanos, impulsan a la reflexión acerca de la influencia en el otro y la afectación del otro en uno, permite concientizarnos un poco más sobre lo que sucede y lo que nos sucede, pese a permitirnos reconocer que la objetividad y neutralidad no serán posibles nunca de alcanzarse totalmente.

Más allá de entender que la objetividad en los vínculos no era posible, por momentos sentí cierta tensión entre tratar con personas y hacerlo desde un lugar académico, el cual siempre asocié con la neutralidad. Desde el primer momento noté que eso no era viable, por lo que mediar entre las relaciones humanas, y tratar de ser objetiva sin serlo, fue un gran desafío. Este dilema acerca de la objetividad y subjetividad con los otros fue duramente criticado y cuestionado por Freire (2005) en *Pedagogía del oprimido*. Dicho autor se centra en pensar una pedagogía liberadora contraria a la educación bancaria que usualmente solemos frecuentar. Esta última ve a los sujetos como objetos estancos, por lo que no cabría lugar para la subjetividad. En contraposición, Freire menciona que la verdadera reflexión se encuentra en la praxis con los otros, anexando la objetividad a la subjetividad, para poder llevar a cabo la praxis en cuestión. Él consideraba que, por separado, ni la subjetividad ni la objetividad eran suficientes para entender la realidad.

El concepto de *conocimiento situado* por Marcel Balasch y Marisela Montenegro, se relaciona estrechamente con lo planteado por Freire. Esta epistemología, desarrollada anteriormente en el trabajo, comparte la idea de la reflexión con el otro, sugiriendo la necesidad de articular la mirada con otras posiciones, dada la parcialidad de esta.

Por ende, no habría descripciones totales de la realidad sino que la objetividad, nuevamente cuestionada, dependerá de la responsabilidad política con la que se articulan las posiciones con los otros.

Retomando la experiencia que me compete describir, vale mencionar que esta se enmarcó dentro de la práctica de la Licenciatura en Psicología de cuarto año. Anteriormente nunca había tenido la posibilidad de profundizar en la temática de la vejez, por lo que estos encuentros me permitieron aprender del tema, de forma participativa y en un contexto natural.

Me interesó el hecho de formar parte del desarrollo de un dispositivo taller; siempre estuve vinculada como participante en talleres relacionados con el arte y la expresión. Por lo tanto, naturalmente me interesaba, pero nunca había tenido la experiencia de poder vincularlo con psicología, o ubicarme desde otro rol, desde la coordinación. También me interesaba ampliar mi formación, no solo por lo dicho, sino también por ser una práctica y taller anual, cumpliendo un proceso más largo y enriquecedor que las materias semestrales que solemos tener en facultad.

Considero que esta experiencia me enriqueció de diversas maneras; entre ellas, creo que me permitió entender desde lo práctico a la psicología de la salud, enfocando desde la prevención y promoción de este primer nivel de atención en salud. También me brindó la oportunidad de trabajar en equipo, con la docente y la compañera, resolviendo cómo adaptar lo planificado a lo que iba sucediendo en el quehacer cotidiano. Favoreció conocer el territorio y su historia y cómo este influye en las participantes y marca el taller, sobre lo que es un taller y la libre expresión, cómo se mezcla la participación de estas adultas y su creatividad con lo planificado previamente desde el equipo, y la forma en que todos estos encuentros se modificaron con la restricción de contacto físico por pandemia. Luego, también noté que me dio experiencia y conocimiento acerca de los grupos de mujeres y lo que estos implican, sus alianzas, sus conflictos, sus particularidades y sus diferencias.

Pese a ser el taller una experiencia favorable a los aprendizajes, es relevante mencionar que me cuestionó también en mi propia deconstrucción. Haber participado de esta experiencia aportando desde la coordinación, pienso que me permitió desmitificar las ideas previas acerca de ese rol.

Sentía la exigencia académica de lograr la objetividad en el quehacer como estudiante de psicología, pero, por el contrario, y tal como he estado nombrando anteriormente, trabajar con personas me implicó, me situó en vínculos intersubjetivos. Entonces, y volviendo a Freire (2005), se piensa en la praxis, con el otro como sujeto de conocimiento, y quien cuestiona por ello la objetividad, reclamada a lo largo del tiempo, posicionándola como un desafío.

