



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CIUDAD JUÁREZ**  
**Instituto de Ciencias Sociales y Administración**  
**Departamento de Ciencias Sociales**  
**Doctorado en Psicología**  
*Sistema Nacional de Posgrados CONAHACYT*

**“Estrategias de afrontamiento de adultas/os mayores en contextos de exclusión social y factores de discriminación interseccional”**

Tesis para obtener el grado de  
**Doctor en Psicología**

Por

**Rodolfo Rentería Cázares**

*Becado por el Consejo Nacional de Ciencias, Humanidades y Tecnologías*

Dirección de Tesis  
**Dr. Alfredo Limas Hernández**  
Universidad Autónoma de Ciudad Juárez

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CIUDAD JUÁREZ**  
**Instituto de Ciencias Sociales y Administración**  
**Departamento de Ciencias Sociales**  
**Doctorado en Psicología**  
*Sistema Nacional de Posgrados CONAHCYT*



**“Estrategias de afrontamiento de adultas/os mayores en contextos de exclusión social y factores de discriminación interseccional”**

Tesis para obtener el grado de Doctor en Psicología  
LGAC: Psicología Social

Por

**Rodolfo Rentería Cázares**

*Matricula 199103 / CVU: 823570 Orcid: 0000-0003-4577-7700*

Dirección de Tesis

**Dr. Alfredo Limas Hernández**

Universidad Autónoma de Ciudad Juárez

Comité Tutorial de Tesis

**Dra. María del Carmen Farfán García**

Universidad Autónoma del Estado de México UAEM

**Dr. Charles Ysaacc da Silva Rodrigues**

Universidad Autónoma de Guanajuato UAGto

**Dra. Bertha Herrera Varela**

Ciudad Universitaria CU-UACJ

**Dr. Nemesio Castillo Viveros**

Universidad Autónoma de Ciudad Juárez UACJ

**Dra. Irene Concepción Carrillo Saucedo**

Universidad Autónoma de Ciudad Juárez UACJ

## Constancia de Grado

---

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CIUDAD JUÁREZ  
DIRECCIÓN GENERAL DE SERVICIOS ACADÉMICOS  
CONSTANCIA DE EXAMEN DE GRADO

En Ciudad Juárez, Chihuahua, siendo las 9:00 horas del día 11 de Diciembre del 2023 se reunieron en las instalaciones del Instituto de Ciencias Sociales y Administración los integrantes del sínodo

Dra Irene Concepcion Carrillo Saucedo	Presidente	
Dr. Nemesio Castillo Viveros	Secretario	
Dra Bertha Herrera Varela	Vocal	En linea
Dr Charles Ysaacc Da Silva Rodriques	Vocal	En linea
Dra Maria Del Carmen Farfan Garcia	Vocal	En linea

quienes en base a la normatividad universitaria procedieron a llevar a cabo el EXAMEN del sustentante

RODOLFO RENTERÍA CAZARES

Matricula 199103

Como requisito para obtener el Grado de DOCTORADO en Psicología.

Una vez concluida la réplica, el jurado deliberó libremente y procedió a emitir el veredicto de

Aprobado por unanimidad de votos

Para fines de verificación el abajo firmante certifica la legalidad de la reunión.

  
DR. ALBERTO CASTRO VALLES  
Coordinación del Programa Educativo



## VITA



### Rodolfo Rentería Cázares

199103 / CVU 823570 / Orcid 0000-0003-4577-7700

Maestro en Ciencias Sociales para el Diseño de Políticas Públicas por la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (2019) y Licenciado en Desarrollo Comunitario (2015) por la Universidad Abierta y a Distancia de México (2015). Participó como facilitador y profesor de bachillerato en Línea por la SEP, colaborador de los programas SUBSEMUN y PRONAPRED y en el Centro de Psicología y Fortalecimiento Familiar además de realizar estudios sobre la reinserción social de personas adictas en recuperación. Participa como profesor en la Académica de Psicología Educativa de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez.



En julio del año 2020 fue aceptado en el Doctorado en Psicología de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, Chihuahua, México, inscrito en el Sistema Nacional de Posgrados del CONAHCYT y fue beneficiario de la beca nacional de estudios de posgrado (2020-2023).

En el año 2021 participó en el Coloquio Institucional de Posgrado y en el Congreso Internacional de Ciencias Sociales 2021-2022. Ha realizado retribución social en los centros comunitarios de Ciudad Juárez y publicó un artículo en la Revista Electrónica de Psicología Iztacala-UNAM

<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/>



El 11 de diciembre de 2023, presenta su Examen de Grado Doctoral con la defensa de la Tesis denominada: **“Estrategias de afrontamiento de adultas/os mayores en contextos de exclusión social y factores de discriminación interseccional”** con la Dirección del **Dr. Alfredo Limas Hernández** de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez.

La Tesis fue valorada por un Comité de Tesis Doctoral por la Dra. María del Carmen Farfán García de Universidad Autónoma del Estado de México UAEMex, por el Dr. Charles Ysaacc da Silva Rodrigues de la Universidad Autónoma de Guanajuato UGto y por la Dra. Bertha Herrera Varela, la Dra. Irene Concepción Carrillo Saucedo y el Dr. Nemesio Castillo Viveros, investigadores de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez UACJ. La presidencia del Sínodo se conducirá por la Dra. Irene Concepción Carrillo Saucedo de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez UACJ.

Comité Académico  
CA-DPS

Coordinador del Doctorado en Psicología  
Dr. Alberto Castro Valles

## **Dedicatoria**

*Para Elisa*

*Dedico el esfuerzo de esta investigación a mi madre, ya que siempre ha sido una fuente inagotable de inspiración y admiración. Valores como, la responsabilidad, trabajo arduo, dedicación, lucha constante y esfuerzo, son sólo algunos de los que le caracterizan, los cuales, en parte, me ha trasmitido para poder lograr esta meta y poder concluir estudios de doctorado.*

*Qué este espacio no sólo refiera a mi madre y un mensaje de dedicatoria, sino como agradecimiento, ya que, sin su invaluable apoyo, ni siquiera hubiera podido soñar el poder cursar estudios de posgrado, fueron muchos los retos a superar, sin embargo, el resultado fue muy enriquecedor y satisfactorio.*

*¡Mamá, este objetivo logrado es tanto suyo como mío! ¡Gracias!*

## Agradecimientos

Agradezco al Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología (CONAHCYT) ya que, gracias al apoyo para promover la investigación científica, pude cursar estudios de doctorado, bajo la modalidad del Programa Nacional de Posgrados de Calidad (PNPC).

Agradezco a la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez y a sus diferentes miembros que siempre me brindaron un apoyo incondicional, el cual, se destacó por ser de calidad y, además, con mucha calidez y cordialidad.

Agradezco al grupo de adultos mayores donde realicé la presente investigación, la cual, no hubiese sucedido sin su enorme apoyo y gran recibimiento durante los procesos de observación e investigación.

Agradezco a todas y todos los docentes que tuve durante este doctorado, los cuales fueron guías permanentes para lograr aprendizajes significativos, no sólo en lo académico, sino en lo personal y profesional.

Agradezco de una manera muy especial a la Dr. Alberto Castro Valles, coordinador del programa del Doctorado en Psicología de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, ya que siempre conté con todo su apoyo, no sólo en cuestiones académicas, sino administrativas. Su dedicación a dejado huella en muchos profesionistas a los que ayudó a avanzar significativamente, incluyéndome. Se ha caracterizado por valores éticos y profesionales. Fue un apoyo fundamental para poder concluir satisfactoriamente con mis estudios de doctorado.

