

## Re- Crearse:

### Un espacio con recursos de apoyo desde la estimulación cognitiva, desde lo lúdico y desde lo social, para Personas Mayores.

#### **Resumen /Abstract**

*RE-crearse como esparcimiento, diversión, desde lo lúdico con todo lo que implica. De participación voluntaria con invitación al disfrute y al placer. Como actividad pedagógica, en, de y para el tiempo libre, fuera del marco de la educación formal académica, pero permitiendo aprendizajes colectivos, compartidos e intergeneracionales.*

*RE-crearse en el sentido de revivir y reproducir conocimientos, recuerdos, experiencias. Cada una de las consignas apela a ser un disparador para que vengan desde donde estén esas historias, esas huellas, esa información, lo vivido. Con la "excusa" de las consignas, aparecen las representaciones, aparece lo subjetivo. Desde lo experimental se invita a cuestionarse, a interrogarse, a la reflexión. "Cada quien sus tiempos, los procesos son personales", destacamos y nos respetamos.*

*Re-crearse aquí y ahora, pero desde la posibilidad de producir a cada paso su presente y futuro próximo, donde se construye, se imagina y se continúa el proceso de envejecimiento, colaborando y favoreciendo a un "modo sano" de envejecer. (Principio de prevención)*

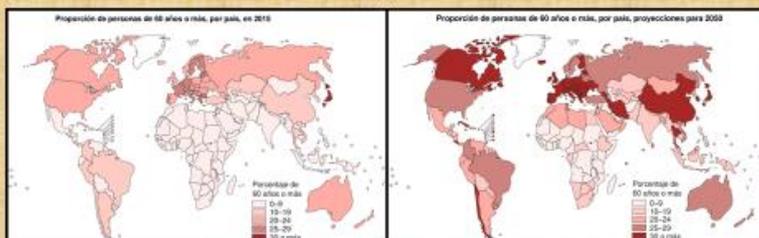
*Finalmente, este trabajo promueve una estimulación global con repercusiones positivas a nivel físico, psicológico, social y espiritual, constituyendo una alternativa muy interesante, una herramienta para la autoorganización, para afianzar la autonomía, como agente promotor de salud.*

#### Marco mundial, nacional y local

Debido al **aumento de la esperanza de vida** y a la **disminución de la tasa de fecundidad**, la proporción de personas mayores de 60 años está aumentando más rápidamente que cualquier otro grupo de edad en casi todos los países.

El envejecimiento de la población puede considerarse un éxito de las políticas de salud pública y del desarrollo socioeconómico, pero también constituye un reto para la sociedad, que debe adaptarse a ello para mejorar al máximo la salud y la capacidad funcional de las personas mayores, así como su participación social.

## Contexto Mundial



Aumento de la esperanza de vida



Disminución de la tasa de fecundidad

Entre 2015 y 2050, el porcentaje de los habitantes del planeta mayores de 60 años casi se duplicará, pasando del 12% al 22%. Según datos extraídos del INDEC, puede afirmarse que **Argentina** es un país envejecido, ya que el número de personas mayores de sesenta años es mucho mayor a lo que se denomina población económicamente activa. A su vez esta situación crece constantemente cada año. Si se analizan los datos obtenidos para la ciudad de **Tandil**, según el censo 2010, también se puede hablar de una sociedad envejecida, ya que de un total de la población de 123.871 habitantes, el 13% de la población tiene más de 65 años y más.