Siguiendo con este concepto, pero focalizando aún más en el rol de coordinación, es este mismo autor quien también se pregunta por el liderazgo de los grupos, el cual no puede pensar sin las masas y debe lograr en ellas el objetivo de la organización para una pedagogía liberadora.

Visualizar lo dicho durante el proceso que sistematizo me generó ciertas rupturas de pensamiento en relación con las ideas previas con las que contaba antes de esta experiencia. El rol de la coordinación principal, llevado a cabo por Virginia, demostró en el trato con las adultas la búsqueda constante de la reflexión y la autonomía en ellas. Este espacio, desde su planificación, entiende a las personas participantes como sujetos, influyentes y cuestionadoras, modificando y modificándose. Ejemplo de ello es que continuamente se recreaba la planificación por lo que iba surgiendo de las participantes del taller.

Esta experiencia permitió vivenciar al otro como sujeto de conocimiento, tal como planteaba Freire, y a través de la extensión universitaria, entendiéndola en este caso como el intercambio entre representantes de la universidad y las participantes del taller. Comprendí que había más opciones en el accionar como psicóloga, que los grupos podían ser más allá de quien los coordinara, y visualicé en la práctica que la búsqueda de objetividad se ponía en cuestión, frente a los sujetos participantes y pensantes.

Más allá de lo aprendido en la práctica, y lo mucho que aún queda por aprender, quisiera destacar la visión con la que contaba antes de transcurrir por esta. De todas formas, considero que mis recuerdos de aquel momento están condicionados por lo que atravesé después y lo que soy ahora, pero intentaré hacerlo.

Siempre conviví con mis abuelos, adultos mayores que fueron mis referentes y realizaban sus actividades de forma autónoma, más allá de la familia. Esto lo valoro principalmente en mis abuelas que, como mujeres y viejas, cargaban además con los estigmas.

Ejemplos de estos estigmas han surgido en el taller a través de las participantes, quienes muchas veces manifestaron haber sido tratadas de forma despectiva por ser viejas, considerándolas depresivas o feas, hasta incluso, por momentos, llegar a apropiarse de esas ideas.

Trabajar con mujeres y para mujeres cuestionó mi propia implicación desde ese lugar, cómo me afectaba la visión de la mujer y su proceso de envejecimiento, mientras existo como una. García Dauder (2021), acorde a esta idea, destaca que no solo las emociones afectan al proceso de investigación, sino también el proceso de investigación.

Me vi en la situación de tratar con personas afectadas por la pandemia el encierro que esta generó, los miedos, las preocupaciones, mientras que yo misma me veía implicada en

el tema, que sucedía en simultáneo para todos, más allá de que no afectara a todos por igual.

También destaco, como desafío, el habernos vinculado con este grupo de esta forma, diferente a un vínculo de abuela-nieta, sino con ellas como protagonistas de un taller de libre expresión. Pese a estar estas adultas mayores acostumbradas a tratar con estudiantes como observadoras del taller, por momentos se colaban, de ambas partes, sentimientos y asociaciones con nietos y abuelos.

Se ponen en juego la transferencia, la contratransferencia, la soledad, la falta de nietos y la historia de vida de cada una.

Como nieta e hija, y la importancia que eso tiene socialmente y a nivel personal, me vi atravesada por distintas emociones a lo largo de la experiencia. A nivel general, podría destacar una contratransferencia positiva, que logró favorecer el encuentro, cargado de afectividades y compuesto también por transferencia positiva de parte de las personas mayores. Era inevitable para cualquiera que participara de esta experiencia verse sumido en la implicación, mientras se brindaba a un espacio intersubjetivo, expresivo y receptivo.

Registrar y trabajar lo que iba sucediendo favoreció un análisis crítico del trabajo, pudiendo canalizar las emociones donde se debía e intentando no afectar el espacio de estas adultas, favoreciendo el acompañamiento de estas. Considero que la autorreflexión es siempre pertinente, y colabora.

Sin ánimos de escribir únicamente acerca de lo positivo de esta experiencia, creo relevante destacar la valentía con la que estas mujeres habitaron el espacio en cuestión. El 2021, fue un año particular para ser vieja; la pandemia que transcurría invitaba al aislamiento en los hogares, más aún el de las personas mayores consideradas población de riesgo. Frente a esta situación, estas mujeres, pese a tomar los resguardos necesarios para cuidarse, pudieron brindarse al proceso, a sus compañeras y a ellas mismas.