Agradezco a cada uno de mis compañeros y compañeras de generación, siempre prestos para apoyar en cualquier situación académica e incluso en situaciones que sobrepasaban ese ámbito.

Agradezco a mi hermana Carola, la cual, siempre estuvo ahí para apoyarme en momentos especiales, a pesar de sus múltiples ocupaciones.

## Resumen

Las personas mayores representan la madurez y la acumulación de conocimientos empíricos como producto de la experiencia de vida. Históricamente, este sector poblacional ha sido visto con respeto en la mayoría de las culturas. Sin embargo, en las últimas décadas se ha observado un cambio, donde las nuevas estructuras sociales sobrevaloran lo joven y lo nuevo enfocadas en la producción y la acumulación de bienes materiales, y se desdeña lo que no es ágil, fuerte y actual. Diversos sectores de personas adultas mayores de la población forman parte de un grupo vulnerable en aumento, ya que el fenómeno del envejecimiento de la población se asocia al aumento de la esperanza de vida y la disminución de la tasa de natalidad que muestran tendencias constantes. Esto ha causado la exclusión social de este sector de manera casi generalizada, notándose más en las grandes ciudades. Las experiencias de los procesos sociales de las personas mayores permiten abordar las trayectorias de exclusión factores de discriminación y su afrontamiento. Los procesos de afrontamiento representan una forma de mitigar problemáticas y disminuir consecuencias negativas de la exclusión social y de la discriminación interseccional. El objetivo del estudio fue analizar las estrategias de afrontamiento de personas mayores en contextos de exclusión social y/o discriminación interseccional. Se llevó a cabo en un grupo del adulto mayor, ubicado en un Centro Comunitario al norponiente de Ciudad Juárez en un periodo del fin de la pandemia, con perspectiva cualitativa. Se entrevistó a 12 adultos mayores, usuarios del centro comunitario, a quienes se consideró por su disposición a ser entrevistados mediante una guía de preguntas semiestructurada para la entrevista con consentimiento informado para realizar análisis de contenido por medio de procesos de categorización. Los resultados indicaron que las personas mayores han ejercido estrategias de afrontamiento para mitigar los efectos ambientales adversos de exclusión social y discriminación interseccional según sus capacidades personales.

**Palabras clave:** Estrategias de afrontamiento, Exclusión social, Discriminación interseccional, Adultos mayores.

## Abstract

Older people represent maturity and the accumulation of empirical knowledge as a product of life experience. Historically, this sector of the population viewed with respect in most cultures. However, in recent decades a change has observed, where the new social structures overvalue the young and the new, focused on the production and accumulation of material goods and what is not agile, strong, and current is disdained. Various sectors of older adults in the population are part of a growing vulnerable group, since the phenomenon of population aging is associated with an increase in life expectancy and a decrease in the birth rate, which show constant trends. This has caused the social exclusion of this sector in an almost general way, being more noticeable in the big cities. The experiences of the social processes of the elderly make it possible to address the trajectories of social exclusion and its coping. Coping processes represent a way to reduce problems and reduce the negative consequences of social exclusion and intersectional discrimination. The objective of the study was to analyze the coping strategies of older people in contexts of social exclusion and/or intersectional discrimination. It carried out in a group of the elderly, located in a Community Center to the northeast of Ciudad Juarez in a period of the end of the pandemic, with a qualitative perspective. Twelve elderly users of the community center interviewed who demonstrated by their willingness to be interview, through a semi-structured question guide for the interview with informed consent to perform content analysis through categorization processes. The results indicated that older people have exercised coping strategies to mitigate the adverse environmental effects of social exclusion and intersectional discrimination according to their personal abilities.

**Keywords:** Coping strategies, Social exclusion, Intersectional discrimination, Older people.

## Tabla de contenido

<b>Introducción .....</b>	<b>1</b>
Formulación del problema.....	1
Exclusión social hacia la población adulta .....	6
Discriminación múltiple y exclusión social.....	17
Estrategias de afrontamiento de los adultos mayores .....	20
La población adulta mayor en la agenda pública mexicana .....	27
Interrogantes de interés.....	30
Justificación del estudio.....	31
Objetivos de la investigación.....	36
Objetivo general.....	36
Objetivos específicos .....	36
Supuesto hipotético.....	36
Contenido de la tesis.....	38
<b>Capítulo I. Envejecimiento, exclusión y discriminación .....</b>	<b>40</b>
El proceso de envejecimiento .....	42
Exclusión social de adultos mayores .....	46
La discriminación interseccional .....	48
Estrategias de afrontamiento.....	51
Estrés, reparación y el perdón.....	60
Resiliencia e inteligencia emocional .....	65
<b>Capítulo II. Metodología.....</b>	<b>73</b>
Tipo de estudio .....	73
Contextualización del estudio.....	77
Participantes.....	80
Consideraciones éticas.....	81
Categorías observables .....	81
Técnicas e instrumentos de investigación.....	82
Otras consideraciones metodológicas relevantes.....	89
<b>Capítulo III. Los hallazgos y resultados .....</b>	<b>92</b>
Perfil de los entrevistados.....	93
Contexto de los participantes.....	96
Los resultados .....	103
La exclusión.....	104
La exclusión social.....	105
La exclusión laboral.....	111
La exclusión institucional como política de discriminación.....	113
Impactos de la discriminación .....	116
Consecuencias de la discriminación interseccional o múltiple.....	119
Consecuencias de la discriminación por edad .....	126
Estrategias de afrontamiento ejercidas por los adultos mayores .....	128
Estrategia de afrontamiento ante la discriminación por edad .....	129
Estrategias de afrontamiento según la situación o tipo de problemática manifestada..	130
Estrategia de afrontamiento según interseccionalidad manifestada.....	132

Otros hallazgos relevantes .....	134
Perdidas y duelos .....	134
<b>Capítulo IV. Discusión, conclusiones y recomendaciones.....</b>	<b>142</b>
Discusiones .....	142
Estigma y discriminación.....	142
Repercusiones en los diferentes ámbitos de las personas .....	143
Las estrategias de afrontamiento.....	144
Recomendaciones para mitigar la problemática .....	145
Conclusiones.....	148
Un proceso de investigación largo y arduo, con muchos aprendizajes .....	154
<b>Referencias bibliográficas.....</b>	<b>156</b>
<b>Anexos.....</b>	<b>170</b>
Anexo 1. Dictamen del Comité de Ética de la Investigación UACJ .....	170
Anexo 2. Consentimiento informado.....	171
Anexo 3. Instrumentos de investigación.....	172
Anexo 4. El proceso para el inicio de la investigación.....	174
Anexo 5. Bitácoras: Notas de campo.....	177
Bitácora inicial .....	177
Bitácora 2 .....	179
Bitácora 3 .....	180

### Índice de figuras

Figura 1. Edad mediana de la población y proyección por década.....	5
Figura 2. Índice de envejecimiento de la población y proyección por década .....	6
Figura 3. Perspectivas teóricas del afrontamiento.....	53
Figura 4. Funciones del afrontamiento.....	54
Figura 5. Avances teóricos del afrontamiento.....	56
Figura 6. Los avances más recientes sobre el afrontamiento.....	61
Figura 7. Esquematización del diseño.....	89

