



INSTITUTO DE
CAPACITACIÓN
Y FORMACIÓN

**LOS DERECHOS
DE LA ANCIANIDAD
Y LA INICIATIVA POPULAR
PROPUESTA POR EL
PARTIDO FE**

**BUENOS AIRES,
29 ENERO 2015**

LOS DERECHOS DE LA ANCIANIDAD Y LA PROPUESTA DEL PARTIDO FE PARA REVINDICAR A LOS JUBILADOS Y PENSIONADOS

“Que ningún jubilado cobre menos que el Salario Mínimo, Vital y Móvil”

Entendemos que el motivo de esta publicación son los pensamientos sociales de Perón y Evita sobre los hombres y mujeres que transitamos, o vamos a transitar, el camino de la tercera edad, como actualmente la denomina la opinión pública, y que nosotros sencillamente la llamamos longevidad o ancianidad, de la que nadie puede escapar.

Es harto razonable que la Revolución Peronista del 45 supiera darnos un lugar en los padrones reivindicativos de la historia, a lo que hoy, el Partido FE, inspirado y comprometido con los mismos valores, busca mediante su propuesta ponerlos a consideración del Pueblo Argentino conociendo de antemano sus más puros sentimientos de solidaridad para con los trabajadores pasivos.

Toda esta iniciativa popular para que ningún jubilado cobre menos que el salario mínimo, vital y móvil, debe ser documentada con la firma de todos aquellos ciudadanos que se sientan comprometidos con nuestros abuelos, de acuerdo a lo que determina la Constitución Nacional en su artículo 39, conscientes de que el Partido Fe contribuye a reforzar los valores cristianos que ejercemos.

Este proyecto, presentado que fue por el Dr. Jorge Rampoldi en la Comisión Legislativa Rural de la UATRE que preside el

compañero Gerónimo Venegas y conduce la Dra. Graciela Sfasciotti, demuestra de alguna manera la enorme experiencia de aquel letrado, en el sentido de haber tenido que recurrir a una Ley como la del salario mínimo, vital y móvil que Perón implementó en 1945 a través del Decreto 33.302, luego Ley 16.459, que incluía también, por otra parte, al sueldo anual complementario. Así, pues, todo este material nació en la Secretaría de Trabajo y Previsión Social, y fue dado a conocer luego del encarcelamiento del Coronel Perón, motivo por el cual se produjo el 17 de octubre de 1945.

Perón pretendía, mediante este salario mínimo, vital y móvil, garantizar un ingreso salarial al trabajador para que cubriera las necesidades vitales de su familia, y no podía este piso de manera alguna ser vulnerado por malos ciclos económicos ni por las crisis generales o específicas de una determinada actividad que pudieran justificar su disminución.

Evidentemente, el Dr. Rampoldi ha elegido el mejor de los caminos para reivindicar a los compañeros de la clase pasiva que, permanentemente, se han destacado por su perseverancia en la lucha en defensa de sus legítimos intereses.

Todos estos argumentos han sido debidamente debatidos en el seno del Partido Fe, resolviéndose por unanimidad su aprobación para ponerlos a consideración de la ciudadanía de todo el país, en la seguridad de que por las razones expuestas seremos solidariamente acompañados por el conjunto del pueblo.

Antecedentes históricos, sociales y políticos

El 28 de agosto de 1948 Eva Perón declaraba en el Ministerio de Trabajo de la Nación los Derechos de la Ancianidad, po-

niéndolos a consideración del Presidente de la Nación, General Juan Domingo Perón, al solo efecto de que fueran incluidos en la Reforma Constitucional que se realizaría en 1949.

La Fundación que conducía Eva Perón, contaba ya con una gran experiencia por estar integrada por hombres y mujeres que no solo contaban con un espíritu solidario como las circunstancias lo requerían, sino que eran poseedores también de una gran capacidad técnica para poder volcarla en los olvidados y sufridos ancianos despojados de todos sus derechos sociales.

Al tiempo que se construían Hogares para los ancianos, se había emprendido un plan que otorgaba pensiones a aquellos que habían superado los sesenta años y carecían de jubilaciones y otros beneficios que constituyeran una mejor calidad de vida.

Podríamos decir que Argentina fue un país pionero que demostró ante el mundo su profunda preocupación por este importante tema, por cuanto, poco tiempo después, el 18 de noviembre de 1948, esos derechos fueron proclamados en el Tercer Período de Sesiones de la Tercera Comisión de la Asamblea General de las Naciones Unidas. Antes, esos derechos ya los había presentado nuestro país para su consideración en París en el mes de setiembre del mismo año, ante lo cual, desde ese momento, el resto del mundo comenzó a desarrollar y preocuparse por esta temática.

