



## **Hacia una playa tranquila**

*Turismo, Resiliencia y Tercera Edad*

**ALUMNO:** Fabian Alejandro Barrenechea

Legajo 70754/0

MAIL: baan\_17@hotmail.com

**DIRECTOR:** Doctor en Psicología Eduardo Más

**FECHA:** 26 de junio de 2015

## Agradecimientos

---

*Al finalizar este trabajo de tesis me he dado cuenta que hubiese sido imposible la culminación sin el apoyo incondicional de innumerables personas, los cuales fueron facilitadores para que este trabajo llegue a un feliz término. Por esto, es un placer utilizar este espacio para agradecerles.*

*En primer lugar al Doctor en Psicología Eduardo Más por aceptarme para realizar esta tesis bajo su dirección. Su apoyo, su confianza en mí, su capacidad para guiar mis locas ideas han sido un aporte invaluable.*

*Al Municipio de Berazategui el cual me abrió las puertas y en particular a la Dirección de Recreación y Turismo Socio-comunitario; a los centros de jubilados, especialmente a Jóvenes de Antaño, que me permitieron realizar mi trabajo de campo, haciéndome vivir una experiencia inolvidable.*

*Para mis compañeros de carrera que estuvieron siempre para levantarme el ánimo, no vamos a ser solo colegas somos amigos y los momentos que vivimos van a ser inolvidables. Algunas de esas maravillosas personas que se cruzaron en mi camino fueron Belén, Melina, Gimena, Ana, Mariel, y podría seguir pero sé que ya saben quiénes son.*

*Mis amigos que se aguantaron noches hablando de mis ideas, que entendieron cuando no aparecía en las cenas o decía hoy no puedo tengo que terminar mis ideas, los quiero mucho y ahora a festejar los logros.*

*A Luis un amigo, compañero de vida, con quien decido seguir compartiendo hermosos momentos, gracias por el aguante, por los mates mientras escribía.*

*A mi familia, quienes nunca dudaron de mí. Mis abuelos que me aceptaron y me abrieron las puertas de sus círculos de amigos, su centro de jubilados. Mis padres quienes me apoyaron a lograr lo que quería, que siempre están siguiéndome ciegamente en todas mis proyectos, esas dos personas me llenaron de buenos valores y sé que van a seguir acompañando. Mis hermanos que son incondicionales y están para dar un abrazo.*

*Mis tías que se sentaron y me ayudaron a terminar de cerrar ideas, que me mostraron el camino, que no hay que sentarse a esperar sino hay que salir a buscar.*

*A los profesores que me han marcado, fueron ellos que de manera inesperada han influido y dado curso a esta investigación.*

*Gracias no hay palabras que demuestren lo que siento.*

## Índice

---

Resumen.....	pág. 3
Introducción.....	pág. 4
Metodología.....	pág. 8
Objetivos.....	pág. 9
Capítulo 1: Marco teórico.....	pág. 10
1.1 Turismo, una mirada social.....	pág. 10
1.1.1 Turismo social.....	pág. 12
1.2 Turismo y ocio.....	pág. 13
1.3 Resiliencia.....	pág. 15
1.4 Adulto mayor.....	pág. 17
Capítulo 2: El partido de Berazategui.....	pág. 20
2.1 La tarea Municipal.....	pág. 21
2.2 Centros de Jubilados.....	pág. 23
2.3 Los profesores.....	pág. 26
Capítulo 3: Análisis de actividades.....	pág. 28
3.1 Natación.....	pág.28
3.2 Viaje a las Termas de Federación.....	pág. 30
3.3 Los beneficiarios. Cuantificación.....	pág. 32
Conclusión.....	pág. 35
Recomendaciones.....	pág. 39
Bibliografía.....	pág. 40
Anexo I: Desgrabación de entrevista a María Laura Lacava.....	pág. 44
Anexo II: Desgrabación de entrevista a Silvana Rosana Cina.....	pág. 46
Anexo III: Cuadro de encuestas.....	pág. 49
Anexo IV: Gráficos.....	pág. 62
Anexo V: Observación del viaje a las Termas de Federación.....	pág. 65

## Resumen

---

En el siguiente trabajo se abordará la temática del Turismo Social, en particular en la tercera edad, y se intentará brindar una primera perspectiva acerca de cómo las actividades turísticas y recreativas mejoran la calidad de vida de las personas adultas.

El Turismo Social surge por la necesidad de facilitar a todos los sectores de la sociedad acceder al ocio turístico, especialmente a los más vulnerables o con menos recursos; por medio de planes, acciones o programas, que ayuden a otorgar este derecho.

Para poder determinar los beneficios que el Turismo Social brinda a los adultos mayores se centró en el Municipio de Berazategui empleando las siguientes metodologías: la observación de una actividad turística concreta; realización de entrevistas semi-estructuradas con funcionarios y con las personas beneficiarias del programa; y el análisis de contenido pertinente que pueda esclarecer mejor la temática.

Se ha notado, a lo largo de la investigación, que la inclusión de este segmento etario a las actividades turísticas, han mejorado las condiciones de aislamiento y depresión que en algunos casos caracteriza a la vejez, y es aquí, donde el Turismo Social surge como una herramienta facilitadora para lograrlo.

## Introducción:

---

*“Todos queremos tener una mente saludable, plena de placer, libre, segura, con capacidad de resiliencia y creatividad, pero con frecuencia la dejamos suelta, sin control. Mentes tímidas, agitadas, ansiosas, inmaduras, pesimistas, atemorizadas, fluctuantes y depresivas son consecuencia de la falta de entrenamiento, gestión y protección”*

Augusto Cury

Hoy en día, el turismo forma parte de la vida a lo largo de todo su ciclo vital, debido a su importancia social e individual (Aguiló, 1996; citado en Tremolosa, 2002). Algunos autores consideran que viajar satisface necesidades psicosociales de toda índole, ya sea de comunicación o de conocimiento ya que ayuda escapar de la cotidianidad del día a día.

Los conceptos de ocio-tiempo libre y turismo se encuentran estrechamente relacionados. Moreno (2000) y López (2000) afirman que el ocio y el tiempo libre pueden ser fuente para alcanzar beneficios de socialización y de “realización personal”. Sin embargo, existen obstáculos para que el ocio contribuya al desarrollo humano, como ocurre con el “desempleo” (Lobo, 2000; citado en Tremolosa 2002), o cuando se desvincula de las obligaciones del trabajo mediante la jubilación. Este último caso, obliga al individuo a una reorganización de su tiempo y experiencias psicológicas para hacer frente a las posibles pérdidas de identidad y de compromiso (Kleiber, 2000).

Según el Ministerio de Desarrollo Social Argentino, la calidad de vida la definen como: "Percepción de un individuo de su posición en la vida, dentro de un contexto de la cultura y del sistema de valores en donde vive y, en relación con sus metas, expectativas, estándares e inquietudes. Éste es un concepto de amplia gama, que incorpora en forma compleja la salud física, estado psicológicos, nivel de independencia, relaciones sociales, personales, y creencias a los rasgos dominantes en su entorno". (INDEC, 2012)

¿Las actividades turísticas ayudan a mejorar la calidad de vida de las personas de la tercera edad?

Esta pregunta merece una respuesta afirmativa, en Argentina, durante la primera y segunda presidencias de Juan D. Perón (1946-1955) comenzó a desarrollarse una nueva alternativa de turismo, el llamado turismo social, que buscaba maximizar los beneficios del tiempo de ocio al facilitar el derecho de vacacionar de los trabajadores de aquel entonces. Durante esos años, con el lema “usted se paga el transporte, nosotros le brindamos el alojamiento”, se crearon Unidades Turísticas Nacionales, tales como la de Embalse Río III y de Chapadmalal, para proporcionar el alojamiento a la clase obrera. A lo largo de los años este tipo de turismo se fue acentuando y se crearon innumerables ofertas hoteleras (González 2006).

En la actualidad el turismo social abarca cuatro segmentos: los trabajadores con sus familias, personas mayores, los jóvenes y personas con capacidades diferentes. Durante este trabajo se centrará en el turismo de la tercera edad; debido a que un alto porcentaje de seres humanos, de diferentes niveles culturales y estratos sociales, logran vivir más de 20 años luego de ser considerados personas mayores. (Freixas, 1997)

Se considera que las personas mayores son invisibles para nuestra cultura, A. Freixas (1997) afirma que las personas al envejecer sufren de discriminación que supone una percepción negativa por parte de la población joven. Además plantea el mal uso de las palabras “deterioro”, “pérdida” y “enfermedad” que se relacionan con este grupo, en vez de hablar de un cambio programado genéticamente y emplear el concepto de evolución donde las pérdidas forman parte del calendario evolutivo que es inevitable.

Sin embargo, esta etapa es difícil y no todas las personas la transitan de igual manera, algunas frente a esta situación buscan tareas sustitutas o alternativas, desarrollan algún hobby, ocupan su tiempo y mente en algo generando que este proceso sea gratificante; las llamaremos: *personas resilientes*. Existe otro grupo que se subestima, que no tiene inquietudes, que no se encuentra bien física o mentalmente para contribuir a la comunidad; las llamaremos: *personas no resilientes*. (Melillo, 2004) Durante este trabajo se centrará en los adultos resilientes que viven el “envejecer” como una etapa más de desarrollo personal, porque este grupo por sus características se acerca a las comunidades llamadas “centros de jubilados” facilitando el contacto con ellos, a diferencia del segundo grupo que se queda en sus hogares y abatidos por su realidad.

La resiliencia es una actitud que va más allá de la simple resistencia, una actitud frente a la vida que aún el adulto mayor, es capaz de aprender; no se trata de una felicidad forzosa, sino de una herramienta de orden psicológico que le ofrece al adulto mayor una nueva representación de su entorno y que amplía enormemente sus posibilidades de reconocimiento e identificación de valores, y además le permiten luchar contra la situación de abandono en la que en muchos casos se encuentra.

Diferentes estudios (Correa, 2011; Guerrini, 2010; Henderson, 2005; Fonterilla, 1997) demostraron que un acompañamiento e intervención adecuados pueden fomentar la actitud resiliente en adultos mayores en diversas situaciones, disminuyendo los efectos adversos de estos contextos y mejorando la calidad de vida de las personas afectadas.

Las políticas públicas tienen la responsabilidad de promover acciones que favorezcan la integración de las personas mayores en la sociedad, para erradicar la imagen negativa que se tiene sobre esta población.

El campo de delimitación que se eligió para este trabajo fue el municipio de Berazategui, la Dirección de Recreación y Turismo Socio-Comunitario donde se desarrolla actividades inherentes a la tercera edad, favoreciendo y fortaleciendo la calidad de vida de este grupo etario.

En una entrevista de presentación en la que se expuso las inquietudes a la encargada de esta Dirección, comentó que brindan diversas actividades a estos grupos, desde natación, el baile “Viejos son los Trapos”, salidas a estancias cercanas entre otras. Estas actividades se canalizan en los sesenta (60) Centros de Jubilados que acompañan las acciones que realiza el municipio.

Sin embargo, la Directora explicó, que los Centros de Jubilados a la hora de realizar un viaje por placer, deciden contratar paquetes armados por agencias de viajes. Sonia Gutiérrez en su artículo “perfil del cliente de agencias de viaje desde un enfoque de marketing relacional” divide a los clientes de las agencias en cuatro segmentos, en los que las personas de la tercera edad ocupan casi la mitad del total de los participantes.

Esta tesis se centrará en el estudio del impacto en las personas de la tercera edad, el análisis de las personas de este segmento que concurren a los Centros de Jubilados, detallando la relación de esta muestra con las actividades recreativas que realiza el Municipio de Berazategui que se vinculen con este grupo, buscando destacar la importancia de brindar a estas personas, que trabajaron tanto a lo largo de su vida, momentos de disfrute y alegría, ocupando su tiempo libre y favoreciendo la vivencia positiva de esta etapa.

A su vez, se quiere describir las herramientas con que cuenta el municipio para facilitar el proceso de resiliencia.

Además, se tuvieron en cuenta los objetivos del XX Congreso Interamericano de Ministros y Altas Autoridades de Turismo, realizado en Quito, el cuál propone al Turismo como impulsor de los derechos humanos y la inclusión social, considerando que a las actividades turísticas y recreativas pueden favorecer a los segmentos más vulnerables y así acceder a una vida digna. Al respecto se incluyen los derechos del adulto mayor presentados en la segunda Asamblea Mundial sobre el envejecimiento en el 2002<sup>1</sup>:

- *El derecho a un estado de vida adecuada, incluyendo alimentación, vivienda y vestimenta.*
- *El derecho a un seguro social, asistencia y protección*
- *El derecho a la no discriminación por cuestiones de edad u otro estatus, en todos los aspectos de la vida, incluyendo el empleo, acceso a la vivienda, cuidado de la salud y servicios sociales.*
- *El derecho a los más altos estándares de salud.*
- *El derecho a ser tratados con dignidad.*
- *El derecho de protección ante cualquier rechazo o cualquier tipo de abuso mental.*

---

<sup>1</sup> <http://www.un.org/swaa2002/coverage/parlamentoS.htm>

- *El derecho a una amplia y activa participación en todos los aspectos, sociales, económicos, políticos y culturales de la sociedad.*
- *El derecho a participar en la toma de decisiones concernientes a su bienestar.*

Dada la importancia del Turismo Social y los beneficios que genera a la población con menos recursos, esta investigación buscará avanzar en los conocimientos de Turismo Social en general y de la tercera edad en especial.

Esta tesis dará relevancia a la participación del sector público en actividades recreativas y turísticas, las cuales, como se verá, contribuyen a mejorar notablemente el transcurso de la etapa de la vida que se analiza.

Fajn (2011) considera que el aislamiento en la vejez se caracteriza por la ausencia de vínculos y puede llevar a una vivencia de aislamiento y soledad. La base de este trabajo es analizar la inserción del sector público, como generador de actividades recreativas y turísticas que promueva que los adultos mayores puedan recuperar y recrear el lazo social, ayudando a construir un envejecimiento vital y placentero, contribuyendo a resolver o minimizar las cuestiones conflictivas de esta etapa vital.

Por lo tanto, la hipótesis de este trabajo supone que los programas que lleva a cabo el municipio de Berazategui fortalecen la resiliencia en el adulto mayor, permitiendo que el transcurso de la última etapa vital sea útil y enriquecedora.

Esta tesis podrá ser utilizada como base para futuras investigaciones o toma de decisiones en temas de políticas turísticas aplicadas al desarrollo personal o de bienestar de la población mayor. Buscando motivar o generar interés para que otros municipios también lleven a cabo ciertas actividades para mejorar la calidad de vida de las personas adultas.



## Metodología:

---

Para el desarrollo de esta tesis se utilizó la metodología cualitativa, su objetivo es la descripción de las cualidades que la aplicación de estas actividades genera en las personas de la tercera edad. Buscando conceptos para abarcar la realidad de estas personas mayores, profundizando en sus vivencias y relaciones.

La investigación se basó en fuentes primarias incluyendo entrevistas con personas involucradas con el tema. Se realizó encuestas semi-estructuradas en los centros de jubilados del partido de Berazategui ya que en ellos se centra la población que se desea analizar, teniendo en cuenta la cantidad de socios de cada uno para calcular la muestra. Estas entrevistas plasmaron la satisfacción que al realizar dichas actividades generan en esta comunidad y cuáles son los factores que según ellos intervienen o influyen a la hora de realizar un viaje.

Al mismo tiempo, se consideró importante realizar una entrevista semi-estructurada a la Sra. Silvana Rosana Cina, directora de la Dirección de Recreación y Turismo Socio-Comunitario y a María Laura Lacava, la titular de la Secretaría de Desarrollo Social, para observar cómo ven estas actividades y tomar conocimiento de los objetivos que las generan.

A su vez, se participó en diversas actividades del municipio, observando cómo se integran los adultos mayores y su relación con los guías o coordinadores de las mismas, utilizando una lista de cotejo y/o cuaderno de notas para recolectar sistemáticamente información para describir esta situación.

Paralelamente, se usaron fuentes secundarias donde se realizó una investigación exploratoria revisando bibliografía idónea, para sumar documentación que aporte datos relevantes con respecto al tema.

Es importante aclarar que este trabajo posee un cualitativo y se relaciona con una investigación exploratoria. Tomando el aporte de Sampieri (2006) se utilizó la recolección de datos sin medición numérica, para revelar o ajustar preguntas que vayan surgiendo, es decir, el método de recolección de datos no fue estandarizados ya que el objetivo de este trabajo es *tener una primera perspectiva acerca de la importancia de las actividades turísticas y recreativas en el transcurso de la última etapa vital.*

## Objetivo

---

- Desarrollar la importancia e impacto de la resiliencia en el adulto mayor mediante experiencias turísticas y actividades recreativas a las que puedan acceder.

### Objetivos Específicos:

- Relevar áreas dentro de la Dirección de Recreación y Turismo Socio-Comunitario específicos o que incluyan a la tercera edad.
- Identificar la relación del municipio con los centros de jubilados.
- Averiguar la incidencia que tienen los centros de jubilados en la programación de las actividades.
- Identificar los obstáculos del adulto mayor para la realización de la experiencia turística.
- Analizar la utilización de las propuestas del municipio por parte del adulto mayor y de los centros de jubilados.

## Capítulo 1

### Marco teórico

---

Con el objeto de ubicar al lector en el tema, a lo largo de este capítulo se desarrollará algunas definiciones pertinentes a esta investigación, dividiéndose en cuatro partes. En la primera se dará una definición aproximada de turismo, visto desde una perspectiva social, abriendo paso a la importancia del turismo social. En la segunda se centrará en el tiempo libre y al ocio terapéutico. En la tercera se buscará definir al concepto de resiliencia. Y la última, se hará referencia a la última etapa vital, la tercera edad.

#### **1.1 Turismo, una mirada social**

Hay numerosas publicaciones que dan una definición del turismo aproximada y cada una tiene una visión diferente teniendo en cuenta desde que escuela proviene cada autor.

Considerando el aporte de Dachary (2006) y Burne (2006), se puede decir que la perspectiva de análisis del mismo fue cambiando a lo largo del tiempo, concordando con Fuster que divide a la evolución del pensamiento turístico en cuatro generaciones.