### Índice de Tablas

Tabla 1. Personas de 60 años y más por grupos de edad en México.....	4
Tabla 2. Otros datos sobre los adultos mayores en México.....	8
Tabla 3. Personas de 60 años y más por condición de actividad económica en México.....	11
Tabla 4. Personas de 60 años y más. Sin actividad económica en México.....	12
Tabla 5. Personas de 60 años y más. Nivel de ingreso.....	13
Tabla 6. Guía de preguntas para entrevistas y la dimensión a la que corresponde.....	87
Tabla 7. Fechas de entrevistas y datos generales de las personas abordadas.....	95
Tabla 8. Exclusión social padecida por las personas abordadas.....	106
Tabla 9. Exclusión institucional padecida por las personas abordadas.....	113
Tabla 10. Afrontamiento ejercido por las personas doradas.....	128

## **Introducción**

Las sociedades actuales presentan procesos acelerados de avances tecnológicos y económicos, con cambios sociales a nivel global y local, algunos que, han mejorado el bienestar social de los diversos sectores de la población; sin embargo, de manera diferenciada. El crecimiento económico y desarrollo tecnológico también han provocado desigualdad y exclusión en los grupos más vulnerables (Téllez, Molina, y Álvarez, 2020). En México las propuestas de desarrollo social, ciertas modificaciones constitucionales, así como políticas públicas relacionadas a las transferencias económicas directas a diversos segmentos poblacionales como jóvenes, adultos mayores, madres solteras, muestran impactos en la calidad de vida de muchas personas, sin embargo, la desigualdad es una constante que hasta hoy no ha sido resultado por el sistema político ni el modelo económico para los contingentes de personas vulnerables en el país entre los que se encuentran los sectores de las personas mayores. Es relevante conocer las formas de afrontamiento ante la exclusión social y la discriminación interseccional de personas mayores que permita identificar procesos de diseño de programas de atención y prevención psicosocial oportunos.

### **Formulación del problema**

La problemática de interés del estudio se enfoca en las vicisitudes que sufren las personas mayores relacionadas con el deterioro natural de su cuerpo, así como las consecuencias sociales y económicas que esto conlleva en el contexto social. Se observan otras características que vuelven más compleja la situación, como el caso de aspectos interseccionales de exclusión, ya sea por discapacidad, el estilo de vida o por diversas situaciones relacionadas a la pertenencia a diversos grupos. El Consejo Nacional para

Prevenir la Discriminación [CONAPRED], estimó que casi la mitad de los adultos mayores en México viven en situación de pobreza y exclusión. La vejez es un tema que cobra relevancia, ya que la disminución de la natalidad en las últimas décadas aunado a una esperanza de vida más alta, llevan a un envejecimiento de la población en México, y en la mayor parte del mundo (CONAPRED, 2020a). En el país, a las personas que cuentan con más de 60 años se les considera adultos mayores iniciando la última etapa de vida del ser humano, la cual, conlleva una serie de cambios físicos, psicológicos y sociales irreversibles. Estos cambios tienen relación e influencia en aspectos históricos, culturales, y en las condiciones sociales contextuales de las personas (Quintero y Trompiz, 2013) de modo que cada persona los experimenta de manera diferente y acorde a las características propias (Instituto Nacional de las Mujeres, 2015). En México, en el año 2019 se identificaron 302,680 personas pensionadas (Instituto Mexicano del Seguro Social, 2019) y de estas no se aclara cuales tienen una pensión por vejez y cuales tienen pensión por discapacidad y vida. Lo que representa una suma muy baja acorde a las cifras presentadas de adultos mayores. Para el 2022 acorde a la circular de prensa No. 028/2022 se encuentran vigentes más de 305,000 adultos mayores jubilados y con pensión. De los cuales 13 personas cuentan con más de 100 años de edad (Instituto Mexicano del Seguro Social, 2022).

La adultez inicia a los 60 años, lo que acorde con la Organización Mundial de la Salud [OMS] corresponde a la etapa temprana, la cual comprende el periodo de los 60 a los 74 años, es cuando las personas empiezan a sufrir los estragos de la exclusión social y envejecimiento, le sigue la etapa de ancianidad de 74 a 90 años y, finalmente, longevos, que son personas mayores de 90 años, los cuales padecen en mayor medida las consecuencias de la exclusión social (Quintanar, 2010). Por lo tanto, la vejez tardía de la senectud representa la etapa más

vulnerable al no contar con una renta económica al depender de cuidados de otros familiares y en general, agravar sus problemas físicos y de salud (Instituto Nacional de las Mujeres, 2015). lo que sugiere una comprensión interseccional que junto a la edad y la clase social. Considérese también las condiciones de sexo y género.

A finales de 2019, se tenía registro de casi 14 millones de personas mayores de 60 años, donde 6 de cada 10 eran mujeres. La esperanza de vida en hombres y mujeres hasta antes de la pandemia por COVID-19 era cada vez más alta, 75 años en promedio. Acorde a cifras recientes dadas a conocer por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], las personas de 60 a 64 años representan el 3.8% de la población nacional, entre 65 a 69 años el 2.9%, de 70 a 74 años el 2.1%, entre 75 a 79 el 1.5%, entre 80 a 84 años el 0.9%, y mayores de 85 años el 0.8% (INEGI, 2020), por lo que, se ha estimado que la población adulta corresponde al 12%,

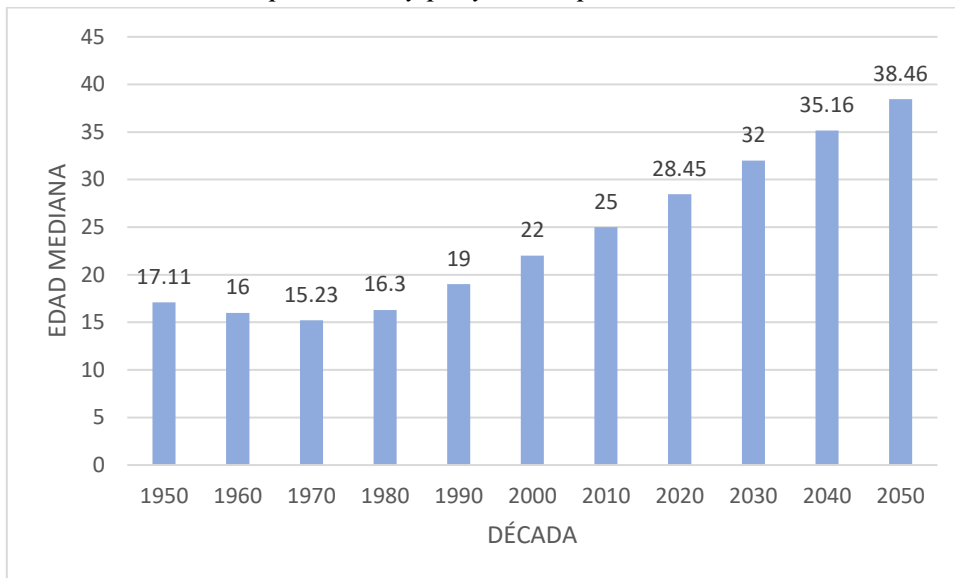
Sin embargo, hay un índice de envejecimiento cada vez mayor, el cual se encuentra en un aumento progresivo. El porcentaje de envejecimiento en 1995 fue de 18.5%, en 2005 fue 25.4%, y para el 2015 se tuvo una tasa de envejecimiento del 38% (INEGI, 2020). A nivel nacional se identificó que hay más personas mayores de 60 años que población menor de 4 años según el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL, 2019). Los estados de la república que concentran más adultos mayores son la Ciudad de México, Veracruz y Oaxaca, mientras los estados con menor cantidad de personas mayores son Quintana Roo, Chiapas y Baja California Sur (INEGI, 2018a).