Me permitieron descubrir, a través de esa fortaleza, a mujeres valientes y autónomas que, movilizadas en grupalidad, enfrentaban sus afectaciones, particularmente, en un momento tan especial. Esto dio lugar a entender, dentro de lo posible, aún más a mis propias abuelas como mujeres independientes, más allá del rol que ocuparan como abuelas o madres. Me mostró esperanza entre tanta angustia por el encierro y una mirada positiva de las diversas vejezes.

Consideraciones finales

Tomando en cuenta la incertidumbre que la pandemia generaba y las interrogantes que provocó, es que se piensan como ejes de análisis las modificaciones de la experiencia a partir del taller durante la pandemia, las afectaciones de las adultas mayores durante esta experiencia, la contribución a la salud de las adultas a lo largo de estos encuentros y la confrontación a los imprevistos de la experiencia a partir del taller, por parte de la coordinación.

Considerando estos ejes y las reflexiones pertinentes, se pretende repensar nuestro rol como profesionales de la salud, frente al cambio de situación, y cómo las adultas mayores, desde sus particularidades, pudieron ir atravesando la pandemia y lo que ella conllevaba.

Desde el comienzo, mi pasaje por el proceso que sistematizo estuvo impregnado por la pandemia en 2021, donde las personas mayores eran población de riesgo, y se sugería el aislamiento físico a modo de cuidado. Frente a ello, la propuesta asistencial debió transformarse, realizando las actividades individualmente y desde los hogares, hasta volver a la presencialidad y grupalidad en APEX.

La nueva modalidad híbrida tiene dos elementos: el WhatsApp (dimensión tecnoinformática) y la visita domiciliaria (otra tecnología del trabajo comunitario), por lo que es un insumo importante para próximas intervenciones, habilitando posibilidades de participación e intervención. Esta estrategia permite repensar a la psicología en la actualidad, cuestionando si es necesaria la presencialidad física para intervenir, qué es necesario para llevar a cabo un taller grupal o cuáles son los límites para trabajar en grupo.

Junto con la nueva forma de intervención, surgieron diversos elementos que enriquecieron nuestro intercambio como psicólogas con la comunidad. El grupo de WhatsApp que se implementó entre la responsable del taller y las participantes funciona como antecedente para una nueva forma de sostén, acompañamiento y encuentro entre la coordinación y el grupo.

Pese a que quienes participaron del grupo de WhatsApp mencionan que la herramienta fue beneficiosa para ellos, me pregunto si esta hubiera funcionado en un grupo que no hubiera tenido instancias presenciales en el pasado. Incluso también me cuestiono si esta herramienta, por sí sola, puede llegar a funcionar como una intervención psicológica grupal.

Otro elemento novedoso en la experiencia que pretendo sistematizar, y que surgió de realizar las actividades en los hogares, fue el implemento de materiales domiciliarios. En el primer tramo de la intervención, cuando las participantes trabajaron desde las casas, además de los materiales que les brindamos, ellas podían crear y utilizar materiales

que surgieran de sus hogares. Esto permitió que el proceso de libre expresión atravesara al planteo de la propuesta, innovando en texturas, sensaciones y recursos.

Al retomar la presencialidad en APEX continuamos brindando los insumos para realizar las propuestas, pero las participantes no presentaron materiales que trajeran desde el hogar o con los que demandaran trabajar.

Esto lleva a cuestionarme cómo se podría fomentar a futuro la iniciativa de generar por ellas mismas el sustento para sus producciones. Quizás sirva como antecedente y ejemplo el encuentro donde creamos, todas juntas, pinturas para utilizar en el taller.

La velocidad e incertidumbre de la transición de los domicilios al local de APEX, probablemente, no permitió seguir abordando el tema de los materiales, pero sí considero que es un aspecto del encuentro favorecedor para la autonomía de las participantes y en el que aún queda mucho por profundizar.

Continuando la reflexión, considero pertinente hacer énfasis en los aspectos de la experiencia que me resultaron dificultosos al momento de sistematizarla. Pese a haber descrito previamente el proceso, fue a mediados de esta cuando surgió la idea de sistematizarla. Eso provocó que el registro, que hasta el momento contenía las observaciones, incluyera entonces, más en profundidad, mi implicación. Para próximas instancias de trabajo, creo que es importante plasmar siempre las anotaciones acerca de lo que nos va sucediendo como observadores u observadores participantes. Más allá del registro funcional a la sistematización, contar con el escrito de la implicación enriquece las reflexiones y aprendizajes sobre el trabajo.

