

Redes sociales de adultos mayores que viven en situación de pobreza

LIVIA FLORES GARNELO

La señora CR llegó a Jalisco desde Michoacán hace más de 30 años para trabajar en una huerta; eligió vivir en Lomas de Tabachines, con esos espacios verdes que rodeaba un arroyo, alejada de la ciudad, entre cerros, una opción para quienes venían de otros estados. Hoy tiene casa propia con piso de cemento, con su hijo de 35 años, su nuera y dos nietos, en esta colonia ya sobrepoblada conformada por familias de bajos recursos económicos.

Un día común y corriente en su vida, la señora CR visita a su hija por la mañana, quien vive a pocas casas, donde se pasa la mayor parte del tiempo cuidando a sus nietos, mientras espera la noche para regresar a su hogar. Los viernes es cuando cambia su rutina, ya que asiste a un taller impartido por el Voluntariado Estamos Contigo, AC, en donde desarrollan diversas actividades y en la que desde hace más de 20 años está inscrita, en un principio para ayudarse con una despensa a un costo accesible.

Este testimonio nos relata cómo es la vida de un adulto mayor en Lomas de Tabachines, ubicada en el municipio de Zapopan, Jalisco, considerada una colonia marginada y con nivel de pobreza. Asimismo, CR es una de las 10.9 millones de personas mayores de 60 años en México, lo que significa que nueve de cada 100 mexicanos son adultos mayores (Inegi, 2012).

El Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (Coneval, 2014) indica que 45.9% de los adultos mayores se encontraban en situación de pobreza y 8.5% en pobreza extrema, lo cual habla de que uno de cada dos adultos mayores cuenta con un ingreso inferior o igual al valor de una canasta básica, quienes buscan otras formas de generar ingresos y obtener apoyos para solventar sus necesidades.

Los adultos mayores actuales participan en los hogares mexicanos: en 64.2% de ellos los hombres son jefes del hogar, en 34.6% son sus cónyuges (mujeres) y solo en 1.2% lo hace un hijo o una hija; asimismo, uno de cada dos adultos mayores (51.7%) que cohabita en un hogar ampliado o compuesto es considerado como jefe del hogar (Inegi, 2012), lo que habla de su influencia en la familia y del rol que conservan, así como su grado de influencia al tomar decisiones.

La familia se vuelve el eje central en la vida de los adultos mayores, puesto que brindan un soporte emocional, económico y social, en la que ellos tienen historia y referencia. La familia crece, los hijos tienen parejas, hijos, los cuales a su vez tienen más hijos, lo que hace que los sistemas familiares se complejicen.

Sin embargo, los adultos mayores se enfrentan en sus familias a problemas de rechazo, la impaciencia de las nuevas generaciones, la adaptación de las pérdidas, la confusión de los roles y su adaptación en familias extendidas. Uno de los retos en la vejez es la búsqueda de una nueva identidad, una compañía que produzca placer, así como una experiencia significativa (Estrada, 1997).

La familia forma parte de su eje central, ya que hay pocas oportunidades de establecer nuevos vínculos y obtener nueva información de sí mismos a través de otra persona. Sluzki (1998) explica que para un individuo que pasa por el último tercio o cuarto de su ciclo vital, su red social se contrae a causa de que sus vínculos se reducen por la muerte, migración o el debilitamiento de los miembros, y las oportunidades o motivaciones para renovar esta disminuyen progresivamente.

Tanto las redes sociales como la integración social y familiar son importantes para la identidad y salud del anciano. La ampliación de sus vínculos por la asistencia a cualquier tipo de actividad estimula estas redes al aumentar los recursos del adulto mayor y tener un efecto en su relación con la familia y las personas a su alrededor. A este respecto surge la interrogante: ¿cuál es el cambio reportado en las redes sociales por adultos mayores que asisten a un taller de la asociación civil Voluntariado Estamos Contigo de Lomas de Tabachines?

Este estudio permite una mayor comprensión de los adultos mayores en los hogares, ya que, así como las personas están envejeciendo, las familias también y por ende la población mexicana en general.

ENVEJECIMIENTO

Este es un proceso natural de los seres vivos. Ceberio (2013) define el envejecimiento como el conjunto de cambios que ocurren en los sistemas biológicos como resultado del paso del tiempo. Esta etapa del desarrollo humano es un estado gradual de cambios degenerativos que se manifiestan en el plano fisiológico, bioquímico y psicológico; no es una enfermedad y no por fuerza viene acompañada de angustias y padecimientos, contrario a lo que se cree de que la vejez es equivalente a enfermedades, sufrimiento y deterioro mental.

Ceberio (2013) coincide en que hay enfermedades que se presentan en este periodo, así como una mayor predisposición a ciertas afecciones, casi de la misma forma que las específicas a la infancia. Los autores indican que uno envejece desde que nace, que es un proceso natural, inevitable, parte de la vida misma.

Ahora bien, los recursos de adaptación en los adultos mayores se vuelven cada día más confrontados por diferentes factores: un cuerpo diferente al que estaban acostumbrados, falta de reflejos, de energía, cambios en la alimentación, enfermedades, variación en su memoria y atención, desgaste sensorial; se enfrentan a la adaptación de nuevas

organizaciones familiares, generacionales y formas de convivencia familiar, así como redes sociales y de apoyo limitadas, pérdidas familiares y de amistades, de roles, poder económico y sensación de poca productividad. Ceberio (2013) menciona que a lo largo de la vida van disminuyendo los recursos de adaptación del ser humano, lo que contribuye a tensiones emocionales, cambios de humor, depresión y angustias no solo por variaciones del contexto sino por las propias limitaciones que impone la vejez.