**Tabla 1***Personas de 60 años y más por grupos de edad en México*

<b>Sexo</b>	<b>Rango de edad</b>	<b>Población estimada</b>
Mujeres	60 a 69 años	55% 5.5 millones
	70 a 79 años	30 % 2.9 millones
	80 y más	15% 1.5 millones
Hombres	60 a 69 años	57% 4.6 millones
	70 a 79 años	30 % 2.4 millones
	80 y más	13% 1.1 millones

Fuente: Elaboración propia con datos de INEGI. (ENOE). Segundo Trimestre. 2022.

Las tendencias muestran que las sociedades tendrán un segmento cada vez más amplio de adultos mayores en su población. Se conocen estimaciones que indican que, para el año del 2030, una persona de cada 6 será adulto mayor, y para el 2050 podrá ser una persona por cada 4 (CONAPO, 2012). Según el Instituto Nacional de las Mujeres [INMUJERES], se ha propuesto que “...para 2050 las mujeres de 60 años y más representarán 23.3% de la población y los hombres constituirán 19.5%...” (INMUJERES, 2011, p.5); esto indica una tendencia generalizada hacia sociedades compuestas cada vez más por personas adultas, donde será necesaria la creación de políticas públicas, análisis sociales y sensibilización en las personas por tratarse de un tema que atañe a todos y todas. Por lo tanto, la edad mediana de la población aumenta conforme avanzan los años como se puede apreciar en la figura 1. La cual, muestra como desde la década de los 70’s ha habido un aumento sostenido en este rubro.

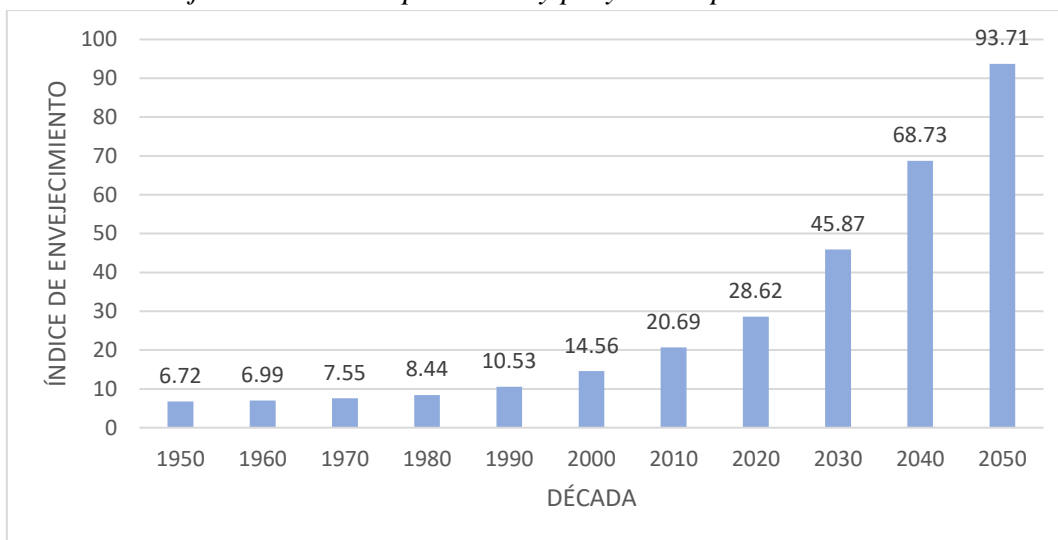
**Figura 1***Edad mediana de la población y proyección por década*

*Fuente: Elaboración propia con datos de CONAPO. Indicadores Demográficos de México de 1950 a 2050*

Otro de los indicadores más representativos en cuanto al envejecimiento poblacional en México es el Índice de Envejecimiento, el cual, expresa la variación de la población adulta mayor en cuanto a la población más joven, como se puede identificar en la figura 2. Las proyecciones indican que la población se dirige a un proceso de envejecimiento acelerado, siendo más notorio a partir de la década de los 30's del siglo XXI.

**Figura 2**

*Índice de envejecimiento de la población y proyección por década*



*Fuente: Elaboración propia con datos de CONAPO. Indicadores Demográficos de México de 1950 a 2050*

Los datos presentados con anterioridad sobre el envejecimiento poblacional ponen de manifiesto la importancia de abordar la problemática sobre la exclusión social hacia los adultos mayores, lo que es una causante determinante de las vicisitudes que padecen las personas mayores en sus diversos ámbitos. El abordaje de la discriminación interseccional permite un análisis pertinente sobre las estrategias de afrontamiento empleadas por las personas mayores con el fin de mitigar las diversas consecuencias de la problemática.

### ***Exclusión social hacia la población adulta***

Si bien, la investigación referente a la exclusión social correspondía en mayor medida al campo social que al psicológico, actualmente la psicología social ha aportado interesantes análisis sobre el estigma, los estereotipos o los prejuicios relacionados a la exclusión social (Rocamora, 2008). La exclusión se ha observado desde la existencia del ser humano,

caracterizada por la persona o grupos de personas que se encuentran fuera de los satisfactores básicos en los contextos donde se desenvuelven. La exclusión social ha impactado en diversos ámbitos. Actualmente se considera la exclusión social un tema de interés para los investigadores sociales con fines de lograr comprender las desigualdades. Sus orígenes parten de autores que han estudiado la estructura social, como es el caso de Emile Durkheim, el cual investigó cómo se relacionan los grupos sociales entre sí y, a su vez, cómo esta estructura afecta a los sujetos (González, 2013). Otros autores que han contribuido al desarrollo del concepto de exclusión social son Ferdinand Tonnies, Karl Marx, Friedrich Engles y Pierre Bourdieu, como los más importantes basándose en la dualidad social “dentro o fuera”, “excluidos e integrados” (Jiménez, 2008).

El avance más significativo que ha tenido el análisis de la exclusión social surge a partir de la década de los 80's, donde el término de “exclusión” fue utilizado principalmente para describir situaciones de desigualdad en aspectos económicos, donde la exclusión representaba el lado opuesto del vínculo social (Raya, 2007). La exclusión social representa el apartar a un sujeto o incluso a un grupo que comparte características similares, de las mismas prerrogativas o derechos en los diversos ámbitos, ya sea posibilidades políticas, laborales, culturales, etc. (Raya, 2005). Esto significa una pérdida o ausencia de oportunidades, lo que representa la pérdida de la ciudadanía social (Fernández, 2005). De tal manera este fenómeno se puede considerar multidimensional, afectando a los sujetos dentro de la estructura social y a la estructura misma.

