



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

Facultad de Psicología

Trabajo Final de Grado

Modalidad: Pre-Proyecto de Investigación

*Indagación sobre las representaciones sociales de las personas
mayores acerca de la recreación en la ciudad de San Carlos*

Estudiante: María Paz Bonilla Núñez

C.I: 5.437.548-7

Tutora: Lucía Monteiro Ríos

Revisor:

Abril, 2024

Montevideo, Uruguay

- AGRADECIMIENTOS -

A mis queridos padres, por ser mi apoyo inquebrantable a lo largo de este camino.

A mi amada familia, por su presencia constante en cada etapa de mi carrera.

A Luciano, por tu inestimable ayuda y apoyo a lo largo de la carrera.

A mis fieles compañeros caninos, Zeus, Apolo y Mila, por hacer las tardes de estudio mucho más llevaderas.

A mis valiosos compañeros de la facultad que la capital me brindó y a mis amigas que me acompañaron en el camino.

A los dedicados profesores que han sido faros en los momentos más cruciales de mi trayectoria académica.

A mi tutora Lucia Monteiro, por su calidez y cercanía en el proceso del TFG,

A la Universidad de la República, y especialmente al CURE y a la Facultad de Psicología, por abrirme las puertas de su hogar académico.

Les agradezco profundamente por formar parte de mi viaje y por hacerlo significativo.

Paz

- ÍNDICE -

Resumen	4
Fundamentación	5-7
Antecedentes	7-9
Marco Conceptual	10
Vejez y Envejecimiento.....	10-14
Recreación en las vejees.....	15-18
Representaciones sociales en las vejees.....	19-20
Problema y preguntas de investigación	21-22
Objetivos	22
Diseño Metodológico	23-24
Consideraciones éticas	25
Cronograma de ejecución	26
Resultados esperados y plan de difusión	26
Referencias Bibliográficas	27-37

- RESUMEN -

El presente pre-proyecto de investigación corresponde al Trabajo Final de Grado para la obtención del título de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de la República. El trabajo hace enfoque en la indagación sobre las representaciones sociales acerca de la recreación en personas mayores en el departamento de Maldonado, Uruguay.

Para el desarrollo del trabajo se realizó una búsqueda y sistematización con el objetivo de revisar los antecedentes existentes acerca del tema. Se seleccionaron investigaciones internacionales, regionales y nacionales que dan cuenta que las actividades recreativas propuestas, suelen generar un envejecimiento activo y exitoso, ligada a un uso positivo del tiempo, donde pretenden incorporar a la recreación como un estilo de vida, construyendo la idea de que a partir de estas actividades podrían mejorar su calidad de vida

El objetivo principal es indagar las conexiones entre las personas mayores y la recreación, procurando dar cuenta de cómo las representaciones podrían influir en la contribución o limitación de la participación en estas actividades en la ciudad de San Carlos, Departamento de Maldonado. Se propone problematizar qué percepciones tienen las personas mayores acerca de su participación en actividades recreativas.

La investigación está diseñada a partir de una metodología cualitativa de corte exploratorio, con una muestra teórica, intencional y heterogénea para que haya variabilidad y representatividad en cuanto a edad y género, para conocer la multiplicidad de vivencias que la recreación presenta y cómo se percibe de manera diferente en varones y mujeres.

Asimismo, se espera aportar a las transformaciones, en tanto actores participantes - o no - de estas actividades, intentando un acercamiento a sus vivencias, percepciones y representaciones.

Palabras Claves: personas mayores, recreación, representaciones sociales, percepciones

- FUNDAMENTACIÓN -

El presente proyecto de investigación surge a partir del interés personal por la temática, y su pertinencia, dado que según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) las personas viven más tiempo que antes, presentando así una esperanza de vida superior, incrementándose la proporción de personas mayores en la población. Es así que en 2030, se estima que una de cada seis personas en el mundo tendrá 60 años o más, donde se prevé que el número de personas de 80 años o más se triplique entre 2020 y 2050, hasta alcanzar los 426 millones.

En esta línea Huenchuan (2018) afirma que las transiciones demográficas han sido anticipadas, en el que se observa al envejecimiento como un proceso constante, siendo el grupo de edad que más crece, con connotaciones significativas a nivel económico y social. Este proceso presenta diferencias según regiones, donde a nivel regional se destaca la rapidez con la que se produce, pasando de “70 millones de personas mayores a 119 millones en el mismo período, lo que supone un aumento del 59%” (p.13).

En consonancia, Uruguay se caracteriza por ser pionero en el envejecimiento progresivo observado a nivel mundial, presentando una transición temprana, donde entre los años 1950 y 1960 se expone a este proceso principalmente por el descenso de la fecundidad y la mortalidad, presentando un ritmo sostenido de envejecimiento que diferencia a Uruguay de otros países de la región. Da cuenta por tanto, de una tendencia creciente y sostenida del envejecimiento, evidenciando dinámicas potentes e irreversibles, donde se destacan la feminización de la vejez que respalda una mayor esperanza de vida en las mujeres y el incremento significativo de personas en los tramos de edad más avanzados, fenómeno conocido como el *envejecimiento de la vejez* (Bellomo y Núñez, 2022; Palma et al., 2015).

Resulta pertinente ante estos cambios entonces, poder determinar a qué se hace referencia cuando se habla de vejez, donde se destaca que no existe una forma única de envejecer ni de llegar a viejos, sino que ésta será condicionada por los significados que le asigna cada cultura, en cada momento histórico y a su vez, por la singularidad de cada sujeto (Llado y Carbajal, 2009). Es así que, actualmente el término vejez incluye una mirada activa, potenciadora de la calidad de vida y ajustada a una perspectiva de

derechos, donde al hablar de vejeces y no de vejez, se reafirma que existen diferentes formas de envejecer (Guzzo et al., 2021).

Hablar de vejeces supone por tanto, reconocer la multiplicidad de dimensiones en juego y la necesidad de establecer perspectivas teórico conceptuales superadoras, que hagan posible un abordaje integral (Ciriaco y Aranedeá, 2019).

Tomando esto en consideración es que la perspectiva del Envejecimiento Activo contribuye a revalorizarlos, considerándolos como sujetos activos en la construcción de ciudadanía (Ludi, 2013). En esta línea la recreación en las vejeces cobra sentido, donde desde su significado etimológico se puede comprender que *recreatio-nis* significa crear de nuevo, volver a la vida para restablecer el equilibrio, el deseo de humanización necesario para tener espacios y momentos recreativos (Muñoz y Nieves, 2020). La recreación invita entonces, a poner el cuerpo en movimiento en conjunto con la mente, ayudando así a desarrollar y potenciar la capacidad creadora, inaugurando el encuentro con el placer y con los otros, a través del juego. Donde a su vez se potencia el desarrollo de la socialización, el fortalecimiento de los vínculos, y la potenciación del desarrollo emocional y de la autoestima de las personas mayores, brindando beneficios ante el desarrollo de enfermedades, al ejercer una vejez activa (Pepe, 2022).

Sin embargo, si bien la recreación es beneficiosa no siempre cuenta con una participación amplia de vejeces, por lo que hay que considerar las condiciones que debe cumplir para que se logre una intervención atractiva y pertinente para las personas mayores. Romero (2010) plantea que el realizar actividades recreativas requiere de la capacidad de adaptarse a las destrezas y necesidades propias de los participantes, con el fin que le permita a la persona mayor poder sentirse útil, debiendo existir una adecuada motivación e interés, de forma de poder lograr una buena dinámica de grupo.

Zamora et al., (2019) en acuerdo con el autor anterior, expresa que existen dificultades con la participación de las vejeces en las actividades físico-recreativas, que afecta la retención de los mismos, dado que muchas veces las actividades son poco creativas o no están acordes con las posibilidades de las personas mayores, lo que imposibilita el aprovechamiento de las potencialidades del entorno y que bajen el número de participantes. Señalan así que existirían contradicciones y obstáculos para la participación, siendo necesario que sea una actividad acorde a las necesidades, deseos, y pensamientos de estos, y no solo que sean creados desde un lugar teórico.

En esta línea, es que el presente proyecto se propone indagar en las representaciones sociales que las personas mayores tienen sobre la recreación, entendiendo a éstas como sistemas cognitivos en los que es posible reconocer la presencia de estereotipos, opiniones, creencias, valores y normas, que suelen tener una orientación actitudinal positiva o negativa del individuo hacia algo o alguien (Rondón y Rodríguez, 2020).