LA FAMILIA EN LA VEJEZ

En la vejez, la familia constituye la más importante red de apoyo social, por lo que su satisfacción suele ser medida por la relación con los hijos y el resto de los miembros de la familia. Hay en juego expectativas mutuas entre padres e hijos donde operan muchos de los nuevos conflictos intergeneracionales (Eguiluz et al, 2003).

La relación entre los abuelos y nietos puede llegar a ser muy significativa debido a que no hay responsabilidad como es con los hijos en la manutención y crianza, lo cual favorece alianzas especiales. Estos vínculos contribuyen a la colaboración intergeneracional padres-hijos, abuelos-nietos, abuelos-bisnietos, que forja redes de apoyo que conforman una modalidad diferente de sociabilidad familiar que también implica intercambio en bienes y servicios.

Por otra parte, Kalish (1996) menciona que los hijos que han alcanzado la mediana edad por lo general les ofrecen diversos tipos de apoyos económicos, emocionales, cuidados en tiempos de enfermedad y ayuda para mantener la casa. A su vez, las personas mayores colaboran por medio de aportaciones de tipo material, afectivo y en servicios a los miembros más jóvenes.

Las familias envejecidas cuentan con características distintas a aquellas jóvenes, ya que manejan otro tipo de jerarquías, roles y tratamientos; se encuentran en etapas del ciclo de vida donde atra-

viesan cambios y crisis, ya sea por edad, sucesos o problemáticas personales. Algunos factores que hacen que su relación se complejice son: la partida de los hijos, la viudez, el retiro, las enfermedades, ser abuelos y la muerte.

PAREJA EN LA VEJEZ

Las parejas de adultos mayores pertenecen a otras épocas: cuando fueron formadas bajo algún tipo de convenios, se casaron jóvenes con la opción que tenían a la mano, muchos no lograban una mayor intimidad y donde las relaciones con la familia ampliada, los amigos y el vecindario era fundamental. Por lo general, la diferencia de edades en la pareja era de cinco, 10 o más años, siendo el marido el mayor. Para estas parejas, el nacimiento y la educación de sus hijos era el vínculo más importante entre los cónyuges (Camdessus, Bonjean & Spector, 1995).

Las parejas en las que el marido tiene mayor edad que la mujer pasan por la transición de la jubilación y su incorporación al hogar, lo que involucra una reorientación de valores meta y la redirección de energías, cuando la mujer tiene que atender a su esposo, compartir su tiempo, ya que el hombre por lo general interfiere en las labores que él había aprendido a hacer sola (Rage, 1997).

Así también, cuando se produce la muerte de uno de los cónyuges, se pasa por el sufrimiento de la pérdida, no solo por la misma aflicción sino por los cambios en el rol familiar, la falta de compartimientos y la insatisfacción sexual, entre otras causas (Kalish, 1996).

En cuanto a las relaciones de pareja posteriores a la muerte del compañero, se dan con mayor frecuencia en hombres que en mujeres, porque ellos tienen mayores oportunidades de encontrar mujeres más jóvenes dispuestas. En cambio, ellas suelen centrar su atención y cuidado a sus hijos. Por otro lado, se da el caso de que el adulto mayor tenga problemas con los hijos en la aprobación de su nuevo matrimo-

nio, por lo que esto, aunado a las restricciones económicas, son factores que contribuyen a que su relación sea en unión libre (Rage, 1997).

LA RELACIÓN CON LOS DEMÁS

Como se ha mencionado, la mayoría de los ancianos tiene como eje central a la familia. Así, quienes descuidaron otros lazos sociales se quejan de soledad; en cambio, las personas que tuvieron un círculo más amplio no ven a esta como un aspecto vital e imprescindible (Lehr, 1980, en Rage, 1997).

Sluzki (1996) menciona que la red social de los adultos mayores se contrae a causa de la falta de oportunidades para renovarla, a la vez que disminuye progresivamente la motivación y energía para mantener los vínculos activos.

La gente mayor se ve replegada cada vez más en las relaciones familiares, pero cuentan con amigos que neutralizan o contrapesan las viejas historias de lealtades, deudas y supuestos de retribución que tienen con sus familiares. Sin embargo, los anclajes de su historia personal se desvanecen cuando comienza la desaparición de vínculos con personas de su misma generación. Se puede decir que los viejos tienen menos ocasiones sociales para hacerse de nuevos amigos, aunque también un número menor de ellos están accesibles para generar nuevas relaciones.

RED SOCIAL

La red social es un grupo de personas, ya sean miembros de la familia, vecinos, amigos, entre otros, quienes son capaces de aportar una ayuda y un apoyo real y duradero a un individuo o una familia. Sluzki (1998) la define como la suma de todas las relaciones que un individuo percibe como significativas o diferenciadas de la masa anónima de la sociedad, que contribuye a su propio reconocimiento como individuo e imagen en sí.