## Contexto Nacional Histórico

### Marco teórico: Gerontología

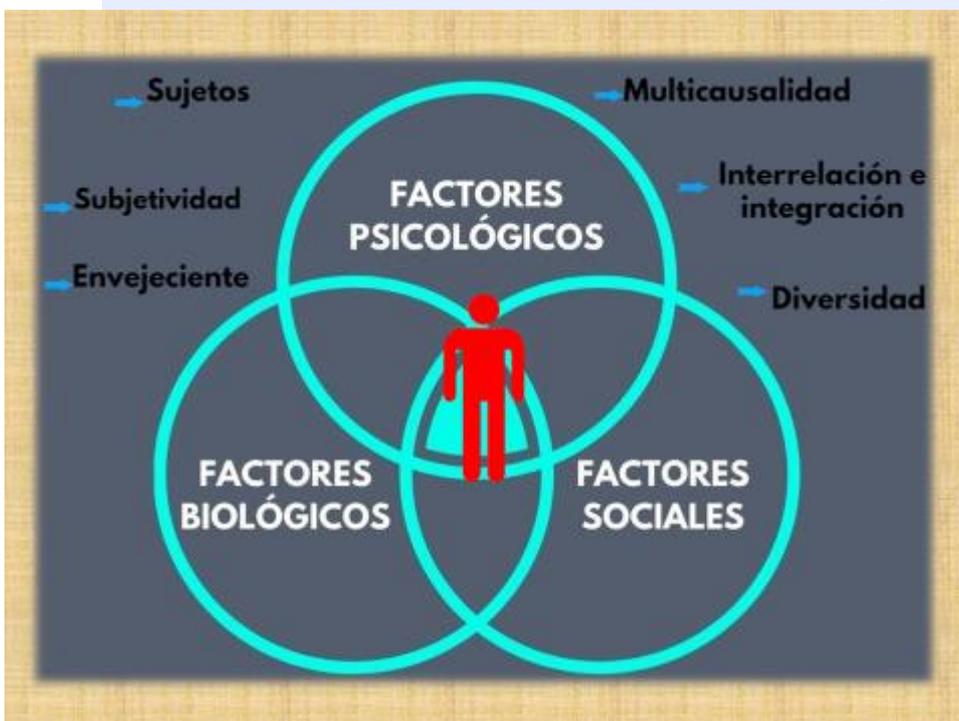
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Como **transdisciplina** surge y está conformada por el aporte teórico de un conjunto de disciplinas y a su vez, las integra a través de un marco conceptual común. Aborda las cuestiones concernientes a los aspectos biológicos, psicológicos y sociales, del envejecimiento desde la Biogerontología, la Psicogerontología y la Gerontología Social.



Como **objeto de estudio** el **envejeciente** no es ni un organismo que se deteriora, ni un sujeto de deseos atemporales, ni un jubilado del sistema social, sino que es todo eso interrelacionado, y a la vez mucho más. La premisa que sostiene el saber gerontológico es que la vejez deje de ser considerada un acontecer sólo biológico para ser entendida en su **multicausalidad**, en los múltiples factores que la condicionan. Su propósito es dar cuenta del **“individuo” bio-psico-social** que envejece, es decir, poner el acento en la interrelación y la integración del ser humano como totalidad indivisa.

Desde este paradigma de complejidad, desde esta perspectiva nos instalamos en las **“diversidades”** al decir de Zarebski, referente en el área, y nos preparamos para las vejeces en su diversidad. Al hablar de diversidad en las vejeces, se habla de múltiples trayectorias influenciadas cada una por diversas decisiones en el transitar de la vida, añade Zarebski. Y menciona que como tales hacen a las experiencias de cada persona de **modo singular** y con un anclaje histórico absolutamente **personal y particular**. Lo cual da cuenta que cada vejez tiene una **dimensión subjetiva** (no normativa) del sujeto en constante interacción con otras dimensiones como la biológica y la sociocultural (normativas). Por lo tanto se habla de personas, de sujetos no solo conformados, sino atravesados por transformaciones a nivel bio-psico-social. **Sujetos envejecientes** que transitarán el curso de la vida como un proceso activo y de constante cambio. Por lo tanto en gerontología **no se habla de una vejez, sino de vejeces**.



**Envejecer** es un proceso dinámico, natural, continuo e inevitable que se realiza durante toda la vida, en el que se dan cambios a nivel biológico, corporal, fisiológico, psicológico y social, que transcurre en el tiempo y está delimitado por éste.



**Vejez** como concepto, es una **construcción social** de la última etapa del curso de vida. No es una etapa rígida sino que es una parte más del crecimiento del ser humano. En cada contexto histórico - social se construye una imagen y un rol de las personas mayores valoradas de diferentes maneras. El modo en que se elaboran los cambios biológicos, psicológicos y sociales que trae aparejado el paso del tiempo es producto de condicionantes socio - culturales previos. Cuando se otorga un signo negativo a estas transformaciones psico – sociales y corporales, se relega a las personas mayores a una relación de subordinación y pasividad, descalificándolas como sujetos de acción, negando su capacidad de autonomía y participación social. En nuestra sociedad donde se valora a las personas por su vinculación con la capacidad de producir o de acumular riqueza material, el paradigma a emular resulta ser el de la juventud, sana, fuerte y productiva. En sentido inverso, se ha cargado de signos negativos a la vejez, asociándola a la enfermedad, la incapacidad y la improductividad. Sobre la base de esta **valoración negativa estereotipada** se han generado toda clase de actitudes y prácticas **discriminatorias** que van desde el aislamiento en el ámbito familiar, la falta de respeto en la vía pública y el maltrato en las instituciones hasta la ausencia de políticas públicas dirigidas a esta etapa de la vida del ser humano.

Al respecto, Leopoldo Salvarezza introduce el concepto de “**viejismo**” o (traducción que realizó del concepto de “ageism” introducido por Butler en 1969), como un conjunto de representaciones imperantes en una cultura que asocian a la vejez con concepciones negativas tales como declinación física y mental, decrepitud, enfermedad, inutilidad, asexualidad, pasividad. Concepciones y actitudes prejuiciosas que llevan a la marginación de los adultos mayores.