La primera generación pertenece a la escuela económica, debido al gran impacto que produce las actividades turísticas en las economías de los destinos turísticos. Además como plantea Fuster, “el turismo es visto como un factor determinante en el crecimiento económico ya que aún no es claro su impacto o papel en el desarrollo, más bien se lo ve como un redistribuidor del gasto y como un generador de divisas entre las principales funciones”

Luego en la segunda mitad del siglo XX, se inicia la segunda generación, con el inicio del turismo en masas, aparece la escuela humanística, la cual considera al turismo como un conjunto de relaciones y fenómenos producidos por el desplazamiento y la permanencia temporal de personas fuera de su lugar de residencia habitual, sin que sean motivadas por el lucro.

Alberto Sessa fue un pionero en el análisis sociológico de este fenómeno dado que lo definió como un fenómeno vivo, cuyo epicentro es el sujeto humano, y que se da una relación entre seres humanos.

A finales de 1930 Huizinga y Ludens realizan un análisis interdisciplinario entre la sociología, la antropología y la historia. En 1970, aparece la tercera generación del pensamiento turístico, la cual analiza los impactos que esta actividad genera en las sociedades receptoras. La cuarta generación abarca del ecoturismo al turismo sustentable.

El análisis que realizan estos autores, se relaciona con el aporte que realizó Jafari en su artículo “La cientifización del turismo. Estudios y perspectivas en turismo”.

En él señala cuatro plataformas diferentes, cada una se genera de la anterior pero sin ésta desaparecer.

La primera es la Plataforma Defensora cuyo eje fue la escuela económica, debido a que el turismo comienza a ser una actividad importante para varios países y un complemento fundamental para las economías de los países receptores.

En la década del 70' surge la Plataforma de Advertencia con el comienzo de una crítica al desarrollo económico y con la invasión de las ideas ecologistas junto con los costos de esta actividad.

La tercera plataforma fue la de Adaptación que nace en la disputa de las dos plataformas anteriores.

Con el avance en los estudios de que es el turismo que generaron las 3 plataformas anteriores, dieron origen a la cuarta, la plataforma basada en el Conocimiento, la cual destaca que los impactos, beneficios, definiciones, problemas y otras consecuencias deben ser ordenadas y estudiadas desde una perspectiva amplia, multidisciplinaria y global.

Esta tesis se centrará en la perspectiva sociológica de este fenómeno, debido a que, se considera que el turismo es un fenómeno psico-social con consecuencias económicas.

Sin embargo, se cree necesario mantener una base común dada la importancia para la adaptación de métodos normalizados que evalúen con precisión el impacto estadístico tanto a nivel económico como social del turismo.

Por ello, se cree pertinente recurrir a la definición de turismo establecida por la Organización Mundial del Turismo (OMT), el cual lo define como *“las actividades que realizan las personas durante sus viajes y estancias en lugares distintos a su entorno habitual, por un periodo de tiempo consecutivo inferior a un año, con fines de ocio, por negocios y otros”*.

Se rescata de esta definición tres aspectos importantes: un *desplazamiento* fuera de su entorno habitual, por un *lapso de tiempo* y una *motivación*.

En cuanto al primer aspecto, el turismo como desplazamiento, significa que el turista se desplaza desde el entorno que reside hasta el lugar visitado, aunque Tremolosa, afirma que al realizar el desplazamiento no se sobreentiende que se deba pasar un límite o frontera; es decir que una persona puede ser un turista y sentirse como tal sin salir de su propia ciudad.

Morgenroth aborda el tema de los motivos del viaje, definiendo al tránsito de *forasteros* como “el tránsito de personas, que temporalmente se ausentan de su domicilio habitual, para satisfacción de exigencias vitales, culturales o deseos personales de diversos tipo, convirtiéndose por otra parte en usuarios de bienes o culturas”.

Aguiló, citado por Tremolosa (2002), afirma que el turismo como forma de ocio, es un componente fundamental de las personas en su vida cotidiana, a lo largo de todo el ciclo vital por su relevancia social e individual.

Siguiendo con esta mirada psico-social del turismo, infinidad de autores afirman, que viajar satisface necesidades psicosociales de toda índole, de comunicación, de conocimiento que pueden completar o ayudar a escapar de la cotidianidad al consumidor.

En conclusión, se considerará al **turismo** como una experiencia subjetiva del individuo, que implica un desplazamiento (aunque sea dentro de su ciudad) fuera de su entorno habitual, además de un descubrimiento al interactuar con el medio ambiente, y es principalmente una práctica social que permite satisfacer necesidades vitales.

### 1.1.1 Turismo social

Como se acentuó anteriormente, se tendrá una perspectiva psico-social por lo cual es pertinente definir que es turismo social.

Desde 1963 Bureau International du Tourisme Social (BITS) tiene el objetivo de "favorecer el desarrollo del turismo social dentro del marco internacional. Con dicho fin, se encarga tanto de la coordinación de las actividades turísticas de sus miembros, como de la información de toda materia relacionada con el turismo social, ya sea en los aspectos culturales o en las consecuencias económicas y sociales."

Para este, como lo define en el artículo 3 de su estatuto, el **turismo social** es "el conjunto de relaciones y fenómenos que resultan de la participación al turismo y en particular de la participación de capas sociales con recursos modestos. Esta participación es posible, o al menos es facilitada, gracias a medidas con un carácter social bien definido. El BITS se apoya, para llevar a cabo esta acción, en los principios definidos y adoptados en la Declaración de Montreal en septiembre de 1996".

Sin embargo, Louis Jolin, de la Universidad de Quebec en Montreal, sugiere una definición más operacional, resaltando que este fenómeno son programas, acciones que pretenden hacer efectivos el derecho de vacaciones y la accesibilidad al turismo a todos los grupos de población, en particular a los que tienen menos recursos, y quieran alcanzar una calidad de relación entre la comunidad anfitriona.

Es decir, que abarca las medidas que el gobierno de cada país implementa para favorecer a que la población adquiera este derecho, generalmente estas medidas tienen sus orígenes gracias a luchas de sindicatos o asociaciones.

Los principios que constituyen la Carta del Turismo estipulados por la O.M.T., en su artículo III resaltan la necesidad de "estimular la adopción de medidas que permitan la participación de todos en el turismo nacional e internacional y concediendo una atención especial a los jóvenes, personas de edad y minusválidos".

Siguiendo con el hilo, la Ley Nacional de Turismo Argentina N° 25997<sup>2</sup>, en sus principios, afirma que el turismo es un derecho social de las personas dada su contribución al aprovechamiento del tiempo libre. Además en el título V de ella, define al turismo social como “todos aquellos instrumentos y medios que otorguen facilidades para que todos los sectores de la sociedad puedan acceder al ocio turístico en todas sus formas, en condiciones adecuadas de economía, seguridad y comodidad” y deja en claro que el Ministerio de Turismo, de dicho país, debe elaborar el Plan de Turismo Social y promover la prestación de servicios accesibles a la población beneficiando a los sectores más vulnerables.

En conclusión, al hablar de turismo social se debe considerar que, los beneficiarios son los sectores más vulnerables o con menos recursos; en donde es necesario la elaboración de planes, acciones o programas, que ayuden a otorgar este derecho.

Así mismo, en el XX Congreso Interamericano de Ministros y Altas Autoridades de Turismo realizado en la ciudad de Quito, se estableció como un eje de trabajo el Turismo como impulsor de Derechos Humanos y la inclusión social; debido a que se considera que a través de la actividad turística se puede contribuir para que los segmentos de la sociedad más excluidos o discriminados accedan a una vida digna, permitiendo crear un entorno propicio para generar una plena inclusión social.

Dentro de los segmentos poblacionales más excluidos, el *Plan de Turismo Social*, destaca a los trabajadores con sus familias, personas mayores, los jóvenes y personas con capacidades diferentes.

A lo largo de esta Tesis, se centrará en el segmento de adultos mayores dado que podría considerarse que el tiempo dedicado al ocio-turístico es fuente de bienestar, salud y enriquecimiento para el alma en las personas mayores más que un mero consumo.

## **1.2 Turismo y ocio**

*Se considera que no puede haber turismo sin ocio, en cambio el ocio sin turismo es posible* (Zorrilla citado en Tremolosa), partiendo que el turismo es una de las incontables actividades en que adquiere forma el ocio. Según Goytia, mediante el turismo se vive el ocio.

Como se desarrolló anteriormente, Tremolosa establece que el ocio-turístico es un fenómeno social y es fuente de bienestar, salud y enriquecimiento para las personas mayores más que mero consumo.

Valls fue uno de los pioneros al hablar del ocio y el turismo, llegando a la conclusión de que ocio y turismo son los campos donde se produce la satisfacción del uso del tiempo libre.

---

<sup>2</sup> Sancionada en diciembre del 2004 y promulgada el 5 de enero del 2005, durante la presidencia del Doctor Néstor Kirchner

Munné y Codina, analizaron el ocio desde una perspectiva social, definiéndolo como un modo de comportarse en el tiempo. Al hablar del tiempo, ellos lo estructuran en cuatro áreas de actividad: el tiempo psicobiológico, el tiempo socioeconómico, el tiempo sociocultural y el tiempo de ocio. Es decir, el tiempo ocupado para la satisfacción de las necesidades fisiológicas y psíquicas, las referidas al trabajo, la dedicación a la vida social y el disfrute personal respectivamente.

Al mismo tiempo, resalta que el tiempo de ocio no hay que confundirlo con el tiempo disponible porque puede no destinarse al ocio; y tampoco confundirlo con el tiempo libre ya que no siempre la persona se expresa con libertad. Por otro lado, advierten que el ocio no se opone al trabajo, que su relación es compleja y se complementan generando actividades intermedias.

Dumazedier citado en “El ocio. Perspectiva pedagógica” de Franco, describe el ocio como “un conjunto de ocupaciones a las cuales el individuo puede entregarse libremente, sea para descansar, para divertirse o para desarrollar su información o formación desinteresada, su participación social voluntaria o su libre capacidad creadora, después de haber cumplido sus obligaciones profesionales, familiares y sociales”.

Volviendo con el aporte de Munné y Codina, donde definen al ocio como una conducta en el tiempo, se cree pertinente para el análisis el aporte de José Bleger quien afirma que para poder estudiar el comportamiento del ser humano considera necesario una mirada molar es decir desde el nivel de integración bio-psico-social, ya que para él la conducta es siempre un fenómeno psicológico tanto como social, biológico y físico-químico al mismo tiempo.

Varios autores (Munné, Codina, 2002; Hauser, 2011) al hablar del ocio en las sociedades modernas, llegan a la conclusión que éste se destina preferentemente al consumo de bienes o servicios. Aunque también se utiliza el tiempo de ocio de modo creativo, de crecimiento personal o descansando para recuperarse del trabajo.

Al mismo tiempo, estos autores cuestionan la ocupación del ocio contemporáneo en las sociedades desarrolladas, debido a que en ellas el uso de la televisión como medio de descanso y distracción, desplaza a las actividades físicas, afectando a la salud, generando sedentarismo y produciendo problemas de colesterol, obesidad y alteraciones cardíacas.

Por ello es importante la intervención psicosocial, ya que al trabajar al unísono con la pedagogía se puede educar al sujeto para disponer del tiempo de ocio con sentido y aprender a través del ocio, rompiendo con las consecuencias, nombradas en el párrafo anterior, que en las sociedades modernas lleva al uso del tiempo libre, abriendo las puertas a la resiliencia (concepto que desarrollaremos más adelante).

Hay que considerar el aporte de Morales y Bravo, que señalan que el esquema del ocio varía conforme avanza el ciclo vital, en los niños, el juego ocupa la mayor parte del día siendo un elemento fundamental para su desarrollo físico y psicológico. En la vida adulta, aumentan las obligaciones y disminuye por tanto el tiempo disponible. Por

último, tras la jubilación, el tiempo que se dedicaba al trabajo queda libre para ser ocupado de forma autónoma por el individuo. La falta de capacidades para reorganizarlo puede provocar diversos desajustes que deben ser mejorados con la intervención del ocio terapéutico.

O'Marrow citado en Bravo, define el ocio terapéutico como “un proceso en el que se utilizan las experiencias de ocio para producir un cambio en la conducta de aquellos individuos con problemas o necesidades especiales. El foco del proceso reside en la utilización de experiencia de ocio para: fomentar el crecimiento, el desarrollo individual; y capacitar a la persona para asumir la propia responsabilidad de satisfacer sus necesidades de ocio”.

Este concepto será la base de esta investigación, junto con las dificultades que se presentan en los adultos mayores y el concepto de resiliencia.

### **1.3 Resiliencia**

Resiliencia es la particularidad que tienen algunos metales, que al recibir un impacto (no resisten, no permanecen iguales) pero luego vuelven al estado que tenían antes de recibir el impacto (Iglesias, 2001). Este término fue trasladado a la psicología por diversos autores, para explicar la capacidad que tienen las personas para aún habiendo sufrido adversidades recuperarse y salir fortalecidos de la experiencia.<sup>3</sup>

Según la American Psychological Association, es un proceso de adaptarse bien a la adversidad, traumas o fuentes de tensión, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas serios de salud, crisis financieras, etc.

La resiliencia, explica Juan Carlos Tedesco<sup>4</sup>, “*es un concepto que se usó después de la Segunda Guerra Mundial en las investigaciones de sobrevivientes en los campos de concentración: algunos lograron resistir y hasta superar los traumas*”. Un ejemplo claro es la película “La vida es bella”<sup>5</sup>, cuenta como un padre construye historias de aventuras y juegos en torno al campo de concentración al que fueron trasladados él y su hijo.

Como dice Augusto Cury (2014): “*reconocer nuestras debilidades, entrar en contacto con nuestros defectos y miserias de una manera franca y contundente, es un paso fundamental para oxigenar la inteligencia, reeditar nuestra memoria y superar nuestros problemas*”

La resiliencia, es definida por algunos autores que trabajan a partir de ella “*como la capacidad humana de enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad*” (Grotberg, 2006)

---

<sup>3</sup> Se han hecho estudios en poblaciones que habían sufrido catástrofes y analizado por qué algunos tenían la capacidad de recuperarse y otros no.

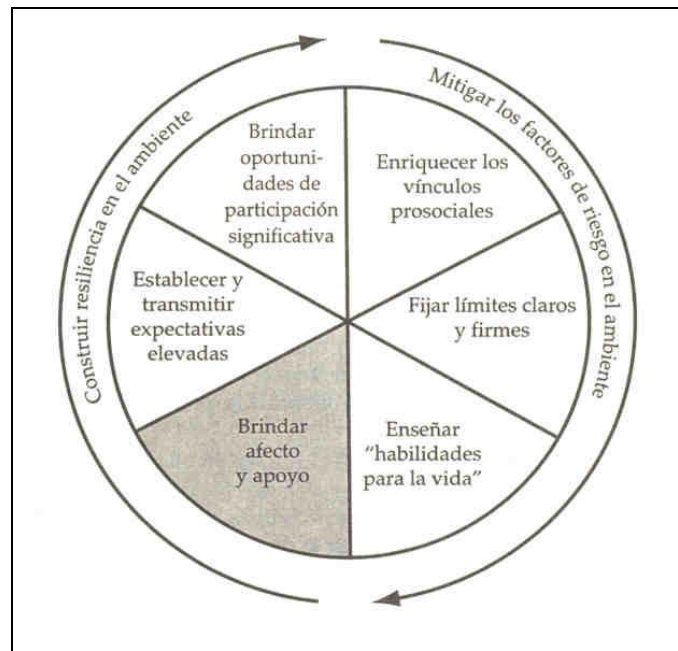
<sup>4</sup> Educador y pedagogo argentino, que se desempeñó como Ministro de Educación de Argentina.

<sup>5</sup> Roberto Benigni, 1997



Varias investigaciones destacan que no se nace con esta capacidad, “ser resilientes” se puede aprender y se puede enseñar. Nah Henderson y Mike M. Milstein en su libro “Resiliencia en la escuela” identifican seis pasos para promover la resiliencia en las escuelas representándolo en la siguiente figura que ellos denominan “la rueda de la resiliencia”.

### Rueda de la resiliencia



Nah Hermderson y Mike Milstein

Como podemos observar en la figura ellos dividen a estos seis procesos en dos grandes grupos, tres procesos que ayudan a mitigar los factores de riesgo en el ambiente y otros tres que favorecen a construir resiliencia en él.

#### **Paso 1 a 3: Mitigar el riesgo.**

##### 1. *Enriquecer los vínculos:*

Esto implica fortalecer las conexiones entre los individuos y cualquier persona o actividad prosocial, y se basa en pruebas que muestran que los niños con fuertes vínculos positivos incurren mucho menos en conductas de riesgo que los que carecen de ellos

##### 2. *Fijar límites claros y firmes:*

Consiste en elaborar e implementar políticas y procedimientos coherentes y responder a la importancia de explicitar las expectativas de conductas

##### 3. *Enseñar habilidades para la vida:*

Estas incluyen: cooperación, resolución de conflictos, destrezas comunicacionales, habilidades para resolver problemas y adoptar

decisiones y un manejo sano del estrés. Estas estrategias deben ser enseñadas o reforzadas ya que ayudan a sobrepasar situaciones difíciles.

#### **Pasos 4 a 6: construir resiliencia**

##### 4. *Brindar afecto y apoyo:*

Proporcionar respaldo y aliento incondicional, debido a que es imposible “superar” la adversidad sin la presencia de afecto. Este afecto no tiene que provenir necesariamente de los miembros de la familia. A menudo lo brindan vecinos, pares, y trabajadores sociales (Wener y Smith 1992; Higgins 1994)

##### 5. *Establecer y transmitir expectativas elevadas:*

Es relevante que las expectativas sean elevadas y realistas para que actúen como motivadores eficaces.

##### 6. *Brindar oportunidades de participación significativas:*

Otorgar a los actores involucrados una alta cuota de responsabilidad por lo que ocurre a su alrededor, dándoles oportunidades de resolver problemas, tomar decisiones, planificar, fijar metas y ayudar a otros.

Esta Rueda puede ser aplicada en la construcción de resiliencia en los individuos, grupos u organizaciones enteras, porque las necesidades, para fomentarla, son la misma en todos los casos. Es por eso, que se tomará el concepto de ésta rueda para la observación de la relación entre el municipio de Berazategui y los adultos mayores que habitan en el mismo.

### **1.4 Adulto mayor**

A lo largo de la vida del ser humano se presentan diferentes etapas en las cuales se van desarrollando las personas. La *infancia* es la primera, en la cual, se da el primer contacto con el mundo y sociedad en donde las personas le dan enseñanzas básicas para una formación personal.

Durante la *adolescencia*, el individuo se identifica con inquietud y rebeldía, ante las reglas establecidas, en su afán de cambiar el mundo a su manera, mientras su cuerpo se identifica y madura con su sexualidad.