Pero es necesario conocer qué planteaba Eva Perón en la petición de agosto de 1948 como *Derechos de la Ancianidad*:

1º) – *Derecho a la Asistencia*: Todo anciano tiene derecho a su protección integral por cuenta de su familia. En caso de

desamparo, corresponde al Estado proveer de dicha protección, ya sea en forma directa o por intermedio de los institutos o fundaciones creados, o que se crearen, con ese fin, sin perjuicio de subrogación del Estado o de dichos institutos para demandar a los familiares remisos y solventes los aportes correspondientes.

2º) – *Derecho a la Vivienda*: El derecho a un albergue higiénico con un mínimo de comodidades hogareñas es inherente a la condición humana.

3º) – *Derecho a la Alimentación*: La alimentación sana y adecuada a la edad y estado físico de cada uno debe ser contemplada en forma particular.

4º) – *Derecho al Vestido*: El vestido decoroso y apropiado al clima completa el derecho anterior.

5º) – *Derecho al cuidado de la Salud Física*: El cuidado de la salud física de los ancianos ha de ser preocupación especialista y permanente.

6º) – *Derecho al Cuidado a la Salud Moral*: Debe asegurarse el libre ejercicio de las expansiones espirituales, concordes con la moral y el culto.

7º) – *Derecho al Esparcimiento*: Ha de reconocerse el derecho a gozar mesuradamente de un mínimo de entretenimiento para que pueda sobrellevar con satisfacción sus horas de espera.

8º) – *Derecho al Trabajo*: Cuando su estado y condiciones lo permitan, la ocupación por medio de laborterapia productiva ha de ser facilitada. Se evitará así la disminución de la personalidad.

9º) *Derecho a la Expansión*: Gozar de tranquilidad, libre de angustias y preocupaciones en los últimos años de existencia, es patrimonio del anciano.

10º) – *Derecho al Respeto*: La ancianidad tiene derecho al respeto y consideración de sus semejantes.

Naturalmente, en la Reforma de la Constitución en 1949 los Convencionales Constituyentes Doctores Arturo Enrique Sampay y Pablo Ramella se abocaron al análisis de este tema principal que luego incluyeron en el artículo 37 en su III parte, quedando así establecidos “Los Derechos de la Ancianidad” de la siguiente manera: “1. – Todo anciano tiene derecho a su protección integral, por cuenta y cargo de su familia. En caso de desamparo, corresponde al Estado proveer a dicha protección, ya sea en forma directa o por intermedio de los institutos y fundaciones creados, o que se crearen con ese fin, sin perjuicio de la subrogación del Estado o de dichos institutos, para demandar a los familiares remisos y solventes los aportes correspondientes. 2. – Derecho de la Vivienda – El derecho a un albergue higiénico, con un mínimo de comodidades hogareñas es inherente a las condición humana. 3. – Derecho a la Alimentación – La alimentación sana, y adecuada a la edad y estado físico de cada uno, debe ser contemplada en forma particular. 4. – Derecho al Vestido – El vestido decoroso y apropiado al clima complementa el derecho anterior. 5. – Derecho al cuidado de la salud física – El cuidado de la salud física de los ancianos ha de ser preocupación especialísima y permanente. 6. – Derecho al cuidado de la salud moral – Debe asegurarse el libre ejercicio de las expansiones espirituales, concordantes con la moral y el culto. 7. – Derecho al esparcimiento – Ha de reconocerse a la ancianidad el derecho de gozar mesuradamente de un mínimo de entretenimientos para que pueda sobrellevar con satisfac-

ción sus horas de espera. 8. – Derecho al trabajo – Cuando el Estado y condiciones lo permitan, la ocupación por medio de la laborterapia productiva ha de ser facilitada. Se evitará así la disminución de la personalidad. 9. – Derecho a la tranquilidad – Gozar de la tranquilidad, libre de angustias y preocupaciones, en los años últimos de existencia, es patrimonio del anciano. 10. – Derecho al respeto – La ancianidad tiene derecho al respeto y consideración de sus semejantes.”

Además del sentido social en favor de los trabajadores, resultó trascendente este tema, por cuanto brindó la dignidad que merecían aquellos a quienes hoy llamamos de la tercera edad. Esa acción no era un hecho menor sino la justicia que llegaba a nuestros mayores, una decisión política histórica que cambió la vida de quienes en su vejez habían sido olvidados.

Era evidente que el Constitucionalismo Social y la Constitución del Estado de Bienestar que caracterizó al siglo XX resultó un proceso indisoluble en Argentina, convirtiéndose así en un eje central,, por más que muchos gobiernos no lo cumplan pero que sí nos permite históricamente exigir su realización.

Actualmente, a diferencia de lo que ocurre en los países desarrollados, en nuestro país y en América Latina en general el proceso de envejecimiento se produce sin un desarrollo económico capaz de asegurar los recursos necesarios para enfrentar los problemas referidos al nivel de ingresos, el nivel educativo, la participación laboral, la vivienda, las desigualdades de género y la participación social de este grupo de personas. En todas estas esferas se aprecia un fuerte grado de vulnerabilidad, por lo que resulta urgente rediseñar y aplicar políticas relacionadas con la seguridad social (salud y pensiones), la inserción en el mundo del trabajo, los pro-

gramas de educación, los arreglos residenciales, las redes de apoyo inter e intrageneracionales y la participación social y comunitaria.