Se considera así necesario elaborar un proyecto que aborde la temática de la Recreación y las Vejeces, con el propósito de indagar las conexiones entre las personas mayores y la recreación, procurando dar cuenta de cómo las representaciones podrían influir en la contribución o limitación de la participación activa en estas actividades. A su vez, se espera conocer qué estrategias de recreación identifican las personas mayores para que su deseo esté contemplado. Esta investigación tiene la intención de conocer un campo de tanta importancia para la psicología en general y la Psicogerontología en particular, y poco indagado en Uruguay.

- ANTECEDENTES -

En la exploración de antecedentes se realizó una búsqueda tomando en cuenta las variables de recreación, vejeces y representaciones sociales, con el fin de recoger el estado del arte de la temática a nivel mundial, regional y nacional.

En primera instancia, en **España**, Martínez et al., (2021) realizan la investigación *Beneficios de la actividad física para la promoción de un envejecimiento activo en personas mayores*, con el objetivo de realizar una revisión bibliográfica sobre la incidencia positiva de la actividad física en el bienestar de las personas mayores asociado a un envejecimiento saludable. Los artículos analizados dieron cuenta que la práctica diaria de actividad física incrementa los niveles de autoestima e incide en la felicidad de los mayores, contribuyendo a mejorar la capacidad para el autocuidado, favorecer la integración del esquema corporal y facilitar las relaciones intergeneracionales, entre otros aspectos positivos. Por lo que concluyen que es necesario promover un envejecimiento activo y saludable en mayores, basado en la promoción de la actividad física.

En consonancia a **nivel regional** las investigaciones encontradas resaltan la recreación como un componente esencial para mejorar la calidad de vida de las personas mayores,

promoviendo no solo la salud física sino también la salud mental y emocional, fomentando una participación activa en la comunidad.

Es así que Castillo et al., (2015) realizan en **Venezuela** una revisión que titulan *La recreación como condición de una vida saludable en los adultos mayores*, con el objetivo de evidenciar que muchas personas no utilizan el tiempo libre en beneficio de su salud mental, física y social, resultando de esto el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, cáncer, diabetes y enfermedades respiratorias crónicas, que son perfectamente prevenibles por medio de actividades recreativas. Por ello pretenden aumentar el conocimiento de la recreación como condición de una vida saludable en beneficio de la salud en los adultos mayores. Aportan en su conclusión que la recreación es un factor determinante favorable para aumentar la longevidad de los adultos mayores y obtener una vida saludable, lo cual generará sentimientos de satisfacción y calidad de vida.

En esta línea, en **Venezuela** también, Acosta y Vásquez (2016) realizan la investigación *Análisis de la necesidad de un modelo teórico de recreación para el adulto mayor*. Ésta pretende hacer mediante el diagnóstico y la caracterización de los elementos teóricos, la elaboración de un modelo teórico de recreación para la población Adulta Mayor, a partir del papel que juega la recreación en la vida de las personas y cuáles son los múltiples beneficios que presenta la recreación a este sector de la sociedad. Dentro de las conclusiones más relevantes destacan la necesidad de la recreación para la salud física, mental y emocional del Adulto Mayor, así como la oportunidad, a través de las actividades recreativas, de insertarse en la comunidad donde habita de manera productiva y positiva.

En consonancia en **Chile**, Muñoz (2016) publica la investigación *El juego como recurso terapéutico en la intervención comunitaria con personas mayores*, con el objetivo de identificar el valor terapéutico del "juego" en personas mayores, especialmente en contextos de intervención en comunidad con esta población. El presente artículo muestra los resultados de una investigación-acción-participativa con 12 personas mayores de 60 años, en el que realizaron talleres experienciales abiertos, grupos de discusión y aplicación del test de Jugueteo. Exponen así el efecto de la vinculación comunitaria para la construcción de un significado positivo de la actividad lúdica, el significado atribuido a la actividad lúdica, por sobre la atribución a la recreación, y la resignificación de espacios lúdicos dentro de lo cotidiano y comunitario, que permite pensarlo como estrategia terapéutica innovadora.

Por su parte, Zamora etc al., (2019) publican en **Cuba** la investigación *Estrategia Participativa para elevar la inserción social del adulto mayor en las actividades físico recreativas*, con el objetivo de exaltar la participación del Adulto Mayor en las actividades físico recreativas que coadyuven al mejoramiento de la calidad de vida. Realizaron para esto un diagnóstico en el que se utilizaron diferentes técnicas como la entrevista, encuesta y la observación, que les permitió detectar la existencia de dificultades y contradicciones en la participación de los adultos en las actividades. Concluyen así que una solución sería la elaboración de una Estrategia Participativa, conformada por acciones variadas ya sea desde informaciones sobre temas de interés, actividades físico-recreativas, juegos predeportivos con un nivel adecuado de dinamismo, teniendo en cuenta las diferencias individuales en función de mejorar la calidad de las actividades y con ello la inserción del adulto mayor.

A su vez, Maffeo (2023) publica en **Argentina** la investigación *Desafiando el rito de la soledad. Una experiencia en un taller recreativo dirigido a adultos mayores*, con el objetivo de reflexionar acerca de los modos en los cuales se garantiza u obstaculiza, el derecho a la salud integral de quienes asisten a un Taller de recreación y movimiento. La metodología utilizada es cualitativa con base empírica y la información recabada surge de fuentes primarias como entrevistas y conversaciones informales con coordinadores y asistentes del taller. Los resultados obtenidos a través de esta investigación, admiten que los dispositivos de recreación y movimiento, brindan un sinnúmero de beneficios a la salud integral de las personas mayores y consolidan una concepción participativa y activa de las vejeces. Todo lo desarrollado, permite concluir que estos talleres se consolidan como un proyecto comunitario altamente subjetivante, que impulsa el establecimiento de vínculos intra e inter generacionales, la reconstrucción del lazo social y colectivo y el mejoramiento de las condiciones de vida de quienes asisten.

Finalmente, en **Uruguay** el artículo de Pivani (2015) se centra en las *Representaciones de envejecimiento y vejez asociados a la participación de Adultos Mayores*. Esta investigación tuvo por objetivo conocer las representaciones sociales de envejecimiento y vejez de integrantes de una comisión barrial de adultos mayores y cómo éstas operan en su participación. A través de una metodología cualitativa, realizaron entrevistas a los integrantes adultos mayores, indagando cómo perciben la vejez, qué significado cobra el envejecer y qué representa el participar en sus vidas. Entre los resultados surgieron en los discursos, ideas que asocian positivamente la actividad a la vejez, mientras que una vejez pasiva aparece cargada de una connotación negativa. Se constató que la jubilación

representa un acontecimiento bisagra entre vejez y juventud, actividad y pasividad, el percibirse útil o no. A partir de un análisis desde la perspectiva de género se percibieron diferencias en dichas representaciones.

- MARCO CONCEPTUAL -

I. VEJEZ Y ENVEJECIMIENTO

La convención Interamericana sobre protección de los derechos humanos de las personas mayores (OEA, 2017), entiende como vejez a una construcción social de la última etapa del curso de vida y al envejecimiento como un proceso gradual, que conlleva cambios biológicos, fisiológicos, psico-sociales y funcionales.

La diferencia entre envejecimiento y vejez radica en que esta última es una etapa socio-históricamente definida, pero en sí misma es estática, por ser un periodo en el tiempo, mientras que el primero es un proceso dinámico básicamente dependiente del tiempo, no por fuerza de la edad (Montes de Oca, 2010).

Para Pérez (2011) el envejecimiento es considerado un proceso complejo, en el cual, no existe un modo único de envejecer, sino que lo que prevalece es la diversidad y la heterogeneidad, la significación del envejecer y de su actual etapa, cómo se perciban en tanto viejos y sus vínculos, serán muy distintos, en relación a lo que se espera socialmente (Pérez, 2007).

Siguiendo por esta misma línea Dulcey y Ruiz (2013), expresan que el envejecimiento es "un proceso diferencial, multidimensional y complejo que se refiere a cambios permanentes en el transcurrir de la vida que depende de factores biológicos y ambientales" (p. 176), mientras que la vejez refiere al recorrido de la propia vida, transcurso que se atraviesa por factores culturales, económicos, físicos y sociales entre otros, que lo irán modelando.