El bajo desarrollo que tenía México a través del siglo XX en temas de salud, educación, alimentación, seguridad social, y el acceso a una vida digna en los diferentes ámbitos, afectaron a la gran mayoría de esas personas que hoy son los adultos mayores, de

modo que, históricamente han tenido pobreza patrimonial, algún grado de desnutrición, bajos niveles académicos y altas tasas de analfabetismo, entre otras (Székely y Prado, 2005). En años recientes el INEGI (2018b) publicó datos obtenidos a través de la Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento [ENASEM], la cual permitió conocer más a fondo la condición de los adultos mayores. En ella se destaca que, a nivel nacional el 54% de este segmento poblacional vive en ciudades con población de más de 100 mil habitantes, y el 46% vive en poblaciones menores de 100 mil habitantes. El 27.4 % de los adultos mayores hombres vive solo, en cuanto a las mujeres el 44.3%, siendo el grupo etario arriba de los 80 años el más afectado, viven solos el 16.2% de los hombres y 10.7% de las mujeres. En promedio los adultos mayores tienen 4.7 hijos. En cuanto a la escolaridad, 39% tienen menos de 5 años de educación formal, 43% tiene de 6 a 9 años de escolaridad y 18% tiene más de 10 años de escolaridad. En cuanto a la migración el 15% de los hombres ha vivido o trabajado en Estados Unidos y las mujeres 3.9%.

**Tabla 2**

*Otros datos sobre los adultos mayores en México*

Viven solos hombres	Viven solas mujeres	Promedio de hijos	Escolaridad Formal (años)	Salud y asistencia
27.40%	44.30%	4.7 hijos	39.5% 5 o menos	49% no tiene seguridad social
Mayores de 80 años 16.2%	Mayores de 80 años 10.7%		43% 6 a 9	77% no tiene asistencia social

Fuente: Elaboración propia con datos de Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento.

Por otro lado, en el ámbito de acceso a servicios de salud, el 14.8% de los hombres no se encuentra afiliado a algún sistema de salud como el IMSS o ISSTE, y lo mismo sucede el 9.7% de las mujeres que no tiene acceso a tales servicios. En la dimensión de la salud física existe una percepción regular o mala en porcentajes elevados 62% dado que las enfermedades

más comunes en adultos mayores son la hipertensión 38.7% en hombres y 52.4% en mujeres, diabetes 21.8% en hombres y 27.3% en mujeres y artritis 9.5% en hombres y 18.5% en mujeres. En cuanto a la prevalencia de obesidad es de 22.7% en hombres y 31.3% en mujeres (Henríquez & Núñez, 2005) algunos datos que ilustran esta situación indican que 49% de personas mayores no están inscritos a la seguridad social, y el 77% no están inscritos a algún programa de asistencia del gobierno y un 25.3% no cuenta con ninguna de las anteriores según la Secretaría de Desarrollo Social [SEDESOL], 2010.

Hay diferentes concepciones o formas de analizar la exclusión social. La primera habla de dos niveles, uno correspondiente a una exclusión primaria, donde se entiende que los excluidos no pueden acceder a satisfactores básicos, por ende, hay una entropía en el sistema funcional social. Por otro lado, hay una exclusión social secundaria, donde los excluidos no tienen acceso a los subsistemas de influencia. Lo anterior es bajo la perspectiva sistémica y compete enteramente al Estado desarrollar la estructura que permita el acceso de los excluidos a esta sinergia (Moya, 2013). Cabe mencionar que los adultos mayores encajan en ambos niveles, ya que son excluidos a nivel primario y secundario.

Otra dimensión afectada en este grupo poblacional es la emocional, pues suelen experimentar estrés, angustia, desesperanza, entre otras (Henríquez & Núñez, 2005) las problemáticas se presentan en diferentes ámbitos y dimensiones de las personas pueden generar consecuencias tan amplias como la depresión, baja autoestima y desesperanza (SEDESOL, 2010), considerando que el 21.9% de los hombres reporta 5 o más síntomas depresivos, mientras que las mujeres un 37.1% (INEGI, 2018a).

En el ámbito del ingreso económico, en el año 2018, se había estimado que el 51% de los varones en este rango de edad no tiene una actividad o trabajo remunerado y en las mujeres esta condición se elevó al 83%, dado que ellas dedican más tiempo a cuidar niños, cocinar, cuidar a otros enfermos, entre otras labores de cuidado, y solo el 2% de los hombres adultos mayores se dedica a labores del hogar (INEGI, 2018b), mientras que, para el año 2022, acorde con el comunicado del INEGI No. 568/2022, el 70 % de la población adulta mayor cuenta con una actividad económica informal. Un 49% de adultos mayores labora por cuenta propia. Se ha indicado que, el 33% de la población mayor de 60 años es económicamente activa, viéndose una disminución conforme avanza la edad, por ejemplo, de los mayores de 80 años solo tiene actividad económica el 9%. En el caso de estadísticas por sexo, como las ya descritas, en cualquier rubro de edad, se pueden identificar las disparidades que existen entre los hombres y las mujeres, lo que confirma las diferencias existentes por cuestiones de género en México.

En cuanto al nivel de ingreso se indica que, el 39% de la población adulta mayor masculina percibe menos de un salario mínimo, mientras que en el caso de las mujeres es aún mayor la brecha de desigualdad, ya que un 57% de las adultas mayores que trabajan perciben menos de un salario mínimo, también se identifica mayor ocupación informal en las mujeres que en los hombres con un 75% frente a un 68% respectivamente. Acorde a la ocupación; el 23% de los adultos mayores se dedica al comercio, otro 23% a las actividades agropecuarias, un 21% se dedica a labores industriales, agropecuarias y como ayudantes y, un 14% labora dentro de los servicios personales (INEGI, 2022).

Por lo tanto, este grupo etario permanece con muy poca independencia económica, lo que agrava la percepción de ser una carga para sus seres cercanos como lo había detectado

en el año 2016, el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [INAPAM], incluso, en el año 2014, se ya se visibilizaba con mayor énfasis condiciones de exclusión en los adultos mayores, ya que no solo se pone de manifiesto la falta de empleo formal, sino de la exclusión para lograr satisfactores básicos y de protección social, no permitiéndoles la inclusión y en lo general, reduciendo la calidad de vida en todas sus dimensiones (Palma, 2014). Ene 2022, la situación no ha cambiado de manera favorable para las personas adultas mayores, ya que las cifras presentadas revelan la situación que padecen, donde más de la mitad de esta población vive con menos de un salario mínimo (los que tienen ingresos) estos empleos u ocupaciones mal remuneradas obligan a los adultos mayores a depender de familiares o apoyos gubernamentales insuficientes, agravándose la situación en las mujeres adultas mayores y en general aún más cuando aumenta la edad. La ocupación económica dentro de la informalidad representa un 70%, como se hizo mención con anterioridad, esto es posible que se deba a una discriminación generalizada, la cual constituye una barrera para el acceso de un empleo formal que provea todas las prerrogativas de ley (INEGI, 2022).

**Tabla 3**

*Personas de 60 años y más. Condición de actividad económica en México*

<b>Sexo</b>	<b>Rango de edad</b>	<b>PEA (porcentaje)</b>	<b>PNEA (porcentaje)</b>
Mujeres	60 a 69 años	28	72
	70 a 79 años	13	87
	80 y más	4	96
Hombres	60 a 69 años	61	39
	70 a 79 años	37	63
	80 y más	17	83

Fuente: Elaboración propia con datos de INEGI. (ENOE). Segundo Trimestre. 2022.

Datos en Ciudad Juárez, Chihuahua México, en el año 2014, se indicaba que solo el 5% de los adultos mayores trabaja de manera formal con todas las prestaciones, lo que representa

una alta tasa de desempleo y pobreza, por lo que las personas en una edad adulta dependen de familiares o de una pensión alimenticia insuficiente según la Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores [FIAPAM] la mayoría de los adultos mayores que trabajaban lo hacían en oficios como empacadores, parqueros, jardineros, oficios de albañil y demás, aun y cuando ha concluido una carrera profesional incluso, además de que los espacios precarizados de trabajo como empacadores de supermercado o parqueros, se vuelven más difíciles de conseguir para las personas mayores, al ya ocupar a niños o adultos para estas labores.