En la Argentina, el envejecimiento aumenta la vulnerabilidad principalmente por dos razones:

- a- La incapacidad física;
- b- La incapacidad de acceso a instituciones por falta de presencia del Estado.

Otro elemento importante que se agrega a éstas en los últimos años, es que muchos de nuestros adultos mayores ven reducidas sus jubilaciones y pensiones como consecuencia del incremento en las tasas de desocupación (menor cantidad de aportes para los fondos jubilatorios y el impuesto al trabajo instituido como "ganancias"), además del mal uso de los recursos genuinos de los trabajadores pasivos que mal administra el Estado. Todo eso influye fuertemente en su calidad de vida, especialmente por la dificultad de acceso a una adecuada atención de salud, a actividades propias de su edad y la deficiente alimentación a la que está sometido un porcentaje muy importante; producto, entre otros factores, de la escasez de ingresos de su grupo familiar, las magras jubilaciones y pensiones que reciben o la situación de desamparo por parte del Estado.

Acordamos, entonces, en considerar al adulto mayor como:

- 1- Formando parte del grupo más vulnerable a la pobreza, en la medida que son rechazados por el mercado de trabajo.
- 2- Recibiendo magros o muy bajos ingresos por las jubilaciones y pensiones.

3- Formando parte de la población en riesgo, por ser los de mayor edad.

Por estas razones, observamos que con la gerontología -que es una interdisciplinaria dedicada al estudio de los procesos de envejecimiento humanos, fundamentalmente los cambios que ocurren entre la madurez y la muerte del individuo y en los factores que inciden en los mismos- aparecieron conformadas en 1909 otras disciplinas como la medicina, la sociología, la psicología, la kinesiólogía y la arquitectura, con el propósito de analizar y dar respuesta a las diferentes situaciones que ocurren en los adultos mayores. Sin embargo, todavía no se ha podido encontrar una definición adecuada y creíble del envejecimiento.

Veamos en Seguridad Social algunos TESTIMONIOS: "VIVIR SIN JUBILACIÓN".

(Tomados de una revista de "CARITAS ARGENTINA")

"NO PUDE APORTAR"

"Trabajé como vendedor ambulante hasta los 75 años. Me gané la vida vendiendo desde pulóveres hasta verduras pero nunca pude aportar para mi jubilación. Estoy en el Pami, y el médico me da recetas para los medicamentos, pero no tengo el dinero para comprarlos. Vivo con mi señora en un departamento que es nuestro, pero debo cuatro meses de expensas. Tampoco pagamos el gas y ahora tenemos miedo de que nos corten el servicio. Tengo un sobrino que cuando puede nos ayuda, pero no está pasando por un buen momento. También nos da una mano una ex vecina, pero viene cada tanto y no la puedo llamar porque me da vergüenza. Apenas nos alcanza

para comer arroz, fideos, papa, estoy esperando la pensión por vejez, me dijeron que va a salir, pero que necesito tener un poquito de paciencia porque hay mucha gente como yo.”

“APORTÉ 10 AÑOS”

“Comencé a pedir la pensión por vejez en septiembre de 1997. Hice todos los trámites y nunca pasó nada. Hace unos meses fui por última vez al Ministerio de Desarrollo Social y me dijeron que en cualquier momento salía porque estaba todo firmado, pero todavía sigo esperando. Por suerte mi señora trabaja cuidando ancianos, y con lo que cobra vamos tirando. Yo aporté diez años porque trabajé en una fábrica de productos químicos, Anilinas Alemanas, y en la empresa de ascensores Otis, pero no pude completar los años para jubilarme. Después trabajé como taxista, y en un puesto en la costanera. Ahora salgo seguido a buscar trabajo. Me ofrecí como acomodador de coches en un garaje, y como peón de cocina en restaurantes. Lo que yo quiero es ayudar a mi señora porque ella trabajó durante cuarenta años en una casa de familia y ahora debería descansar.”

“NO SE ACOSTUMBRABA”

“Soy tucumana y durante muchos años trabajé en Villa Quinteros, pelando cañas y cargándolas en los carros que iban para el ingenio San Ramón. En el año 58 me vine a Buenos Aires, porque acá se ganaba mejor. Me tomaron en una casa de familia como empleada doméstica. Trabajé hasta los 60 años, pero nunca me hicieron los aportes porque no se acostumbraba. Ahora vivo en una casita en el fondo de la casa de mi hijo en Barrio Sarmiento, pero él no me puede ayudar

porque tiene una incapacidad y no puede trabajar. Quisiera cobrar mi pensión porque tengo muchas necesidades. Hace siete años inicié el trámite. Iba todos los meses a preguntar y me decían “quédese tranquila abuela que ya está”, pero son todos cuentos porque nunca me llegó nada. Mi nieto fue a preguntar hace poco y le dijeron que tenía que esperar, pero yo no tengo tiempo para esperar.”