Otra de las dificultades que encontré, *a posteriori* de la experiencia, fue integrar a la sistematización mi propia implicación. Al momento de escribir este trabajo noté la tensión objetividad-subjetividad, supuesta desde lo académico. A pesar de que, en psicología, por el hecho de trabajar con personas, este debate parece por momentos absurdo, aún se exige y valora la objetividad desde el imaginario colectivo.

Si tomamos la noción de implicación para Lourau, referimos al «conjunto de relaciones —conscientes o no— que existen entre el actor y el sistema institucional». El autor distingue entre implicaciones primarias y secundarias. Las primarias son las del investigador con su objeto de investigación/intervención, con una institución de pertenencia; las que surgen en el equipo y las implicaciones relacionadas con las demandas sociales. Por implicaciones secundarias se entiende a las implicaciones sociales e históricas de los modelos utilizados, y las que se dan en el proceso de escritura u otros medios para la exposición de la investigación (Lourau y De Labrune, 1975).

En relación con mi implicación en el proceso, podría decir que no solamente me atravesó el contexto de la situación sanitaria al momento de coordinar, sino que en el

vínculo con las adultas mayores siempre estuvieron presentes las asociaciones con nietas-abuelas de ambas partes y lo que me movilizaron estas mujeres desde el género.

En relación con los aprendizajes que esta experiencia me aportó, podría destacar que a nivel preprofesional me brindó herramientas, práctica y una experiencia enriquecedora desde los elementos novedosos que requirió el contexto. De todas formas, considero que el haber compartido junto a estas adultas mayores me permitió observarlas como ejemplo de resistencia, al participar a pesar del miedo que generaba la situación sanitaria. Esta resistencia la componemos también las coordinadoras (respaldadas por APEX-Udelar). Sin embargo, hay una composición que habilita esa resistencia, o sea, un espacio de saber que contiene.

En el momento en el que transcurrió esta experiencia, la incertidumbre y el miedo nos atravesaban a todos, pero especialmente a la vejez. Por un lado, desde la coordinación sostuvimos un espacio en un momento que nos afectaba también a nosotras. Por otro lado, las mujeres participantes siguieron compartiendo en grupo. Ellas se enfrentaron a las ansiedades que generaron el retorno a la presencialidad, más aún cuando las medidas de cuidado se acrecentaban para las adultas mayores, incitadas por las autoridades.

Los límites sanitarios resultaron discriminatorios y no consideraron los aspectos sociales, afectivos, culturales, sino que solamente se centraron en la protección biológica. Frente a la falta de contacto por la pandemia a la sugerencia de aislamiento, la experiencia a partir del taller de libre expresión permitió vincularse, sostener, dar el lugar para expresarse, favorecer la salud y acompañarse entre pares. Este demostró una adaptación activa por parte de todos los que participamos en estos encuentros, lo cual logró generar nuevas herramientas y desafiando las fronteras de la presencialidad y la intervención.