En la *juventud* se desarrolla su personalidad, al término de ésta etapa se alcanzan logros de estabilidad social y personal.

Finalmente, en la *madurez*, el ser humano se inicia a vivir con las bases del pasado, una familia y paz precisas. Al mismo tiempo, el individuo comienza a padecer estragos físicos debido a su edad, tales como pérdida de la agilidad y gran parte de las habilidades físicas e intelectuales. (Ramirez:2008)

Sin embargo, es difícil definir que es una persona mayor, ya que el envejecimiento puede comenzar en distintos momentos de la vida, dependiendo del individuo, una persona a los 50 años se puede sentir “mayor” y otra a los 70 puede sentirse joven.

En las sociedades modernas, el comienzo del envejecimiento se relaciona con el inicio de la jubilación aunque como se expuso en el párrafo anterior no siempre es así. Es más una imagen simbólica, que tiene la sociedad respecto al individuo debido a dejar de ser una persona activa y pasa a ser pasiva con respecto al aspecto asalariado.

La jubilación implica la finalización de la actividad laboral remunerada, en nuestro país pueden acceder las personas con 30 años de servicios con aportes computables y deben tener sesenta y cinco (65) años de edad cumplidos los hombres y sesenta (60) años las mujeres.<sup>6</sup>

Triado, al hablar de la **última etapa de vida**, explica que se ve como un declive llenas de pérdidas y no se observan las ganancias. Destaca que este proceso puede ser satisfactorio y que los problemas que enfrentan los adultos mayores son fundamentalmente sociales, es decir, problemas referidos al status y posición en el orden social.

Tremolosa, siguiendo con su perspectiva, aclara que el área en que se manifiesta insatisfacción es la psico-social, debido a que conlleva la pérdida de roles sociales, que eran los pilares de la identidad del sujeto durante varias décadas de sus vidas. Al mismo tiempo, implica aprender y aprehender nuevos roles y enfrentar nuevas situaciones sociales, buscando reorganizar su *nuevo tiempo libre*.

Como se mencionó anteriormente, este proceso implica el reemplazo del trabajo por otras actividades y/o distracciones, pero el uso del nuevo tiempo libre depende de la personalidad del individuo y sus experiencias personales, las que condicionarán la utilización del nuevo tiempo libre.

Sin embargo como detallan Chapot y Mingorance, a lo largo de la vida el ser humano se enfrenta a innumerables cambios y pérdidas; aunque, en la última etapa de la vida el duelo de las incapacidades orgánicas y el duelo psíquico por las ausencias se ven incrementados y requieren un mayor esfuerzo psíquico para su elaboración.

Hauser al igual que otros autores, consideran que el adulto mayor es invisible para la sociedad, sufriendo una discriminación y suponiendo una percepción negativa por parte de la población joven. Al igual que los autores antes mencionados, todos afirman que esta percepción negativa es consecuencia de crisis de valores.

Ramirez afirma que el mundo del anciano está relacionado al proceso de pérdidas, el cual impacta y ocasiona al sujeto estados de crisis. Para ella este proceso se relaciona con tres aspectos importantes: *cambios biológicos*, *cambios sociales* y *cambios psicológicos*, los cuales se caracterizan por:

---

<sup>6</sup> Ley 24241 Capitulo II art. 19

- *Cambios Biológicos*: la piel pierde su hidratación y elasticidad, se arruga; pérdida del cabello; disminución visual y auditiva; cambios en funciones respiratorias, cardiovasculares, digestivas; atrofia de articulaciones; disminución de la función sexual; etc.
- *Cambios sociales*: cambios en la estructura familiar, producto del efecto del nido vacío; disminución de ingresos económicos; adquisición de nuevos tiempos producto de la jubilación; pérdida de identidad social; pérdida de seres queridos co-etáneos; etc.
- *Cambios psicológicos*: pérdida de autoestima; disminución en la toma de decisiones o control sobre su vida; disminución en la capacidad mental; crisis de identidad; depresión debido a los duelos que deben afrontar.

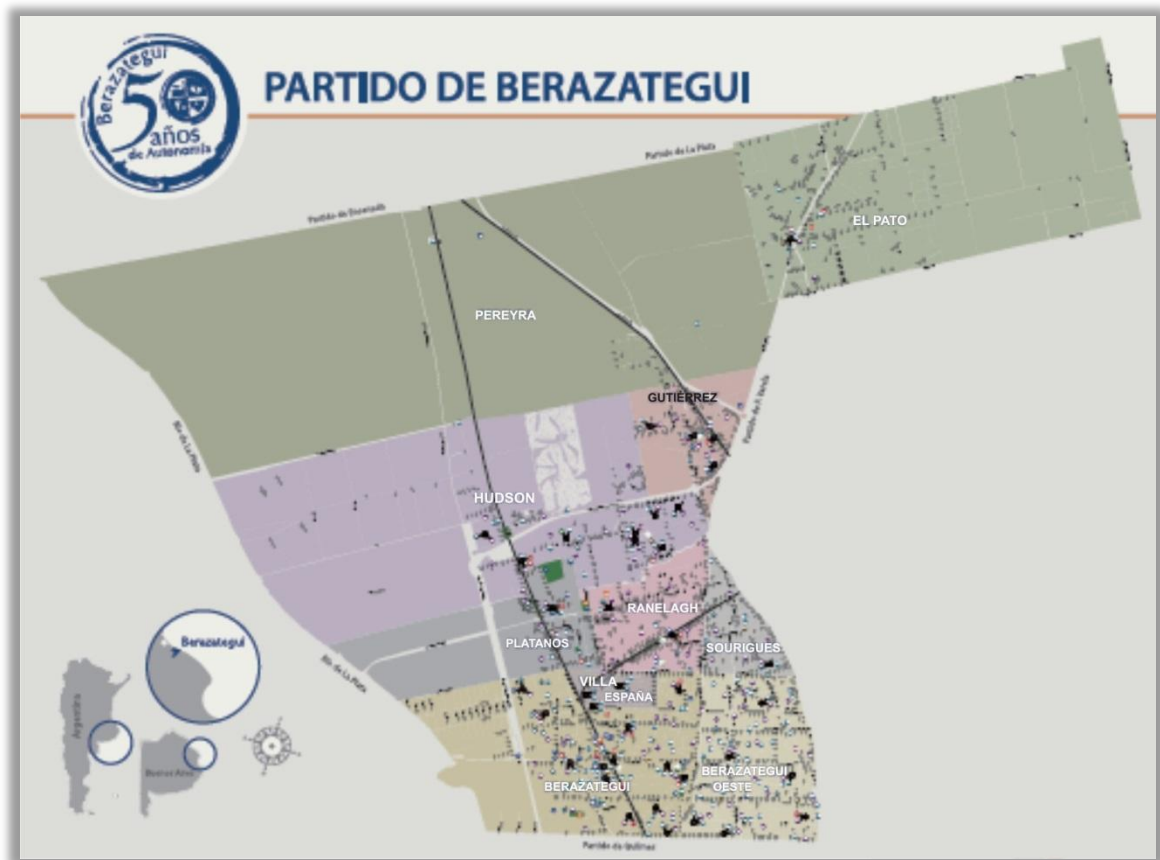
En conclusión, se considera que en el transcurso de la última etapa vital el sujeto pasa por varios cambios o crisis como todos los autores mencionados afirman: Cambios corporales, pérdida de categoría, status, pérdida de las personas significativas y la disminución del número y de la extensión de las funciones, actividades, capacidades y la proximidad de la muerte.

## Capítulo 2

### Partido de Berazategui

---

El Partido de Berazategui, está ubicado a 23 kilómetros al Sudeste de la Capital Federal y a 37 kilómetros al Norte de la ciudad de La Plata, capital de la Provincia de Buenos Aires. Pertenecen a este partido las localidades de Berazategui, Plátanos, Guillermo Enrique Hudson, Pereyra Iraola, Centro Agrícola “El Pato”, Villa España, Ranelagh, Carlos Tomás Sourigues y Juan María Gutiérrez.



Mapa publicado en

[https://adbdesign.files.wordpress.com/2010/08/plano\\_del\\_partido\\_de\\_berazategui1.pdf](https://adbdesign.files.wordpress.com/2010/08/plano_del_partido_de_berazategui1.pdf)

Con una superficie total de 221 km<sup>2</sup> cuenta, según el censo 2010, con 98.319 viviendas y 320.224 habitantes, de los cuales 157.382 son varones y 162.842 mujeres.<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> [http://www.censo2010.indec.gov.ar/preliminares/cuadro\\_24.asp](http://www.censo2010.indec.gov.ar/preliminares/cuadro_24.asp)

## 2.1 La tarea municipal

Como expuso María Laura Lacava, Secretaria de la Secretaria de Desarrollo Social<sup>8</sup>:

*“La autoridad máxima del municipio es el Intendente. El Intendente tiene secretarios que forman parte del ejecutivo municipal. Una de las Secretarías que forma parte del Ejecutivo Municipal es la Secretaría de Desarrollo Social, de la cual yo soy la Secretaria. Entonces de mi Secretaría se desprenden dos Direcciones; la de Recreación y Turismo Socio-Comunitario y la de Promoción Social. Una, atiende directamente el tema social “puro”; y la otra, tiene recreación y también nos encargamos de lo social, porque la recreación siempre trae involucrado un aspecto social a resolver”.*

Es decir, el Ejecutivo Municipal es compuesto por distintos departamentos tales como:

- Asesoría letrada
- Comunicación pública
- Cultura y Educación
- Desarrollo social y comunitario
- Economía
- Jefatura de Gabinete
- Obras públicas
- Salud pública e Higiene
- Seguridad
- Servicios públicos
- Producción y Empleo

El análisis se centrará en la Dirección de Recreación y Turismo Socio-Comunitario de este partido, dirigida por la Sra. Silvana Rosana Cina, la cual es la encargada de coordinar las diversas actividades recreativas y turísticas que se realizan para los habitantes de este Municipio.

Su misión es:

*“Coordinar los distintos programas de nivel provincial y nacional que tengan alcance municipal. Fortalecer, garantizar e integrar acciones municipales promotoras del desarrollo local, propiciando la integración social de la comunidad. También, asistir y*

---

<sup>8</sup> Ver Anexo I

*secundar al intendente municipal en la ejecución de políticas sociales que tengan como eje de acción directa al pueblo de Berazategui.”<sup>9</sup>*

Dentro de sus funciones se destacan:

- ✓ Promover el turismo social como fuente de inclusión cultural.
- ✓ Organizar y difundir acciones de gobierno en turismo para llegar a la población con más bajos recursos
- ✓ Organizar y difundir actividades recreativas para la población en general, en especial para niños, discapacitados y adultos mayores garantizándoles mejorar su calidad de vida.

Mediante estas funciones se crearon diversas actividades, como expone la Directora Cina en la entrevista<sup>10</sup>:

- **Turismo Familiar:** los Lunes de cada mes sale un programa de viajes, los cuales se pueden ver en el siguiente enlace [http://www.berazategui.gov.ar/turismo/index.php?option=com\\_content&view=article&id=37&Itemid=151](http://www.berazategui.gov.ar/turismo/index.php?option=com_content&view=article&id=37&Itemid=151)
- **Turismo Educativo:** todos los Miércoles llevan a los alumnos de 4° año de las escuelas estatales primarias a un recorrido por el Partido, visitando el Museo Histórico y Natural de Berazategui, el Museo del Golf “Roberto de Vicenzo”, Museo Taller “César Bustillo”; con el lema “primero conocer lo nuestro”. (gratuito, que está dentro de los contenidos de dicho año)
- **Turismo para Abuelos:** Martes y Jueves visitas a otros partidos, en la actualidad San Miguel del Monte (el viaje es gratuito, localidad que dista a 131km)
- **Programas Abuelos y Nietos:** esta es una actividad que realizan los abuelos que viven en el distrito junto a sus nietos uniendo ese fabuloso vínculo. Esta consta de una visita a Temaiken, abonando solo un porcentaje de la entrada, y Tecnópolis, cuando está abierto.
- Encuentro “**viejos son los trapos**”, dirigida a todos los abuelos y abuelas que quieran participar. Consta de juegos, actividades participativas, recreativas y culturales, deportes tradicionales, baile, etc.
- **Natación** para la 3<sup>ra</sup> edad con el objetivo de estimular la actividad física con el fin de obtener un estilo de vida saludable apuntando al individuo con sus posibilidades y limitaciones. De esta actividad se desprende un viaje, realizado por los abuelos que participan de ella, a las Termas de Federación diseñado por los profesores junto a la coordinación de esta Dirección.

---

<sup>9</sup> Información proporcionada por el Municipio en la pág. web.

<sup>10</sup> Ver Anexo II

- **Juegos deportivos Buenos Aires (ex Torneos abuelos bonaerenses):** en este torneo participan los abuelos de Berazategui en distintas disciplinas como taba, sapo, truco, peca, gimnasia, tejo, entre otras. Luego de competir en las etapas Municipales y Regionales viajan a Mar del Plata para disfrutar las finales Provinciales y Nacionales.

Estas acciones son promocionadas gracias a las áreas de Comunicación y Sistema, las cuales son las encargadas de realizar los folletos y volcarlos en la página web del municipio.

Las últimas cuatro actividades están destinadas exclusivamente para las personas de la tercera edad, según las encuestas realizada a los profesores y coordinadores de estas actividades han demostrado que las personas mayores llegan con miedo al cambio, con angustia, con vergüenza, inseguros de sí mismo y que es tarea de los docentes crear en el abuelo un estado de seguridad por medio de una relación de absoluta confianza.

Las actividades apuntan a lo social, ya que la mayoría de las personas mayores eligen iniciar éstas solo para compartir un momento con alguien, pero se llevan más que eso, se crean grupos de amigos que se trasladan a espacios fuera de estas actividades, como salidas, comidas, etc. mejorando la calidad de vida en esta última etapa, según comentan los responsables.

Tomando el comentario de Lorena Lezi, profesora encargada de estos programas, *“quienes trabajamos en las diferentes actividades relacionadas con la tercera edad, intentamos mostrar distintos caminos, con el fin de encontrar o provocar otra alternativa... una mejor manera de envejecer bien”*, los objetivos de las actividades son:

- Crear una oferta diferente, para motivar a estos “jóvenes de la tercera edad” a participar de distintas actividades para que salgan de su pasividad habitual.
- Satisfacer la necesidad de comunicación.
- Cultivar nuevas relaciones sociales y divertirse en un clima plenamente recreativo.
- Redescubrir intereses.
- Pasarla bien.

## 2.2. Centros de Jubilados

Como se expuso anteriormente, la Dirección de Recreación y Turismo impulsa diversas actividades que buscan mejorar la situación que están pasando las personas de la tercera edad.

Para lograr alcanzar estas acciones, el municipio se vincula con los 60 Centros de Jubilados y Pensionados, ámbito natural para el desarrollo de múltiples actividades



que permiten la expresión de los adultos mayores en todos sus niveles. Los centros que se encuentran en el partido son:

- **12 de octubre:** calle 131 y calle 12
- **18 de Marzo:** calle 127 y calle 19
- **3<sup>ra</sup> Edad los Abuelos:** calle 10 e/ calles 124 y 125
- **A Pleno Sol:** calle 6 e/ calles 137 y 138
- **A Todo Pulmón:** calle 20 y calle 150
- **Abril:** calle 102 y calle 16
- **Abuelos Inquietos:** calle 128 e/ calles 21 y 222
- **Abuelos Pielas:** calle 63 e/ calles 163 y 164
- **Abuelos Unidos de 1° de Mayo:** calle 122 e/ calles 1 y 2
- **Abuelos Unidos de Bustillo:** calle 54 e/ calles 148 y 149
- **Alegría de Vivir:** Dardo Rocha y calle 4
- **Amistad:** calle 158 y calle 43
- **Atardecer:** calle 48 y calle 133 B°
- **B° Sarmiento:** calle 150 e/ calles 57 y 58
- **Barrio Argentina:** calle 117 B e/ calles 10 y 11
- **Barrio Luz:** calle 368 e/ calle 316 y Av. Plátanos
- **Celeste y Blanco:** calle 9 e/ calles 148 y 149
- **Centro de Vida:** calle 35 e/ calles 156 y 156 A
- **Corazones Alegres:** calle 144 e/ calles 29 y 30
- **Corazones Unidos:** calle 202 N°245
- **El Ombú:** calle 153 e/ calles 22 A y 23
- **El Pato:** calle 523 y calle 620
- **El Sol:** Los Paraísos e/ calles 28 y 29
- **El Trébol:** calle 130 N° 2039
- **Esperanza:** calle 26 N° 1369 e/ calles 113 y 114

- **Fortín de San Pedro:** calle 107 y calle 8
- **Güemes:** calle 110 y calle 9
- **Gutiérrez:** calle 410 N°804
- **Jacaranda:** calle 24 y calle 159
- **Jóvenes de Antaño:** calle 29 y Lisandro de la Torre
- **Juan José Passo:** calle 156 y calle 18 A
- **Jubilados Municipales:** calle 18 A y calle 151
- **Jubileo:** calle 141 e/ calles 23 y 24
- **La Porteña:** calle 156 e/ calles 62 y 63
- **Las Manzanas:** calle 161 e/ calles 48 y 49
- **Lomas de Godoy:** calle 15 e/ calles 133 y 134
- **Los Arrayanes:** calle 5 N° 5056
- **Los Ciruelos:** calle 129 y calle 4
- **Los Manzanos:** calle 126 N° 1020
- **María Angélica:** calle 113 y calle 3
- **Mesa Coordinadora:** calle 146 e/ calles 8 y 9
- **Nuevo Amanecer:** calle 128 y calle 57
- **Plátanos-Hudson:** calle 52 e/ calles 157 y 158
- **Primavera:** calle 116 e/ calles 18 y 19
- **Renacer:** calle 312 A N° 1676
- **Rinconcito de San Carlos:** calle 103 e/ calles 4 y 5
- **S.E.I.V.A.R.A.:** Lisandro de la torre y calle 17
- **S.O.I.V.A.:** calle 146 e/ calles 11 y 12
- **San Francisco:** calle 148 y calle 22
- **San José San Mauro:** calle 5 N°1463
- **Sol Naciente:** calle 28 e/ calles 117 y 118

- **Tiempos de Sueños:** calle 59 y calle 164
- **Villa España:** calle 151 A y calle 31
- **Villa Giambruno:** calle 215 N°540
- **Villa Mitre:** calle 30 N° 6370
- **Villa Olivero:** calle 155 e/ calles 9 y 10

La Dirección de Recreación y Turismo además de comunicarse telefónicamente con estos centros para notificar las actividades que están destinadas a ellos, se reúnen una vez al mes con los delegados de los centros, para coordinar las propuestas del mes y escuchar sugerencias que tengan ellos para mejorar el funcionamiento de este programa.