La cantidad de personas afiliadas al sistema previsional suman más de 12 millones, con más de 6 millones de beneficiarios.

Existe una relación indiscutible entre las condiciones del mercado laboral y el acceso a un haber jubilatorio. Según estimaciones del Banco Mundial en la Argentina hay aproximadamente 1.271.568 personas mayores de 65 años. Un 35% de ese sector poblacional no cobra jubilación ni pensión debido a la imposibilidad de acreditar aportes en un contexto de alto desempleo y trabajo en negro. Las proyecciones son ocupantes: se espera que para el 2015, cuatro de cada 10 personas de más de 65 años no tengan acceso a una jubilación ni a una pensión; para el 2025 se estima que los desamparados llegarán al 56% de los mayores.

Uno de los principales motivos de esta situación es la informalidad laboral, que aumentó casi al 50% para el período 2014 al 2016. Además, el desempleo pasó del 7% al 10.4% para el total del país y el trabajo en negro creció al 45.1% del total de los asalariados. Esto supone que, en la actualidad, casi dos tercios de la fuerza laboral no están incluidas en el sistema previsional, por lo que no tendrán acceso a un haber jubilatorio al llegar la edad de retiro.

Si hacemos un paneo general del mapa del país, el mayor número de personas sin acceso a la jubilación se encuen-

tra en la provincia de Formosa (55.9%), siguiéndoles Misiones (54.6%), Chaco (51%) y Corrientes (50.9%). En el otro extremo se encuentran la ciudad de Buenos Aires, con el 25.4% de sus habitantes mayores sin jubilación ni pensión y La Rioja donde los que carecen de cobertura son el 27.3%.

Frente a este panorama, la propuesta surge desde el Estado que ha carecido en los 10 últimos años de gestión sin una propuesta política para el sistema de seguridad social y tras haber rechazado el reconocimiento del 82 % a las jubilaciones y pensiones, todo lo ha querido resolver con solo el otorgamiento de prestaciones asistenciales que por sí solas no pueden solucionar el problema que se origina principalmente por la alta tasa de informalidad existente en el mercado laboral.

En este sistema previsional, el Estado en los últimos años ha actuado caprichosamente con los fondos que solo corresponden a los jubilados y lo vienen ejecutando políticamente, realizando préstamos a bajo interés a empresas multinacionales y a bonos del Estado. Por otra parte, ha jubilado gratuitamente a miles de personas sin tener en cuenta que para esos fines tienen el Ministerio de Acción Social, por lo tanto fracasan en la gestión distributiva perjudicando a la clase pasiva y con ello aumentando las desigualdad social.

La creación del Instituto Nacional de Jubilados y Pensionados (PAMI) en el año 1970, tuvo como intención proporcionar los servicios médicos asistenciales necesarios para el fomento, protección y recuperación de la salud de los ancianos. Para cumplir este cometido, el Estado ha permitido que sus directores se auto asignen elevados salarios por las funciones que ocupan, pero, lamentablemente, a los jubilados no se les permite controlarlos, por lo tanto los servicios son defi-

cientes. Por otra parte, el sistema financiero del Instituto es débil, en tanto depende de las fluctuaciones económicas del momento y de los elevados niveles inflacionarios.

Oraldo Britos recuerda que en el año 1994 durante la gestión de Carlos Menen, circunstancialmente le tocó ejercer la presidencia de la Comisión de Trabajo y Previsión del Senado de la Nación, negándose a firmar el despacho de lo que después fuera la Ley 24.241 que facilitaba la creación de las AFJP. Lamentablemente hasta algunas organizaciones gremiales hermanas se constituyeron en sistemas comerciales de seguridad social, dejando de lado el sistema de reparto que siempre fue bandera del peronismo por ser más solidario, si bien es cierto también quedó en vigencia, pero el Estado prácticamente obligaba a los trabajadores activos a sumarse al mismo.

En el área de la tercera edad de la Defensoría del Pueblo de la Ciudad de Buenos Aires, se multiplican las consultas de ancianos que solicitan una pensión. Según Eugenio Semino, Defensor de la Tercera Edad “...antes reclamaban ayuda por un problema, pero ahora hay muchos que se acercan porque no tienen comida ni medicamentos, los desalojaron y encima sus hijos están desocupados...”.

El deterioro de las condiciones actuales del mercado laboral, la profundización de la desigualdad en la distribución del ingreso y la crisis social existente en los últimos años, conforman el panorama. La configuración del sistema previsional actual no responde en su totalidad a esta realidad y de mantenerse sin cambios se proyecta, durante las próximas décadas, con un efecto negativo significativo sobre las condiciones de vida de gran parte de la clase pasiva.