Por otro lado, Berriel y Pérez (1996) definen a la vejez como una producción subjetiva que implica diferentes miradas de la sociedad, instalándose en el plano psíquico y vincular, en los cuáles se establecerán los sentidos de lo que será el envejecimiento y la vejez, tanto en el plano social como individual y grupal.

La vejez es una etapa determinada por la edad que significa un quiebre en lo social, donde si bien puede ser compartido por distintas culturas y regiones, no se puede

considerar como una noción universal ya que cobrará la significación particular que cada cultura le brinde, presentando un carácter disímil (Iacub, 2011).

En este sentido es que Muchnik (2006) sostiene que la vejez implica actualmente una construcción de identidad y de un espacio social, siendo necesario resignificar y aproximarse a la vejez desde el momento socio histórico presente.

Se observaría así entonces, que existen diversos modos de envejecer, definidos por la singularidad de cada persona, por lo que sería apropiado dejar de lado progresivamente el término vejez para utilizar vejeces, incluyendo así a todos los sujetos y sus particularidades (Lopez y Marín, 2016).

Para poder pensar el proceso de envejecimiento desde lo singular, desde los procesos subjetivos, es necesario incluir el análisis de la dimensión deseante del sujeto y el potencial polimorfismo de las pulsiones y sus objetos (Pérez, 201, p.8).

A partir de lo desarrollado anteriormente, es necesario entender que la Gerontología es una ciencia que analiza al envejecimiento en todas sus facetas, tanto biológicos como psicológicos o sociológicos, teniendo en cuenta, además, su desarrollo histórico y los componentes referidos a la salud de la persona mayor, a su vez la palabra Gerontología tiene su origen griego y está conformado por dos principios: geronto, que significa viejo y logía, que quiere decir tratado, estudio o ciencia; etimológicamente, en este caso, la Gerontología hace alusión al estudio de la vejez y del envejecimiento y los factores que van influyendo en este proceso, además de tener el objetivo de enriquecer la calidad de vida en las vejeces. La Gerontología se distribuye en tres ramas primordiales, la experimental que se enfoca en el proceso del envejecimiento, la clínica que investiga las alteraciones de la salud y la social que analiza el peso de los factores sociales y las repercusiones presentes en el contexto de la persona mayor (Millán, 2006).

Esto ha llevado a que últimamente se acepte como un aporte de la Psicología a la Gerontología, a que no existe un crecimiento lineal, seguido de un declive, sino que en cada etapa se pueden observar aspectos de ganancia y pérdidas, en un interjuego entre crecimiento y declive (Ballesteros, 1996).

Los estudios actuales acerca del envejecimiento, manifiestan, que el paso del tiempo, por sí mismo, no conlleva una disminución de la mayoría de los aspectos psicológicos (cognitivas, afectivas, vinculares, etc.) (Peréz, 2011).

Por otro lado, Berriel (2021) se centra en el concepto de Gerontología Crítica, desde dos acepciones: en un sentido amplio, engloba al conjunto de desarrollos teórico - prácticos que implican un posicionamiento crítico respecto a cómo transcurre el envejecimiento en relación a: las condiciones sociales, el problema del poder y el sentido en las relaciones que se constituyen en las vejez, la invisibilización del envejecimiento femenino y de lo que hoy llamaríamos sexualidades disidentes, y la propia categoría de envejecimiento, así como las formas en las que se produce conocimiento sobre estos temas por considerar que ello puede resultar funcional a unas relaciones sociales desiguales y en un sentido más restringido, se puede encontrar a este concepto para designar a las perspectivas críticas que abordan las cuestiones del envejecimiento, la vejez y las personas mayores, empleando aportes provenientes de la teoría crítica (p.29).

La economía política del envejecimiento puede ser considerada como “la piedra angular de la Gerontología Crítica” (Doheny y Jones, 2021, p. 4) o como su “primera fuente paradigmática” (Baars et al. 2006, p. 2).

Tradicionalmente, la mirada influyente a nivel programático ha sido la construcción de la vejez como un trayecto de carencias y escasez de todo tipo: económicas, físicas y sociales, las primeras reflejadas en problemas de ingresos, las segundas en falta de independencia y las terceras en la falta de papeles sociales que profesar (Huenchuan, 2011).

Gramsci (1971) trae el término bloque histórico, entendida como una trama de formaciones sociales (instituciones, empresas, centros científicos y culturales, etc), que se ponen de acuerdo para realizar un pacto sobre una forma de entender la realidad que sería resistente con el sostenimiento de los intereses de esas mismas formaciones. Los modelos tradicionales que retratan a la vejez como un período de declive, deterioro y dependencia, serían el desenlace de un bloque histórico constituido por la industria farmacéutica, la profesión médica y el Estado. “A través de una red establecida e interconectada de instituciones [...], el bloque trabaja para controlar el mercado de la salud, su sistema de soporte de relaciones sociales y los valores necesarios para mantener la distribución hegemónica de beneficios y poder hacia los miembros del bloque” (p. 3).

Se parte de un modelo unidireccional y universal involutivo, congruente con el viejismo (Salvarezza, 1988) y otros estereotipos sociales negativos.

Es a partir de 1990, que se ocasiona un cambio de paradigma en el análisis del envejecimiento y la situación de las personas mayores, involucrándose la perspectiva de

los derechos humanos, en la cual se empieza a denominar a la vejez no como un grupo débil y vulnerable que es objeto de protección, sino como protagonistas de derechos, firmemente relacionado con las Naciones Unidas. Este reconocimiento, compromete la adopción de políticas públicas que avalen la protección social, para el pleno disfrute de los derechos de las vejeces, así como, la producción de diversas formas de inclusión que permitan su desarrollo íntegro, es a partir del cambio de paradigma, que se promulga la participación social de las personas mayores, designada esta nueva concepción de la vejez, como envejecimiento activo (Duran, 2017).

Desde esta perspectiva es que cobra relevancia la definición de envejecimiento activo siendo una idea fuerza para explicar y transformar el envejecimiento tanto en los planos de la economía, como de la salud, de la vida ciudadana y de la cultura (Berriel, 2021), según la OMS (2002) se entiende como un transcurso donde se procura el aprovechamiento de las posibilidades físicas, psíquicas y sociales, orientado al desarrollo de la calidad y esperanza de vida, así como también productividad de los sujetos con edades avanzadas.

Poniendo énfasis por tanto, no solo en la posibilidad de que el sujeto se mantenga activo físicamente, sino que se desarrolle y sostenga una participación en diversas áreas, ya sea cultural, cívica, social, y económica entre otras, a partir de la creación de actividades comunitarias que los incluya, pudiendo utilizarse tanto a nivel singular como en grupos poblacionales (OEA, 2017).

Parte de la pertinencia de la noción de envejecimiento activo, radicaría entonces en la construcción de actividades que combaten la mirada pasiva sobre la vejez, emergente de estereotipos antiguos, para aproximarse a considerar a las vejeces como un proceso dinámico, con actividades variadas, ya sea del tipo sociales, culturales y recreativas, desarrollando así la capacidad funcional que facilita el despliegue de “los atributos relacionados con la salud que permiten a una persona ser y hacer lo que es importante para ella” (OMS, 2015, p.30).

Este enfoque contrasta con la visión tradicional del envejecimiento como un período de declive y dependencia, y simboliza una forma de resistencia contrahegemónica que busca empoderar a las personas mayores y cambiar la percepción social sobre el envejecimiento (Berriel, 2020).

El planteamiento de los derechos supone un cambio paradigmático en este sentido, puesto que fomenta el empoderamiento de las vejeces y una sociedad compuesta desde la visión de la edad, esto conlleva a que las personas mayores sean individuos de derecho, no solamente beneficiarios, y que, por lo tanto, disfruten de ciertas garantías y tienen determinadas responsabilidades en relación a sí mismas, sus familiares y su sociedad, con su ambiente inmediato y con las generaciones venideras (Huenchuan, 2011).

El empoderamiento en la vejez se vincula estrechamente con la promoción del individuo, su desarrollo integral, al ejercicio de sus derechos y a su calidad de vida. Es este que va a ir dirigiendo a la persona como un ser social, con sus habilidades por desenvolver y haciendo enfoque en la búsqueda de sus fortalezas, capacidades, confianza, visión y protagonismo, siendo el aprendizaje constante un beneficio indispensable y esencial, en relación a que forman parte de un colectivo social para promover cambios positivos en la etapa en la que viven (Bermejo et al., 2016 ; Limón y Chalfoun, 2017).