TABLA 3.1 MODELO DE RED SOCIAL DE SLUZKI

Áreas / cuadrantes	Círculo interior de relaciones íntimas	Círculo intermedio de relaciones personales con menor grado de compromiso	Círculo externo de conocidos y relaciones ocasionales
Familiares	De contacto cotidiano	Familiares intermedios	Familiares lejanos
Amistades	Cercanas	Relaciones sociales	
Relaciones laborales o escolares		Profesionales	Conocidos de la escuela o el trabajo
Relaciones comunitarias o de credo			Buenos vecinos Co-feligreses

Fuente: elaboración propia con base en Sluzki (1998).

Modelo de red social de Sluzki

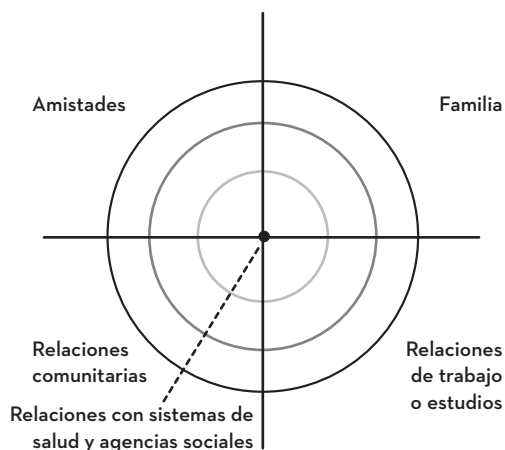
La red social que define este autor se puede registrar en forma de un mapa mínimo, en el que incluye a todos los individuos con los que interactúa una persona. Puede ser sistematizado en cuatro cuadrantes que se extienden en tres áreas (tabla 3.1).

El conjunto de personas señaladas en este mapa constituye la red social personal del informante, que puede ser evaluada en términos de sus características estructurales, funciones de los vínculos y atributos de cada uno de ellos. Este mapa constituye un registro del momento construido por el informante.

Características estructurales de la red social

Para Sluzki (1998), las características estructurales de la red proporcionan datos más detallados y se observa el beneficio de esta en la persona (tabla 3.2).

FIGURA 3.1 MAPA DE RED SOCIAL



Funciones de la red

Están determinadas por el tipo de vínculo e intercambio interpersonal (tabla 3.3).

OBJETIVO GENERAL

Analizar los cambios reportados en la red social de adultos mayores que asisten al taller de la asociación civil Voluntariado Estamos Contigo de la colonia Lomas de Tabachines.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Analizar las redes sociales de los adultos mayores que asisten a los talleres de la asociación civil Voluntariado Estamos Contigo a través de la identificación de las siguientes áreas de la red definidas por Sluzki (1998):

TABLA 3.2 CARACTERÍSTICAS ESTRUCTURALES DE LA RED SOCIAL

Características	Descripción
El tamaño	Se refiere el número de personas en la red; aquellas de tamaño mediano son más efectivas
Composición	Proporción del total de miembros de la red está localizada en cada cuadrante y círculo
Dispersión	La distancia geográfica entre los miembros, la facilidad de acceso o contacto para generar comportamientos afectivos
Homogeneidad / heterogeneidad	Según edad, sexo, cultura y nivel socioeconómico
Atributos de vínculos específicos	Compromiso y carga de la relación, durabilidad e historia en común
Tipo de funciones	Las funciones cumplidas por cada vínculo y por el conjunto son: compañía social, apoyo emocional, guía cognitiva y consejos, regulación social, ayuda material y de servicios y acceso a nuevos contactos

Fuente: elaboración propia con base en Sluzki (1998).

- Analizar el grado de cercanía (íntima, intermedia y externa) en los círculos de las relaciones de los adultos mayores que asisten a los talleres de la asociación civil Voluntariado Estamos Contigo.
- Analizar la estructura de la red de los adultos mayores que asisten a los talleres de la asociación civil Voluntariado Estamos Contigo.
- Analizar los tipos de funciones de las redes sociales de los adultos mayores que asisten a los talleres de la asociación civil Voluntariado Estamos Contigo.

TABLA 3.3 FUNCIONES DE LA RED

Compañía social	Estar juntos o realizar actividades conjuntas
Apoyo emocional	Poder contar con la resonancia emocional y la buena voluntad del otro
Guía cognitiva y consejos	Compartir información personal o social
Regulación social	Interacciones que recuerdan y reafirman roles
Ayuda material o servicios de salud	Colaboración específica de un experto, incluyendo los servicios de salud
Acceso a nuevos contactos	La apertura para conectarse con otras personas y redes que no eran parte del individuo

Fuente: elaboración propia con base en Sluzki (1998).

METODOLOGÍA

Diseño metodológico

Se utilizó un estudio con un método cualitativo con diseño observacional, un tipo de estudio descriptivo de corte trasversal, donde se recolectaron los datos en un solo momento y no se manipularon variables; se abordó a partir de un marco interpretativo desde el enfoque sistémico.

Población

Las participantes fueron adultos mayores que asisten al Voluntariado Estamos Contigo (VEC), el cual tiene presencia en 23 colonias de la zona metropolitana de Guadalajara (ZMG), agrupadas en 11 centros comunitarios, donde mensualmente atienden a 1,202 familias. Como parte de la población atendida por VEC, 428 personas pertenecen al grupo de la tercera edad, con un grupo en cada centro, los cuales se

reúnen cada semana y reciben una capacitación de acuerdo con las necesidades específicas de su edad y condiciones de vida, a quienes se apoya con una despesa mensual de bajo costo que corresponde a su asistencia al taller.