Menciono algunos mitos o prejuicios sobre la vejez:

- ▶ la vejez es una enfermedad
- ▶ los adultos mayores se vuelven niños
- ▶ la vejez significa pérdida
- ▶ los adultos mayores se llevan mal con los jóvenes
- ▶ la vejez significa dependencia
- ▶ a los viejos les gusta estar solos
- ▶ los adultos mayores son asexuadas
- ▶ no pueden decidir por sí mismos
- ▶ no pueden aprender cosas nuevas



Analía Elizondo



### Vejez

No es una etapa rígida sino que es una parte más del crecimiento del ser humano.

**representaciones sociales** valoración negativa

estereotipos

discriminación

**VIEJISMOS**

## Re- Crearse: un espacio con recursos de apoyo desde la estimulación cognitiva, lo lúdico y lo social, para Personas mayores

Un dispositivo grupal/social que se adaptó y se co-construyó, entre las participantes y quien les habla, a través de WhatsApp en época de COVID-19.

RE-Crearse, nació de forma presencial y se llevó adelante en distintos espacios de Tandil (UniBarrial, Biblioteca Sarmiento, Hogar San José, Residencia Chapar, GAMAT), utilizando diversos recursos, entre ellos, ejercicios de estimulación cognitiva seleccionadas, manualidades, jardinería, etc.



Cuando se decreta la ASPO (aislamiento social preventivo obligatorio), llega como medida a la que adherimos en sociedad e individualmente. En mi caso pensé que sería como mucho unos 30/40 días, por lo que decidí desde algún lugar por mí y por quienes trabajaron conmigo anteriormente, armar algo a través de whatsapp. Esta aplicación, como herramienta me pareció la más sencilla, la que más o menos manejaba la mayoría. Así y todo quedó gente por fuera. Le fuimos dando forma a una manera de trabajar distinta, ni mejor ni peor, distinta. Se corrió la bola y se empezaron a sumar muchas personas (99,9 mujeres).



Toda consigna apuntaba a ponernos en acción, desde hacer cuentas, trabajar con textos, hacer origamis, cocinar, celebrar fechas patrias, cambios de estación, y por supuesto el intercambio de emociones y vivencias presentes, pasadas y las inciertas futuras.



Y fueron pasando los días uno tras otro, haciendo llamadas o videollamadas con familia y/o amigos, viendo lo necesario de noticias, activos estimulando lo cognitivo y vinculandonos con otros, retomando cosas pendientes como el orden, tejido o arreglos , cocinando con más tiempo, jugando y charlando un poco más con quienes se convive, haciendo actividad física para no perder el tono muscular y no favorecer caídas reflexionando en grupo cómo c/u va transitando estos días y por supuesto aprendiendo un poco más de la tecnología.

Costó? Sin duda, pero esto también pasará, dicen, con paciencia, teniendo fé en Dios, compartiendo con otros que les pasa lo mismo (son sus palabras).



## Natalia Lizondo

Uno como otros tantos días reinó la preocupación... Las escucho (los audios fueron un gran recurso para expresarse) Habían confirmado el paso al “estadio rojo”. Y decían: “Hay gente que no toma conciencia”, “hay gente que circula sin barbijo”.

M.P. 35630

Es tal la inquietud, que ellas mismas, dudan si están a haciendo las cosas bien. Insisto, digo ellas porque son un grupo de mujeres, adultas y adultas mayores (edades de entre 55 y 86 años).

En autocuidado, la tienen clara. Barbijo y distanciamiento físico reduce muchísimo el riesgo de contagio. Es una información que hicieron circular reiteradamente.

Desde que se inició la cuarentena:

- ☞ se han mantenido activas (en amplio sentido), manteniendo rutinas y recalculando dinámicas a pesar de la limitaciones;
- ☞ están comunicadas con sus afectos a través de llamadas o videollamadas;
- ☞ dejaron de pelearse con la tecnología y la transformaron en una aliada;
- ☞ se vinculan y valoran la participación en el grupo;

☞ bucean en recuerdos;

☞ cada quien en su tiempo, avanza;

☞ trabajan continuamente su nivel de tolerancia, paciencia y buen humor;

☞ reflexionan, se autocuestionan, se recrean frente a determinados planteos;

☞ planean el encuentro presencial que vamos a tener cuando la situación lo permita;

☞ aprenden e intercambian conocimientos varios y muchísimas recetas de cocina !!!

☞ Un subi y baja de emociones. ☞ Fluye el abrazo con con-tenedor.