Algunas Recomendaciones para tener en cuenta. Salud física y mental

Los intentos de definir al Adulto Mayor, en general están basados en los aspectos deficitarios, los aspectos negativos, las pérdidas. Es desde lo que se perdió de la juventud desde donde se lo define, poniéndose el énfasis en lo que falta y no en lo que se tiene. Esto ha llevado a que no se pueda difundir adecuadamente el concepto de vejez en un mundo que, por el contrario, hace un culto de la juventud.

Pareciera que en ese mundo las únicas alternativas que tienen las personas mayores están en recurrir a los mismos parámetros que brinda la juventud.

En gerontología existen cuatro áreas: la biológica, la fisiológica, la psicológica y la social.

- Aspectos biológicos generales del envejecimiento en todas las especies animales.
- Bases fisiológicas del envejecimiento humano junto con las desviaciones patológicas y los procesos mórbidos.
- Aspectos psicológicos del envejecimiento incluyendo el rendimiento intelectual, personalidad y reajustes personales.
- Problemas socioculturales y económicos originados por el progresivo aumento de la población anciana.

Si bien envejecer es un hecho, también es una cuestión de imágenes y actitudes. Para la mayoría de las personas, la juventud y la adultez se presentan en un continuo de desarrollo, de nuevas oportunidades, de nuevas capacidades,

de intereses diferentes y de formas de satisfacción también diferentes.

Veamos algunos mitos y prejuicios sobre la vejez

- *El mito de la improductividad*: aunque muchos creen que el anciano es un ser improductivo, está claro que en ausencia de enfermedades y adversidades sociales, pueden permanecer productivos e interesados por la vida. “No puede hacer nada”; “se olvida de todo”.
- *El mito de descompromiso o desvinculación*: “vive encerrado, está aislado”.
- *El mito de la inflexibilidad, incapacidad para cambiar y adaptarse a situaciones nuevas*: “todo tiempo pasado fue mejor”; “el zorro pierde el pelo pero no las mañas”.
- *El mito de la senilidad*, es decir, de la pérdida de memoria, de la disminución de la atención y de la aparición de episodios confusionales: “solamente recuerda cosas de su niñez”; “el diablo sabe por diablo, pero más sabe por viejo”.
- *El mito de la serenidad* que, en contraste con los anteriores, sitúa al anciano en una especie de paraíso terrenal, lo cual es una falacia ya que el adulto mayor está sometido a un mayor estrés que otros grupos de edad: por enfermedades crónicas, por escasa jubilación, por la pérdida de seres queridos, por soledad, etc.

Todo ello origina mayor tendencia a la ansiedad, a la depresión y a la pena e, inevitablemente, a la disminución del autoestima. Es así que su confianza se desmorona y los es-

tereotipos creados culturalmente, se convierten en profecías autorrealizadas. “Es un depresivo”; “en boca cerrada no entran moscas”.

El prejuicio y la discriminación consecuente que persigue al adulto mayor se reconoce con un nombre: “*viejismo*”. Al decir de Leopoldo Salvarezza, forma parte de “nuestra manera de ser”, muchas manifestaciones son inconscientes, transmitidas culturalmente y están enquistadas en el poder popular.

La gerontología como disciplina ha sido exitosa en su lucha contra los mitos sobre la vejez, especialmente en aquellas personas cuya salud y vigor permanecen intactos en la tercera y cuarta edad. Esto implica entender que cuando se está frente a una persona mayor se está en presencia de su totalidad, es decir una unidad psico-bio-socio-cultural. Esto es así porque en el anciano inciden fenómenos culturales, sociales y del medio ambiente que crean cambios en su comportamiento.

El desgaste de las personas depende en el largo plazo de todo un itinerario profesional, de una sucesión de condiciones de trabajo y de todo un conjunto de condiciones de vida. El rasgo central del problema social de la vejez es el rechazo, la marginación y el sentimiento de inutilidad con que se la asocia en la sociedad contemporánea, especialmente en los países de desarrollo. El envejecimiento se caracteriza por el progresivo divorcio entre el individuo y la sociedad.

Los más desfavorecidos son aquellos adultos mayores que tienen peores condiciones de vivienda, o no la tienen, no disponen de acceso al cuidado de su salud, carecen de jubilación y dependen en el mejor de los casos, de los programas sociales que intentan servir de paliativos frente a la difícil situación en que se encuentran.

“Cuando Buda era todavía el príncipe de Sidarta, encerrado por su padre en un magnífico palacio, se escapó varias veces para pasearse en coche por los alrededores. En su primera salida encontró un hombre achacoso, desdentado, todo lleno de arrugas, encorvado, apoyado en un bastón, balbuceante y tembloroso. Ante su asombro el cochero le explicó que se trataba de un viejo: “Qué desgracia” exclamó el príncipe, “que los seres débiles e ignorantes embriagados por el orgullo propio de la juventud no vean la vejez. Volvamos rápido a casa. ¿De qué sirven los juegos y la alegría si soy morada de la futura vejez?”