### 2.3 Los Profesores

El municipio cuenta con aproximadamente cuarenta (40) Profesores de Educación Física, de los cuales entre diez (10) a quince (15) profesionales están especializados en el trabajo con personas de la tercera edad, dependiendo de la cantidad de adultos mayores que participen en las actividades.

Según los coordinadores de las actividades destinadas al segmento de estudio, los que participan de éstas, más allá de los problemas de salud que son inevitables por el paso del tiempo, consideran que el mayor reto que tienen es ayudar a estas personas en cuanto a aspecto psico-sociales.

Lorena Lezi afirma lo expuesto anteriormente cuando desarrolla la actividad que denominaron “*Los Pilares*”:

*“Bueno igual el pilar más importante, el que quedo lleno de papelitos fue el de mejorar los vínculos, que vienen a buscar estar con alguien, compartir una actividad, el tema de no estar solo, el tema de la buena onda , charla con un amigo, todo tenía que ver con la relación con los otros”.<sup>11</sup>*

La Sra. Secretaria Lacava de la misma manera expone:

*“Cuando llegan por primera vez, llegan con muchos temores; miedos a compartir, miedos a integrarse,..., miedo a mostrarse, y justamente este trabajo (el grupo de trabajo de chicos de tercera edad) hacen que ellos rompan esos miedos y rompan la barreras que capaz no rompieron en su adolescencia o adultez, llegan acá a compartir, a bailar, a conseguir novio a conseguir pareja; y para nosotros es muy importante por eso cada meta que nos proponemos hasta ahora (desde el momento que trabajamos con tercera edad que hace mucho tiempo) la hemos cumplido. Vemos a los abuelos felices y muchos han encontrado sus nuevas parejas acá”.*

---

<sup>11</sup> Ver Anexo V y pág. 29

En definitiva, teniendo en cuenta los aspectos de la resiliencia, el trabajo de los profesionales se centra en los pasos 1 y 4, es decir mitigar el riesgo con el paso 1 de enriquecer los vínculos y en la construcción de la resiliencia al brindar afecto y apoyo.

Además, los profesores entrevistados afirman que el objetivo de estas actividades es que los abuelos tengan una participación significativa, otorgándoles responsabilidad, dando la posibilidad de que tomen decisiones, planificar y ayudar al que tienen al lado (paso 6 de la rueda de resiliencia)

Esto se puede observar en lo que menciona Andriana Bonetto, profesora a cargo:

*“Hay distintas formas de trabajar con lo recreativo, nosotros trabajamos con una forma que se llama Participación Educativa, hace más de 8 años que trabajo con los abuelos, pero hace 3 años empezamos a trabajar temáticas de ellos que no nos joda hablar de la vejez, es la realidad, hay desmitificarla”.*

*“Es por eso que en cada encuentro o paseo lo que se busca es que ellos entiendan que la vejez es una etapa divina en donde uno puede enfrentarse a momentos no tan gratos, pero hay que aceptarse a uno mismo, ver su pasado vivir su presente y prepararse para el futuro; comprender que ellos son los actores principales y que es necesario el trabajo en conjunto e individual para disfrutar este camino a transitar sobrellevando y reacomodándose a las adversidades y limitaciones”.*

## Capítulo 3

### Análisis de actividades

---

El municipio lleva a cabo diferentes programas, a través de distintas actividades, las cuales a su vez tienen un proceso diversificado. Dado que esta investigación es realizada por una sola persona hubo que delimitar un campo de análisis alcanzable. Se ha elegido la actividad de natación debido a que la misma culmina con la realización de un viaje. Si bien hay otras actividades relacionadas al turismo de la tercera edad, dicha acción elegida para el análisis, se considera que atraviesa un proceso de acompañamiento que suma a la actividad turística. Esto hace que sea necesario, analizar el programa de manera holística y no sólo abocarse a la experiencia del viaje únicamente.

#### 3.1 Natación

El objetivo de este programa es estimular la actividad física con el fin de obtener un estilo de vida saludable. El mismo tiene en cuenta las posibilidades y limitaciones del individuo, y busca adecuar los conocimientos a las posibilidades del grupo.

Estas clases se realizan de marzo a noviembre, con el acompañamiento de los profesores, los cuales actúan como guías y dirigen la misma según las necesidades del grupo.

El lugar designado para su desarrollo es el *Complejo Deportivo y Recreativo "los privilegiados"* ubicado en calle 50 y calle 156 en Plátanos.



Ubicación de la parcela del complejo “Los Privilegiados”

Como se puede observar en la imagen el complejo cuenta con aproximadamente dieciocho (18) hectáreas con las siguientes instalaciones:

- Pileta climatizada con baños y vestuarios
- Consultorios Médicos
- Salón de Usos Múltiples
- Dos piletas descubiertas con baños y vestuarios
- Sala de máquinas
- Canchas de fútbol con vestuarios
- Cancha de vóley
- Cancha de sóftbol
- Circuito de Educación Vial
- Circuito aeróbico

- Parque con parrillas, mesas y bancos

Las clases de natación se dictaban solamente en verano, pero a partir de la climatización de la pileta en el 2007 comenzaron a dictarse esta actividad durante todo el año, dando la posibilidad a más de 2000 adultos mayores<sup>12</sup> de incorporarse a esta actividad. Las clases son dos veces por semana por grupo, distribuyéndolos de lunes a sábado en dos turnos (mañana y tarde).

Es oportuno aclarar, que estas jornadas no son únicamente clases de natación, sino que existe un acompañamiento continuo con los adultos mayores. Lorena Lezi (una de las profesoras encargadas de este grupo etario) al comentar las actividades que se involucran en estas jornadas explica:<sup>13</sup>

*“La primera etapa fue para comentarles a los abuelos cuales eran nuestros objetivos, ver si ellos comparten con lo que pretendíamos hacer o tenían otras propuestas para hacer, estas jornadas se llamaban los pilares, le pusimos de título, entonces era compartir con ellos cuales eran nuestros pilares con actividades obviamente recreativas y donde ellos en algún momento nos decían que venían a buscar de estas jornadas. La actividad comenzaba exponiendo los pilares que creíamos importantes nosotros:*

↳ **Mejorar los vínculos afectivos**

↳ **Estímulo del ejercicio físico.**

↳ **Hábitos saludables**

↳ **Estimulación cognitiva**

↳ *La participación, pero que esta **participación** sea protagónica, que sea **activa**; ellos formando parte hasta de la planificación (este sería nuestro objetivo más grueso)*

*“Luego, de presentar los pilares (que eran unos carteles en la pared) ellos tenían que poner cuales eran sus pilares, los escribían en un papel y luego entre todos los leíamos e íbamos colocando en los afiches, lo interesante que ninguno de los comentarios de los abuelos quedó afuera de los pilares. Lo gratificante, ya que nosotros estamos continuamente trabajando con ellos, que coincidíamos.”*

*“El pilar más importante, que quedó lleno de papelitos fue el de **mejorar los vínculos**, que vienen a buscar estar con alguien, compartir una actividad, el tema de no estar solo, el tema de la buena onda, charla con un amigo, todo tenía que ver con la relación con los otros.”*

---

<sup>12</sup> Revista de distribución gratuita *Be* N°235

<sup>13</sup> Ver Anexo V

*“De esa jornada tomamos lo vincular para trabajarlo durante este viaje, todos pensamos en esta jornada ponerlo a prueba, es decir si es tan importante, demostrarlo”.*<sup>14</sup>

En el 2012, mediante la intervención de los profesores y la cooperación de la Dirección de Recreación y Turismo, se propuso como cierre anual de la actividad la realización de un viaje a distintos lugares acorde a las posibilidades económicas de los beneficiarios.

### **3.2 Viaje a las Termas de Federación**

Como se desarrolló en el capítulo I, se definió el *turismo como una experiencia subjetiva del individuo, que implica un desplazamiento (aunque sea dentro de su ciudad) fuera de su entorno habitual, además de un desplazamiento al interactuar con el medio ambiente, es principalmente una práctica social que permite satisfacer necesidades vitales.* Al mismo tiempo se enfatizó en el desarrollo del turismo social, acentuando la inclusión de todos y concediendo una atención especial a las personas mayores.

Como cierre del análisis de investigación sobre las actividades que realiza el Municipio de Berazategui para la tercera edad, se participó en el viaje a las Termas de Federación (la cual fue el cierre de las actividades de natación de la temporada 2013).<sup>15</sup> Los participantes de todas las comisiones podían elegir entre la visita a las Termas de Villa General Belgrano o a las Termas de Federación, dependiendo de su nivel adquisitivo.

El viaje se realizó el 12 de noviembre del 2013 y duró de tres días. Se partió el viernes a las 5 a.m., retornando el domingo. Como mencionó Lorena Lezi (profesora encargada de coordinar este cierre) *“el objetivo de esta propuesta era que pudieran participar todos los abuelos por eso se coordinó con la Dirección de Recreación y Turismo Socio Comunitario, que consiguió el contacto con el hotel y las termas para que sea más accesible, al mismo tiempo se realizaron diversas actividades para recaudar fondos y ayudar a los abuelos a poder pagar el viaje”*

El grupo constaba de treinta (30) adultos mayores y cuatro (4) profesores, todos mostraban una sonrisa por la experiencia y para algunos se trataba de su primer viaje. Arriba del colectivo circulaban varias rondas de mate y tortas-budines-magdalenas realizadas por las señoras.

El hotel elegido fue Guarumba Apart Hotel & Spa. Durante el primer día se tuvo la mañana libre y por la tarde se visitó la ciudad vieja.

El segundo día se aprovechó el complejo termal y por la tarde se realizó una actividad para trabajar el aspecto vincular, como destacó Lorena Lezi en el apartado anterior.

---

<sup>14</sup> Esta cita es extraída de la entrevista realizada a la profesora mientras se viajaba a las Termas de Federación.

<sup>15</sup> Ver Anexo V



*“La actividad arranca más sensorial, donde ellos empezaban a caminar solos. Ellos tenían que pensar que caían en un lugar donde no había nadie, empezaban a caminar a relajarse hasta que se empezaban a dar cuenta que había alguien pero solo se podían conectar con la mirada.”*

*“Luego se le asignaba la consigna que podían conectarse por el tacto. Acá se observaba que se tocaban las manos, dando una vueltita, un abrazo.”*

*“Después se agregaba la palabra, pero eso que se comunicaba debía tener sentimiento, que era lo que realmente le quería decir a la otra persona, además tenía que susurrarse en el oído para que ese sentimiento quede entre las personas que correspondía. Durante esta etapa se observaba llantos, abrazos de complicidad, de consuelo, muchas emociones mezcladas.”*

*“Luego se armaron grupos, los profesores les repartieron unas cintitas de colores y se debieron agrupar por ellos.”*

*“Aquí, comenzó otra actividad en la cual cada grupo debía imitar un sonido que representase al grupo, entonces ellos se debían moverse al compás de la música y cuando paraba debían cerrar los ojos y juntarse con los miembros de su grupo a través de los sonidos que lo identificaban.”*

*“Los coordinadores dicen, “ahora sí que nos demostraron que se reconocen que son parte de un grupo, entonces ahora tienen que darle identidad al grupo”. La consigna era pensar que ahora que llegaron a esta tierra que no había nada, ya conformaron un grupo, hay que formar nuestra ciudad, debieron proponer como sería, qué valores iban a tener y por qué; que característica debían tener los habitantes y darle un nombre a su ciudad.”*

*“Luego de que cada grupo dijo su nombre y que valores iban a considerar, debían visitarse entre ellos. Un grupo que estaba relacionado con el valor del amor, al visitar repartían rosas y muchos abrazos; otro que tenía que ver con el placer y la relajación en sus visitas brindaban masajes; el último estaba relacionado con sacar la mala onda, los malos tratos y había como un “mano santa”<sup>16</sup> que les hizo una limpieza energética y el que le contestaba mal al vecino ahora le contestaba bien.”*

*“Luego de las visitas debían escribir una carta donde debían exponer como se sintieron durante la visita. Un coordinador se disfrazó de cartero y repartió las cartas a cada ciudad, las cuales las leyeron en voz alta para compartirlas entre todos.”*

*“Para finalizar, se les pidió a los que querían decir que le pareció la actividad, al empezar a hablar la mayoría decía:*

- ☞ “Lo vincular me salvo, estar con otros, participar en estos encuentros, pertenecer al centro de jubilado me cambió la vida”.*

---

<sup>16</sup> “Mano santa”, frase designada por los participantes.

- ☛ *“En la vejez la soledad es terrible, uno piensa que va a estar solo siempre, y estar en un lugar con gente que compartimos lo mismo, hace que me sienta más comprendido”*

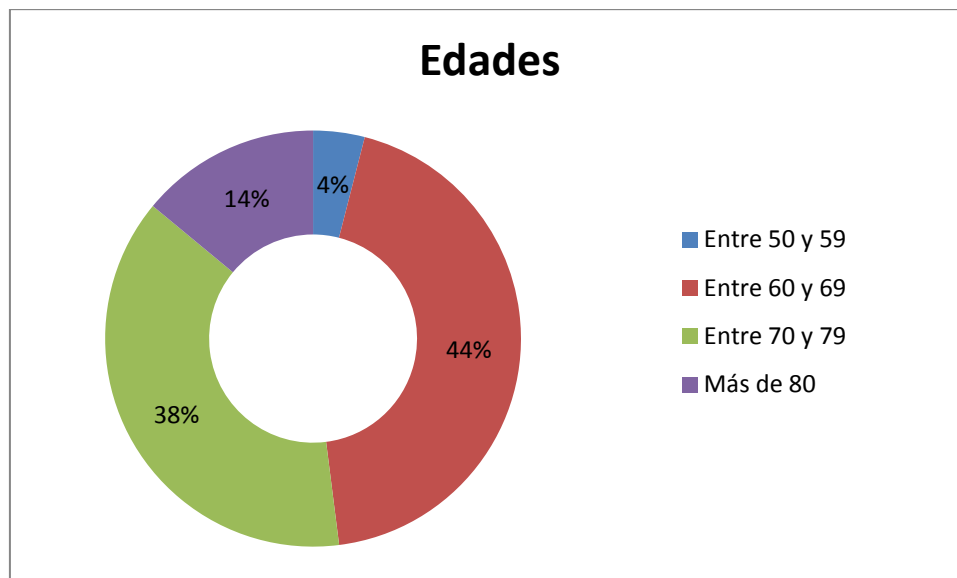
Con esto dieron por terminada la actividad con un aplauso por los resultados obtenidos”.

### 3.3 Los beneficiarios. Cuantificación

Como se relató anteriormente, siguiendo el aporte de Sampieri se utilizó la recolección de datos sin medición numérica, para revelar o ajustar preguntas que surgieron, es decir, el método de recolección de datos no fue estandarizados ya que el objetivo de este trabajo fue tener una primera perspectiva acerca la importancia de las actividades turísticas y recreativas en el transcurso de la última etapa vital.

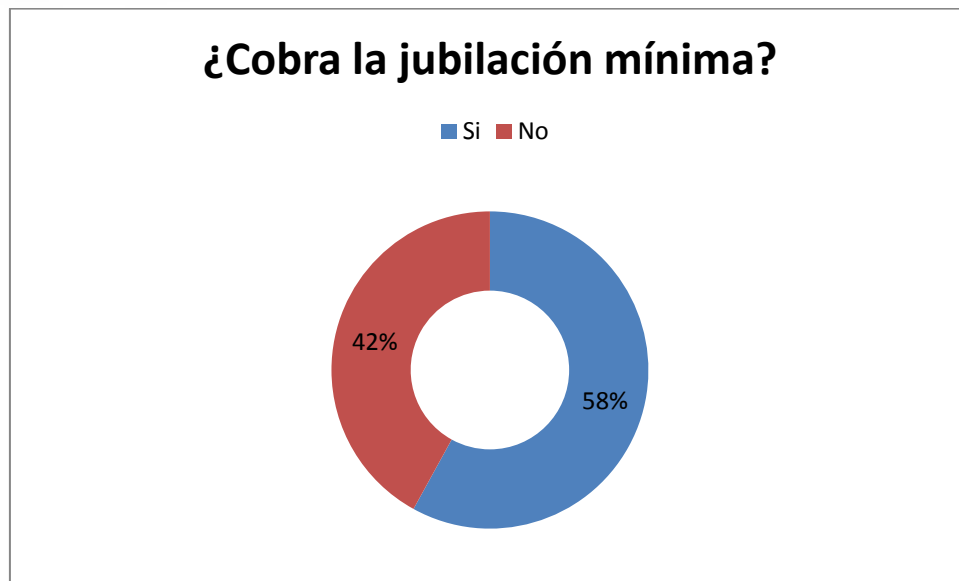
Las encuestas se realizaron en el complejo “Los Privilegiados”, en el cual se desarrolla la actividad de natación y en particular el 21 de noviembre del 2014 fue el cierre de la temporada de verano. Se eligió ese día debido a que al ser el cierre del ciclo concurrirían todas las comisiones de esta actividad. Es decir, asistieron los socios de los sesenta (60) centros de jubilados que participan de este programa.

Al analizar las encuestas abiertas<sup>17</sup> se observó que el 44% de las personas que fueron encuestadas tenían entre 60 y 69 años, el 38% entre 70 y 79 años; y el 14% tenían más de 80 años. Del total, sólo el 58% perciben la jubilación mínima, como se puede observar en los gráficos:



Elaboración propia

<sup>17</sup> Ver Anexo III

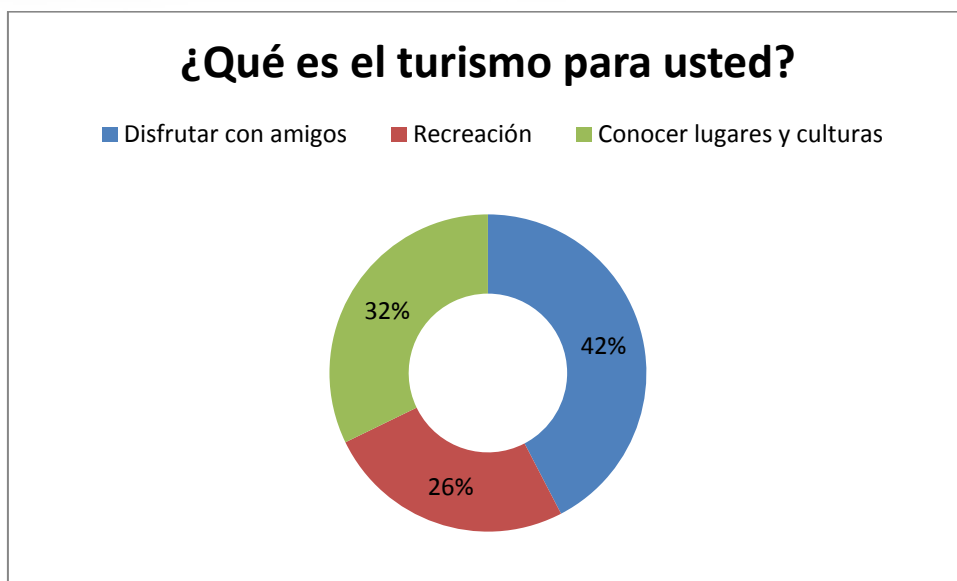


Elaboración propia.