☞ Reina el grado de flexibilidad y adaptabilidad que están, que estamos, teniendo frente a la adversidad y la incertidumbre.

☞ Sigamos, Avancemos ... como dice una de ellas y se hizo nuestro lema : P´alante !!!

(En paralelo a esto, decido comenzar la especialización en Psicogerontología. De alguna manera creía que podía capitalizar no solo mi experiencia en el trabajo con personas mayores a través de esta nueva modalidad, sino apostando una vez más a la capacitación.) Por supuesto me ayudaron a pensar muchas de las cosas que fuimos transitando.

Analia Elizondo



Surge la cuestión del USO DEL TIEMPO, pensando en las personas mayores (pero por qué no también en los que estamos transitando otras etapas.)

Entonces, ante todo pensar a la persona envejeciente, al viejo, como sujeto que habla, como sujeto deseante; y la recreación, lo recreativo como espacio que posibilita la circulación del deseo del viejo, con modos creativos, flexibles, porosos, permeables, abiertos.

Al haber un sujeto que habla en el espacio recreativo, este se habilitará como un lugar de escucha, favoreciendo la aparición de la dimensión subjetiva.

Algunas personas creen que a estos espacios de recreación asisten personas que “no tienen nada que hacer”, que van “pavadas” (valoración negativa del ocio). Por otro lado hay otro grupo de personas que no lo ve así (valoración positiva del ocio).

Partamos diferenciando algunas cuestiones en relación al tiempo del sujeto.

Por un lado podemos pensar en una noción de tiempo liberado, entendido como esos momentos de lo cotidiano, de lo diario, liberado especialmente de ocupaciones y compromisos ya sea laborales o domésticos (crianza) “obligatorios”.

Por otro lado podemos pensar en un tiempo libre, entendido como esos momentos libres, pero percibidos como tales por el propio sujeto. Este implica una dimensión subjetiva del individuo, un pasaje, una operación (recreativa), una construcción de tiempo libre dentro del tiempo liberado. Se verán implicadas las oportunidades que el sujeto se dé para construir un tiempo nuevo liberado de imposiciones, ingresando a un tiempo de experiencias de autoconstrucción (en tanto se fabrica un tiempo nuevo, una vivencia subjetiva de autotransformación, de implicación con el deseo) y de autonomía (en tanto se instala un espacio único y propio, instante de soledad donde es uno y solo uno quien se hará responsable por el modo de transitar la vida).

Tiempo destinado a la realización de la persona como objetivo último. Involucrará actividades autocondicionadas de descanso u ocio, de atención a inclinaciones, gustos, preferencias, intereses personales, recreación y creación en las cuales reafirme la persona individual y social que es.

La operación, este pasaje recreativa, puede ser una instancia que el sujeto se dé, se brinde espontánea e individualmente, pero también hay todo un terreno de prácticas organizadas en el tiempo liberado de las personas mayores que pueden colaborar o no, en la realización de esta operatoria, de esta transformación (centro jubilados, programas para AM, etc).

## USO DEL TIEMPO



Aquí es donde desde uno de los roles como psicogerontóloga se hace presente. Creando condiciones para que las personas puedan atravesar esta operación recreativa. Existe una responsabilidad ética en favorecer el desenvolvimiento de aspectos dinámicos de uso creativo y colectivo del tiempo liberado de los viejos. En organizaciones, apuntar a modificar reflexivamente aspectos inhibitorios que permitan una participación real y no meramente simbólica. Diseñar, planificar propuestas pensando en las personas envejecientes, que inviten a desplegar la dimensión subjetiva de las mismas y en las cuales se promuevan acciones que habiliten sus influencias en la vida institucional.



Julia de 75 años, vive sola en una quinta y es una de las participantes de Re-Crearse a distancia.

“Nos ayudan estas charlas virtuales entre nosotras. Hacemos actividades, movemos las neuronas. Mostramos nuestras flores y ocurrencias para reírnos. Porque la familia está, pero ellos al ser jóvenes trabajan o estudian. Hoy nos hemos reído tanto con mis nietos en la videollamada (consigna). Jugamos, cantamos y charlamos.

Nada...pavadas. ¿Lo puedo repetir?”

Al final las “pavadas” son tan necesarias como las “no pavadas”. Tal vez no son tan pavas las “pavadas”.



Desde el taller de RE-Crearse como dispositivo organizado para la re-creación, se pretende validar estos aspectos.

Desde la recreación como una operación donde el sujeto revise y recupere el sentido que tiene para cada uno la vida. Re-creación como sinónimo de cambio y crecimiento. De oportunidad para re-situarse frente a la vida, frente al tiempo. De transformarse a sí mismo desde la actividad a fin de re- elaborar el autoproyecto vital.