Alimentación

Las conductas alimenticias desarrolladas a lo largo de la vida tienen gran influencia en el proceso de envejecimiento. Enfermedades tales como obesidad, arteriosclerosis, diabetes, osteoporosis, etc., guardan relación con hábitos alimentarios sostenidos en el tiempo. Esto permite suponer que hábitos alimentarios sanos y bien orientados desde la infancia posibilitan impedir o retardar determinados procesos patológicos en etapas posteriores de la vida.

Observamos que en los adultos mayores con problemas de alimentación existen ciertos procesos de salud que aparecen con facilidad, por ejemplo, infecciones, pie diabético, trombosis cerebral, infartos, escaras, etc.

Al ser la vejez uno de los estados del ciclo vital de mayor vulnerabilidad y movilidad en el campo de la salud y cuando esta circunstancia va, además, asociada a una situación de pobreza o carencia, se ve potenciada peligrosamente dado que la posibilidad de desnutrición y/o desajuste biofisiológico geriátrico,

promueve un desorden orgánico de imprevisibles consecuencias. De ahí la necesidad de jerarquizar las dietas y la nutrición del anciano como un elemento imprescindible para la salud.

Tiempo libre.

Acceso a actividades culturales y recreativas

Observamos que la jubilación, paradójicamente “júbilo”, tiene una doble cara: la del merecido premio al trabajo de tantos años para gozar del tiempo libre, y la dramática y cruel, en la que los mayores se ven excluidos generalmente de la vida social organizada.

Se tiene por fin el tiempo libre tan ansiado pero se carecen de actividades suficientes y medios adecuados para hacer de él un **tiempo para vivir**. Tal vez valga señalar que estos “tiempos” nos convocan a asistir a la novedad de contar con adultos mayores que se organizan y buscan soluciones amplias a sus problemas comunes *“del abuelo bueno y retirado al jubilado activo y luchador”*.

“Un reciente aviso parecido en un periódico italiano ha producido una respuesta emocional generalizada. Se trata de un jubilado que a partir de la muerte de su esposa quedó solo ya hace 12 años. Este vecino de un pueblo cercano a Roma, de 79 años, tuvo la iniciativa de ofrecerse para ser adoptado como abuelo.”

En los últimos años asistimos a cambios en la educación tradicional en diferentes ámbitos, tales como clubes, asociaciones civiles, gobiernos municipales, universidades, Cáritas, que han dejado atrás el concepto de “pasivos”, al buscar y propiciar nuevas formas de enseñanza, las que se inscriben

como educación no formal; nuevas estructuras que cuentan con espacios donde crecer, crear y recrear, comunicarse, transmitir sus experiencias, continuar con la formación personal, aprendiendo y enseñando. Este proceso de educación es considerado como educación permanente, dando por tierra con muchos mitos, o tal vez prejuicios, que atribuyen al adulto mayor el deterioro inevitable de su capacidad intelectual en desmedro de su posibilidad de aprender. En este sentido, los progresos de la neurociencias aportan datos acerca de la renovación de las neuronas, modificando lo hasta hace poco impensable.

En el adulto mayor la educación va dirigida específicamente a contribuir a una mejor calidad de vida, a través de objetivos varios, como ser:

La educación permanente no tiene puestos sus intereses en la producción, sino en la formación y el esparcimiento del individuo con desarrollo de las distintas posibilidades creadoras y está dirigida a la totalidad del mismo, siguiendo así sus motivaciones más profundas o sus inquietudes manifiestas;

Los adultos mayores encuentran a través de ella, nuevas formas de organizar su tiempo, "no para ocuparlo solamente" y menos para "matarlo", sino buscando una nueva actitud de vida que le proporcione gratificaciones, enriquecimiento personal, solidez a través de la actividad, intercambio y la formación;

La educación permanente puede hacerse en distintos lugares, ya sea en asociados jubilados, centros de atención, clubes y específicamente en las Universidades de la Tercera Edad o en Tiempo Libre con más organización y extensión en sus planes.

Por qué se envejece mal o bien

Es una verdad cultural compartida que “se envejece mal o se envejece bien”. El primero, el camino del envejecer mal, es el de no mirar, no recordar, no asumir, es el camino de la pasividad y de la nostalgia que lleva rápidamente a la incapacidad y a la dependencia. Cuando se dice que una persona tiene un “buen envejecer” es porque se toma conciencia del presente, rescatando el pasado a través de la valoración del recuerdo.

En el envejecimiento la actividad significa estar en tareas, pero no cualquier tarea como frecuentemente se les ofrece a los mayores (en general de distracción o esparcimientos que si bien son necesarios no son suficientes). Se hace referencia a las actividades que causen placer, gratificación, desarrollo, ya en lo intelectual como en lo social, en lo corporal, en lo recreativo, lo solidario y voluntariado.