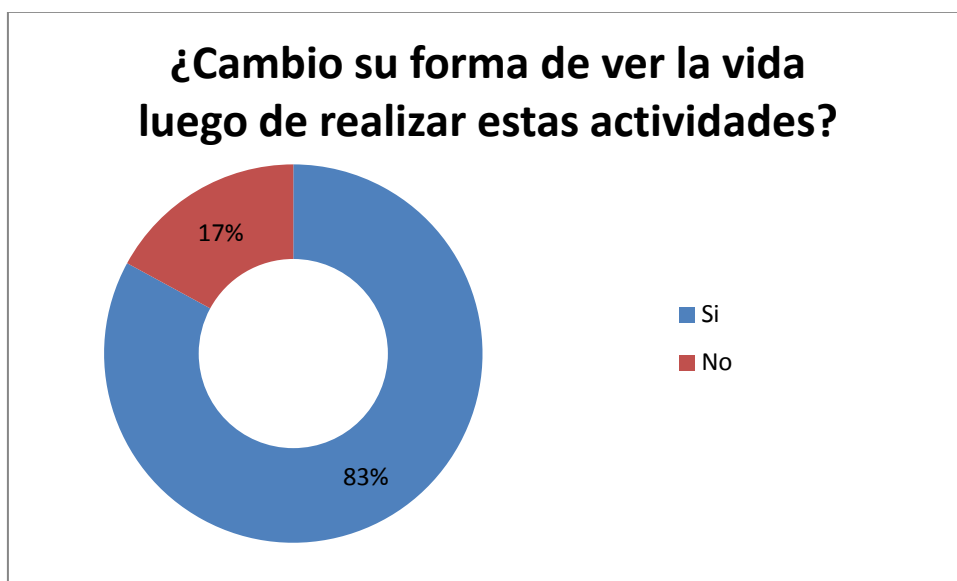
También, como se señaló en el capítulo anterior, la mayoría tenían problemas de salud como artrosis, artritis, osteoporosis, hipertensión, diabetes, enfermedades oncológicas, cardiovasculares o sufrieron accidentes cerebrovasculares. Gran parte de la muestra padecía patologías relacionadas con lo músculo esquelético.

En cuanto a lo social, en general se acercaron a los centros de jubilados (lugar de conexión con el municipio) por medio de algún conocido que lo invita porque lo ve deprimido o solo; ya sea porque se quedó sin empleo o enviudó. Como el caso de la entrevistada 22 que al realizarle la pregunta contesta *“Llegué cuando quedé viuda, me invitaron a que vaya a yoga y me ayudó a salir”* o la encuestada 38 que respondió *“Me quedé sin trabajo, entré en depresión, me acerqué al centro a hacer gimnasia y no salí más”*.

Siguiendo con el análisis de todos los factores estudiados y tomando como marco referencial el título de esta tesis: *Turismo-Resiliencia-Tercera edad*, se destacan los cuadros 3 y 6 donde se distinguen el impacto producido por las experiencias vividas en las actividades ofrecidas



Elaboración propia



Elaboración propia

Para exponer el cambio que se produjo en el estilo de vida de este segmento y la manera que influyeron estas actividades en el disfrute de su nuevo tiempo libre ayudándolos a reorganizarlo se expondrán algunos testimonios mencionados durante las encuestas.

- ☛ *Sí, un montón. No me siento sola, me siento acompañada, comparto lindos momentos, si no las hago me siento mal.*
- ☛ *Sí, encontré mi lugar, tengo un hijo y se puso en pareja y me sentía sola.*
- ☛ *Sí, me abrió la cabeza estoy más dicharachera.*

- ☞ *Sí, me muevo más, me duelen menos los huesos y salgo de mi casa.*
- ☞ *Mucho, estamos mejor nos despejamos nos divertimos.*
- ☞ *Sí, estoy más alegre sino me quedaría siempre en casa.*
- ☞ *Sí, cosas que no hacía empecé a hacer. Antes no salía.*
- ☞ *Me ayudó a superar la viudez, la compañía me sacó de la depresión.*
- ☞ *Sí, un montón, me siento bien menos estresada.*
- ☞ *Sí, totalmente, tenés la mente ocupada, sabés que tenés que hacer las cosas y no pensás que estas sola, te llenan los espacios vacíos.*
- ☞ *Sí, ando todo el día contenta cuando sé que tengo estas actividades, no veo la hora de que lleguen.*
- ☞ *Sí, cambié totalmente en forma positiva. Era de estar adentro y tímida ahora salgo y charlo con todo el mundo.*
- ☞ *Sí, mucho, me agarró artrosis articular hace 5 años, hace 3 años no me podía mover, participar en estas actividades me ayudó a salir adelante.*
- ☞ *Sí, porque me ayudaron a salir de un duelo.*
- ☞ *Sí, tengo algo más en que ocupar mi tiempo, estoy esperando que llegue el día para hacerlas.*
- ☞ *Sí, me llena de alegría y superé aspectos físicos al salir de casa me reconforta, me recrea el espíritu.*

## Conclusión

---

*“el ser humano sabe hacer de los obstáculos nuevos caminos, porque a la vida le basta el espacio de una grieta para renacer”*

*Ernesto Sábato*

Es importante recordar la definición de resiliencia por la American Psychological Association, quien la consideran como un proceso de adaptarse adecuadamente a la adversidad, a un trauma, tragedia, amenaza, o fuentes de tensión, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas serios de salud o situaciones estresantes del trabajo o crisis financieras. Resiliencia significa "rebotar" de una experiencia difícil, como si uno fuera una bola o un resorte. Con esta definición y luego de haber transitado diversas experiencias con las personas de la tercera edad, puedo afirmar que ellos son mayoritariamente resilientes.

A través de esta investigación se observó que la resiliencia es cotidiana, no extraordinaria. La gente comúnmente muestra resiliencia. Un ejemplo es la respuesta de las personas en las diversas encuestas donde luego de experiencias duras cuentan sus dolencias con una sonrisa. Así estas personas se conceden una nueva oportunidad, toman conciencia de sí mismos y comienzan a escribir su propia historia con una mente saludable, plena de placer, libre, con capacidad de resiliencia y creatividad.

Se puede afirmar que ser resiliente no quiere decir que la persona no experimente dificultades o angustias. El dolor emocional y la tristeza son comunes en las personas que han sufrido grandes adversidades. De hecho, el camino hacia la resiliencia probablemente esté lleno de obstáculos que afectan nuestro estado emocional.

La resiliencia no es una característica que la gente tiene o no tiene. Incluye conductas, pensamientos y acciones que pueden ser aprendidas y desarrolladas por cualquier persona.

Se ha podido demostrar que las actividades de estas personas en los centros de jubilados y en los pequeños tours que realizan, son factores que ayudan a desarrollar la resiliencia. Esto se reflejó durante el viaje que realizó el municipio como cierre de la temporada de invierno de natación a las Termas de Federación, el cual desde que los abuelos estaban esperando el colectivo se veía como si fuera un viaje de egresado de último año de secundaria. En el punto 3.2., se observa que el aspecto vincular es importante, más allá de la actividad per se, dando lugar a una relación interpersonal, que afecta la intrapersonal que facilita las futuras relaciones con miembros de otros grupos.

Una combinación de factores contribuye a desarrollar la resiliencia y en las actividades que muestra el Municipio de Berazategui lo demuestran uno de los pilares más importantes en la resiliencia que es tener relaciones de cariño y apoyo dentro y fuera

de la familia. Mantener buenas Relaciones Humanas que ofrecen estímulos y seguridad. Esto fue demostrado luego de establecer las entrevistas con los distintos coordinadores. El apartado 3.3. concluye que las personas tienden a agruparse y buscan alternativas que le sean satisfactorias cuando atraviesan momentos desgraciados en su vidas, a estas actitudes las llamaremos conductas resilientes, afirmando que lo vincular aplicando su resiliencia optimiza la calidad de vida del adulto mayor.

Otros factores asociados a la resiliencia son:

- ☆ La capacidad para hacer planes realistas y seguir los pasos necesarios para llevarlos a cabo.
- ☆ Una visión positiva de sí mismo, y confianza en sus fortalezas y habilidades.
- ☆ Aprendizajes de destrezas en la comunicación y en la solución de problemas.
- ☆ La capacidad para manejar sentimientos e impulsos fuertes.

Todos estos son factores que las personas pueden desarrollar por sí mismas, a través de experiencias cotidianas, que en el tiempo son fuentes de fortaleza personal que van en aumento con ejemplos del pasado, fortaleciendo un estado positivo de resiliencia.

Los entrevistados que participaron en las actividades propuestas por el municipio, muestran la resiliencia cuando pueden mantener flexibilidad y balance en sus vidas, en la medida que ellos confrontan circunstancias difíciles y eventos traumáticos. Se comprobó, que ellos lo logran muchas veces llegando a los centros de jubilados donde de diferentes maneras se permiten experimentar un fenómeno de autoflujo de emociones. Así las personas se convierten en imaginativas y creativas, están de buen humor y se sienten satisfechas. Sentimientos, conductas, actitudes que ellos consideraban que no las tenían, las recuperaron o aprehendieron a través de estas actividades.

Muchas personas de la tercera edad mediante síntomas psiosomáticos o no, como la cefalea, la gastritis o la hipertensión etc. muestran la necesidad de un cambio en su estilo de vida, lo que los puede llevar a preocuparse menos por ciertos temas, relajarse y disfrutar más; éste es el cambio que se observa en muchos de los encuestados.

Estos jóvenes de la tercera edad se los ve salir adelante y tomar acciones para atender y entender sus problemas, enfrentando las demandas del diario vivir. Pero también saben disfrutar de un simple paseo y llenarse de energía nuevamente compartiéndolo con sus pares, pasando tiempo con sus seres queridos para recibir su apoyo y estímulo, y también su cuidado, confiando en los demás y también confiando en ellos mismos.

Por lo expuesto puedo contestar la pregunta inicial *¿las actividades turísticas ayudan a mejorar la calidad de vida de las personas de la tercera edad?* Observando:

- Las actividades desarrolladas por el Municipio de Berazategui, las cuales todas tienen como corolario un acto turístico.
- Las reflexiones de los profesores implicados que llevan a cargo las actividades propuestas.
- Las conductas observadas de los adultos mayores y respuestas que dieron a las encuestas semi-estructuradas.

Arribando a la conclusión doy por expuesto la primera fundamentación de este trabajo, en la cual se pueden mejorar las condiciones de aislamiento, soledad y depresión que en algunos casos caracterizan a la vejez, simplemente armando estrategias sociales de contención y brindando espacios terapéuticos y recreativos.

El turismo social surge entonces como una herramienta valiosísima cuyos objetivos en este caso en particular, la tercera edad, sirve para:

- Armar un entramado social nuevo, con vínculos de paridad
- Resaltar valores de convivencia, fraternidad y colaboración
- Mejorar la calidad de vida del adulto mayor tanto psicológicamente como físicamente.



## Recomendaciones

---

Del recorrido realizado, de lo expuesto anteriormente y de las observaciones obtenidas en el estudio de campo, se considera oportuno destacar las siguientes recomendaciones:

- Se podría mejorar la coordinación entre la Dirección de Recreación y Turismo Socio Comunitario y otras organizaciones que fueron creadas para el beneficio de este grupo etario (por ejemplo A.N.S.E.S.)
- Se podría incorporar a otros profesionales a este programa que contribuyan a optimar los objetivos propuestos (ejemplo traumatólogos o psicólogos)
- Se podría rever la planificación para aprovechar en forma óptima los recursos disponibles y así alcanzar una mayor eficiencia.

## Bibliografía:

---

- Amaiz Burne, Dachary (2006). *El estudio del turismo, ¿Un paradigma en formación?* Investigaciones y Estudios Turísticos. Bs. As. vol. 15, núm. 2 (pp.179-193).
- Amparo Sancho. (1998). *Introducción al Turismo*. Organización Mundial del Turismo. *El turismo como actividad económica* (pp. 11-39)
- Armadans Tremolosa, Immaculada. (2002). *Actividad de ocio-turístico y personas mayores. Análisis de diferencias sociales entre "viajeros" y "no viajeros"*. Universidad de Barcelona.
- Baró Silvana, Petrongolo Myriam, Rochman Eleonora. (2009). *Estrategias desde la psicología de la salud con los adultos mayores*. Disponible en <https://myriampetrongolo.wordpress.com/2009/08/13/estrategias-desde-la-psicologia-de-la-salud-con-los-adultos-mayores/>
- Benito Rafael San Juan, Pantano Liliana, Di Santo Silvia, Grunewald Luis A., (2007) *Manual de pautas de calidad de atención para personas con capacidades restringidas*. Fundación Turismo para Todos.
- Bleger José. (1983). *Psicología de la Conducta*. Editorial Paidós Bs. As.
- Carvajal Correa, V., Castaño Restrepo, B., Noguera Londoño, G., Klimenko, O. (2011). *Fomento de la actitud resiliente en los adultos mayores en situación de abandono familiar*. Revista Psicoespacios, Vol. 5, N. 6 pp. 27-46. Disponible en <http://www.iue.edu.co/revistasiue/index.php/Psicoespacios>
- Casullo María Martina. (2005) *El capital psíquico: aportes de la psicología positiva*. Universidad de Palermo.
- Cury Augusto. (2014). *Mentes brillantes, mentes entrenadas*. Editorial Zenith.
- Edwin Ana María. (2013) *Encuesta Nacional sobre Calidad de Vida de Adultos Mayores 2012 ENCaViAM*. INDEC
- Fajn, Sergio Leonardo. (2011) *Tiempo libre y recreación en la vejez*. Disponible en: <https://es.scribd.com/doc/70651830/Fajn-Sergio-Leonardo>
- González, Juan Alberto. (2006). *Argentina-Turismo Social en la República Argentina-Turismo para todos*. Disponible en <https://www.dropbox.com/s/gqclpmw1bca51vo/turismo%20social%20en%20la%20argentina.pdf?dl=0>
- Guerrini María Eugenia (2010) *La vejez: Su abordaje desde el Trabajo Social*. Edición N°57. Disponible en:

<http://www.margen.org/suscri/margen57/querrini57.pdf>

- Guevara Ramos, Rosana, MOLINA, Sergio y TRESSERRAS, Jordi (2006), “Hacia un estado de la cuestión en investigación turística”, *Estudios multidisciplinarios en turismo*, vol. 1, 17-68.
- Hauser, Silvia. (2011) *Envejecimiento y Género*. Disponible en [https://docs.google.com/document/d/1nOz9xq\\_R9uScamHielaedHuetqauQCd3s0upUIQ0Oes/edit?hl=es](https://docs.google.com/document/d/1nOz9xq_R9uScamHielaedHuetqauQCd3s0upUIQ0Oes/edit?hl=es)
- Henderson Nah. Milstein Mike M. (2005). *Resiliencia en la escuela*. Editorial Paidós Bs. As.
- Sampieri Hernandez, C. R., Fernandez Collado, C. y Baptista Lucio, Pilar, (1991), *Metodología de la Investigación*, México, McGraw-Hill.
- Tremolosa Inmaculada Armadans. (2002) *Actividad de ocio-turístico y personas mayores: análisis de diferencias psicosociales entre viajar o no viajar*. Universidad de Barcelona
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2012) *Encuesta Nacional sobre Calidad de Vida del Adulto Mayor*. E-Book Bs. As. Disponible en <http://www.indec.mecon.ar/ftp/cuadros/sociedad/encaviam.pdf>
- Jafari, Jafar (2005), “El turismo como disciplina científica”, *Política y sociedad*, vol 42, N°1, 39-56.
- Kotliarenco Ph.D. María Angélica, Cáceres Irma, Fontecilla Marcelo. (1997). *Estado de Arte en Resiliencia*. Organización Panamericana de la Salud Oficina Sanitaria Panamericana, Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud
- MacCannell Dean (s/f). *El turista: una nueva teoría de la clase ociosa*. Editorial Melusina.
- Mahecha Matsudo, Sandra Marcela. *Actividad Física y Salud para adultos mayores*. Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul – CELAFISCS
- Mallen Cheryl, Adams Lorne J. (2008). *Traditional and niche sport, recreation and tourism events*. Brock University.
- Melillo, Aldo, Suarez Ojeda, Elbio Nestor, Rodriguez, Daniel. (2004) *Resiliencia y subjetividad: Los ciclos de la vida*. Editorial Paidós
- Méndez Dolores. (2000). *Las personas de más de 50 años en la Argentina actual: reflexiones acerca de su problemática*. Disponible en:

<file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-LasPersonasDeMasDeCincuentaAnosEnLaArgentinaActual-2526409.pdf>

- Molina, Quintana Arturo J. (2011) *Alternativa Turística para el adulto mayor*
- Munné Frederic, Codina Núria. (2002). *Ocio y tiempo libre: consideraciones desde una perspectiva psicosocial*. Licere, Belo Horizonte, V.5, n.1 (pp. 59-72)
- Noemí, Wallingre. (1998). *El turismo social, una alternativa para la realización de la tercera edad*. Ponencia presentada en II Congreso Nacional de Psicología Social y Política. Universidad J. F. Kennedy. Bs. As. Publicado en Revista Universidad Kennedy, Enfoques de Turismo y sus modalidades N°1.
- Pastoriza Elisa (2008). *El turismo social en la Argentina durante el primer peronismo. Mar del Plata, la conquista de las vacaciones y los nuevos rituales obreros, 1943-1955*. Nuevos Mundos Nuevos Debates 2008. Disponible en <http://eco.mdp.edu.ar/cendocu/repositorio/00801.pdf>
- Ramírez, Mariela Norma. (2008). *Calidad de vida en la Tercera Edad ¿Una población subestimada por ellos y por su entorno?* Universidad Nacional de Cuyo
- Rodríguez Herráez Beatriz, Ortega Martínez Enrique. (2007) *La satisfacción en el turismo social*. Disponible en <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-LaSatisfaccionEnElTurismoSocial-2499420.pdf>
- S. Levin y R. J. Kahana. (1963). *Los Procesos Psicologicos en el Envejecimiento*. Editorial Paidos Bs. As.
- Simone de Beauvoir. (1980). *La vejez*. Editorial Sudamericana Bs. As.
- Staff. (2010) *Quien es quien en Berazategui*. Editorial Nova. Bs. As.