En la comunidad de Tabachines están inscritas 110 personas, de las cuales 40 corresponden al grupo de tercera edad mayores de 60 años; hay quienes asisten con regularidad y otras están exentas por alguna discapacidad, enfermedad o situación especial.

La muestra del estudio fue de seis asistentes que cumplieran con los criterios de inclusión; se eligió una de tipo no probabilístico por conveniencia, debido a la facilidad de acceso al grupo de adultos mayores del VEC en la comunidad de Lomas de Tabachines.

Por medio de una entrevista no estructurada a profundidad, se identificará la estructura de la red social y los cambios percibidos del adulto mayor.

Criterios de selección

Criterios de inclusión

Personas mayores de 60 años o más que asisten al taller de tercera edad perteneciente al VEC de Lomas de Tabachines durante 2014 y que acepten participar en la investigación.

Criterios de exclusión

Asistentes del grupo menores de 60 años; adultos mayores que hayan asistido menos de cinco sesiones al taller del VEC o se encuentran fuera en el control de asistencia por algún tipo de enfermedad o permiso; adultos mayores que no asisten al taller o pertenezcan a otra de las comunidades en las que se imparte el taller; adultos mayores que no aceptaron participar en el estudio.

RESULTADOS

Datos demográficos

El 100% de los participantes son mujeres, 33% son de otros municipios de Jalisco, 33% de Michoacán, 17% de Guanajuato y 17% de la ZMG. Todas las participantes tuvieron hijos, la que más, diez, y la que menos, dos.

De las entrevistadas, 33 % son casadas, 33% se encuentran separadas y 33% son viudas. Las casadas viven con sus esposos, hijos y nietos; asimismo, 67% comparten su casa con más de dos hijos y nietos y 33% vive con un hijo y nietos. Ninguna de las participantes trabaja. Cuatro participantes han asistido a este taller de uno a nueve años, una por más de 10 años y otra más de 20 años. Cabe destacar que dos participantes son madre e hija.

Área de la red social

Círculo de relaciones íntimas

Las participantes que todavía cuentan con su esposo refieren que estos tienen algún problema de salud relacionado con una incapacidad física; uno tiene un trabajo informal y está pensionado y el otro ya no trabaja, por lo que se encuentran en casa la mayor parte del tiempo. En algunos casos, las hijas comparten su casa, y de esta forma el contacto es cotidiano. Con relación a los nietos, si bien se ven con frecuencia, hay mayor relación con aquellos que habitan en casa de ellas, ya sea por la función que tienen en el hogar o la edad de los nietos. Llama la atención que son pocas las que tienen contacto cotidiano con algún hermano.

TABLA 3.4 DATOS DEMOGRÁFICOS DE LA MUESTRA

Datos demográficos	E1	E2	E3	E4	E5	E6
Edad	72	61	60	63	86	73
Origen	Venustiano Carranza, Michoacán	Ciudad Guzmán, Jalisco	Tlaquepaque, Jalisco	León, Guanajuato	Ayotlán, Jalisco	Michoacán
Años viviendo en Guadalajara	42	42	39	57	33	31
Hijos	8	6	10	8	8	2
Edo civil	Viuda	Separada	Casada	Casada	Viuda	Separada
Trabaja actualmente	No	No	No	No	No	No
Ocupación en casa	Trabajo en casa	Trabajo en casa, armadora	Lavaba y plancha	Ama de casa	Ama de casa	Trabajo en casa
Con quien vive	Dos hijos y nieta	Dos hijas y dos nietos	Esposo y tres hijos, dos nietos	Esposo, tres hijas y 11 nietos	Hija y yerno y tres nietos	Un hijo, nuera y dos nietos
Años asistiendo al taller de VEC	20	1	5	3	4	10

Círculo intermedio

Las participantes tienen visitas poco frecuentes de los hijos, ya sea porque viven fuera de la ciudad, en otra colonia o incluso viviendo cerca. Una participante hace mención de que vive con un hijo, pero, por diferencias con su nuera, prefiere no tener contacto con ellos.

En cuanto a las amistades, la mayoría reportan tener una o dos personas como amigas, de las cuales solo dos son de la colonia y el resto de algún grupo social al que asisten.

Círculo de relaciones externas

Además de asistir al VIC, la mayoría va al DIF Zapopan, al centro de salud y a otro grupo en un templo, ya que la mayoría va a la iglesia.

Mencionan tener familiares que viven en otras ciudades o incluso en Estados Unidos, con quienes mantienen un trato lejano, además de que una participante menciona que cuando la familia crece, aumentan los problemas y prefiere centrarse con la más cercana.

Estructura de la red

El tamaño de la red de las participantes es reducido, se enfocan en su familia; la mayoría de sus miembros vive en la misma colonia o en una aledaña. Algunas participantes tienen hijos que viven en otros municipios de la ZMG, dos tienen un hijo en otro estado y una en Estados Unidos.

Las adultas mayores participantes, todas con un nivel socioeconómico bajo, tienen hijos con pareja, pero en algunos casos están separados; también las hay con hijas madres solteras y solo en tres casos tienen hijos solteros. Por otra parte, la mayoría tiene nietos pequeños o en edad escolar, mientras que dos tienen bisnietos y una, tataranietos.