Es inevitable mencionar la singular importancia que cobra la actividad intelectual, empezando por desplazar de la cultura popular ciertos prejuicios que oprimen al adulto mayor: ¿Qué ya no se puede aprender? ¿Qué las neuronas se mueren? ¿Qué el adulto mayor pierde más interés y prefiere la pasividad?

Todos estos prejuicios desaparecen cuando se observa la participación de los adultos mayores en variadas propuestas, a las que pueden elegir según sus propios intereses, decidir qué asignatura pendiente tienen, qué les gustaría aprender, crear, recrear o entrenar.

Se trata de seguir con un desarrollo personal que solo termina con la muerte. Tienen tiempo libre para hacerlo y disponen de un cerebro cuya plasticidad les permite aprender aunque con un ritmo diferente de la juventud.

Por un lado, es cierto que las neuronas se mueren y que ya no pueden regenerarse; pero también es cierto que el cerebro cuenta con millones de células nerviosas que debidamente estimuladas compensan con nuevas sinapsis.

A continuación transcribiremos algunos comentarios de las explicativas de los participantes al comenzar un Programa sobre Memoria en la Universidad de la Plata.

Lamentablemente, la mayoría de los medios de comunicación no exhibe un criterio pedagógico sobre la importancia de la calidad de vida con la misma fuerza con que presenta "modelos o estilos de vida". Estos modelos prefieren difundir más el vernos "más bonitos o atractivos" que un efectivo estado saludable. La inactividad física es perjudicial. Si en la edad adulta y en la vejez no se lleva una vida moderadamente activa, los músculos perderán su potencia, los huesos tenderán a calcificarse, las articulaciones perderán su flexibilidad y también se afectará el aparato cardiovascular.

En este sentido, y para ser más elocuente aún, citamos esta reflexión por considerarla de sumo interés: *"Por otra parte, la inactividad altera el equilibrio hormonal, lo cual hace que diversas percepciones fisiológicas resulten perturbadas. Así ocurren con la sensación de hambre, con el consecuente riesgo de comer de más y desarrollar una obesidad. Y también se altera la percepción de la sed y el sueño de los adultos mayores"*.

Una investigación realizada, sobre una muestra heterogénea de 300 adultos mayores (franja de edad entre 65 y 88 años), auto válidos, habitantes de centros urbanos del país, revela que la mayoría de las mujeres entrevistadas en cuanto a las actividades realizadas en el tiempo libre, respondieron en orden decreciente: mirar televisión o escuchar radio, leer, labores

manuales (tejido, bordado, costura), arreglos en el hogar, caminar por el barrio, reunirse con familiares y amigos. Podemos ver cómo, a medida que aumenta la edad, es mayor la proporción de adultos mayores de 75 años que ocupan su tiempo libre en forma prioritaria mirando televisión o escuchando radio, esto es, en algo de fácil acceso. Más de la mitad de los encuestados plantearon que no pueden elegir sus distracciones libremente. En general, la escasez del recurso económico es lo que impide llevar adelante cualquier tipo de distracción. Es importante señalar que existe una brecha entre las actividades que desearían realizar y las que efectivamente realizan, en general vinculadas a lo anteriormente mencionado.

Para un porcentaje elevado de ancianos el tiempo libre del que disponen les resulta excesivo. Este problema se ve acentuado en los hombres y en los adultos mayores de 75 años. El 46% de la muestra respondió que durante la mayor parte del tiempo libre se siente solo; es importante hacer notar que en el caso de los individuos de más de 75 años este proceso se acentúa.

Lo que la investigación pudo aportar es que aquellos adultos mayores que realizan actividades en el tiempo libre que les resultan gratificantes y significativas, presentan menor nivel de estrés que aquellos que realizan actividades no deseadas.

Vínculos familiares

Un campesino, que hace comer a su padre en una pequeña escudilla de madera y separado de la familia, sorprende a su hijo juntando maderitas. "Es para cuando tú seas viejo" le dice el niño. Inmediatamente el abuelo recobra su lugar en la mesa común.

En la mayoría de los países de América Latina, la familia sigue siendo la unidad fundamental de la sociedad, y la que

se transforma en proveedora de cuidados para los adultos mayores. Lo que no se puede soslayar es que ha habido un cambio muy drástico en el “rol de la familia”.

La misma ha pasado de la familia extensa (madre, padre, hijos, abuelos) a las familias nucleares (madre, padre, hijos) o monoparentales. Esta nueva forma familiar, en muchísimos casos, no dispone de recursos económicos, ni de la infraestructura necesaria para hacer frente a las necesidades de los adultos mayores. En general y dado el crecimiento de la longevidad, por las causas debidamente señaladas, algunos adultos experimentan la conversión en padres de sus progenitores, invirtiendo los roles y transformándose en cuidadores de aquellos.