Referencias bibliográficas

- Álvarez, V. (2015). *Los vínculos en el Taller de Libre Expresión. Estudio de un dispositivo de intervención psicológica con personas adultas mayores* (Tesis de maestría, Universidad de la República, Montevideo). Recuperado de <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/5473>
- Álvarez, V., Palumbo, R., Piovesan, S., Rodríguez, C., Salveraglio, I. y Silveira, V. (2018). *Trabajo con personas adultas mayores: un abordaje integral en comunidad*. Montevideo: Universidad de la República.
- Álvarez, V., Palumbo, R., Rodríguez, C., y Silveira, V. (2021). Acortando distancias: abordaje con personas mayores en tiempos de pandemia. En *Pandemia, territorio y extensión. Compilación de relatos, experiencias y análisis vinculados a la extensión en territorio durante la pandemia de Covid-19*. Montevideo: Universidad de la República.
- Alvez, M. (Julio, 2021). *La potencia de la clínica grupal. Transformaciones en la subjetividad de quienes participan en un grupo terapéutico, plataforma virtual Zoom mediante*. (Trabajo final de grado, Universidad de la República, Montevideo). Recuperado de <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/30515>
- APEX. (2022). *Historia*. Recuperado de <https://apex.edu.uy/el-programa/historia>
- Arduino, J. (1997). La implicación. *Conferencia en el Centro de Estudios sobre la Universidad*. UNAM, México.
- Balasch, M. y Montenegro, M. (2003). Una propuesta metodológica desde la epistemología de los conocimientos situados: Las producciones narrativas. *Encuentros en psicología social*, 1(3), 44-48. Recuperado de https://scholar.google.es/citations?view_op=view_citation&hl=es&user=HJWMv3oAAAJ&citation_for_view=HJWMv3oAAAJ:Y0pCki6q_DkC
- Bassi, J. (2014). Hacer una historia de vida: decisiones clave durante el proceso de investigación. *Athenea Digital*, 14(3), 129-170. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.5565/rev/athenea.1315>
- Batthyany, K., et al. (2010). *Envejecimiento, género y políticas públicas. Coloquio regional de expertos*. Montevideo: Lucida Ediciones.
- Braun, V. y Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. doi:10.1191/1478088706qp063oa
- Calatayud, F. (2009). *Introducción a la psicología de la salud*. Buenos Aires: Koyatún.
- Carrasco, J. (2010). *Aportes II. Comentarios sobre una práctica psicológica. 1956-2008*. Montevideo: Psicología, Conocimiento y Sociedad.

- Comisión Sectorial de Extensión y Actividades en el Medio. (2009). *Cuadernos de Extensión n.º 3. Sistematización de experiencias de extensión*. Montevideo: Universidad de la República. Recuperado de <http://www.extension.edu.uy>
- Conferencia Internacional sobre Atención Primaria de Salud. (1978). *Declaración de Alma-Ata*. Recuperado de <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2012/Alma-Ata-1978Declaracion.pdf>
- Dabove, M. (2020). Derecho de la vejez en tiempos de pandemia. *Revista de la Facultad de Derecho*, 49, 1-7. Recuperado de http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S2301-06652020000202110&script=sci_artext
- De Los Santos, C. (2010). *Instalación Spinoza*. Recuperado de <http://programacuerpo.com/wp-content/uploads/2013/09/instalaci%C3%B3nspinozacomunicaci%C3%B3n.pdf>
- Farrán, R., Singer, D. y Vignale, S. (2020). Usos de Foucault en pandemia. *Bordes*. Recuperado de <https://revistabordes.unpaz.edu.ar/ usos-de-foucault-en-pandemia/>
- Frechero, A. (2004). Algunos aspectos metodológicos del trabajo con grupos psicoterapéuticos en el Servicio de Psicología de la Vejez. En F. Berriel, *Grupos y Sociedad "intervención psicosocial y discusiones actuales"* (pp. 83- 94). Montevideo: Nordan-Comunidad.
- Freire, P. (2005). *Pedagogía del oprimido*. México: Siglo XXI Editores.
- Fuentes, A. y Osorio, P. (2020). Una mirada a la vejez en tiempos de pandemia. Desde el enfoque del curso de vida y desigualdades. *Revista Chilena de Salud Pública. Virus y Sociedad: Hacer de la Tragedia Social una Oportunidad de Cambios. Segunda Parte* (pp. 90- 102). Recuperado de <https://libros.uchile.cl/1157>
- García Dauder, D. (2021). Un viaje por las emociones en procesos de investigación feminista. *EMPIRIA Revista de Metodología de Ciencias Sociales*, 50, 21-41. Recuperado de <https://revistas.uned.es/index.php/empiria/article/view/30370>
- Gené-Badía, J., Ruiz-Sánchez, M., Obiols-Masó, N., Oliveras, L. y Lagarda, E. (2016). Aislamiento social y soledad: ¿qué podemos hacer los equipos de atención primaria? *Atención Primaria*. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-avance-resumen-aislamiento-social-soledad-que-podemos-S0212656716301809>
- Giglio, D. (2021). *Neogénesis y pensamiento crítico en la vejez. Intervenciones con mediadores artísticos como estrategia de promoción de salud mental* (Trabajo final de grado, Universidad de la República, Montevideo).
- Guber, R. (2011). *La etnografía, método, campo y reflexividad*. Buenos Aires: Siglo XXI.