Algunos de los hijos de las participantes ejercen compañía social, apoyo emocional y material, sin embargo, así como comparten una historia familiar duradera, para algunas hay una percepción de poca reciprocidad.

Ni uno [de sus hijos], que diga yo, este... me apoya en esto... este me apoya en el otro; ni cuando estoy enferma (GG).

Tipos de funciones

Compañía social

Las participantes conviven con sus hijos, que por lo general son mujeres, y hacen labores de hogar como preparar comida; o se quedan en sus casas, donde permanecen solos o cuidan a sus nietos.

En la semana estamos solos porque se van a sus trabajos, ya llegan en la noche y bien hambreados, y ya se nos pasan volando las horas, ya cuando menos acordé ya son las diez, diez y media o las once (GA).

Pues ya de aquí [su casa] me voy ya nomás voy a salir, pues nada más que ahí y ya [casa de su hija] Ya convivo con los nietos y ya cuando me enfado con ellos, ya me meto a mi cuarto y ya me encierro y ya no es para estarme encerrada. Aquí con mi hija nada más voy tres días por semana, que es lunes, miércoles y viernes, y el viernes hasta que salgo de la plática de ahí abajo, ya llego aquí a cuidar al niño, ya hasta que se va el niño a la escuela, ya me voy para la casa (CR).

Aquí convivo con estos nietos, pues, así como si fueran aquí míos (EA).

Apoyo emocional

De las entrevistadas que cuentan con esposo, una comenta que de él recibe apoyo emocional a través de pláticas y le provee consejos.

Entonces, nadie sabe más que nosotros aquí porque no hay necesidad que sepa la gente cómo vive uno; entonces yo de él nada más... nada más de él dependo (GA).

Por otra parte, la mayoría percibe que recibe apoyo de parte de sus hijas, principalmente a través de pláticas donde informan acerca de sus problemas.

Las dos [sus hijas] son las que se preocupan más (DG).

Y agregan que no hay alguien que les pregunte sobre su estado de ánimo.

Para mí todos son igual; necesito decirles y esto y el otro, u ocupo esto. Unos me ponen peros, otros no (GG).

En mi casa no hay quién me pregunte cómo estás, ya te dormiste o ya te levantaste, nomás así. No hay mucha comunicación porque ella [la nuera] es muy celosa (CR).

Guía cognitiva y consejos

Algunas participantes comentan que han ayudado a sus hijos en problemas económicos, ya que todas han proporcionado casa a sus hijos; los que están en casa, por lo general, han tenido experiencias de separación y regresan a casa de los padres con sus hijos.

Por otra parte, las entrevistadas ayudan en el cuidado de sus nietos y son vistas como figuras de autoridad, lo cual llega a ser una causa de conflictos con sus hijos.

Regulación social

Las participantes han sido cuidadoras de alguno de sus nietos y ante problemas han auxiliado a sus hijos, ya sea de forma económica o emocional.

Mi hija, la mamá de esta niña, quedó viuda y se recogió con nosotros; más bien la recogimos nosotros; le dijimos: “No tiene caso, hija, el estar batallando con tus criaturas, mejor quédate con nosotros”, y aquí la ayudamos; yo un rato se los cuido, un rato se los cuida otra muchacha, y así estamos (GA).

En algunos casos, informan que los hijos les dicen que las apoyan en algunas responsabilidades y motivan a realizar alguna actividad.

Ellas, que me animaron porque sienten que es un trabajo que, como lo he hecho toda la vida... ellas sentían que como que me hacía falta que yo regresara a laborar en algo de lo que a mí me gusta hacer (ER).

En la mayoría de los casos, las entrevistadas les brindan algún tipo de orientación.

Platico con ellos, les digo que tienen toda la vida por delante. “Mírenme a mí, rodé, sufrí y me casé, y tu padre un tiempo fue bueno conmigo y ya después se hizo malo, y todavía aquí estoy y él se fue y me dejó, y miren aquí estoy; por algo se hacen las cosas, hijos. No, ustedes no pierdan la fe, primero dios y para adelante; primero él y ustedes no me fallen”, dije; nomás no me vayan a agarrar otras cosas, eso sí, porque tal vez ahorita ya están viejos y dios ha sido bueno conmigo (GG).

Las participantes ayudan en la economía de su casa ya sea a través de dinero o despensas. En dos casos del estudio, todavía tienen un hijo dependiente: uno por tener síndrome Down y en otro porque va a la universidad.

La ayuda física y de servicios la reciben por diversos medios: en los centros de salud en donde les dan medicina o consultas a bajo precio;

otras tienen seguro social, por su esposo o hijos, y la mayoría tiene el apoyo gubernamental Oportunidades; asimismo, unas tienen apoyo del DIF y todas asisten al taller del VIC, que cada mes les vende una despensa a un precio simbólico.

Acceso a nuevos contactos

De las entrevistadas, algunas tienen apertura a personas que no forman parte de su familia; suelen quedarse en casa la mayor parte del tiempo y salen cuando tienen alguna necesidad.

Un defecto que tengo [es que] no me abro con todas las personas (ER).

No tengo [relación] con mis vecinos; yo, así me verás, encerrada a mí, yo no salgo ni tengo comunicación con la gente porque no se presta (GA).