**Link:**

- <http://terceraedadyvejez.wordpress.com/>
- <http://www.bits-int.org/es/index.php?lang=3>
- <http://www.culturaberazategui.gov.ar/>
- <http://eco.mdp.edu.ar/cendocu/repositorio/00022.pdf>
- <http://www.turismoparatodos.org.ar/>
- <http://www.turismo.gov.ar/esp/institucional/tursocial/Tercera%20Edad/tsoctedad.htm>
- <http://notas.nezit.com.ar/resiliencia.htm>
- <http://www.argentina.gob.ar/informacion/turismo/289-turismo-social.php>
- <http://www.turismo.gov.ar/esp/institucional/tursocial/tursocial.htm>
- <http://www.casarosada.gob.ar/sitios-de-gobierno/planes-de-gobierno/2733>
- <http://www.un.org/swaa2002/coverage/parlamentoS.htm>

## Anexo I

---

### Desgrabación de entrevista a la Secretaria María Laura Lacava

**Entrevistador:** -¿Qué es envejecer para vos?

**Secretaria:** -Depende como lleguemos a la vejes, yo creo que es muy importante trabajar cada uno de nosotros, es decir, los que tenemos la posibilidad de estar en la función pública y trabajar con la gente adulta sabemos que podemos generar acciones que tenga que ver con que lleguen a una vejez más activa. Ahora se habla de una 4<sup>ta</sup> edad más que una 3<sup>ra</sup>. Yo creo que en lo personal voy a envejecer feliz, porque tuve una niñez feliz tengo adultez feliz y voy a envejecer feliz. Yo lo que veo acá, lo que pasa, un adultez una vejez muy feliz, van a envejecer con mucha actividad; que creo que para mí es lo más valioso.

**Entrevistador:** -¿Cómo ves a los abuelos cuando llegan por primera vez a participar en estas actividades?

**Secretaria:** -Cuando llegan por primera vez, llegan con muchos temores; miedos a compartir, miedos a integrarse,..., miedo a mostrarse, y justamente este trabajo (el grupo de trabajo de chicos de tercera edad) hacen que ellos rompan esos miedos y rompan la barreras que capaz no rompieron en su adolescencia o adultez, llegan acá a compartir, a bailar, a conseguir novio a conseguir pareja; y para nosotros es muy importante por eso cada meta que nos proponemos hasta ahora (desde el momento que trabajamos con tercera edad que hace mucho tiempo) la hemos cumplido. Ya que vemos a los abuelos felices y muchos han encontrado sus nuevas parejas acá.

**Entrevistador:** -¿Consideras que le apoyo del Municipio es indispensable?

**Secretaria:** -Si, por supuesto. El Estado Municipal tiene que generar acciones para cuidar a los adultos mayores. No nos olvidemos que los adultos mayores fueron los que hicieron esta Nación y todos tenemos un abuelo, un padre de más de 60 años que hizo por nosotros mucho; entonces desde el gobierno municipal generar acciones para la tercera edad es estar devolviendo todo aquello que ellos hicieron por nosotros (por los más jóvenes)

**Entrevistador:** -Tengo entendido que realizan muchas actividades para la tercera edad, ¿cómo hacen para promocionarlas?

**Secretaria:** -Se trabaja con los centros de jubilados, nuestro mayor nexo y articulación es a través de los sesenta (60) centros de jubilados que tiene el municipio. Con ellos articulamos acciones y a partir de ellos trabajamos con todos los abuelos.

**Entrevistador:** -La Dirección de Recreación y Turismo Socio-Comunitario depende de...

**Secretaria:** - De la Secretaria de Desarrollo Social que es la que tengo yo a cargo

**Entrevistador:** -Y, ¿Cuál sería la estructura organizacional del municipio?

**Secretaria:** -La autoridad máxima del Municipio es el Intendente. El Intendente tiene secretarios que forman parte del Ejecutivo Municipal. Una de las Secretarías que forma parte del Ejecutivo Municipal es la Secretaría de Desarrollo Social, de la cual yo soy la secretaria. Entonces de mi Secretaría se desprenden dos Direcciones; la de Recreación y Turismo Socio-Comunitario y la de Promoción Social. Una atiende directamente el tema social "puro" y la otra tiene recreación y también nos encargamos de lo social, porque la recreación siempre trae involucrado un aspecto social a resolver.

**Entrevistador:** -Si tendrías que definir los objetivos de estas actividades, ¿Cuáles serían?

**Secretaria:** -¿Sólo para tercera edad?

**Entrevistador:** -Sí, o en general como quieras

**Secretaria:** -Creo que los objetivos te los dije al principio. El objetivo máximo en el área de la tercera edad tiene que ver con fomentar una vejez activa; ese es nuestro objetivo que el abuelo este siempre en movimiento, ya sea bailando jugando nadando yendo a caminar o al teatro. Queremos eso, que el abuelo se mantenga bien físicamente como mentalmente, porque también tenemos actividades que activen su memoria, porque en algún momento todos vamos a llegar a grande y se nos van a pasar algunas cosas. Nosotros trabajamos para que el abuelo llegue a la vejez lo más activo posible, ese es nuestro objetivo.

**Entrevistador:** -Una última pregunta, ¿Tienen algún manual de buenas prácticas o algún documento donde se estipule cómo se tienen que desarrollar estas actividades?

**Secretaria:** -No, simplemente se pone, a ver, generalmente cuando uno escribe o estipula funciones y misiones de una secretaría tiene que tener en claro cuál son los objetivos. Respecto a un manual de cómo, no, nosotros tenemos todos profesores de educación física que a cada uno se le encomienda una tarea y en función de la tarea que se le encomienda son ellos los que a partir de sus conocimientos como profesores que linean sus actividades. Yo puedo coincidir o no, para eso nos juntamos cuando delineamos la actividad decimos a esto no vayamos para otra cosa. Pero la secretaría en sí, si tiene misiones y funciones a cumplir; y cada uno después cumple un rol, cada profesor cada director cumple un rol y debe cumplir el rol que le fue asignado.

## Anexo II

---

### Desgrabación de entrevista a la Directora Silvana Rosana Cina

**Entrevistador:** -Tengo entendido que realizan diversas actividades para la tercera edad, ¿Cuáles son?

**Directora:** -Bueno, el municipio realiza muchas actividades pero no solo para la tercera edad, para la tercera edad tenemos natación, gimnasia, yoga, clases de tango, folckore, hacemos salidas a estancias gratuitas, después tenemos viajes que realizan junto a los nietos a Tecnopolis cuando está abierto o a Temaiken abonando un porcentaje de la entrada.

**Entrevistador:** -¿Cómo hacen para promocionarlas?

**Directora:** -El principal medio de comunicación es mediante la página de internet del municipio, muchas veces algún familiar ve las actividades y los abuelos se acercan a preguntar por el comentario del hijo o nieto. También promocionamos por la revista del municipio que es mensual y gratuita. Y por último, en cuanto a los abuelos, una vez por mes se realiza una reunión con todos los centro, donde el representante del centro se encarga de comunicar las actividades que pensamos realizar y nos dicen las inquietudes que tienen.

**Entrevistador:** -¿Qué relación tienen con los distintos centros de jubilados? ¿Cuántos hay en el municipio? ¿Tienen un registro?

**Directora:** -En el municipio hay sesenta (60) centros de jubilados, con los cuales hay una muy buena relación, los nombres si querés te los paso por mail así están completos.

**Entrevistador:** -Bueno dale, ¿Cuáles son los objetivos de realizar estas actividades?

**Directora:** -El principal objetivo es de inclusión, que se sientan integrados que formen un grupo de amigos con quien compartir nuevos momentos más allá de los que se producen durante estas actividades. Tener abuelos activos, que salgan del sedentarismo que muevan su cuerpo para que esta etapa sea más gratificante.

**Entrevistador:** -¿Tienen algún manual de buenas prácticas o algún documento que estipule como tienen que desarrollarse las actividades?

**Directora:** -No, salvo los proyectos que te brindé. Pero lo que es turismo trabajamos directamente, se busca un destino, lo buscamos o trabajamos mucho con la FIT<sup>18</sup>. Ahí sacamos todas las folleterías, tenemos esa relación para hacerlo directamente y así evitar al mayorista por eso sale más económico.

**Entrevistador:** -¿Existe algún lugar donde las personas mayores dejen su opinión sobre las actividades? En base a esa opinión, ¿Tienen plan de mejoras?

---

<sup>18</sup> Feria Internacional de Turismo de América Latina.



**Directora:** -Nosotros cuando terminamos el viaje le brindamos una ficha donde nos cuentan que les pareció el viaje, después lo leemos y vemos que les pareció el destino, el hotel, el guía, la comida y ahí sabemos que es lo que tenemos que mejorar.

**Entrevistador:** -En cuanto a la Dirección de Recreación y Turismo, ¿Cómo está estructurado, cuantas personas trabajan en este área, cuáles son sus obligaciones?

**Directora:** -Nosotros dependemos de la Secretaría de Desarrollo Social, nuestro área se divide en recreación en la cual trabajan los profes haciendo las actividades de natación, gimnasia, las cuales se realizan en los distintos centros de jubilados y el complejo “Los Privilegiados”, además de realizar las salidas al teatro o visitas a estancias; y en cuanto al turismo contamos con dos guías de turismo, los cuales arman todos los destinos del año para el pueblo de Berazategui, los chicos son guías que arman los paquetes y hacen los viajes.

**Entrevistador:** -¿Cuál es su relación con los demás departamentos?

**Directora:** -Nosotros nos relacionamos con el Departamento de Comunicación y Sistemas, mediante ellos difundimos los paquetes que ofrecemos. Con el de comunicación mediante la realización de folletos y el de sistema es el encargado de volcarlos en la página web.

**Entrevistador:** -Última dos preguntas para terminar, ¿Qué es para vos envejecer?

**Directora:** -Para mí envejecer..., yo creo, desde mi punto de vista que soy abuela, lo importante es el vínculo con la familia, estar con tus hijos con tus nietos, el no estar solo. Gracias a Dios, hoy en día todavía tengo marido, mis tres hijos y a mi mamá, y el acompañamiento pasa más por los vínculos, o sea, no sé si le tengo miedo a la vejez, si un poquito sí. Pero tomo desde mi punto de vista de donde estoy, los abuelos que participan en nuestras actividades, yo he ido a una salida, la estancia, sintiéndome mal porque tenía un problema y ellos me miraban y me decían “vos te ponés mal por eso y yo no sé si mañana estoy viva”. Aprendés mucho con los abuelos que nosotros estamos trabajando, el espíritu que tienen ellos que yo no sé si lo voy a tener el día de mañana; el hecho de estar trabajando todo el día, yo la veo a mi mamá que si sale, pero no participa en ninguna actividad, porque está bien, primero tuvo que cuidar a mis hijos ahora cuida a los bisnietos, yo veo a tu abuela; es copiar un poco a los abuelos que trabajan con nosotros. Ojalá el día de mañana yo esté así. Es más, nosotros lo hablamos con los profesores, nosotros tenemos 40 años y estamos hechos bolsa y ellos con 80 y pico están llenos de vitalidad.

**Entrevistador:** -Cuando llega un abuelo por primera vez, ¿Cómo lo ves?

**Directora:** -Distante, lo veo que a lo mejor está en un rincón, que observa todo y a lo mejor tarda un mes; nos pasó en natación teníamos a un abuelo que venía con la señora y él no hacía nada de lo que le decían los profesores, él quería nadar nada más. Hasta que entendió que no pasaba solo por nadar, tenés la parte social, él estuvo 3 meses que caminaba alrededor de la pileta y es el día de hoy que viene y me agradece que los profesores le abrieron la mente y participar y va para todos lados. Yo

veo primero distancia, vergüenza, ¡cómo voy a jugar si me caigo!, ¡cómo voy a jugar a la ronda!, hasta que el trabajo que hacen los profesores tiene frutos.

Continua diciendo: -Nosotros decimos que los centros de jubilados son la segunda casa de ellos, hay veces que yo no entiendo como hay centros de jubilados que no están abiertos, ¡si tiene que estar abierto! para que el abuelo a la tarde pueda ir a jugar a las cartas. Pero hemos tenido casos donde venían los profes y me decían “mira ese señor esta sentadito y no hace nada”, y a lo mejor volvió y volvió con otras ganas que dijo “*me fui con alegría*” y eso nos gratifica, como una abuela de 90 que le llevó al médico el diploma que aprendió a nadar. Para nosotros es un orgullo.

## Anexo III

### Cuadro 1

Sujeto	sexo	Edad	¿De qué edad se siente?	Estado civil	¿Cobra la mínima ?	¿A qué centro de jubilado pertenece?	¿Cómo fue que llego a él?	¿Qué es el turismo para usted?	¿Cuándo fue la última vez que viajó?
1	F	71	Más chica por mi espíritu	Casada	No	San Francisco	Pertenezco desde la adolescencia, por mi tía	Disfrutar es lo único que te llevas de la vida	Entre un mes y 4 meses
2	F	74	60	Viuda y en pareja	Si	Jóvenes de Antaño	Por parte de una amiga que me invito a un almuerzo y ahí forme una familia	Recreación, algo bueno	Entre 4 y 6 meses
3	M	75	De menos	Casado por segunda vez	Si	Barrio Marítimo	Porque atendía como podólogo.	Disfrutar tiempo con amigos.	Entre un mes y 4 meses.
4	M	70	30	Casado	No	Villa Oribero	Estábamos buscando llegamos al centro y nos hicimos socios	Disfrutar tiempo con amigos.	Entre 6 meses a 1 año
5	F	65	25	Casada	Si	Jóvenes de Antaño	Tenía una vecina, yo estaba deprimida y me llevo al centro	Recreación	Menos de un mes
6	M	65	65	Casado	Si	Libre		Conocer lugares nuevos	Menos de un mes
7	F	65	15	Casada	Si	Trébol	Por una amiga y me gusto ya hace más de un año.	Conocer lugares nuevos, disfrutar con amigos.	Entre 6 meses a un año
8	F	60	50	Casada	Si	La Matanza	Por mi consuegro	Conocer lugares nuevos	Entre 6 meses a un año

9	F	56	50	Casada	Si	Libre		Disfrutar tiempo con amigos	Más de un año
10	F	77	47	Casada	Si	Trébol	Pasaba, lo vi y entre a averiguar	Conocer lugares nuevos	Entre un mes y 4 meses
11	F	50	20	Casada	No	Trébol	Me invito la comisión	Conocer lugares nuevos y disfrutar con amigos	Entre 4 a 6 meses
12	F	68	Igual	Viuda	No	La porteña	Por conocidos	Conocer culturas	Entre un mes y 4 meses
13	F	66	40	Soltera	Si	Libre		Disfrutar tiempo con amigos	Más de un año
14	F	73	55	Casada	Si	Jóvenes de Antaño	Lo formamos nosotros	Recreación, conocer lugares nuevos, disfrutar con amigos, lo disfruto de todas las maneras	Entre 6 meses a 1 año
15	F	83	70 depende el día	Viuda	Si	Jóvenes de Antaño	Por una amiga, siempre me decía que vaya pero no le hacía caso, hasta que fui y estoy muy contenta	Disfrutar tiempo con amigos	Entre 4 a 6 meses
16	F	76	60	Viuda	No	Jóvenes de Antaño	Por mi hermana	Disfrutar tiempo con amigos	Más de un año
17	M	74	64	Casado	No	Todo Pulmón	Era del barrio y entre en la comisión	Recreación conocer lugares nuevos	Entre 4 a 6 meses
18	F	68	20	Viuda	No	Abril	Por medio de compañeras	Recreación	Menos de un mes
19	F	66	66	Casada	Si	Libre		Conocer lugares nuevos	Entre un mes y 4 meses
20	F	72	50	Viuda	No	Jacaranda	Cercanía me	Recreación	Entre 4 a 6 meses

							invitaron otros abuelos	meses	
21	F	71	50	Casada	Si	Gutiérrez	Porque estaba en el barrio	Conocer lugares nuevos ocupar mi tiempo	Menos de un mes
22	F	77	No siento los años	Viuda	No	Primavera	Llegue cuando quede viuda, me invitaron a que vaya a yoga y me ayudo a salir	Disfrutar tiempo con amigos	Entre 4 a 6 meses
23	M	75	70	Amigado	No	Gutiérrez	Me hice socio cuando me jubile	Recreación, disfrutar con amigos conociendo nuevos lugares	Entre 6 meses y un año
24	F	83	28	Viuda	No	Los Arrayanes	Estoy desde el inicio hace 11 años era del barrio	Disfrutar tiempo con amigos	Menos de un mes
25	F	69	40	Casada	No	Primavera	Por medio de mi cuñada	Recreación	Menos de un mes
26	M	76	50	Casado	Si	Jóvenes de Antaño	Por compañeros de la pileta que me invitaron	Conocer culturas disfrutar con amigos	Entre 4 a 6 meses
27	M	76	60	Casado dos veces	No	Jóvenes de Antaño	Por un amigo	Disfrutar tiempo con amigos	Entre un mes y 4 meses
28	F	86	86	Casada	Si	Jacaranda	Yo canto y mi guitarrista me dijo que me haga socia	Disfrutar tiempo con amigos	Más de un año
29	M	81	70	Casado	No	Primavera	Por mi señora me trajo de los pelos	Conocer lugares y disfrutar con amigos	Más de un año
30	F	63	63	Viuda	Si	Fortín	Llegue en un momento crítico, luego de una	Recreación disfrutar con	Entre 4 a 6 meses

							depresión cuando falleció mi marido	amigos	
31	F	84	70	Casada	Si	Las Palomitas	Lo hicimos nosotras somos las pioneras	Conocer lugares disfrutar con amigos	Entre 6 meses a un año
32	F	79	45	Viuda	Si	Las Palomitas	Una amiga me invito a ir a la pileta y me enganche con ellos	Recreación conocer lugares nuevos	Entre 4 a 6 meses
33	F	69	Una piba joven	Viuda	Si	Las Palomitas	Por medio de una amiga	Conocer lugares nuevos	Más de un año
34	F	68	30	Soltera	Si	Centro de Vida	Por vecinos	Disfrutar con amigos	Más de un año
35	F	65	60	Casada	No	Centro de Vida	A los 55 me hice socia por una conocida	Recreación disfrutar con amigos	Entre 6 meses a 1 año
36	F	62	40	Viuda	Si	Renacer	Me invitaron y me hice socio a los 56	Conocer lugares y disfrutar con amigos	Entre un mes y 4 meses
37	F	73	60	Viuda	No	Renacer	Me invitaron	Conocer culturas y lugares nuevos	Entre un mes y 4 meses
38	F	66	50	Casada	Si	Amistad	Me quede sin trabajo, entre en depresión, me acerqué al centro a hacer gimnasia y no salí más	Recreación momentos gratos	Entre 6 meses y un año
39	F	81	60 o menos soy inquieta	Viuda	Si	Amistad	Después que enviudé me acerqué	Recreación y disfrutar con amigos	Entre un mes y 4 meses
40	F	66	40	Viuda	Si	Amistad	Al enviudar me mude y me gusto la forma	Recreación	Entre 6 meses a 1 año