Entrecruzar la recreación con el envejecimiento abre una operación de revisión singular en el posicionamiento frente al paso del tiempo y el tiempo libre del sujeto. Pasado, presente y futuro próximo quedan ligados a esta operación de re-ctificación, de re-visión y re-significación histórica.



- transformarse a sí mismo
- re-elaborar el auto proyecto vital
- re-visión singular frente al paso del tiempo
- rectificación
- re-visión
- re-significación histórica

En el taller Re-Create han participado tanto personas mayores como personas de mediana edad. Algo de este vínculo intergeneracional posibilita que aparezcan inevitablemente las proyecciones de las más jóvenes sobre las más viejas, pudiendo compartir a partir de diferentes propuestas las individualidades en el envejecer. Siendo una invitación a atravesar nuestros propios prejuicios, visualizando y autocuestionando nuestro propio envejecer. Mirar los viejos de nuestro entorno y estar atentos a lo que nos devuelve de manera de elaborar anticipadamente nuestro destino. De este modo contribuir en la anticipación del futuro, redefiniendo o no, el proyecto por/venir.

El taller RE-Create (modalidad a distancia o presencial) se habilita como un escenario de recreación, como un escenario educativo y como un escenario de crecimiento, para varias generaciones.

*Analia Olsson*

## Inter-Generacional



Desde lo lúdico, el juego, el jugar como arte, artificio de las personas, instituye diferencia, creación, transformación, disfraz, sustituye lo real. Se desarrolla en un tiempo y en un espacio. Posee reglas propias, diferentes a la vida habitual fuera de juego. Se ingresa en un “como si”, en un mundo imaginario, da lugar al sujeto creador. Tiene incidencia sobre la historia personal, el cuerpo, las vivencias, los vínculos, y el entorno. No tiene edad, se puede jugar en cualquier etapa de la vida. Hace lugar, posibilita la circulación del deseo. Por lo que jugar preserva al sujeto en la autonomía de su deseo.

## Lo LÚDICO, el JUEGO

- artificio de las personas
- instituye diferencia, creación, transformación, disfraz, sustituye lo real
- un tiempo y en un espacio propio
- reglas propias
- “como si”
- no tiene edad
- circulación del deseo

La reserva lúdica sería todo lo jugado que queda inscripto en el cuerpo (matriz lúdica- Pavlovsky 1999). La reserva lúdica se activa, se enciende, cuando jugamos.

Recursos, herramientas, palabras, sonidos, acciones que se actualizan en el “aquí y ahora” a razón de ser flexible y plástico para acercarnos a lo diferente, a lo nuevo, a otras formas de jugar.

Si hay rigidez, no se podrá estar, permanecer o entrar “en juego”. No se le “abrirá la puerta” al deseo para ir a jugar.

No habrá oportunidad para el disfrute, el placer, para imaginar, crear, no habrá oportunidad de encuentro con el otro del juego.

## RESERVA LÚDICA

La reserva lúdica en las relaciones intergeneracionales nos lleva a pensar en la trasmisión, en el legado, en el trascender. Cuando generaciones mayores, se encuentran con generaciones más jóvenes a través del juego se habilitan subjetividades, surgen intercambios, posibilitan aprendizajes, hay un ida y vuelta. Si se da la

bidireccionalidad, se valida lo intergeneracional. Las miradas, las complicidades, el tránsito de la palabra, transportan de la vivencia a la experiencia, accediendo a la sabiduría. Entran en circulación modos, estilos, lenguajes que aportan mayores, jóvenes y/o niños. Se nutren entre sí. Emergen identidades en esa trasmisión en juego, se conservan y se re-construyen en el andar, en el jugar. Hay un pacto que sobrevuela: donde se juega no hay sufrimiento, no hay padecimiento, se preserva al que juega, es un espacio protegido.

Retomo mi rol como psicogerontóloga, favoreciendo la aparición y el despliegue de deseo de jugar, si apelamos a la capacidad del ser humano de experimentar placer a través de la representación (imaginación radical, Castoriadis, 1975, atributo de la psique que permite elaborar un flujo constante de representaciones, afectos, deseos y situaciones) que justamente se despliega en el campo lúdico, donde se re-crea una nueva realidad. Donde se hace lugar a la capacidad re-creadora del sujeto que se transforma a través de la imaginación para crearse nuevamente.

Como psicogerontóloga, pensar dispositivos recreativos que favorezcan el desarrollo integral de las personas mayores. Diseñar, planificar y gestionar actividades intencionadas que propicien el encuentro con lo lúdico que el sujeto trae y posibiliten seguir ensanchando el mundo psíquico y fortaleciendo el mundo interno del mismo.

Jugar no tiene edad. El deseo de jugar aparecerá más allá de las funciones biológicas.