**Tabla 4**

*Personas de 60 años y más sin actividad económica en México*

<b>Sexo</b>	<b>Rango de edad</b>	<b>Actividades domésticas</b>	<b>Pensionados y jubilados</b>
Mujeres	60 a 69 años	74%	20%
	70 a 79 años	75%	16%
	80 y más	53%	12%
Hombres	60 a 69 años	13%	34%
	70 a 79 años	16%	32%
	80 y más	14%	24%

Fuente: Elaboración propia con datos de INEGI. (ENOE). Segundo Trimestre. 2022.

Lo anterior afecta a la sociedad en su conjunto y debilita los procesos sociales comunitarios. En cifras más cercanas, para el 2020 según la Encuesta de Medición de la Pobreza en los Municipios de México, efectuada por el Consejo Nacional de la Evaluación de la Política de Desarrollo Social [CONEVAL], Ciudad Juárez se encuentra entre los municipios del país con más personas en situación de pobreza, contabilizando 379, 290, siendo los más afectados las personas pertenecientes a los grupos vulnerables, en este caso, adultos mayores (CONEVAL, 2020).

**Tabla 5**  
*Personas de 60 años y más. Nivel de ingreso*

<b>Sexo</b>	<b>Hasta 1 salario mínimo</b>	<b>Más de 1 hasta 2 salarios mínimos</b>	<b>Más de 2 hasta 3 salarios mínimos</b>
Mujeres	57%	17%	4%
Hombres	39%	25%	8%

Fuente: Elaboración propia con datos de INEGI. (ENOE). Segundo Trimestre. 2022.

Por otro lado, a partir de la pandemia provocada por el COVID-19 los adultos mayores han sido los más afectados, no solo por su vulnerabilidad en cuanto a temas relacionados con la salud y su bajo acceso a servicios médicos (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2020), sino económicamente vieron disminuidas sus posibilidades de ingresos, por citar un ejemplo, en Ciudad Juárez cientos de adultos mayores trabajaban como empacadores, a partir de la pandemia fueron sustituidos por adultos jóvenes o adolescentes, ya que las autoridades de salud determinaron que las personas mayores no deben estar trabajando en los centros comerciales por ser más propensos a contagiarse de COVID-19, en un fragmento de entrevista para un medio local, una persona adulta mayor, argumentaba:

Ya no podemos ir a trabajar. De eso viven muchos... Si nos ayudaba mucho empacar. Hay amigos que no tienen pensión y vivían de las propinas, ahora muchos no trabajan y se ayudan de lo que les dan sus familias y amigos, otros ya andan en otra cosa, pero sí estábamos acostumbrados a ganar nuestro dinerito (El Diario de Chihuahua, 2021).

También, se identificó una débil estructura de redes, ya sea en lo social y lo familiar, las evidencias indican que no se cuenta con el andamiaje institucional que dé apoyo a este sector de manera eficaz. En general se identificaba en el año 2016, a los adultos mayores como una carga social y una carga dentro del hogar, generando el abandono y desatención por los miembros de sus familias (INAPAM, 2016); aunque, en el año 2010, se había detectado que,

los adultos mayores tenían que sortear muchas dificultades, no solo relacionadas al deterioro natural de su cuerpo, además, en el aspecto emocional y psicológico, se enfrentaban a problemas diversos más allá de la salud, como a situaciones de pobreza, falta de empleo, lo que derivó en poca cobertura social y pocas oportunidades de lograr una pensión (SEDESOL, 2010). También, se había observado que el maltrato es otra condición vivida para este sector, pues desde el año 2006, datos del Colegio de México a través de una encuesta, indicaron que el maltrato físico de adultos mayores ocurre a través de sus familiares cercanos en el 58% de los casos (Giraldo, 2006).

En este sentido, en los últimos lustros se ha ampliado la concepción de maltrato en el adulto mayor, donde los diversos análisis llevados a cabo por instituciones como SEDESOL INAPAM o la Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento, abordaron el maltrato físico que corresponde a lesiones o daño corporal, además el maltrato psicológico, que refiere a acciones que generan angustia o sufrimiento hacia los adultos mayores, ya sea verbal o no. Abuso sexual, el cual, hace referencia a algún tipo de contacto sexual, el cual no es consensuado. Abandono, cuando se desampara a la persona, hay omisión de cuidados, ya sea de forma intencional o no. Explotación financiera, cuando hay uso indebido y sin autorización por parte del adulto mayor de sus los recursos financieros. Y finalmente, un maltrato estructural, el ejercido por instituciones y burócratas, se identifica por la inacción en cuanto a políticas sociales, leyes o programas públicos, o cualquier otro daño hecho por diversas organizaciones (OMS, 2022). La magnitud y prevalencia del maltrato a los adultos mayores es difícil de visibilizar, ya que es una situación poco denunciada, Acorde a estimaciones el maltrato en adultos mayores puede ir de 1 al 10% en países desarrollados, lo que probablemente aumente en países en vías de desarrollo (Naciones Unidas, 2022). Los

maltratos a los que están más sujetos los adultos mayores son el psicológico con una prevalencia mundial de 11.6% seguido del maltrato patrimonial con una 6.8% acorde con 52 estudios realizados en 28 países (OMS, 2022b). En México 1 de cada 6 personas adultas ha manifestado maltrato de algún tipo, y en residencias de adultos mayores, 2 de cada 3 empleados han indicado haber maltratado a algún adulto mayor en el último año (Universidad Nacional Autónoma de México, 2022).

La poca atención en salud y cuidados de los adultos mayores puede derivar en problemas más graves, como una discapacidad permanente, lo que deja en un estado mayor de vulnerabilidad a los adultos mayores, la discriminación entonces se torna múltiple, debido a que no solo es la condición física dada por la edad, sino una condición permanente que debilita aún más su movilidad (Mejía et al., 2015). Tales situaciones les causa afectaciones sociales y exclusión, y el no goce de sus derechos plenos, quedando fuera de la toma de decisiones es aspectos colectivos y comunitarios (SEDESOL, 2010). La exclusión social con la que este grupo poblacional se enfrenta es una práctica común, la cual está tan arraigada que a veces, se lleva a cabo de manera imperceptible, culminando en tratos que desfavorecen, excluyen y menosprecian a diversas personas o incluso grupos con características similares, ya sea por elección de algún tipo de vida, aspectos físicos, grupos de pertenencia, condición social, condición de discapacidad, religión profesada, la edad, entre otros (CONAPRED, 2020b). En las personas con vejez avanzada se aumentan las probabilidades de ser discriminadas (FIAPAM, 2014), acorde con la organización local Plan Estratégico de Juárez A.C. (2019), en su encuesta correspondiente a noviembre de 2019, indicaron que, de las personas encuestadas dijeron haber sido discriminadas, la principal causa fue su edad en un 21.5%. (Lucero. 2020).