Considerar a las vejeces como sujetos de derecho y actores sociales (Duran, 2017), compromete a pensar nuevos espacios de implicaciones o repensar los existentes desde la mirada de la participación ciudadana, en este sentido, se tiene como objetivo que la participación de las personas mayores converga en acciones para la satisfacción de sus deseos dilucidados por ellos mismos, así como la protección del aumento en el control de las personas mayores en la toma de decisiones sobre temas que las impliquen tanto a nivel individual como grupal (Paredes et al ; 2013).

A nivel de Uruguay, se ha presentando en los últimos años un cambio de paradigma en las políticas de vejez, atravesada por dimensiones, normativas institucionales y programáticas, modificando las decisiones y la labor en los temas de vejez y envejecimiento, además de incluir a las personas mayores como sujetos de derecho en las políticas públicas. (Paredes, 2016).

II. RECREACIÓN EN LAS VEJECES

El origen etimológico de la palabra recreación viene dado por una raíz latina de la palabra RECREATIO que significa "renovar, recuperar y restaurar una situación vivida o vivenciada que generalmente produce una conducta satisfactoria en el ser humano" (Ramos, 1986. p.10)

El enfoque de la recreación va más allá de "pasar el tiempo de manera agradable y divertida" sino que se trata de acompañar la construcción del sujeto a través de acciones no obligatorias, de carácter lúdico y tendientes al desarrollo del mayor grado de participación real (Waichman, 2009).

Trilla (1998), explica la recreación desde la mirada de la animación sociocultural, ajustada como un paradigma de cambio de actitud, un comportamiento, algo que tiene lugar durante el tiempo libre y que no importa tanto lo que se haga sino el cómo se haga, la animación sociocultural permite que el ocio sea una manera de utilizar el tiempo libre, independientemente de la actividad que se trate, libre mediante una ocupación libremente elegida y realizada cuyo desarrollo resulta satisfactorio o placentero para el individuo.

A partir de lo desarrollado anteriormente, es que se podría incluir a la recreación como una alternativa del proceso de envejecimiento, un crear nuevamente, donde a través de está se promueven e instauran nuevas metas y deseos en las vejeces, teniendo en cuenta las necesidades e intereses de las personas mayores y la disposición que tengan en las actividades físicas - recreativas (Ramos, 2016), pero para que así sea, debe estar formulada en términos específicos: valorar el contexto en que se inscribirá la actividad, planificar la actividad, evaluar los resultados y diseñar estrategias futuras (Garzón, 2020).

Es necesario entender que la dimensión de los deseos, anhelos, afectos, identificaciones, regímenes de afectaciones es independiente de la edad (Pérez,2011) .

A partir de lo anterior, es que se podría afirmar que en la recreación es fundamental poder incorporar la noción del deseo, viéndolo no como falta, sino como energía, como producción social de lo real (Deleuze y Guattari, 1985).

El deseo será irreductible e indestructible y no disminuirá con el paso del tiempo, lo que cambiará a medida que avancen los años, son las estrategias del deseo, en función de la habilitación – prohibición social de las mismas, a los sentidos colectivos producidos en torno a la edad y el lugar social de ese sujeto (Pérez, 2011, p.9).

Es a partir de aquí se comienza a interesar el concepto de proyecto de vida, siendo una forma de significarse a sí mismo y al mundo y cómo el sujeto produce sentidos en función de los lugares asignados y asumidos social e históricamente, este mismo está constituido por la distancia que media entre un yo actual y un yo futuro y se relaciona con dos términos como lo son el proyecto identificador y el deseo. Es en el proyecto identificador (que se produce durante toda la vida), donde se asentarán los modelos y emblemas identificatorios, quienes direccionarán el deseo y el proyecto vital, en estos interjuegos deseantes e identificatorios se va construyendo el sujeto llevado a movernos de una Psicología de la Vejez a una Psicología del Envejecimiento (Pérez, 2011)

Por otro lado, se puede definir a la recreación como un estilo de vida, necesario para el desarrollo integral de las personas y el buen accionar de las mismas, en los ámbitos emocional, físico, social y mental. El estilo de vida se caracteriza actualmente por el proyecto que tienen los sujetos de recrear su cosmos social, personal y diferenciado; implica un conjunto de prácticas, hábitos, valores, actitudes, tendencias, consumos y formas vitales (Galán, 2012).

Es así que la recreación prioriza en cada actividad la permanencia que la personas mayores puedan obtener de sus aprendizajes significativos para el uso de su tiempo libre, el que tengan buen estado de salud y una preservación de la actividad a lo largo de la vida, permitiendo generar mayores posibilidades de recreación, calidad de vida y disfrute en las vejeces (Jiménez, 2010 ; Sánchez, 2010 ; Guerrini ; 2010).

Teniendo en cuenta la relación que tiene la recreación con la calidad de vida, la OMS (1994, citado en OMS 2002), la define como “ la percepción individual de la propia posición en la vida dentro del contexto del sistema cultural y de valores en que se vive y en relación con sus objetivos, esperanzas, normas y preocupaciones. Es un concepto de amplio espectro, que incluye de forma compleja la salud física de la persona, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, sus creencias personales y su relación con las características destacadas de su entorno además de que a medida que las personas envejecen, su calidad de vida se ve determinada en gran medida por su capacidad para mantener la autonomía y la independencia (p. 98).

Es partir de la perspectiva de varios autores, destacan la importancia de que la sociedad cree entornos adecuados, para que las personas mayores puedan integrarse en diversos espacios de encuentro, ya que estos van más allá de un momento de “entretenimiento”, son espacios de producción y reproducción social en la cual tienen que estar promulgados por un desarrollo social y personal, ofreciendo la oportunidad de gozar la vejez (Garzón, 2020), en la cual van configurando su identidad, ampliando sus pensamientos e ideas, adquiriendo nuevos talentos y habilidades y potenciando la salud a nivel físico y mental (Deharbe y Mc Cormick (2013).

Los espacios de encuentros con otras personas, promueven un soporte esencial para que las vejeces puedan sentirse parte de una instancia grupal, donde logren transformarse y reconstruirse (Tello y Danel, 2022).

Barquero (2015) señala que tener acceso a espacios de recreación, son un medio para fomentar la resiliencia, además, la recreación causa consecuencias positivas, promueve el desarrollo integral, produce gozo y disfrute bajo un encuadre de diversión positiva (Salazar, 2007), porque de acuerdo con Becoña (2006), las emociones positivas favorecen y ayudan al surgimiento de la resiliencia.

Realizar actividades recreativas permite establecer relaciones interpersonales y conocer nuevas personas, además de promover una autoestima sana, poder lograr un autoconcepto frente a los cambios que ayudan a favorecer la autoconfianza, además de que la participación en actividades disminuye los sentimientos de inutilidad y aumentan los de productividad y de logro, incrementan la felicidad, la percepción del bienestar y la satisfacción en las personas mayores. (Carmona y Ribeiro 2010; Sánchez, 2010).

El bienestar relacionado con la recreación está vinculado a un envejecimiento exitoso, donde la persona mayor pueda incorporarse y adaptarse a los cambios, venciendo las barreras propias y ajenas que le impiden desplegar su potencial (Vivaldi & Barra, 2012).

Martínez y Peri, (1990), expresan que existen dos tipos de recreación, la espontánea que está determinada por la iniciativa y la disposición siendo tarea de sus propios protagonistas, con espontánea se refiere a que no se planean las actividades ni existe un impulso por anticipación. A su vez, la recreación organizada está en la búsqueda constante del logro de sus objetivos y un espacio físico adaptado a la actividad.

En la misma línea, (Maffeo, 2023) señala que la estimulación a través de la recreación despliega un buen envejecer, donde se combina el uso del tiempo libre con las actividades lúdicas, opuestas al sedentarismo, esto explicaría, cómo la recreación y el

movimiento actúan como agentes protectores del proceso salud -enfermedad- atención-cuidado, que cooperan en retardar el descenso de las capacidades de los sujetos, dando lugar a sus potencialidades y arrojando una visión superadora de las vejeces, donde se ponen en tensión las representaciones sociales que la vinculan únicamente con la enfermedad y la dependencia.

Waichman (2004), expresa que se tome a la recreación con un uso positivo del tiempo, que les permita ser conscientes de su ahora y vayan modificando su conducta y produciendo otros modelos de vida.