Jugar propiciará el despliegue de la subjetividad, de la identidad y su flexibilidad, favoreciendo el desarrollo y la fluidez de diversos factores protectores que permitirán arribar y/o sostener un envejecimiento satisfactorio.

Jugar preservará al sujeto en la autonomía de su deseo. Jugar es un derecho.

En este sentido, como psicogerontóloga, alentará la promoción de la salud, colaborando y favoreciendo a un “modo sano” de envejecer. (Principio de prevención)

En este tiempo de covid, de cuarentena, de distanciamiento físico, el ritual del encuentro con otro, con otros ha incorporado a las pantallas como grandes protagonistas. De pelearse con ellas, a tomarlas como aliadas. A jugar con ellas y a través de ellas.

Surgieron las propuestas: “Veo, Veo...”, una adivinanza, un tutti frutti, un cuento, un dígallo con mímica, tareareo la melodía, un relato ficcionado o no y tantas otras.

Durante el juego se abren compuertas inéditas, espontáneas, saludables, sabrosas, placenteras, de intercambio.

Por un rato distrajimos al virus. Le sacamos un rato de ventaja. Sumamos cuota de vida.

Cada una de las participantes se fueron adueñando de lo que iban generando. Porque cuando las sombras acechaban, tenían la posibilidad de apelar a estos recursos. Es posible el reencuentro con lo vital, con el otro que nos rescata del aislamiento y nos afianza en lo humano. No hay magia, es AMOR.

Finalizando aparece un: “Dale, un ratito más, por fis”... de vivir, se sentir, de estar, de prolongar el encuentro, la calma, la alegría, la paz y el amor.

Al terminar la ronda los jugadores ya no serán los mismos, se habrán RE-Creado una vez más.

La “visita” se puede concretar una y otra vez, sabiendo que el juego los vuelve a reencontrar.

Todo se ilumina cuando se provoca la invitación. ¿Jugamos?



¿Jugamos ?

Para cerrar....

Así como arrancamos, allá por Abril del 2020, con expectativas de avanzar en ese tiempo de incertidumbre, llegamos a casi 9 meses de compartirnos y acompañarnos, mirando P´alante!  

En el medio de todo esto, propiciamos la estimulación de la memoria, el lenguaje, la atención, el razonamiento, las praxias, las funciones ejecutivas y tantas otras funciones cognitivas.

✦ Trabajamos con los recuerdos cercanos, y aquellos más lejanos que a partir de una consigna hicieron el camino hacia la luz, fueron revividos y compartidos.

✦ Trabajamos con lecturas, escribimos, y reflexionamos sobre temas de actualidad y sobre el proceso de envejecimiento

✦ Celebramos cada fecha patria.

✦ Movimos el "esqueleto", en tiempos donde estábamos más quietas, favoreciendo la masa muscular.

✦ Cantamos, hablamos en japones, creamos.

✦ De origami, lo que quieran, ya somos expertas!!!

✦ En el invierno cada cocina era una fiesta compartiendo los platos del día, o todas esas cosas ricas que se hacían para la hora de la merienda. Cuando llegó la primavera, explotaron de colores nuestras macetas y jardines, y todas queríamos mostrarlo.

✦ Aprendimos que podemos jugar a través de una videollamada, que también así podemos crear un espacio lúdico lleno de vida.

✦ Los números y las cuentas, un amor-odio constante, pero que nos invita a razonar. Y cuanta satisfacción nos da cuando sacamos el resultado!!

✦ Nos compartimos nuestras familias y algunas historias de vida.