Yo ahora últimamente conozco amigas que nos platicamos, que nos juntamos allá en el DIF (DG).

Cambios reportados en el círculo interno, intermedio y externo

Los cambios observados son en su mayoría en el círculo de relaciones íntimas de las participantes, quienes comentan que consideran a los talleres como un rato en el que se distraen; la mayoría habla con sus hijos de lo que ahí acontece y practican los ejercicios físicos recomendados.

Llego y estoy pensando en eso [lo que vio en el taller] y digo yo, si no tuviera ese ratito de distracción y luego que vengo y les cuento a mis hijos... bueno, a los que están aquí; a veces están cenando y llego, así me pongo la silla ahí, y están cenando y están comiendo y empiezo a platicar; sacan algo parecido, algún tema, alguna

cosa y ya les digo: “Fíjense en la junta de este modo y este otro y este otro”; ya se quedan viendo: “No, ya va a empezar a explicar”, y ya se ríen y todo, pero no que diga yo como otras veces que me dicen: “¡ya pues, si eso te lo dicen a ti pues ya!”... Y no, ya no, ya ahora sí me ponen atención, ya va a empezar la explicación así, aunque sea vacilando, pero sí me oyen (GG).

Las que viven con su esposo hablan del taller. Una reporta que este ha cambiado favorablemente desde que asiste:

Mi esposo, ese sí ha sido un cambio; un cambio para mí favorable, porque inclusive ahora que está con su rehabilitación y eso, ha estado muy paciente; ya no reniega tanto porque era una persona de mucho, de mucho renegar, no solo de que se le molestara, no que renegaba que hay mucho ruido, que esto, que el otro... Noo, se ha vuelto más paciente, inclusive convive más con los nietos ya, y yo vengo le digo “fíjate”, y ahora cuando llego, me dice: “¿Ahora qué hicieron?”. Y que esto, y te digo, ya me pongo a platicarles, y sí me ha favorecido también dentro de la familia. Si no quieres a grandes rasgos, pero sí ha sido un cambio familiar (ER).

La mayoría menciona cambios internos, donde hacen las cosas diferentes, se sienten distintas con respecto a sí mismas y con los demás.

Siento yo que a lo mejor mi familia no, pero la que he cambiado soy yo; ahí de paso nos vamos, ¿verdad? Al principio, como mi salud está deteriorada, ¿verdad?, pero estaba más, se puede decir, hasta me quedaba dormida en las pláticas y así, y un día pues se reían algunas compañeras y una de las maestras les dijo que a mí me sucedía eso porque estaba enferma; entonces yo me sentí como apoyada para... así como un poco de afecto... ¿me entiendes? Así lo sentí. Entonces, yo misma me dije: “Voy a poner más cuidado”, ¿verdad? Porque si de verdad ese día que la maestra les dijo que... no que no se rieran

sino que a mí me pasaba eso por mi enfermedad, y sí, la verdad que sentí eso como un poco de cariño, de afecto y me sentí como acogida por ella. Y después de esa clase empecé yo, a lo mejor vieja y ya a lo mejor tarde, a reaccionar que no era una tonta, que no era una tonta como querían hacerme creer que yo era (ER).

Ya estoy con más valentía, como que ya no estoy tan apachurrada, tan triste como me sentía más antes porque, como te digo, yo de la nada lloraba, de nadie nada platicaba y luego lloraba; como que traía mucho estrés, como que traía... Pero ya de tanto ir, de tanto ver, las pláticas que nos da Mago y todo eso a mí me ha servido. Porque yo les digo, “no pues yo esto, yo el otro, yo aprendo esto, aprendí esto, el otro y lo más principal”. Ya no soy como era antes de maldicionenta, de perrucha, como luego dicen, para que mejor me entiendas. Mi familia dice que está bien que vaya, que ocupe mi mente. Le platico a mi hija y pocas veces a mi hijo lo que yo veo. Mis nietos me preguntan qué hice en el templo (CR).

Porque de perdis dicen ellos mismos: “Pues qué bueno pues, eres libre, vete a donde tú quieras, si quiera no estás aquí encerrada”; porque sí se distrae uno yéndose a un lado y que se quede el que-hacer, como el jueves [que va al DIF] Yo ahí que se quede, yo ya me voy; este muchacho es el que se va a la prepa, pero como era el lunes, no va; pero me dice [que] si no alcanzo a hacer nada para comer, “yo ahí me como lo que caiga” (DG).

Son escasas las participantes que conocen más compañeras del grupo y adquieren algún tipo de relación con alguna.

De perdis conoce uno más amigas, más de compañeras que van ahí. Yo antes no saludaba a nadie que no conocía, pues si ellas no me saludan pues ni yo tampoco. Y ya ahora cualquiera me saluda, porque cuando no las conozco en algún lado, los conozco verdad (DG).

Finalmente, una participante reporta que habla más con las personas de su grupo y tiene mayor participación en el taller, mientras que dos mencionan que sienten afecto hacia los que dirigen el grupo.

Nos tratan con mucho cariño; entonces, ahí encontramos lo que en nuestra casa no nos dan, y venimos a vivirlo a nuestra casa, y abrazarnos de eso que traemos para aquí sentirnos... sentirnos otra persona, sentirnos otra cosa, sentirnos que sí tenemos algo que podemos dar y compartir también (ER).