En este sentido, Osorio (2001) plantea que la recreación es un medio para el desarrollo humano, en tanto satisface necesidades humanas. Es a través de la recreación que se van desarrollando procesos individuales y colectivos que buscan satisfacer no solamente las necesidades de ocio, sino también las de entendimiento, afecto, participación, creación, identidad y libertad (Salazar & Arellano 2015).

El ocio se vincula directamente con la recreación, porque se habla del ocio como un derecho y como transformación social, ayudando a obtener una mejor calidad de vida, este concepto se relaciona con las actividades voluntarias, porque son elegidas y no impuestas, su recompensa es la participación porque llevan a la felicidad y a una satisfacción compartida (García et al., 2010)

“Pensar al ocio (activo) y la recreación como una tecnología social, permite visualizar puentes para identificar la potencialidad y capacidad de los espacios sociales creadores de experiencias y mediar en la convivencia que abren la posibilidad de ser y estar de otros modos, en otras palabras, acceder a la cultura de paz” (Salazar et al., 2016 ; p 191)

Estas actividades constituyen lugares de prevención, promoción y rehabilitación de la salud, dado que no solo contribuyen al entretenimiento y disfrute, sino que también fomentan el aprendizaje, la cercanía, la formación y el fortalecimiento de relaciones; facilitando así la creación de una red de apoyo y sostén que aporta a los procesos de salud de las vejeces (Maffeo, 2023)

III. REPRESENTACIONES SOCIALES EN LAS VEJECES

En primer lugar, las representaciones sociales fueron definidas por Moscovici (1979), como el conglomerado de creencias, actitudes, valoraciones que se van generando en el intercambio discursivo de un grupo de personas para constituir un saber común.

Años más tarde, Moscovici (1986), la define como una visión que le da sentido al funcionamiento del mundo, es una manera de percibir y demostrar en base a los propios marcos de referencias; haciendo foco en la construcción de la realidad, a partir de experiencias, comunicaciones e imágenes que se reciben o transmiten.

El conocimiento del sentido común es un conocimiento social que dirige el comportamiento y cede importancia al análisis de la estructura y dinámica de las representaciones sociales (Abric, 1994), en la cual se le empieza a dar sentido a lo que nos rodea y darle una significación. (Jodelet, 1984)

Siguiendo por una línea más actualizada, Rateau y Lo Monaco (2013) plantean a las representaciones sociales como “sistemas de opiniones, de conocimientos y de creencias” (p.3) pertenecientes a una cultura o un grupo social y concernientes a elementos propios del contexto social y en determinado momento histórico (Iacub, 2003).

Las representaciones sociales organizan las diferentes conformaciones del pensamiento social compuesto por suposiciones, ideas, apreciaciones, posiciones, estereotipos y prejuicios que suelen tener una orientación actitudinal positiva o negativa (Araya, 2002).

Son estas representaciones sociales que van a ir cambiando aquello que no es conocido en familiar, a través de dos herramientas como el anclaje y la objetivación que tienen el propósito en hacer que lo imperceptible se haga patente (Vain, 2016).

Estos pensamientos sociales proponen una mirada enfocada en una realidad cambiante, asignándole un modo de ser dinámico a los mismos fenómenos, sin desvincularlos de su historia (López y Marín, 2013).

Para que una representación social se establezca es indispensable reconocer qué se sabe (información), qué se cree y cómo se interpreta (campo de representación), y qué se hace y cómo se actúa (actitud), están constituidas a su vez, como sistemas de

códigos, valores, lógicas clasificatorias, principios interpretativos y orientadores de las prácticas, que definen la llamada conciencia colectiva, la cual se rige con fuerza normativa en tanto instituye los límites y las posibilidades de la forma en que las mujeres y los hombres actúan en el mundo. (Araya, 2002, p. 11)

Es a partir de este momento, que las representaciones sociales van permitiendo conocer los sentidos y explicaciones que se le atribuyen a la vejez (Peña, 2018).

En palabras de Cataldi y Schultze (2022) plantean que los diferentes modos de envejecer, son descritos como construcciones sociales del último período del curso vital.

Son estos regímenes de construcción de significados y sentidos imaginarios, que llevan a que determinada comunidad “tenga” una manera particular de interpretar la realidad, es lo que Castoriadis (1987) llama imaginario social, produciendo efectos en las personas y en su identidad. Es decir que, lo que la sociedad entiende de las vejeces se encuentra unido a un sistema de creencias compartidas, caracterizado por ser estático y difícil de modificar, este compuesto de sentidos y prácticas puede designarse representación social, porque es impuesta como algo inalterable y natural, brindando una mirada relacionada a la estabilidad, en entornos donde los cambios son constantes (Maffeo, 2023).

En las representaciones sociales los aspectos positivos como negativos, se complementan, porque argumentar que la representación social en la vejez es solo salud, sabiduría, experiencia, disfrute y en este caso recreación, sería caer en una homogeneización del proceso de envejecimiento, todos los otros aspectos que suelen estar denominados como “negativos” (tristeza, soledad, abandono, dolor, muerte), son de gran importancia en este proceso, ya que llevan a confrontar tales situaciones y a desenvolver el potencial de las personas mayores (Riff y Singer, 2013)

El encuentro con los otros implica una transformación de sí mismos y desafía los roles sociales pensados para las vejeces: vinculadas al abuelazgo y la pasividad. Los procesos de participación de las personas mayores permiten considerar a las vejeces en su pluralidad, con potencia transformadora y posibilidad de acción. Esto supone una concepción política de esta etapa etaria, teniendo como objetivo, poder confrontar aquellas miradas que la asocian a la improductividad y a la inactividad, es a partir de este momento que las personas mayores van a ir adquiriendo roles significativos en la sociedad (Maffeo, 2023). Por tanto, contemplar que se utiliza una variedad de representaciones, es el primer paso para repensar a la vejez de manera real, objetiva y tolerante, atravesada por una mirada y un trato respetuoso con las vejeces, es

considerado un acto de dignidad que les restablece su valorización en la sociedad como agentes de cambio, contribuyendo así a su crecimiento, cuestionando y renovando la mirada unidimensional del envejecimiento y la vejez (López y Marin, 2016).

- *PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN* -

El problema de investigación surge a partir de indagar qué representaciones sociales tienen las personas mayores acerca de su participación en actividades recreativas, explorando las percepciones positivas o negativas que puedan tener, además de dar voz a las vejeces para construir estrategias recreativas que contemplen sus deseos.

A su vez, en los antecedentes y la literatura expuesta anteriormente, dan cuenta que las actividades recreativas propuestas, suelen generar un envejecimiento exitoso, ligada a un uso positivo del tiempo, donde pretenden incorporar a la recreación como un estilo de vida, construyendo la idea de que a partir de estas actividades podrían mejorar su calidad de vida.

Por otro lado, Zamora (2019) afirma que hay una falta de participación de las personas mayores en actividades recreativas, esto se debe a que las propuestas de recreación no están siendo interesantes ni acordes a las necesidades de las vejeces. “El deseo de las personas mayores es esencial para no entender al envejecimiento activo como una imposición social, sino como una necesidad o interés de cada sujeto”. (Ruiz, 2021, p.27).

En palabras de Huenchuan et al ; (2010) el concepto de envejecimiento activo, tiende a ser utilizado de una manera reducida a una idea de la actividad que recuerda la teoría de la actividad de Maddox (1973), lo que decanta en estar en permanente actividad, arriesgando el caer en activismo, es decir, en una actividad irreflexiva o bien caer en una idea de “deber ser” activo, que aparece más una imposición externa, donde la actividad se hace solo para llenar vacíos y no para crear espacios de integración social, participativa y responsable (p.128).

Al comprender las percepciones y creencias de las personas mayores sobre la recreación, se pueden generar estrategias y programas de recreación que se ajusten mejor a sus necesidades, intereses y deseos, teniendo en cuenta la particularidad de cada sujeto.

- PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN -

- ¿Qué representaciones sociales tienen las personas mayores acerca de su participación en actividades recreativas?
- ¿Cómo se podrían construir estrategias de recreación que contemplen el deseo de las personas mayores?
- ¿Qué percepciones tienen las personas mayores acerca de la recreación? ¿ Las representaciones sociales acerca de la recreación son iguales en varones y mujeres?
- ¿Qué opinión tienen las personas mayores en cuanto a la baja participación en actividades recreativas?