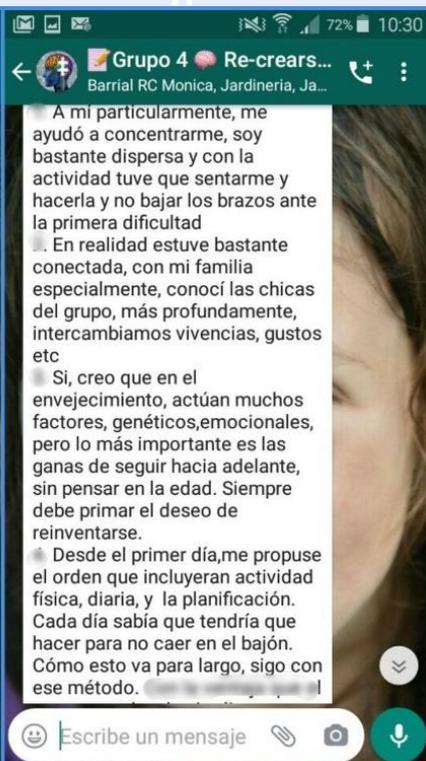
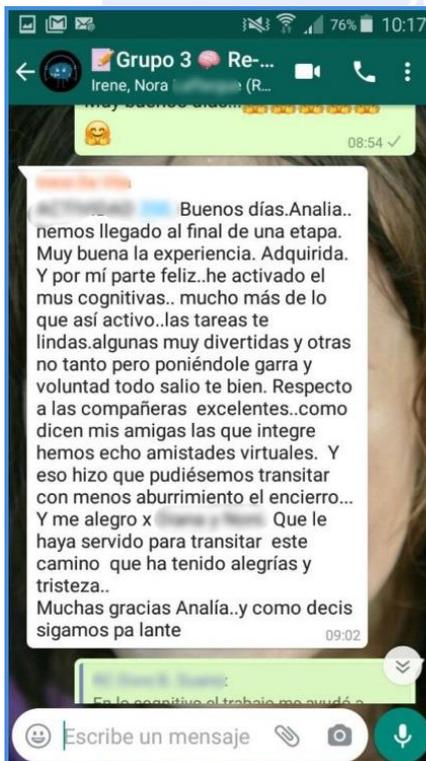
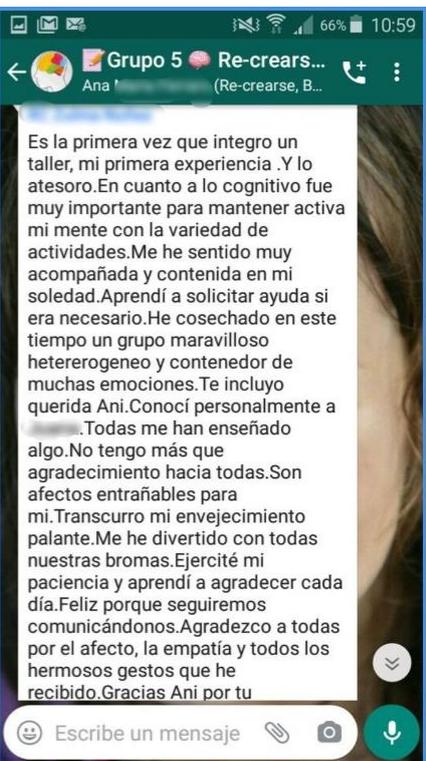
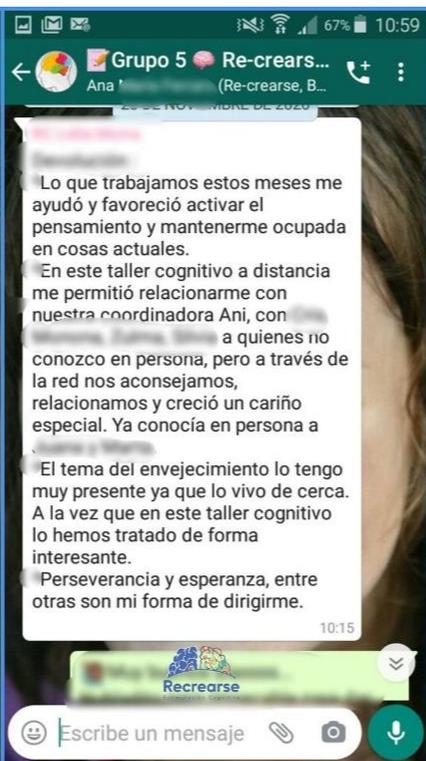
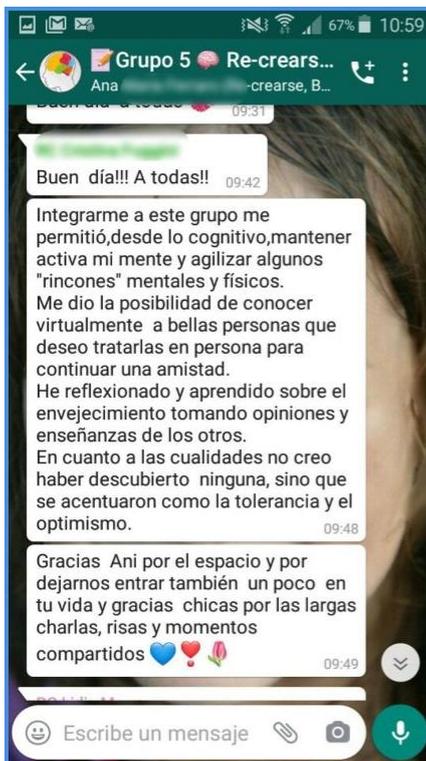
Y así transitamos todo este tiempo.

Casi 50 personas, acompañándonos, porque todas estábamos en cuarentena, con días buenos y otros no tanto.

Recibiendo nuevas vidas y despidiendo otras. Extrañando, pero apoyándonos mutuamente.