La evolución del ciclo familiar provoca una serie de transformaciones en la familia, desde el alejamiento de los hijos, la viudez y/o la separación dando lugar a las formas típicas de hogares del adulto mayor, como el nido vacío o el hogar unipersonal.

En este sentido, las entrevistas realizadas a adultos mayores dan cuenta que:

“...Yo tenía mi familia, tengo tres hijos casados y estoy viuda, y compraba todos los días un kilo de carne para todos y ahora estoy sola...”.

“Cuando se fue mi hijo me dio mucha pena, me sentí muy sola, aunque abajo vivía una hermana, pero sentí que dejé de ser dueña de todo...”.

“...Yo me acuerdo cuando estaba mi señora, era un tesoro. Me peleaba todos los días pero eran dos minutos y era mi se-

ñora. Ahora estoy solo... Mi hijo vive cerca, en la misma casa, pero tiene señora y mi hijo es..., bah, no me haga hablar...".

Las transformaciones en las unidades domésticas son vividas por hombres y por mujeres como pérdidas. La intensidad afectiva, el dolor provocado por la desaparición del cónyuge, supera, como se ve en lo transcrito de las entrevistas realizadas, a la sensación de pérdida que emana de los cambios de la esfera laboral.

La realidad de este grupo etario permite establecer una tipología combinando dos aspectos:

Modalidad de la conformación de la unidad doméstica en que reside el adulto mayor;

La tenencia de hijos vivos convivan o no con él/ella.

La modalidad de la conformación de la unidad doméstica permite evaluar los recursos con que cuenta el adulto mayor para el desempeño de su rutina diaria. La tenencia de hijos vivos posibilita estimar los recursos con que cuenta cuando se produce una irrupción de su cotidianidad.

Aquello que más irrupción puede causar es el empeoramiento transitorio o permanente de la salud y el gran deterioro de los ingresos económicos. Los hijos, apoyados por la jubilación o por los programas del Estado, suelen representar el sostén de este adulto mayor. En el caso de la carencia de hijos la totalidad del soporte se traslada al Estado.

De las entrevistas realizadas, se registra que un porcentaje alto de mujeres viudas mayores tienden a convivir con los hijos casados, en general con las hijas casadas. El compor-

tamiento de los hombres se diferencia netamente, ya que tienden a vivir solos.

Es decisiva la intervención de la familia a partir del momento en que se da una disminución de las capacidades del adulto mayor para resolver los problemas cotidianos.

“...Es imposible pedirle ayuda a los hijos hoy, si no les alcanza para ellos. Porque aparte tienen otros tipos de vicios, gastan más de la cuenta, gastan más de lo que pueden. Nosotros éramos más económicos, gastábamos lo que nos daba el presupuesto. Hoy ganan \$100 y gastan \$200...”.

“...Ahora no es como mi época, la juventud es pretenciosa...”.

“...La vida me trató mal. Porque me jubilé con la mínima y no me alcanza para remedios... pago la mitad por Pami... mis hijos me pueden ayudar, pero yo no quiero... mi hija me trae jabón y cosméticos porque ella no quiere que yo me abandone, quiere que esté bien arreglada... pero no se da cuenta ni le interesa lo que yo necesito...”

“...Mi vecina me acompaña a todos lados, al médico, a hacerme análisis, por suerte nos queremos y nos llevamos bien, mi hija no puede acompañarme porque trabaja... pero la vez pasada tuve que ir al ginecólogo y como me daba vergüenza ir con la vecina, le pedí a mi hija...”.

Estos comentarios ejemplifican el rol que desempeñan para el/las adultos mayores los pares, otras mujeres, otros vecinos que participan en la resolución de los problemas habituales y el acompañamiento casi permanente. El tiempo del joven es diferente al tiempo del adulto mayor, y éste así lo comprende. De esto depende su autocensura frente a sus hijos

recurriendo solo a ellos en situaciones de emergencia o de mayor gravedad.

En estas transcripciones se acude a los hijos en última instancia. Pero ante una situación crítica los hijos están presentes.

Lo más destacado de los compañeros "mayores adultos", es nuestro orgullo, no nos agrada "pedir", pero si nuestros hijos o nietos nos necesitan, siempre estamos presentes con nuestros pequeños medios económicos.

Finalmente, nuevamente estamos convocados a trabajar para lograr este objetivo que no es más que el reconocimiento a todos nuestros años de trabajo y lo vamos a realizar con mucha "FE", porque somos los jóvenes de ayer, de hoy y de siempre, y se pueda cumplir con la ayuda de DIOS, fuente de toda razón y justicia, para: "QUE NINGUN JUBILADO COBRE MENOS QUE EL SALARIO MINIMO, VITAL Y MOVIL".

Buenos Aires, 29 enero de 2015.-

Oraldo Britos

Secretario de Adoctrinamiento

Rubén Gioannini

Secretario de Tercera Edad

Gerónimo Venegas

Presidente



**Es creer que
otra Argentina
es posible**



www.partidofe.org