41	F	64	Más joven	Viuda	No	Amistad	Por medio de una compañera que conocí en la pileta	Conocer lugares cultura y disfrutar con amigos	Entre un mes y 4 meses
42	F	68	50	Casada	No	El Blanquito	Lo fundamos nosotros	Algo importante	Entre un mes a 4 meses
43	F	75	50	Casada	Si	Fortín	Vivo cerca	Disfrutar amigos y conocer lugares	Entre un mes y 4 meses
44	F	78	40	Viuda	No	San Francisco	Se inauguró y soy la socia n°38	Conocer lugares disfrutar con amigos	Entre 6 meses a 1 año
45	F	85	Bien a pesar de todo	Viuda	Si	San Francisco	Soy vecina	Recreación	Más de un año
46	F	69	50	Soltera	No	Amanecer	Estaban en otro lado y cuando se mudaron me enganche	Recreación	Menos de un mes
47	F	67	67	Viuda	Si	Arrayanes	Me quería ir de vacaciones y me contacte con el centro	Conocer lugares	Más de un año
48	F	75	50	Viuda	Si	Jóvenes de Antaño	Amistad	Conocer cultura y lugares	Más de un año
49	F	62	Con mis 60 soy muy feliz	Casada	No	Jóvenes de Antaño	Por mi suegros ellos estaban y me asociaron	Conocer lugares y disfrutar con amigos	Entre 4 a 6 meses
50	F	65	Igual	Viuda en pareja	No	Trébol	Por una vecina	Recreación y conocer lugares	Entre un mes y 4 meses

## Cuadro 2

Sujeto	¿Cuál fue el medio que realizo la experiencia?	¿Qué consejo le daría a una agencia que quiere realizar un viaje para la tercera edad?	¿Realiza alguna actividad ofrecida por el municipio?	¿Cómo definiría esa experiencia?	¿Cómo se siente con los profesores o coordinadores?	¿Tiene algún problema de salud?	¿Cambio su forma de ver la vida luego de realizar éstas?	¿Quisiera agregar algo?
1	Agencia de viaje, pero realice viajes con el municipio a Chile y Brasil	Que se preocupe por la gente que lleva, buena atención.	Si, natación, gimnasia, salidas a estancias	Muy buenas	Muy bien, son amorosos	Artrosis	No, siempre fui de buen carácter soñadora	No nada
2	Municipio	Que tengan paciencia	Si, gimnasia, natación yoga, viejos son los trapos, salidas cortas	Muy buenas	Muy bien, son muy agradables y tienen un buen trato	Cataratas y problemas en los huesos	Si un montón. No me siento sola, me siento acompañada, comparto lindos momentos, si no las hago me siento mal.	Estoy agradecida con el trato que da el municipio a nosotros
3	Municipio, a las Termas de Federación	Que sea buena la comida	Si, natación y actividades deportivas	Muy buenas	Muy cómodo, cuidado con el apoyo que nos dan.	Artrosis y una prótesis en la rodilla	En cada paso se aprende algo nuevo, ve lo que uno pierde y aprende	Estoy conforme con la movida del municipio.
4	Por cuenta propia	Tener calidez, paciencia y buena comida.	Si, natación paseos por la zona o por La Plata	Muy buena	Muy bien, que sigan como son, muy pacientes	Diabetes	No, siempre fui igual, participativo, dado.	No.
5	Cuenta propia	Tratarlos con mucho cariño, así te ganas a los abuelos, escucharlos	Si, natación gimnasia viejos son los trapos y excursiones	Muy buena	Re buenos, te tratan con mucho amor, me tratan como un par.	Problemas cardiacos	Si, encontré mi lugar, tengo un hijo y se puso en pareja y me sentía sola.	Soy muy feliz en el centro y estoy agradecida al municipio y como dice Mussi no en un geriátrico sino estas actividades.



6	Cuenta propia	Calidad en general, buena atención	Si natación	Muy buenas	Son barbaros, excelentes, lo que hacen te alegra.	Cáncer	Si, nunca tuve contacto tome conciencia,	No.
7	Por el centro de jubilado	Ni idea	Si, natación gimnasia, pintura sobre madera, tango, excursiones.	Muy buenas	Muy bien, que sigan así con el trato que nos tienen.	Los problemas de mi edad	Si me abrió la cabeza estoy más chicharachera.	No.
8	Por el centro de jubilados que tienen en la cartelera los viajes de una agencia de viajes	Siempre cumplen	Si, recreativas y excursiones	Muy buena	Muy buenas, son cordiales	Ninguno importante	Si me muevo más, me duelen menos los huesos y salgo de mi casa	No.
9	Agencia de viajes	Paciencia	Si natación	Muy buenas	Bien son muy buenos	Soy cardiaco	Si me puse bien	No.
10	Por el centro	No se	Si recreativas	Buena	Re bien son muy macanudos y amorosos	Problemas en la rodilla	Si un montón, compartimos todos unidos	No.
11	Por cuenta propia	Nada	Si, natación y excursiones	Muy buena	Muy bien, nos cuidan mucho	Tuve un A.C.B.	Mucho, estamos mejor nos despejamos nos divertimos	No.
12	El último por agencia de viajes pero con el municipio fui a Chascomus y General Belgrano	Que tienen que estar predispuestos a tratar con los abuelos, que si los tratas bien siempre van a querer volver	Si, natación, tango, teatro, computación, salidas al teatro o estancias	Muy buena	Re bien, están muy preparados para tratar con nosotros	Hipertensión y problemas en los huesos	No siempre fui igual siempre fui alegre	No.
13	Municipio	Que escuchen a los abuelos	Si, natación, paseos de día.	Muy buena	Maravillosos, no nos podemos quejar	Hipertensión y A.C.B.	Si en todo.	No.
14	Agencia de viajes	Que el colectivo esté en condiciones	Si, gimnasia, coro viejos son los trapos yoga paseos que volvemos en el	Muy buenas	Maravilloso son muy buenos	Cáncer	Si, estoy más alegre sino me quedaría siempre en casa	No.

			dia					
15	Por cuenta propia	Hay que organizarlo bien	Si gimnasia natación salidas	Buena	Muy buenos muy pacientes	Cáncer de mama	Si	Estoy muy conforme con esto
16	Agencia de viaje que contacte por el centro	No contesto	Si, gimnasia salidas natación computación baile	Muy buenas	Muy cómoda	Estoy venciendo un cáncer	Si cosas que no hacia empecé a hacer. Antes no salía	No
17	Agencia de viaje	Decencia y cumplir con todo lo que prometen	Si natación excursiones	Muy buena	Muy bien, que continúen con las ganas de trabajar y con su honestidad	Hipertensión y problemas cardiacos	Si tengo más conocimiento de la situación y trato con más personas	Que sigamos así.
18	Centro de jubilados	Que tengan paciencia	Si gimnasia natación	Muy buena	De 10 que sigan así como hasta ahora con la paciencia que tienen	Artrosis e hipertensión	Si en todo sentido, te da vida alegría buen humor	No.
19	Por cuenta propia	Que tengan paciencia que los hagan participar y buena atención	Si, natación caminatas	Muy buenas	Excelentes, los queremos mucho	Artrosis y luchando con un cáncer de mama	No	No
20	Centro de jubilados	Que atiendan bien que no nos hagan correr de una excursión a otra	Si, yoga natación bailes y salidas	Muy buenas	Muy bien	Cataratas artrosis e hipertensión	Me ayudo a superar la viudez, la compañía me saco de la depresión.	Gracias a todos
21	Sindicato	Que sean pacientes	Si natación yoga viajes cortos gimnasia	Muy buena	Divinos sin palabras muy buenos	Problemas en los huesos	Si un montón, me siento bien menos estresada	Que hagan más viajes municipales y PAMI
22	Agencia de viaje	Deben saber cómo tratar a los abuelos	Si yoga gimnasia baile natación viajes cortos	Muy buena	Barbaros	Los problemas comunes pero los llevo bien	Si totalmente, tenes la mente ocupada, sabes que tenes que hacer las cosas y	Todos estamos contentos

							no piensas que estas sola te llenan los espacios vacíos	
23	Por cuenta propia con mi hijo	No contesto	Si natación por indicación medica	Buena	Bien muy bien no hay palabras más que de agradecimiento	Artrosis hipertensión problemas que son propios de la edad	Cambiar no, sino que puedo hacer lo que no podía hacer cuando trabajaba, hice muchos amigos	No nos enteramos de los viajes ofrecidos por el municipio.
24	Por cuenta propia, con el municipio fui a Miguel del monte	Respeto por el abuelo	Si gimnasia baile taller de la memoria viajes de día	Buena	Divinos con todos	Problemas en los huesos	Si desde que estoy participando tengo más libertad me siento con ganas de hacer cosas tengo amigos	No
25	Por cuenta propia a visitar parientes	Que el hotel esté en condiciones	Si yoga natación salidas	Buena	Muy bien	Obesidad artrosis e hipertensión	Si ando todo el día contenta cuando se que tengo estas actividades no veo la hora de que lleguen	No
26	Sindicato	El viaje largo es tremendo para la gente grande	Si natación salidas cortas baile	Muy buena	Bien siempre son atentos	Dolor de rodilla	Si me di cuenta de todo lo que puedo hacer que no hay que quedarse	Perdimos muchos días en la pileta por lluvia y me cuesta volver a arrancar
27	Agencia de viajes	Que cumplan con lo que se comprometieron	Si torneos bonaerense natación viajes cortos	Muy buena	Excelentes no tengo palabras son todos muy buenos	Hipertensión y artrosis	Si estoy más vago que nunca siempre pataparreando	No
28	Centro de jubilado	Me preocuparía por la seguridad	Natación gimnasia caminatas todo lo	Muy buena	Encantada los queremos mucho	Cáncer de mama	Si me rejuvenece, antes	Estoy contenta con

			que me ofrecen		como su fueran mis hijos aunque no soy mamá	tenía un concepto triste de mi vida	todo lo que tengo	
29	Centro de jubilado	Buena atención a la gente	Si natación yoga salidas	Buena	Muy cómodo	Problemas en los huesos pero son propios del paso del tiempo	Claro porque a través de las relaciones humanas va cambiando	No
30	Centro de jubilados	Que nos brinden lo mejor	Gimnasia baile natación salidas	Muy buenas	Bárbaro nos tratan con mucho amor	Yo me siento bien no me puedo quejar de mis años	Si en todo estoy agradecida	Agradecemos a Mussi y a su comitiva por todo lo que hacen
31	Agencia de viaje	Que tengan respeto a las personas, que den calidad así vuelven	Natación gimnasia salidas	Muy buenas	Buenísimos son espectaculares son como hijos	No llevo mis años bien	No siempre así buscando lo mejor	No
32	Por cuenta propia	Respeto a los abuelos que cumplan con lo que ofrecen	Si natación salidas del día	Buena	De 20 son espectaculares son mis nietos siempre atentos	Hipertensión y artrosis	No siempre fui rayada	Estoy muy conforme con los que nos brinda la municipalidad con el Sr. Mussi papá
33	Por cuenta propia	Que nos traten como corresponde	Si natación	Muy buenas	Son encantadores el trato que nos tienen es muy bueno	Cáncer	Bastante me relaciono un poco más salgo de casa	No
34	Centro de jubilado	Que traten bien que los cuiden que sean responsables	Si natación salidas al teatro	Muy buenas	Bárbaro nos tienen mucho cariño nos cuidan, no hay palabras para agradecer	Artritis	Si te recrea la mente estas acompañado conoces nueva gente	No
35	Municipio	Amabilidad que te traten bien	Natación	Muy buenas	Son divinos no hay palabras de agradecimiento	Reuma	Si aprendí muchas cosas de mis compañeros somos una	No

							familia	
36	Centro de jubilados	Paciencia que usen coches buenos	Natación folklore	Muy buenas	Bien, tienen mucha paciencia. Da gusto venir a compartir con ellos	Artritis e hipertensión	Un poco conocí gente distinta	No
37	Por cuenta propia	Que tengan paciencia que hagan paradas suficientes para que la gente vaya al baño	Natación recreación viejos son los trapos yoga viajes a estancias	Muy buena	Geniales son de primera	Osteoporosis e hipertensión	Si cambie totalmente en forma positiva. Era de estar adentro y tímida ahora salgo y charlo con todo el mundo	No
38	Municipio	Hay que cuidar a los abuelos tratarlos bien	Natación gimnasia folklore tango visitas a estancias	Muy buena	Bien son todos divinos	Artrosis articular	Si mucho, me agarró artrosis articular hace 5 años, hace 3 años no me podía mover y participar en estas actividades me ayudo a salir adelante	Estoy muy agradecida y creo que estoy viva por esto
39	Centro de jubilado	Que cuide a la gente	Si natación gimnasia visita al congreso	Buena	Bien son magníficos	Artrosis y tuve dos ataques de A.C.B.	Estoy más integrada, soy más solitaria pero ahora me estoy integrando	No
40	Centro de jubilado	Que sean responsables	Canto natación folklore tango teatro	Muy buena	Muy bien, los felicito y agradezco por todo los que nos dan	Artritis	Si estoy más dada era muy vergonzosa	No
41	Centro de jubilados	Los micros con asientos más cómodos	Si folklore natación gimnasia	Muy buena	Bárbaro son buenísimos	Cáncer y problemas en los huesos	Si porque me ayudaron a salir de un duelo	No

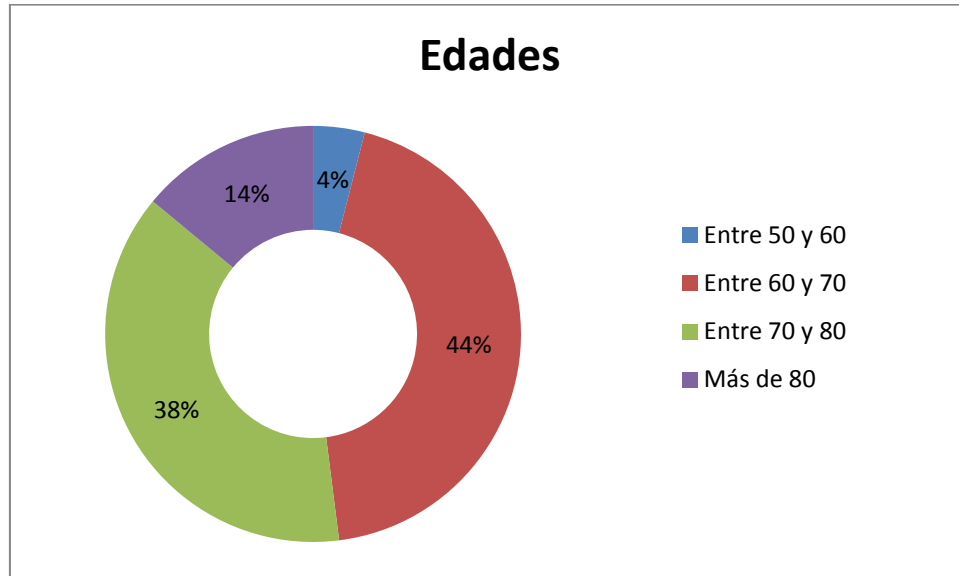
42	Agencia de viajes	Ser pacientes	Natación turismo eventos que realicen	Muy buena	Excelentes son lo más no funcionaría esto sin ellos, son todos buenos	Osteoporosis	Si para bien, me hicieron ver cosas que no veía estoy con mis pares	No
43	ANSES	Que hagan precio	Gimnasia yoga aprovecho todo lo que nos brinda	Muy buena	Palabra mayor nos cuidan mucho	Problemas en los huesos en particular la rodilla	Si lo dejamos al marido en casa	No
44	Agencia de viaje	No contesto	Gimnasia recreos turismo	Muy buena	Muy bien sigan como siempre	Los normales al transcurso del tiempo	Si tengo algo más en que ocupar mi tiempo, estoy esperando que llegue el día para hacerlas	No
45	Centro de jubilado	No contesto	Gimnasia yoga natación	Muy buena	Muy buenos son bárbaros	Artritis	Si soy más sociable, cambié el carácter al esta con gente y no estar encerrado en casa	No
46	Agencia de viajes	Buena comida y comodidad	Gimnasia folklore	Buena	Bien son buenos	Problemas de calcificación e hipertensión	Si es algo más que hacer	No
47	Agencia de viajes	No sabría	Gimnasia natación folklore tango	Muy buena	Bien bien	Artrosis	Si en vez de dormir la siesta voy al centro, estoy más suelta	No
48	Centro de jubilados	No se	Yoga viejo son los trapos recreación	Muy buena	Re buenos	Nada que sea grave	Si me siento re bien me siento acompañada	Soy muy feliz de participar de todos esto, de la compañía ahora duermo bien
49	Por cuenta	Considerar cuando se organiza las	Gimnasia folklore viejos son los	Muy buena	Excelentes los chicos son muy	Cáncer y problemas en los	Mejoraron mis condiciones	No

	propia	excursiones que no sean tan largas, por venderte más no consideran al adulto mayor	trapos natación viajes a estancias		contenedores, tienen en cuenta lo que podemos hacer y lo que no	huesos	desde lo físico a lo mental. Comparto con gente de mi edad	
50	Centro de jubilado	Los que viajan están bien organizados	Yoga gimnasia computación todo lo que puedo hacer	Muy buena	De 10 que sigan así son muy buenos, están pendientes de nosotros para alegrarnos	Disminución auditiva del oído derecho y problemas en los huesos	Si alegría y física al salir de casa me reconforta, me recrea el espíritu	Estoy muy contenta y me gusta todo lo que hacen por nosotros, siento que somos privilegiados