Reinó el respeto entre cada uno de los que participábamos y para con el espacio que construimos día a día.

Estábamos distanciados, pero no tanto, porque finalmente nos seguimos vinculando. Logramos no estar aislados!!!





**MUCHAS GRACIAS!!!**

Analia Elizondo

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Analia Elizondo

Lic. en Psicología (U.B.A.) – Especializada en PsicoGerontología (Univ. Maimónides)

M.P. 35.630

Mail: [elizondoanalia@gmail.com](mailto:elizondoanalia@gmail.com)

Cel.: 1160283383

Redes Sociales: @lic.analia.elizondo

-Tandil-

## Referencias Bibliográficas

Baca, M.; Vega. E. (2018) *El Envejecimiento desde un enfoque de determinantes sociales*. OPS, OMS.

Recuperado de:

[https://www.cepal.org/sites/default/files/news/files/ops\\_oms\\_maria\\_edith\\_baca.pdf](https://www.cepal.org/sites/default/files/news/files/ops_oms_maria_edith_baca.pdf)

Butler, R. N. y Lewis, M. I. (1973): *Ageing and Mental Health*. Positive Psychosocial and Biomedical Approaches, St. Louis, C. V. Mosby Co., 1982.

Cabaleiro I., Lombardo E., Monchietti A. y Sanchez M. (2000). Representaciones de la Vejez. *Revista Latinoamericana de Psicología* 32(3). Recuperado de:

[https://www.researchgate.net/publication/26595571\\_Representaciones\\_de\\_la\\_Vejez](https://www.researchgate.net/publication/26595571_Representaciones_de_la_Vejez)

Convención Interamericana sobre Derechos de las Personas Adultas Mayores. 15 de junio de 2015.

Recuperado de: <https://www.argentina.gob.ar/derechoshumanos/proteccion/convencion-interamericana-derechos-personas-adultas-mayores>

Cyrulnik, B. (2001). *La maravilla del dolor. El sentido de la resiliencia*. Granica.

Fajn, S. (2002). *Actividades y experiencias con adultos mayores el enfoque desde la recreación*. Ponencia a la Mesa Redonda: Abordajes desde la Psicogerontología. Universidad Maimónides. Buenos Aires, Argentina.

Indec: *Censo Nacional de población, hogares y vivienda 2010*. Jurisdicción Tandil. Recuperado de:

<https://www.indec.gob.ar/indec/web/Nivel4-CensoProvincia-3-999-06-791-2010>

Jasiner, G. (12 de Mayo del 2007). *Nociones fundamentales sobre Grupos Centrados en la Tarea*.

Recuperado de: <http://ingrupos.com.ar/textos.html>

Neugarten B. (1999). La Personalidad y el Proceso de Envejecimiento en. Los significados de la edad.

Herder.

Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*.

Recuperado de: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/97892406>

Rivas, M.E. (s.f.). *Coordinación de pequeños grupos*. Recuperado en: <https://docer.com.ar/doc/sx888se>

Salvareza, L. (1988). *Psicogeriatría. Teoría y Clínica. Viejismo. Los prejuicios contra la vejez*. Cap. 1.

Paidós.

Waichman, P. (2004). *Tiempo libre y Recreación. Un desafío pedagógico*. CCS.

Zarebski, G. (1990) *Lectura Teórico-Cómica de la Vejez*. Tekne Recuperado en:

Zarebski, G. (1999). *Hacia un Buen Envejecer*. Emecé – Planeta. Reedición. Universidad Maimónides, 2005.

Zarebski, G., Knopoff R. –compiladores- (2000). *Nuevos Viejos, viejos nuevos*. Capítulo: Jugar no es jugarse la vida. Consideraciones sobre el duelo y el juego en el envejecimiento normal, por Sergio Fajn. Tekné.

Zarebski, G. (noviembre, 2009). *Diversidades en la Psicogerontología*. [DIVERSIDADES. Subjetividad, cultura y poder. ] III Congreso Iberoamericano de Psicogerontología. Sao Paulo, Brasil.

Zarebski, G. (2011-c). *El futuro se construye hoy. La Reserva Humana, un pasaporte hacia un buen envejecimiento*. Paidós.

Zarebski, G. - compiladora -(2019). *La identidad flexible como factor protector en el curso de la vida*. Capítulo: Reserva Lúdica: la identidad flexible en juego en el envejecimiento, por Sergio Fajn. Editorial Universidad Maimónides.

Zinberg, N.E. y Kaufman, I. (1972). *Introducción. Cultura, personalidad y envejecimiento*. En N.E. Zinberg y I. Kaufman (Comps). *Psicología normal de la vejez* (pp. 23-24). Paidós

Analia Elizondo

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

M.P. 35630