- OBJETIVOS -

Objetivo General:

Indagar las conexiones entre las personas mayores y la recreación, procurando dar cuenta de cómo las representaciones podrían influir en la contribución o limitación de la participación en estas actividades en la ciudad de Maldonado.

Objetivos Específicos:

1. Explorar qué percepciones tienen las personas mayores acerca de la recreación.
2. Indagar si las representaciones sociales acerca de la recreación son iguales en varones y mujeres
3. Identificar que estrategias de recreación tienen las personas mayores para que su deseo esté contemplado.

4. Conocer que opinión tienen las personas mayores en cuanto a la baja participación en actividades recreativas

- DISEÑO METODOLÓGICO -

La metodología seleccionada para la elaboración del presente pre - proyecto es de corte cualitativo exploratorio. La intencionalidad de la *investigación cualitativa* se centra en la comprensión de la realidad históricamente construida y analiza sus particularidades en relación con las emociones y la lógica de sus protagonistas (Hamui y Varela, 2013), mientras que la *investigación exploratoria* indaga sobre un tema u objeto poco investigado, con el fin de aproximarse al mismo (Arias, 2012)

La técnica de recolección de datos será la entrevista en profundidad, ya que es una técnica que ayuda con la comunicación cara a cara, de manera espontánea y dialógica, con el propósito de investigar cuales son las representaciones que tienen las personas mayores acerca de la recreación. Dando la posibilidad de compilar datos cualitativos sobre la opinión y percepción de los entrevistados sobre el tema a investigar.

Taylor y Bogdan (1987) llaman *entrevistas en profundidad* a los reiterados encuentros que se tienen frente a frente entre el investigador y los informantes, encuentros encauzados para poder comprender los puntos de vista que tienen los informantes respecto de sus vidas, situaciones o experiencias, conforme a como lo manifiestan desde sus propias palabras.

Se realizará una *muestra teórica* de personas mayores que acudan a la Asociación de Jubilados y Pensionistas de San Carlos, ubicada en el departamento de Maldonado.

Los criterios que se utilizan para la selección de las personas mayores que participan de esta investigación son :

- Hombres y mujeres
- Mayores de 65 años en adelante
- Que hayan participado de actividades recreativas
- Que no hayan participado de actividades

Debido a las características del estudio, las muestras se seleccionarán de un modo *intencional heterogéneo*, con el objetivo de que haya versatilidad y representatividad en cuanto a edad y género, en este sentido la muestra es intencional porque permite

seleccionar casos característicos de una población limitando la muestra sólo a estos casos (Otzen & Manterola, 2017)

Asimismo resulta pertinente aclarar que al momento de realizar las entrevistas en profundidad se tendrá en cuenta la variable género dado que se entiende que la multiplicidad de vivencias de la recreación se presenta y se percibe de manera diferente en varones y mujeres.

Para finalizar, en función de los datos brindados, se procederá a la codificación del material para encontrar categorías analíticas que permitan un análisis discursivo de los resultados.

- CONSIDERACIONES ÉTICAS -

Este pre - proyecto de investigación se ampara en el Código de Ética Profesional del Psicólogo del Uruguay (2001) y el Decreto No 379/008 del Ministerio de Salud Pública sobre los aspectos éticos en investigación con seres humanos. Es necesario que esta investigación sea revisada y aprobada por el Comité de Ética de Investigación de la Facultad de Psicología para poder luego ser llevada a cabo.

La investigación "Indagación de las representaciones sociales de las personas mayores acerca de la recreación" se realizará desde una perspectiva de derechos humanos y de protección integral de los participantes.

Si bien, se entiende que la investigación no supondrá riesgos mayores o daños derivados de la misma, en caso de observarse malestar o molestia ocasionada a partir de la investigación, se acompañará a los participantes en el proceso de solicitar atención en salud mental de su prestador de salud.

Previo a la realización de las entrevistas, los participantes serán informados en detalle acerca de los objetivos y metodología de la investigación a través de la hoja informativa.

Posteriormente se le brindará un consentimiento informado donde se explicita que:

- i)** La información brindada será confidencial y se resguardarán todos los datos identificatorios a través de la codificación de los mismos.
- ii)** Que la entrevista será grabada, pero que el acceso a la misma será de forma exclusiva por parte del equipo investigador
- iii)** Que no tiene que contestar ninguna pregunta que no quiera e incluso que puede abandonar o solicitar finalizar la misma en cualquier momento del proceso, sin que ello le traiga perjuicio alguno.

Una vez leído se le consultará sobre posibles dudas o preguntas, luego de lo cual se podrá proceder a la firma del consentimiento en caso de aceptar ser parte de la investigación.

- CRONOGRAMA DE EJECUCIÓN -

ACTIVIDADES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Revisión y profundización bibliográfica												
Presentación al Comité de Ética de la Investigación en seres humanos												
Contacto con la Asociación de Jubilados y Pensionistas, y coordinación de encuentros												
Realización de las entrevistas												
Transcripción de las entrevistas												
Análisis de Datos												
Elaboración del Informe												
Difusión de resultados esperados												

- RESULTADOS ESPERADOS Y PLAN DE DIFUSIÓN -

Partiendo de los datos obtenidos de la presente investigación, se pretende aportar al conocimiento acerca de qué representaciones sociales tienen las personas mayores acerca de su participación en actividades de recreación, otorgándoles a las vejeces un lugar de relevancia en el proceso de la investigación.

Recogiendo las perspectivas y significados de las personas mayores, también se espera aportar a las transformaciones, en tanto actores participantes - o no - de estas actividades, intentando un acercamiento a sus vivencias, percepciones y representaciones.

En cuanto al plan de difusión, los resultados serán presentados a las autoridades de la institución participante del estudio. Asimismo, se publicarán artículos en revistas científicas y se presentarán los resultados en congresos y seminarios. También se espera realizar una instancia para compartir los resultados con los participantes del estudio, así como con sus familias.

- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS -

Abric, J-C. (1994) *Prácticas sociales y representaciones*. (1° ed.). Ediciones Coyoacán

68Araya Umaña, S. (2002). *Las representaciones sociales: ejes teóricos para su discusión*. Flacso (Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales).

<https://goo.su/RZbu>

Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación. Introducción a la metodología científica*. Caracas, Venezuela. Editorial Episteme, C.A.

Acosta, L. M., & Vásquez, F. A. (2016). Análisis de la necesidad de un modelo teórico de recreación para el adulto mayor. *Gestión y Gerencia*, 10(2), 38-62.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5781180>

Fernández - Ballesteros, R (1996) *Psicología del Envejecimiento: crecimiento y declive* Lección inaugural del curso académico 1996-1997. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9259884&orden=0&info=link>

Baars, J., Dannefer, D., & Phillipson, C. (2005). Introduction: Critical perspectives in social gerontology. In *Aging, globalization and inequality: The new critical gerontology* (pp. 1-16).

<https://research.tilburguniversity.edu/en/publications/introduction-critical-perspectives-in-social-gerontology>

Becoña, E. (2006). Resiliencia: Definición, características, y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125-146

<http://e-spacio.uned.es/revistasuned/index.php/RPPC/article/view/4024>

Barquero, C. E. R. (2015). La recreación en el fomento de la resiliencia. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 16(1), 63-80.

<https://www.redalyc.org/pdf/5256/525652730008.pdf>

Bermejo, R. V., Monreal-Bosch, P., García, L. B., Cueria, Y. C., Prado, S. F., Mendizábal, M. R. L., ... & Valcarce, A. R. (2016). El empoderamiento en el ámbito de la gerontología clínica y social. *Rev Esp Geriatr Gerontol*, 51(4), 187-188.

https://www.academia.edu/download/64038066/El_empoderamiento_en_elambito_de_la_gerontologia.pdf

Berriel Taño, F. (2021). Envejecimiento y políticas públicas en el Uruguay del ciclo progresista: análisis de la formación de un objeto múltiple.

<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/29402>

Bellomo, F, & Núñez, I (2022). PERSONAS MAYORES EN URUGUAY: Un estudio multidimensional. *Asesoría en Políticas de seguridad Social*.

<https://www.bps.gub.uy/bps/file/18870/2/83.-personas-mayores-en-uruguay.-un-estudio-multidimensional.-ec.-felix-bellomo-e-ines-nunez.pdf>

Castoriadis (1987) La institución imaginaria de la sociedad. Barcelona: Tusquets

<https://goo.su/xMcyN>

Carmona Valdés, S. E. y Ribeiro Ferreira, M. (julio-septiembre, 2010). Actividades sociales y bienestar personal en el envejecimiento. *Papeles de Población*, 65 (16), 163 – 185.