Según Castel (1995), las personas pueden ubicarse en algún punto entre la inclusión y la exclusión social. El autor propuso la teoría de las diferentes zonas, la de integración, la de vulnerabilidad y la de la exclusión- y propuso que se opere a dos niveles, uno enfocado en la zona de vulnerabilidad y otro en la zona de exclusión. La primera zona puede recuperar el vínculo social a través de políticas sociales por parte del Estado, enfocándose en atención al aspecto laboral, evitando la precarización y actuando en los pilares de sociabilidad. De la misma forma ocurre con los excluidos, donde se busca reinsertarlos socialmente, pues estos ya han sufrido las consecuencias de vivir en un segundo plano. Por lo tanto, hacen falta políticas de reestructuración social que los incluya y los tome en cuenta, pues la zona de exclusión social representa el no contar con lazos institucionales. Korstanje (2009)

Según Tezanos (2001), existen diferentes zonas en el mapa social como en una especie de continuum, basado en la teoría de Castel (1995), el autor agrega una zona más, la zona de asistencia, la cual quedaría anterior al extremo de la zona de exclusión o marginalidad, quedando de la siguiente manera: zona de marginalidad o exclusión, la cual es la más grave, es donde se encuentran los excluidos sociales, generando tensiones en sus diferentes miembros y afectando la estructura social en su conjunto. Zona de asistencia, donde se identifica un estado transitorio del sujeto que puede mejorar su situación a través de la intervención del Estado o de diversas instituciones sociales. Zona de vulnerabilidad, en donde se tiene cierta participación en los aspectos culturales, económicos o sociales, sin embargo, no es plena la integración. Finalmente, la zona de integración es la parte central, donde se encuentran los miembros de las sociedades que cuentan con plena integración social. Estos fenómenos no solo afectan a las personas, sino también afecta a las sociedades,

ya que, esta exclusión es una consecuencia de las nuevas relaciones sociales (Fernández, 2005).

### ***Discriminación múltiple y exclusión social***

La discriminación hacia miembros de los grupos vulnerables debe ser abordada, no solo como un único motivo específico al generar discriminación, sino, es necesario se aborden las diversas manifestaciones identitarias o características de una persona con el fin de abordar las cuestiones que intervienen por separado, pues todas las personas tienen características diversas, ya sea religión, discapacidad, nivel socioeconómico, etc. (Huenchuan, 2020). En los últimos años han surgido teorías al respecto del proceso ampliado de la discriminación. Anteriormente se veía a las diferencias como situaciones unidimensionales y, a partir de ello, se generaba la teoría, conceptualización y todo el bagaje epistemológico y deontológico del tema, sin tomar en cuenta algunos factores determinantes, los cuales son indispensables para poder aportar y tratar de disminuir esta práctica. Hoy se ha puesto de relieve que los miembros identificados con un sector vulnerable o minoritario son heterogéneos, más allá de la condición por la que tenga pertenencia a determinado grupo, hay otras situaciones que dan identidad a las personas, como es el caso de la edad, el género, así como las situaciones y pertenencias sociales, políticas y culturales.

La discriminación múltiple es un concepto que cada vez se identifica y utiliza más, iniciando en Estados Unidos y popularizándose en Europa en las últimas dos décadas; ha sido desarrollado en temas jurídicos y de derechos humanos, sin embargo, falta bastante para que se tenga presente en la cotidianidad de la sociedad (Rey, 2008). Actualmente está surgiendo la teorización sobre la discriminación múltiple, a partir del año el 2016, cuando la

Organización de las Naciones Unidas [ONU], bajo el marco de la Convención Sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, presentó la definición: “Discriminación múltiple hace referencia a una situación en la que una persona experimenta dos o más motivos de discriminación, lo que conduce a una discriminación compleja o agravada” (ONU, 2016, p. 2). Es decir, una persona perteneciente a alguna etnia también puede ser discriminado por ser una persona transgénero, o una persona adulta mayor, también es posible que tenga una discapacidad. Una persona de origen asiático podría ser discriminada por tener la piel demasiado oscura, por nombrar algunos ejemplos.

### ***Discriminación interseccional***

La discriminación es un problema que ha avanzado de la misma forma y a la par de la sociedad y su cultura. Los organismos internacionales y nacionales han generado convenciones, tratados, pactos, convenios, asociaciones u organismos autónomos, entre muchos otros, que buscan se visibilice la discriminación en grupos vulnerables, y, a partir de ello, mitigar los efectos discriminatorios en medida de lo posible. México se ha suscrito a la mayoría de ellos. A pesar de lo anterior, los procesos discriminatorios, no sólo por parte de la sociedad, sino también por la parte institucional a cargo del Estado, han persistido y se encuentran aún presentes, sin embargo, pareciera que, cual Hidra de Lerna -monstruo griego, si le cortaban una cabeza, le surgían dos más-, se avanza en alguna cuestión, cuando surgen otras sin resolver (Aguirre, 2015).

La discriminación interseccional se atribuye a la académica estadounidense Kimberlé Crenshaw citada en Cavalcante (2018), quien desarrolló el concepto para ilustrar el fenómeno de discriminación enfocado en ser mujer y pertenecer a una etnia negra. En el año 2016 la

ONU (2016), definió el concepto como: “Discriminación interseccional, hace referencia a una situación en la que varios motivos interactúan al mismo tiempo de forma que son inseparables” (p.2). Una de las consideraciones a tomar en cuenta para profundizar en la fenomenología de la discriminación, es tener presente que las personas no se definen por una condición homogénea, pues cada miembro de los diversos grupos vulnerables tiene diferencias, ya sea por autoadscripción, o adscripción dada por la naturaleza o condición sociocultural.

A diferencia de la discriminación múltiple, la interseccional hace hincapié no solo en la suma de diferentes discriminaciones, sino como esas discriminaciones se conjugan para llevar a un nuevo nivel de afectación para quien lo padece, como los casos de esterilizaciones forzadas hacia mujeres a principios del siglo XX en Estados Unidos, por ejemplo. Se identificaban múltiples motivos de discriminación, el primero por ser mujer, otro por ser de escasos recursos, también se hacía lo mismo con migrantes o indígenas que no hablaban el idioma, tenían baja escolaridad, otras eran migrantes, etc. Estas afectaciones tendrían efectos negativos en aspectos sociales, psicológicos y reproductivos, a corto y largo plazo. Otro ejemplo es el caso de una niña llamada Talía en Ecuador, a los 3 años, debido a una transfusión se infectó de VIH, cuando se enteraron en su jardín de niños la expulsaron, después de un juicio, los jueces le dieron la razón al jardín de niños, lo que la dejó sin acceso a la educación. Se aprecia una discriminación interseccional agravada al ser una menor, una enferma de VIH, perteneciente a una familia en condiciones de pobreza, etc., teniendo graves consecuencias en sus aspectos sociales, psicológicos, educativos, entre otros. (Góngora 2020).

### *Estrategias de afrontamiento de los adultos mayores*

El Estado moderno en el caso mexicano ha fallado en sus intentos de integrar con plenos derechos a la sinergia social, a los adultos mayores. Es necesario que se desarrolle una teoría amplia que permita comprender los procesos de integración por parte de los miembros de este sector (Rojas, 2016). Por ello, el análisis es relevante en los procesos de afrontamiento ejercidos y la importancia que tiene el no considerar a los miembros de este grupo vulnerable como un grupo de personas homogéneas. Es pertinente tener presente la diversidad que hay incluso dentro de un grupo de pertenencia como es el caso de los adultos mayores, los cuales tienen características diversas. Un adulto mayor puede ser discriminado por su edad, sin embargo, también podrá ser discriminado por una serie de situaciones que agravan aún más su condición de exclusión, ya sea el padecer una discapacidad, diversidad sexual, el ser mujer, pertenecer a un grupo originario, etc., con discriminación interseccional o múltiple, lo que afecta aún más los intentos de inclusión y acciones de afrontamiento al respecto.