CONCLUSIONES

Áreas de la red social

El círculo de relaciones interno e intermedio de las seis personas entrevistadas es su familia, la cual está compuesta principalmente por los hijos y nietos. Esto quiere decir que la familia es su principal círculo significativo, donde presentan vínculos estrechos, aunque no con todos los miembros, ya que son escasos los que frecuentemente conviven con ellos, lo cual hace que unos familiares sean parte de su círculo intermedio, y contados los de su círculo interno. Los entrevistados perciben a estos familiares como su soporte afectivo directo.

Los lazos de ayuda de las participantes se mantienen con el contacto frecuente y las emociones recíprocas; ellas visitan a sus familiares y son visitadas, lo que hace que tengan una mayor posibilidad de supervivencia que aquellas que no tienen contactos.

Por lo general, no cuentan con una amistad más allá de la familia, además de que estas son ocasionales. Así, para el adulto mayor la familia es su eje central, con pocas ocasiones para ejercer espacios de amistad; a pesar de que ubican a personas de su colonia, pocas veces se convierten en amistades: los amigos se vuelven cosa del pasado.

En su círculo externo, la mayoría de las participantes asiste a más de un grupo social, lo cual se da por algún tipo de conveniencia como recibir descuentos en servicios o una despesa.

La asistencia al taller se debe principalmente a los beneficios materiales obtenidos, más que por hacer amistades o conocer nuevas personas, por lo que los adultos mayores no llegan a intimar con sus compañeros, aun cuando ya han compartido el mismo espacio por varios años.

Los resultados reflejan en algunos casos que estos ejercen su rol como padres, donde protegen de alguna forma a los hijos que por alguna circunstancia regresaron o se quedaron a vivir con ellos, lo que da como resultado una complementariedad, ya que estos les retribuyen. Sin embargo, los adultos mayores no sienten esta reciprocidad, si bien creen que su responsabilidad es aportar a la casa como antes, por lo que asisten a los grupos sociales a obtener la mencionada despesa.

Estructura de la red

Su red está orientada hacia la familia, por lo que es una red pequeña, donde los hijos son acogidos por los entrevistados, quienes le ayudan en las responsabilidades del cuidado de los nietos. Sin embargo, a pesar del crecimiento de los hijos, quienes ya son unos adultos, el rol de autoridad que tenían los adultos mayores se sigue manteniendo.

Los adultos mayores siguen teniendo influencia y mandato como jefes del hogar. Sin embargo, con las casadas, la dinámica es diferente porque los esposos tienen un mandato mayor; en un caso, el marido todavía sigue siendo el proveedor económico, y en dos casos este es una compañía social y colabora en el cuidado de los nietos.

Tipos de funciones

Para las participantes, la familia es una importante red de apoyo social, y sus expectativas y satisfacción de vida suelen estar medidas

por la relación con sus hijos y demás miembros de la familia. Se observa una ayuda intergeneracional dentro de sus posibilidades: las participantes no solo reciben ayuda sino que aportan ya sea un bien material, como su casa o la despensa, o económico, como una pensión o aportación gubernamental, y un bien afectivo, su cariño y cuidado.

Los hijos que no viven con ellas, las visitan de vez en cuando y ellas les brindan algún tipo de apoyo y hacen mención de que, aunque ya hicieron su vida, todavía siguen participando como madres al ayudarles en algún problema de carácter económico o social. En algunos casos, creen que hace falta más atención de los hijos en cuanto a cómo se encuentran ellas, ya que sienten que el soporte afectivo no es del todo recíproco.

La mayoría habla de sus hijos y nietos, pero pocas veces comentaron la existencia de una relación estrecha con sus nueras o yernos, lo que indica que es lejana. Mencionan a los nietos como parte de su vida cotidiana, y en parte como una responsabilidad debido a que están bajo su cuidado. Los abuelos se involucran en gran medida con ellos, establecen una alianza, prestándose a gozar un vínculo especial.

Las participantes que reciben soporte económico, hace que tengan que convertirse en dependientes de sus hijos, y estos encuentran ayuda complementaria en la asistencia de sus padres, ya sea en el cuidado de sus hijos, en las colaboraciones en casa, etc. Por lo general, las participantes tienen una mayor relación con alguna de sus hijas, donde la madre se recarga en cuanto a sus necesidades de apoyo emocional; mantienen un vínculo estrecho, donde se dan consejos y se llegan a apoyar económicamente.

Cambios

Los cambios que reportan las participantes son sobre todo en ellas, en su persona, forma de actuar y de dirigirse con su familia; estos corresponden a las percepciones, es decir, acerca de la realidad, lo que se va percibiendo a través de las pláticas que hacen con sus familiares, los

consejos y aprendizajes que adquieren en los espacios que otorga el taller.

Ellas indican que con la familia conversan lo que perciben y aprenden, y que en ocasiones les sirve para seguir siendo una guía en los consejos que dan a sus hijos o nietos. Distinguen que hay cambios debido a que los hijos les preguntan cómo les fue en el taller o inclusive solo los escuchan hablar de él, haciéndose partícipes de sus aprendizajes. Es posible que estos cambios fomenten mayor convivencia en la familia, al añadir nueva información que haga que esta cambie su dinámica de alguna forma.