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252010000300006

Castillo, A., Ferreira, S., & Garcia, I. F. (2015). La recreación como condición de una vida saludable en los adultos mayores-Revisión de literatura. *Acta odontológica venezolana*, 53(1), 31-32.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6835112>

- Ciriaco M. F., & Jeannette, C. (2019). Abordaje Antropológico de las vejeces. Trayectorias biográficas de las mujeres mayores del barrio El Retiro, Lisandro Olmos (La Plata). In *XIII Jornadas de Sociología*. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires.
<https://cdsa.aacademica.org/000-023/174.pdf>
- Cataldi, M. y Rada Schutlzs, F. (2022) Vejeces gitanas. La trama entre etnia, género, edad y discriminación múltiple. *Revista Argentina de Gerontología y Geriatria*. 36, 1, pp. 18-26.
<https://goo.su/4OyfuE>
- Deleuze, G., & Guattari, F. (1985). El Anti Edipo: capitalismo y esquizofrenia. In *El anti Edipo: capitalismo y esquizofrenia* (pp. 428-p).
<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/psa-52764>
- Dulcey-Ruiz, E. (2013). *Envejecimiento y vejez. Categorías conceptuales*. Santiago de Chile: Fundación Cepsiger para el Desarrollo Humano.
<https://goo.su/llwdEn>
- Deharbe Miranda, M. E. y Mc Cormick, M. G. (2013). Motivaciones en la búsqueda de recreación en la vejez. (Tesis de Licenciatura en Psicopedagogía). Universidad Católica Argentina, Facultad Teresa de Ávila.
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/565>
- Durán Ochoa, S. G. (2017). Vejez y participación: una mirada desde las personas mayores en el Departamento de Maldonado.
<https://goo.su/806B9>
- Doheny, S., & Jones, I. R. (2021). What's so critical about it? An analysis of critique within different strands of critical gerontology. *Ageing & Society*, 41(10), 2314-2334.
<https://www.cambridge.org/core/journals/ageing-and-society/article/whats-so-critical-about-it-an-analysis-of-critique-within-different-strands-of-critical-gerontology/94F77B9147B4A38D484A0A399E0B676D>

Gramsci, A., & Flambaun, I. (1971). *El materialismo histórico y la filosofía de Benedetto Croce* (pp. 157-8). Buenos Aires: Nueva visión

http://www.abertzalekomunista.net/images/Liburu_PDF/Internacionales/Gramsci_Antonio/El_materialismo_historico_y_la_filosofa_de_Benedetto_Croce-K.pdf

Guerrini, M.E (2010). La vejez. Su abordaje desde el Trabajo Social. Revista Margen N°57.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3313191>

García, I. M., & Moreno, M. B. (2010). Ocio, tiempo libre y voluntariado en personas mayores. *POLIS, Revista Latinoamericana*, 9(26).

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/polis/v9n26/art04.pdf>

Galán, M. G. N. (2012). La calidad de vida: Análisis multidimensional. *Revista de enfermería neurológica*, 11(3), 129-137.

<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=38334>

Garzón, M. (2020). Vejez, institucionalización y creatividad. Una mirada reflexiva desde el Trabajo Social. *LAS PERSONAS MAYORES EN CONTEXTO DE PANDEMIA 19*, 156.

[Libro-Trabajo-Social-con-Personas-Mayores.pdf \(uba.ar\)](#)

Guzzo, A., Blanco, M., & Piacentini, D. (2021). Las vejeces: un nuevo paradigma - Facultad de Periodismo y Comunicación Social - UNLP. Recuperado de:

<https://perio.unlp.edu.ar/2021/06/15/las-vejeces-un-nuevo-paradigma/>

Huenchuan, S., Fassio, A., Carlos, S. A., Osorio, P., Worobiej, A. M., Batthyany, K., ... & Paredes, M. (2010). Envejecimiento, género y políticas públicas. Coloquio regional de expertos. *ZONALIBRO*.

Huenchuan, S. (2011). Los derechos de las personas mayores. Materiales de estudio y divulgación. *Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE)-División de Población* Santiago de Chile: Naciones Unidas

https://www.academia.edu/download/49994490/Derechos_PMayores_M2.pdf

Hamui-Sutton, A., & Varela-Ruiz, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Investigación en educación médica*, 2(5), 55-60.

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572013000100009&script=sci_arttext

Huenchuan, S. (2018). *Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: perspectiva regional y de derechos humanos*. Cepal.

<https://repository.eclac.org/handle/11362/44369>

Iacub, R. (2003). La Postgerontología: hacia un renovado estudio de la gerontología. *Revista de Trabajo Social: Perspectivas. Notas sobre Intervención y Acción Social*, 12 (8), 31 – 40. Universidad Católica Raúl Silva Enríquez, Santiago de Chile.

<https://repositorio.21.edu.ar/handle/ues21/16161>

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

<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-619546>

Jodelet, D. (1986). La representación social: fenómenos, concepto y teoría. *Moscovici, Serge (comp.), Psicología Social II, Barcelona, Paidós*, 469-494.

https://www.academia.edu/download/58919576/1_Denise_Jodelet_-La_representacion_social20190416-96143-1fkpr3c.pdf

Jiménez, J. A. M. (2010). Beneficios en la calidad de vida de mujeres entre los 50 y los 81 años de edad al participar en un programa de recreación física grupal. *Revista educación*, 34(2), 111-132.

<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/490>

- Lladó, M., Carbajal, M., & Ministerio de Desarrollo Social, Dirección Nacional de Políticas Sociales, Área de las Personas Adultas Mayores. (2009). Producción de subjetividad sobre envejecimiento y vejez presente en las políticas públicas. *Ministerio de Desarrollo Social, Dirección Nacional de Políticas Sociales, Área de las Personas Adultas Mayores (Ed.), Hacia un Uruguay más equitativo en materia de envejecimiento: Primer debate nacional sobre políticas sociales, envejecimiento y territorio*, 97-131. http://www.dedicaciontotal.udelar.edu.uy/adjuntos/produccion/771_academicas_academicaarchivo.pdf
- Ludí, María del Carmen (2013). Envejecimiento activo y participación social en sectores de pobreza. X Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://cdsa.aacademica.org/000-038/387.abstract>
- López Gómez, M. D. P., & Marín Baena, R. A. (2016). Revisión teórica y empírica desde la psicología sobre representaciones sociales del envejecimiento y la vejez en Latinoamérica y España (2009-2013). *Revista Científica General José María Córdova*, 14(17), 155-202. <https://goo.su/z8gXC>
- Limón, M.^a. y Chalfoun, M.^a. (2017). La Biblioteca como agente social en el proceso de empoderamiento de los adultos mayores en un ambiente intergeneracional e intercultural. Congreso Internacional de Pedagogía Social. Libro de Actas y Resúmenes. Editorial Copiarte: Sevilla <https://goo.su/KkN39T>
- Moscovici (1979) las representaciones sociales son el conjunto de creencias, actitudes, valoraciones que se van construyendo en el intercambio discursivo de un grupo de personas o de una población para conformar un saber común. <https://www.raco.cat/index.php/Athenea/article/download/34106/33945>

Moscovici S. (1986). La representación social: Fenómeno, concepto y teoría. Psicología social. Barcelona. Paidós.

https://www.academia.edu/download/58919576/1_Denise_Jodelet_-La_representacion_social20190416-96143-1fkpr3c.pdf

Martinez, Juliana; PERI, Andrés. la recreación juvenil en el Uruguay. Montevideo: Banda Oriental, 1990. 78 p.

<https://goo.su/bGYFXT>

Millán-Calenti, J. C. (2006). Principios de geriatría y gerontología. *Principios de Geriatría y Gerontología*.

<https://portalcientifico.sergas.es/documentos/608ca840af765575d40a3d64?lang=es>

Muchnik, E (2006) Envejecer en el siglo XXI. Historia y perspectivas de la vejez. Lugar Editorial. Buenos Aires, Argentina.

Martínez, T. (2006). Envejecimiento activo y participación social en los centros sociales de personas mayores. Serie Documentos Técnicos de Política Social, 17, 47-61.