- Huenchuan, S. y Rodríguez, R. (ed.). (2014). *Autonomía y dignidad en la vejez: Teoría y práctica en políticas de derechos de las personas mayores*. Ciudad de México: Cepal.
- Jasiner, G. (2008). *Coordinando grupos: una lógica para los pequeños grupos*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Kaplún, G. (2014). La integralidad como movimiento instituyente en la universidad. *InterCambios. Dilemas y transiciones de la Educación Superior*, 1(1), 44-51. Recuperado de <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/17061>
- Lladó, M. (2004). Algunos aspectos metodológicos del trabajo con grupos psicoterapéuticos en el Servicio de Psicología de la Vejez. En F. Berriel, F. *Grupos y Sociedad "Intervención Psicosocial y Discusiones Actuales"* (pp. 95-103). Montevideo: Editorial Nordan-Comunidad.
- Lladó, M. (2004a). ¿Factores que favorecen un buen envejecimiento? En S. Nisisaki y R. Pérez (Comp.). *Gerontología en Uruguay. Una Construcción hacia la Interdisciplina*. Montevideo: Psicolibros.
- Lourau, R. (1975). *El análisis institucional*. Buenos aires: Amorrortu.
- Lourau, R. y De Labrune, F. (1975). *El análisis institucional*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Maturana, C. (2021). *Sistematización de experiencia en un servicio de primer nivel de atención en salud, con grupo de adultos mayores en contexto de emergencia sanitaria por Covid-19* (Trabajo final de grado, Universidad de la República, Montevideo). Recuperado de <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/30105>
- Mesquita de Oliveira, S., Marinho, F., Xavier, S., Correia, A. M., De Oliveira, M. y José, C. (2016). Da velhice estigmatizada à dignidade na existência madura: novas perspectivas do envelhecer na contemporaneidade. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 16(2), 469-487. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4518/451851666010>
- Ministerio de Salud Pública. (2020). *Guía de recomendaciones para las personas mayores con relación al COVID-19*. Recuperado de: <https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/publicaciones/recomendaciones-para-personas-mayores-frente-covid-19>
- Montenegro, M., Rodríguez, A. y Pujol, J. (2014). La psicología social comunitaria ante los cambios en la sociedad contemporánea: de la reificación de lo común a la articulación de las diferencias. *Psicoperspectivas. Individuo y Sociedad*, 13, 32-43.
- Montero, M. (2006). *Hacer para transformar. El método de la psicología comunitaria*. Buenos aires: Paidós.

- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Constitución*. Recuperado de <https://www.who.int/es/about/governance/constitution>
- Pavlovsky, E., Frydlewsky, L. y Kesselman, H. (1976). *Las escenas temidas de un coordinador de grupos*. España: Clínica y Análisis Grupal. Recuperado de <https://milnovecientossetentaoy ocho.blogspot.com/2020/08/las-escenas-temidas-de-un-coordinador.html?view=flipcard>
- Rodríguez, J. (1998). *Dispositivo y encuadre*. México: Taigo.
- Sande, S. y Capurro, Y. (2021). *Trabajo social contemporáneo en tiempos de pandemias: nuevos desafíos a la intervención gerontológica*. Montevideo: Universidad de la República.
- Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1994). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica S. A.
- Universidad de Deusto. (2004). *La sistematización, una nueva mirada a nuestras prácticas. Guía para la sistematización de experiencias de transformación social*. Recuperado de http://centroderecursos.alboan.org/ebooks/0000/0291/6_ALB_SIS.pdf
- Uruguay. (2007, diciembre 5). Ley n.º 18.211 Creación del Sistema Nacional Integrado de Salud. Recuperado de <https://www.impo.com.uy/bases/leyes/18211-2007#:~:text=La%20presente%20ley%20reglamenta%20el,orden%20p%C3%BAblico%20e%20inter%C3%A9s%20social>
- Uruguay Presidencia. (2022). *Medidas del Gobierno para atender la emergencia sanitaria por coronavirus (Covid-19) en materia de salud*. Recuperado de <https://www.gub.uy/presidencia/politicas-y-gestion/medidas-del-gobierno-para-atender-emergencia-sanitaria-coronavirus-covid-19>
- Yzagirre, F. y Castillo, C. A. (2013). La perspectiva de la sociología clínica: una sociología de proximidad orientada al sujeto. En *Actas del XI Congreso Español de Sociología: Crisis y Cambio: Propuestas desde la Sociología*, volumen Adenda, pp. 832-840. ISBN 978-84-697-0169-0.