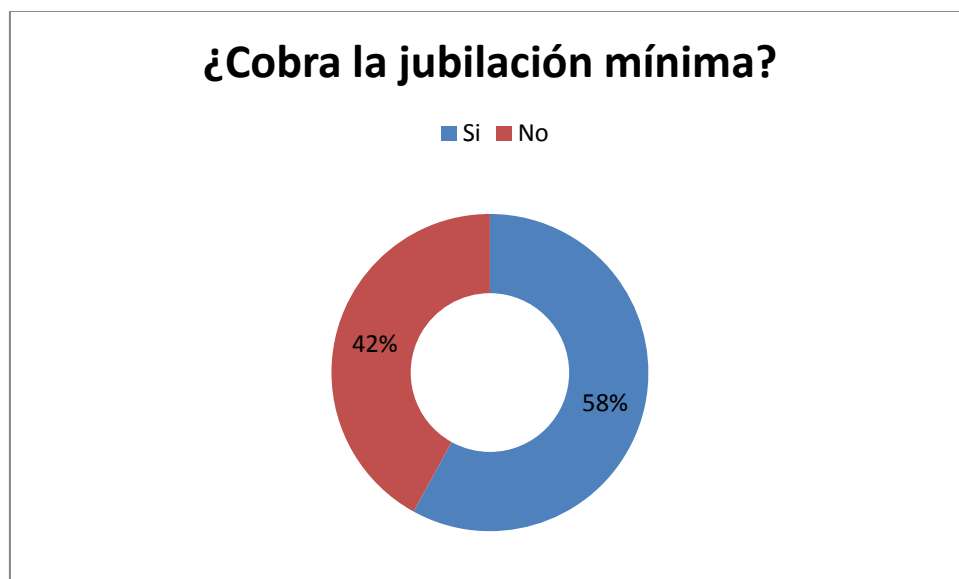
## Anexo IV

---

**Gráfico 1**

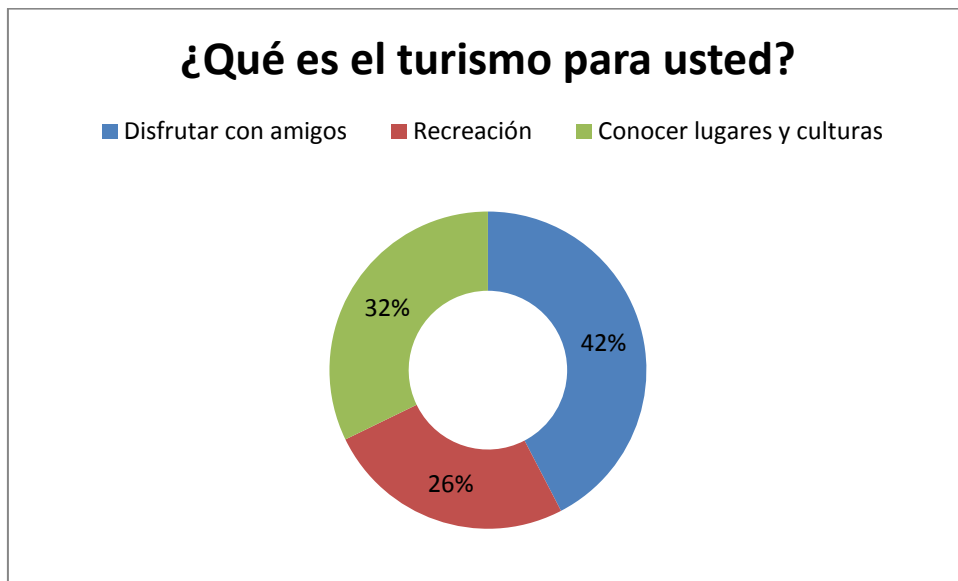


**Gráfico 2**

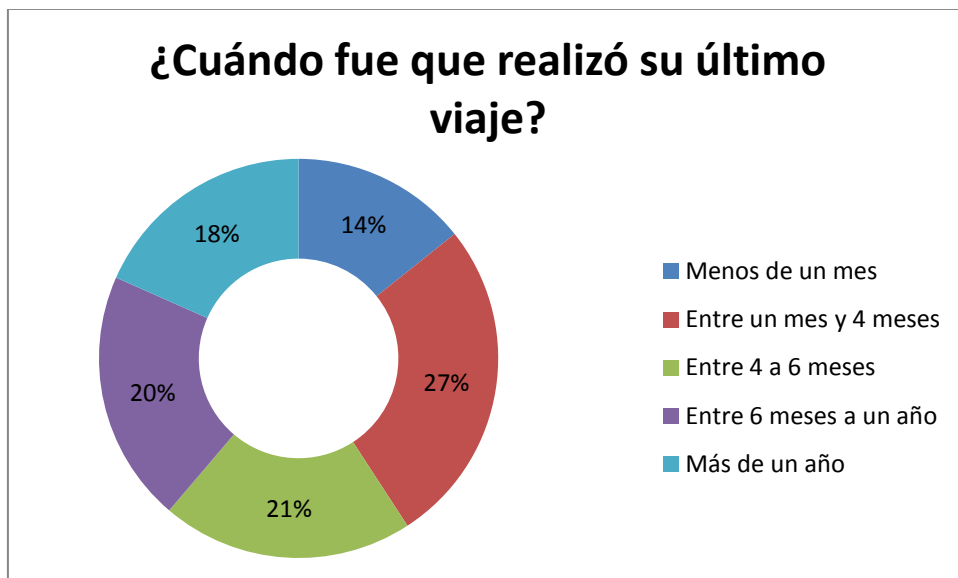




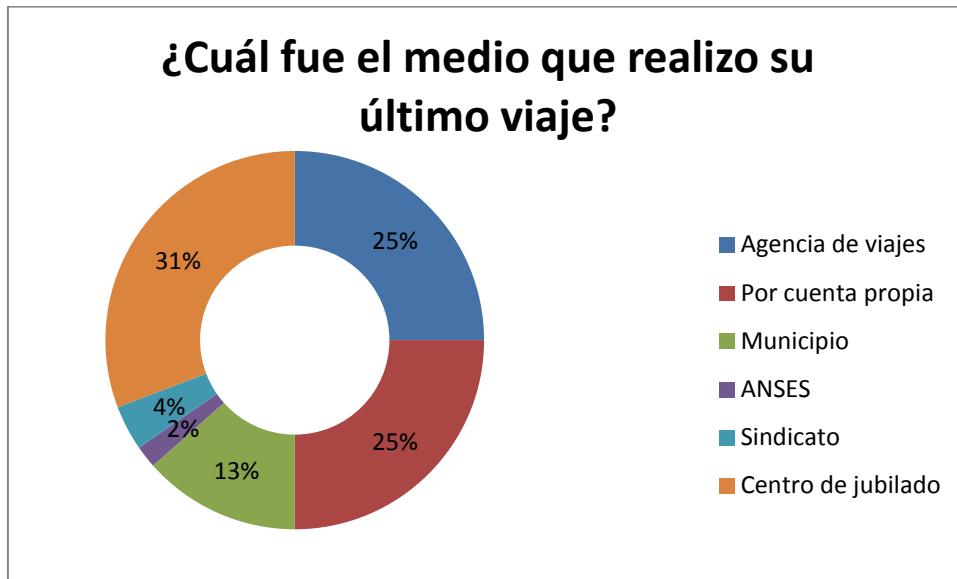
**Gráfico 3**



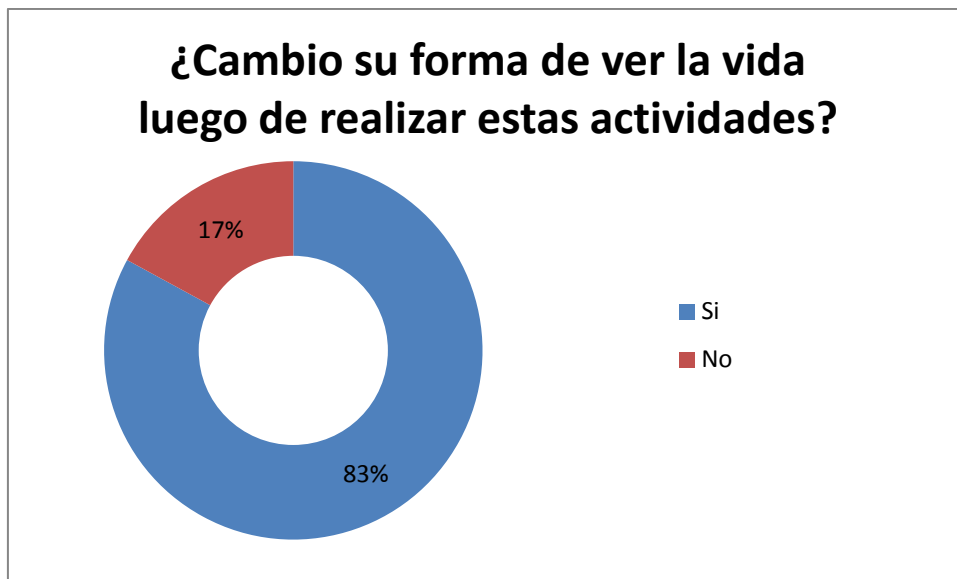
**Gráfico 4**



**Gráfico 5**



**Gráfico 6**



## Anexo V

---

### Viaje a termas de Federación. Narración. (12, 13 y 14 de noviembre 2012)

Este viaje se realizó como cierre de la actividad de natación de la temporada de invierno, los participantes de todas las comisiones podían elegir entre la visita de a Villa General Belgrano o a las Termas de Federación.

Yo pude participar del viaje a las Termas de Federación, como menciono Lorena Lezi “el objetivo de esta propuesta era que pudieran participar todos por eso se coordinó con la Dirección de Recreación y Turismo Socio Comunitario, la cual consiguió el contacto con el hotel y las termas para que sea accesible, al mismo tiempo se realizaron diversas actividades para recaudar fondos y ayudar a los abuelos a poder pagar el viaje”.

El viaje constaba de 3 días saliendo el viernes a las 5 a.m. y volviendo el domingo.

Según los profesores de natación todos estaban fascinados y muy entusiasmados por esta experiencia, el cual para algunos era su primer viaje.

El grupo estaba compuesto por 30 adultos mayores y 4 profesores.

Mientras estábamos esperando el micro, más allá del frío y el rocío, se veían alegres, contentos por ir a conocer un lugar nuevo y animados por pasar unos días con los amigos que habían hecho durante las clases de natación.

Durante el viaje, mientras la mayoría compartían mate con delicias que habían hechos las mujeres, Lorena (la coordinadora del viaje) me comentó que era lo que fueron trabajando con el grupo y como veía ella a sus abuelos.

*“La primera etapa fue para comentarles a los abuelos cuales eran nuestros objetivos, ver si ellos comparten con lo que pretendíamos hacer o tenían otras propuestas para hacer, esta jornadas se llamaban los pilares, le pusimos de título, entonces era compartir con ellos cuales eran nuestros pilares con actividades obviamente recreativas y donde ellos en algún momento nos decían que venían a buscar de estas jornadas. La actividad comenzaba exponiendo los pilares que creíamos importantes nosotros:*

- ↳ Mejorar los vínculos afectivos*
- ↳ Estímulo del ejercicio físico.*
- ↳ Hábitos saludables*
- ↳ Estimulación cognitiva*
- ↳ Me está faltando uno.... Ah la participación, pero que esta participación sea protagónica, que sea activa; ellos formando parte hasta de la planificación (este sería nuestro objetivo más grosso)*

*Luego, de presentar los pilares (que eran unos carteles en la pared) ellos tenían que poner cuales eran sus pilares, los escribían en un papel y luego entre todos los leíamos e íbamos colocando en los afiches, lo interesante que ninguno de los comentario de los abuelos quedó afuera de los pilares. Lo gratificante, ya que nosotros estamos continuamente trabajando con ellos, que coincidíamos.*

*El pilar más importante, que quedó lleno de papelitos fue el de mejorar los vínculos, que vienen a buscar estar con alguien, compartir una actividad, el tema de no estar solo, el tema de la buena onda , charla con un amigo, todo tenía que ver con la relación con los otros.*

*De esa jornada tomamos lo vincular para trabajarlo durante este viaje, todos pensamos en esta jornada ponerlo a prueba, es decir si es tan importante, demostrarlo”.*

Luego me dirigí a mi asiento pero antes me senté junto a un grupo de señoras las cuales compartieron conmigo un mate y aproveché a indagar sobre sus vidas y cómo se sentían. De las cinco, tres eran viudas pero todas al preguntar por su familia me contestaron que sus hijos/as formaron familia y no los visitaban muy seguido, que se había perdido las pastas de los domingos.

Pasadas las 7 horas y media de viaje, arribamos al destino. En ese momento se produjo un pequeño problema entre dos mujeres pero inmediatamente un profesor intervino y lo solucionó, aparentemente ya habían tenido diferencias durante los encuentros anteriores pero no comprendí cual fue el motivo.

Nos hospedamos en el hotel Guarumba Apart Hotel & Spa, en el cuál aprovechamos para dejar nuestro bolso, acomodarnos en las habitaciones y bajamos a desayunar.

Luego tuvimos la mañana libre.

Más tarde nos reunimos en el hall de entrada para ir a almorzar, al llegar al restaurante se veía una mesa larga la cual estaba preparada para nosotros. Mientras comían observé que a pesar de que todos en las planillas médicas decía que tenían hipertensión ninguno se cuidaba con lo que comían, la sal estaba a disposición, todos la usaban, los platos que elegían no eran muy saludables.

Los profesores presentaron dos opciones: recorrer la ciudad o quedarse en el hotel, la mayoría decidió salir, la minoría (muchos hombres) se quedaron.

Durante la visita se veía dos grupos separados, aunque todos estaban atentos a lo que los coordinadores decían. Recorrimos la ciudad vieja haciendo la excursión con un trencito.

Al volver al hotel cada uno se fué a su habitación para prepararse para cenar, esa noche cada uno podía ir al lugar donde quisieran pero con la condición de volver temprano porque al otro día iban a ir al complejo termal.

Temprano, mi compañero de habitación ya no estaba, había bajado a desayunar. Al llegar al comedor observé que todos estaban desayunando ya listos para ir al complejo apenas los coordinadores dieran aviso.

Durante la mañana en el complejo, los abuelos entraban y salían de las piletas mientras compartían algún que otro mate en los espacios de recreo.

Luego de almorzar las viandas que se habían preparado, los coordinadores comenzaron la actividad que tenían preparadas para este viaje.

Arrancaba la actividad más sensorial, donde ellos empezaban a caminar solos. Ellos tenían que pensar que caían en un lugar donde no había nadie, empezaban a caminar a relajarse hasta que se empezaban a dar cuenta que había alguien pero solo se podían conectar con la mirada.

Luego se le asignaba la consigna que podían conectarse por el tacto. Acá se observaba que se tocaban las manos, dando una vueltita, un abrazo.

Después se agregaba la palabra, pero eso que se comunicaba debía tener sentimiento, que era lo que realmente le quería decir a la otra persona, además tenía que susurrarse en el oído para que ese sentimiento quede entre las personas que correspondía. Durante esta etapa se observaba llantos, abrazos de complicidad, de consuelo, muchas emociones mezcladas.

Luego se armaron grupos, los profesores les repartían unas cintitas de colores y se debían agrupar por ellos.

Aquí, comenzaba otra actividad en la cual cada grupo debía imitar un sonido que represente al grupo, entonces ellos se movían al compás de la música y cuando paraba debían cerrar los ojos y juntarse con los miembros de su grupo a través de los sonidos que lo identificaban.

Los coordinadores dicen, “ahora sí que nos demostraron que se reconocen que son parte de un grupo, entonces ahora tienen que darle identidad al grupo”. La consigna era pensar que ahora que llegaron a esta tierra que no había nada, ya conformaron un grupo, hay que formar nuestra ciudad, deben proponer como sería, que valores van a tener, porque, que característica tienen que tener los habitantes y darle un nombre a su ciudad.

Luego de que cada grupo decía su nombre y que valores iban a considerar, debían visitarse entre ellos. Un grupo que estaba relacionado con el valor del amor, al visitar repartían rosas y muchos abrazos; otro que tenía que ver con el placer y la relajación en sus visitas brindaban masajes; el último estaba relacionado con sacar la mala onda, los malos tratos y había como un “mano santa” que les hacía una limpieza energética y el que le contestaba mal al vecino ahora le contestaba bien.

Luego de las visitas debían escribir una carta donde debían exponer como se sintieron durante la visita. Un coordinador se disfrazó de cartero y repartió las cartas a cada ciudad, las cuales las leyeron en voz alta para compartirlas entre todos.

Para finalizar, se les pidió a los que querían decir que le pareció la actividad, al empezar a hablar la mayoría decía:

- *“Lo vincular me salvo, estar con otros participar en estos encuentros, pertenecer al centro de jubilado me cambio la vida”.*
- *“En la vejez la soledad es terrible, uno piensa que va a estar solo siempre, y estar en un lugar con gente que compartimos lo mismo, hace que me sienta más comprendido”*

Con esto dieron por terminada la actividad con un aplauso por los resultados obtenidos y algo que me llamó la atención fue que los dos grupos que había visto bien definidos el día anterior ya no se veían.

El resto de la tarde se les ofreció el día libre disfrutando del complejo.

Esa misma noche, al ser la última, un grupo de abuelos reservaron lugares en un restaurante con show e invitaron a los coordinadores y a mí para agradecerles por la experiencia que habían hecho para ellos.

Todos asistieron a la cena, era maravilloso ver a esas personas con sus historias reacias al comenzar el viaje ensimismadas, en esos momentos contentas, riendo, bailando, como si todo su pesado equipaje lo dejaran atrás valorando el presente, el aquí ahora, como si lo único que importara era ese momento.

Al día siguiente luego de desayunar volvimos a Buenos Aires, pero sabiendo que ese viaje nos había cambiado incluyéndome pensando en la brevedad de la vida, pensando en entrenar a la psique para entender la fragilidad y la temporalidad de la existencia humana, pensando en invertir menos energía en tonterías, frustraciones, decepciones y congojas y dedicar más tiempo a aprovechar cada hora como si fuera un momento eterno.