<https://goo.su/s3zua7d>

Montes de Oca, Z. V. (2010). Pensar la vejez y el envejecimiento en el México contemporáneo. Renglonés, Revista arbitrada en ciencias sociales y humanidades. 1(62), 161-181.

<https://rei.iteso.mx/handle/11117/235>

Muñoz Muñoz, C. G. (2016). El juego como recurso terapéutico en la intervención comunitaria con personas mayores. *Humanidades Médicas*, 16(1), 84-97.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-81202016000100006&script=sci_arttext

Muñoz Serna, B. E., & Nieves Chávez, M. A. . (2020). El humor y la recreación en el encuentro virtual de aprendizaje, desde la convivencia felicitaria en

tiempos de pandemia 1. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 24(3), 89–110.

<https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.1353>

Martínez Heredia, N., Santaella Rodríguez, E., & Rodríguez García, A. M. (2021). Beneficios de la actividad física para la promoción de un envejecimiento activo en personas mayores. Revisión bibliográfica.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7586487>

Maffeo, M. D. (2023). Desafiando el rito de la soledad: una experiencia en un taller recreativo dirigido a adultos mayores. *Hologramática*, 39(3), 25-46.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9251604>

Osorio, E. (2001). Los beneficios de la recreación desde una perspectiva del desarrollo humano. In *II Simposio Nacional de Vivencias y Gestión en Recreación*.

<https://www.redalyc.org/pdf/3112/311245562008.pdf>

OMS (2002). Programa Envejecimiento y Ciclo Vital. Envejecimiento activo: un marco político. *Revista Especializada en Geriátrica y Gerontología* no. 37(S2):74- 105.

<https://goo.su/hzZKR>

OEA, A. G. (2017). Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores. *Cuaderno Jurídico y Político*, 2(7), 65-89.

<https://revistasnicaragua.cnu.edu.ni/index.php/cuadernojurypol/article/view/6706>

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International journal of morphology*, 35(1), 227-232.

https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95022017000100037&script=sci_arttext&tlng=pt

OMS (2015) Informe Mundial sobre el Envejecimiento y la Salud

<https://goo.su/o1FF>

OMS (2022). Organización Mundial de la Salud. *Envejecimiento y Salud*.

[Envejecimiento y salud \(who.int\)](https://www.who.int)

PÉREZ FERNÁNDEZ, R (Comp., 2007) *Cuerpo y subjetividad en la sociedad contemporánea*. Montevideo: Psicolibros Universitario, pp. 64 – 75.

https://www.researchgate.net/publication/216233280_Cuerpo_y_subjetividad_en_la_sociedad_contemporanea

Pérez Fernández, R. (2011). La construcción subjetiva del envejecimiento. Proyecto de vida e imaginario social en la clínica psicológica con mayores. *Fernando Quintanar Olgún. Atención psicológica de las personas mayores. Investigación y experiencias en psicología del envejecimiento*.

<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/22133>

Paredes, M., Berriel Tano, F., Lladó Olivera, M., Carbajal, M., Nathan, M., González Arias, D., & Pérez Fernández, R. (2013). La sociedad uruguaya frente al envejecimiento de su población. *Biblioteca Plural*;

<https://goo.su/SF4MZn5>

Pivani, M. (2015). Representaciones de envejecimiento y vejez asociados a la participación de adultos mayores.

<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/6333>

Palma, A., Perrotta, V., & Rovira, A. (2015). Las personas mayores en Uruguay: un desafío impostergable para la producción de conocimiento y políticas públicas.

<http://repositorio.mides.gub.uy:8080/xmlui/handle/123456789/1058>

- Paredes, M. (2016). Políticas de vejez en Uruguay: el tránsito hacia un paradigma de derechos. *Revista de la Asociación Latinoamericana de Población*, 18(18), 129-152.
<https://goo.su/490NiQ>
- Peña, S. (2018). *Representaciones sociales sobre vejez en adultos mayores*. Tesis de Licenciatura.
<https://repositorio.21.edu.ar/handle/ues21/16161>
- Pepe, G. (2022) La importancia de la recreación en las personas mayores institucionalizadas. *Universidad de la República Uruguay- CENUR Litoral Norte Uruguay* 19, 63.
[Libro-Trabajo-Social-con-Personas-Mayores.pdf \(uba.ar\)](Libro-Trabajo-Social-con-Personas-Mayores.pdf (uba.ar))
- Ramos, F. (1986). *Fundamentos de la recreación*. Imprenta Instituto Pedagógico de Caracas.
- Riff, C. D., & Singer, B. (2007). Ironías de la condición humana: bienestar y salud en el camino a la mortalidad. In *Psicología del potencial humano: cuestiones fundamentales y normas para una psicología positiva* (pp. 367-388). Gedisa
<https://goo.su/IV8nV2q>
- Romero Morales, G. (2010). Análisis de necesidades e intereses recreativos de las personas adultas mayores del albergue San José Obrero, del cantón de Siquirres: propuesta recreativa
<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/491>
- Rateau, P., & Lo Monaco, G. (2013). La teoría de las representaciones sociales: orientaciones conceptuales, campos de aplicaciones y métodos. *CES Psicología*, 6(1), 22-42
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2011-30802013000100003&script=sci_arttext

Ramos, M. E. F., Gonzalez, A. M., & Pacheco, C. A. C. (2016). Recreación, ejercicio y ocupación del tiempo libre en la vejez. *Edu-física. com*, 8(18).

<https://revistas.ut.edu.co/index.php/edufisica/article/view/997>

Rondón, M. E. B., & Rodríguez, T. M. L. (2020). Representaciones sociales sobre el Envejecimiento y la atención del Adulto Mayor. Perspectivas desde la UNEFM. *Dominio de las Ciencias*, 6(1), 215-235.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7539766>

Ruiz Pérez, M. A. (2021). Participación en la vejez en el contexto de la pandemia por COVID-19, desde una mirada de género. Un estudio de caso: el grupo " Los Emprendedores".

<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/33694>

Salvarezza, L. (1988) Psicogeriatría. Teoría y Clínica. Bs. As.: Paidós.

<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/20598>

Salazar, C. (2007). Recreación. San José, Costa Rica: Editorial UCR.

Sánchez Salgado, C. D. (2010). Gerontología Social. Buenos Aires: Editorial Espacio

Salazar, C., & Ceballos, A. (2015). El concepto ocio en la vida moderna de Latinoamérica: revisión y apuntes para una ingeniería sociocultural. *Razón y palabra*, 90, 15

<https://www.revistarazonypalabra.org/index.php/ryp/article/view/153>

Salazar, C., Arellano, A., & Peña, C. (2016). Programas de ocio activo e infraestructura de esparcimiento (como elementos protectores) en los estudios sobre violencia escolar. *Revista Mad. Revista del Magíster en Análisis Sistemico Aplicado a la Sociedad*, (34), 179-195.

<https://www.redalyc.org/pdf/3112/311245562008.pdf>

Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación* (Vol. 1, p. 348). Barcelona: Paidós.

https://www.academia.edu/download/39626073/Taylor-Bogdan_observacion_part.pdf

Trilla, J. (1998). Nuevos espacios y tiempos en la Pedagogía. Ponencia en Actas de las VIII Jornadas LOGSE., 32-48. Granada. Grupo Editorial Universitario.

Tello, C. y Danel, P. (2022) Decolonialidad, identidades divergentes e intervenciones. La Plata: Universidad Nacional de La Plata.

<http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/97864>

Vivaldi, F., & Barra, E. (2012). Bienestar psicológico, apoyo social percibido y percepción de salud en adultos mayores. *Terapia psicológica*, 30(2), 23-29.

https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082012000200002&script=sci_arttext

Vain, P. D. (2016). Las representaciones sociales. Conceptos Fundamentales. Objetivación y anclaje.

<https://www.aacademica.org/pablo.daniel.vain/65.pdf>

Waichman, P. (2004). Tiempo libre y educación, un desafío pedagógico. *Buenos Aires: PW*.

<https://goo.su/bd7WD>

Waichman, P. A. (2009). ¿Cuál recreación para América Latina?. *Espacio abierto*, 18(1), 101-108.

<https://www.redalyc.org/pdf/122/12211304007.pdf>

Zamora, O. O., Céspedes, L. A., & Quintana, L. V. (2019). Estrategia participativa para elevar la inserción social del adulto mayor en las actividades físico-recreativas. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales (RCCS)*, (2), 47.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9164289>