Para algunas, el taller les provee un afecto al hacerlas sentirse apoyadas, soportadas por quienes lo imparten; mencionan valentía, valoración y cariño, se sienten soportadas, lo que las hace tener una mayor participación en el taller.

Asistir a un grupo social o una actividad les proporciona vínculos con gente de su misma generación, por lo que a pesar de que son contados los cambios que han reportado a través de los grupos, generan una oportunidad para refrescar la red social al aumentar espacios que neutralicen los anclajes en sus relaciones familiares, diversificando espacios de apropiamiento y círculos de relaciones.

Discusión

Como afirma Sluzki (1996), la gente mayor se ve replegada cada vez más en las relaciones familiares, y los esfuerzos para ampliar su red necesitan mayor arrojo y energía que no están dispuestos a dar, por lo que los cambios en sus círculos son escasos.

Esta investigación tiene aciertos al confirmar lo dicho por Sluzki; sin embargo, sería interesante observar una muestra más grande en las otras comunidades donde imparte el Voluntariado Estamos Contigo para observar si hay mayores cambios en su red.

Asimismo, se puede hacer un comparativo de los cambios en las redes sociales de los participantes según su tiempo de asistencia, con

el fin de conocer si tiene que ver con el tiempo en el taller o no es significativo; incluso, podría indagarse si las nuevas generaciones son un factor para ampliar su red o no generan influencia.

Como afirma Estrada Inclán (1997), la vejez es una etapa menos conocida e investigada. Existen estudios de las redes de apoyo enfocados en los cuidadores (Baster, 2011), en específico a sus implicaciones con el cuidado del adulto mayor (Domínguez, Mandujano, López, Domínguez & González, 2011); asimismo tratan de la integración social y la relación que esta tiene con la salud (Durán, Orbegoz Valderrama, Uribe-Rodríguez & Uribe, 2008).

Sin embargo, no se encontraron estudios con respecto a la red social en el adulto mayor, por lo que este estudio hace un aporte significativo, ya que, aun cuando asisten a un grupo social, los adultos mayores no tienen cambios representativos en los círculos de sus redes sociales, lo cual coincide con lo observado por Jáuregui, Poblete y Salgado (2006), quienes señalan que el apoyo familiar se hace indispensable para el anciano y esto crea lazos muy fuertes de dependencia entre él y su familia, lo que ocasiona que esta sea el eje central en la red del adulto mayor y sean escasas las diversificaciones en sus círculos.

REFERENCIAS

- Baster Moro, C. (2012). Adultos mayores en funciones de cuidadores de ancianos. *Revista Cubana de Salud Pública*, 8(1), 168-173. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/rcsp/v38n1/spu16112.pdf>
- Camdessus, B., Bonjean, M. & Spector, R. (1995). *Crisis familiares y ancianidad*. Barcelona: Paidós.
- Ceberio, M. (2013). *El cielo puede esperar. La 4ª edad: ser anciano en el siglo XXI*. Madrid: Morata.
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (Coneval) (2016). *Informe de Evaluación de la Política de Desarrollo Social 2016*. Recuperado de <https://www.coneval.org.mx/>

Evaluacion/IEPSM/Documents/Principales-Hallazgos-IEPDS-2016.pdf?platform=hootsuite

- Domínguez Guedea, M., Mandujano Jáquez, M., López Dávalos, G., Domínguez Guedea, R. & González Montesinos, M. et al. (2011). Escala de bienestar subjetivo en cuidadores familiares de adultos mayores (EBEMS / CFAM). *Revista de Psicología*, 29(2), 266-287. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/2469/2418>
- Durán, D., Orbegozo Valderrama, L., Uribe-Rodríguez, A. & Uribe Linde, J. (2008). Integración social y habilidades funcionales en adultos mayores. *Universitas Psychologica*, 7(1), 263-270. Recuperado de <http://sparta.javeriana.edu.co/psicologia/publicaciones/actualizarrevista/archivos/Vo7No118.PDF>
- Eguiluz, L., Robles, A., Rosales, J., Ibarra, Córdova, A., Gómez, J. & González-Celis, A. (2003). *Dinámica de la familia*. México: Pax.
- Estrada Inclán, L. (1997). *El ciclo vital de la familia*. México: Grijalbo.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) (2012). *Estadísticas a propósito del día internacional de las personas de edad*. Recuperado de <http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/Contenidos/estadisticas/2013/adultos.pdf>
- Jáuregui Ortiz, B., Poblete Trujillo, E. & Salgado de Snyder, N. (2006). El papel de la red familiar y social en el proceso de envejecimiento en cuatro ciudades de México. En N. Salgado de Snyder & R. Wong (Eds.), *Envejecimiento, pobreza y salud en población urbana: un estudio en cuatro ciudades de México* (pp. 85-96). México: Instituto Nacional de Salud Pública.
- Kalish, R. (1996). *La vejez; perspectivas sobre el desarrollo humano*. Madrid: Pirámide.
- Mc Goldrick, M. & Gerson, R. (1985) *Genogramas en la evaluación familiar*. Barcelona: Gedisa.
- Nardone, G. & Balbi, E. (2008). *Surcar el mar sin que el cielo lo sepa*. Barcelona: Herder.

- Rage, E. (1997). *Ciclo vital de la pareja y la familia*. México: Plaza y Valdés.
- Sluzki, C. (1998). *La red social: frontera de la práctica sistémica*. Barcelona: Gedisa.