Las estrategias de afrontamiento no sólo se ejercen a nivel individual, sino a nivel grupal, tienen una función que media en el ámbito social y el individual; por lo tanto, dentro de los grupos se despliega el uso de estrategias para superar o mitigar, ya sea las crisis individuales o de grupo, con el fin de mantener, lograr la estabilidad y, garantizar el bienestar de sus miembros. Lo cual es relevante cuando se analizan las estrategias de afrontamiento a partir de la exclusión en los adultos mayores, ya que comparten circunstancias muy parecidas a partir de características o rasgos similares. Entre las posibles estrategias a nivel grupal que pudieran apoyar en situaciones de crisis o estresores se encuentra la reestructuración y redefinición de los acontecimientos para que sean más manejables. La evaluación pasiva busca minimizar su reactividad, con determinado apoyo social en los círculos cercanos, así

como el apoyo espiritual, la movilización con acciones concretas (McCubbin & McCubbin, 1993). Donde se abordan aspectos cognitivos del problema, así como algunos de conducta.

Dentro de las familias también se gestan estrategias de afrontamiento, como grupos son complejos que forman su propia lectura de los acontecimientos y de la realidad, acompañado de una serie de reglas y normatividad que guiarán su forma de funcionar. Cada miembro tendrá su rol y una determinada influencia sobre los demás miembros de la familia o grupos. Las estrategias de afrontamiento apoyan a los grupos con características similares, como una respuesta a las demandas estresantes, y lograr un mejor manejo de la situación, lo cual ayuda para la cohesión y mejores formas de adaptación (Galindo y Milena, 2003). Cassaretto, Chau, Oblitas y Valdez (2003), destacaron que, el inicio de un buen proceso de afrontamiento es lograr determinar cuáles son los elementos que agravan o provocan el estrés, ya que estos tienen la posibilidad de somatizar en la salud de quien lo padece, iniciando un círculo negativo que va del deterioro de la salud física a la mental o viceversa, agravándose en personas mayores, que a causa del deterioro físico natural o por enfermedad se magnifican estas consecuencias negativas.

Se ha propuesto que los seres humanos suelen responder de modos distintos ante las situaciones adversas de su vida. Banda et al., (2017) realizaron un estudio descriptivo en México con 647 adultos mayores, de los cuales 54.7% fueron mujeres y 45.2% fueron hombres, con un promedio de educación de 9 años, correspondiente a la educación básica. El rango de los participantes fue de 60 a los 87 años, con un promedio de edad de 73 años. El mayor problema reportado fue el referente a la situación económica con un 55%, como ya se ha descrito, no solo hay una diferencia en cuestiones de género, sino la mayoría de los adultos mayores perciben rentas menores, además sin las prerrogativas de la seguridad social.

El siguiente problema más reportado fue situaciones familiares representado por un 31%. Aspectos como el abuso físico, emocional o psicológico por parte del círculo cercano que debiera proveerles protección, se suman al abandono o despojo, además de no permitirles la toma de sus propias decisiones. Finalmente, la siguiente problemática más relevante fue la situación de salud con un 11%. Debido no solo a un deterioro natural del cuerpo, sino a la falta de atención medica integral, aunada a los malos cuidados de enfermedades crónicas o ya existentes agravando la situación en salud de las personas. Los adultos mayores, acorde a los resultados de la presente investigación, emplean estrategias de afrontamiento de la siguiente manera: un 55% orienta sus estrategias enfocadas en el problema u orientada a la conducta. Un 33% se enfoca en la valoración de la problemática. Un 12 % de los adultos abordados menciona que usa la estrategia de afrontamiento centrada en las emociones. En este estudio también se midió la resiliencia, la cual muestra resultados de moderadamente baja a moderada, lo cual sitúa a los adultos mayores en un nivel poco halagüeño para enfrentar las situaciones de estrés

En otra investigación realizada en España, Mayordomo et al., (2015) destacaron que las estrategias de afrontamiento ejercidas por los adultos mayores están en función de diversas variables sociodemográficas. En una muestra de 275 adultos mayores, siendo el 63.4% mujeres y 36.6% hombres, con un rango de edad de los 65 a 95 años, con un promedio de 73 años; el estudio se centró en situaciones estresantes y problemas diversos. Los resultados sobre las estrategias de afrontamiento y las variables sociodemográficas indican que, hay una relación significativa entre la edad y la religión como estrategia, es decir, entre más edad se tiene, más se acude a aspectos religiosos. En cuanto al sexo, las mujeres utilizan más la estrategia de “evitación” de los problemas o situaciones estresantes. Los adultos

mayores solteros acuden a la estrategia del apoyo social y en general hacen revaluaciones positivas de la situación. En cuanto a los viudos, también muestran una relación positiva con la religión, Las personas con menos años de estudios formales también ejercen la evitación como estrategia de afrontamiento y en general hacen una reevaluación negativa de la situación. Los adultos con mayores ingresos se enfocan en las estrategias de solución de problemas, mientras que los de menores ingresos se enfocan también en la religión como medio de afrontamiento. Finalmente, la mayoría de los adultos que participaron en el estudio buscaron adaptarse a la situación más que intentar cambiarla. Este estudio destaca razones de clase en el afrontamiento, así como culturales, por la observación de la religiosidad.

En México, Rivera y Montero (2007) exploran sobre religión y espiritualidad como medida de afrontamiento ejercida por los adultos mayores. Para estos fines hicieron un estudio en dos clínicas de salud en la Ciudad de México, fueron mujeres 57 y 60 % por lo tanto 43 y 40% hombres en las clínicas 1 y 2 respectivamente. Con un promedio de edad de 63.9 años. El 88% mencionaron ser católicos y el 9% cristianos (bautistas, metodistas, etc.). Los resultados indican una asociación positiva entre el afrontamiento religioso y la soledad, así como la relación con Dios, esta relación positiva se establece más significativa en mujeres que en hombres, de igual manera se recurre a Dios en mayor frecuencia en las mujeres. En cuanto a la edad, recurren más a Dios como estrategia de afrontamiento los adultos mayores entre 80 y más años, a diferencia de los adultos entre los 50 y 59 años, que lo utilizan menos como estrategia.

La estrategia religiosa tiene una relación negativa en cuanto a la educación formal, es decir entre más educación formal menos se acude a esta estrategia a diferencia de las personas que solo tienen educación básica completada o inconclusa. Las personas casadas o que viven

en unión libre acuden menos a las estrategias religiosas, y las solteras más. En cuanto a la religión, los católicos ejercen con mayor frecuencia las estrategias de afrontamiento religiosas. Los cristianos no católicos dicen tener una relación con Dios más cercana. Los resultados obtenidos en el estudio indican la importancia del afrontamiento religioso para los adultos mayores en México, si bien los resultados no pueden ser generalizables, sí aportan datos que concuerdan con otras investigaciones en adultos mayores y el afrontamiento, como el caso de la investigación en España ya presentada.

Por otro lado, Hernández (2009) afirmó que hay variables estratégicas que pueden intervenir en la capacidad de formar personalidades resistentes, las cuales ayudan como estrategias de afrontamiento en los adultos mayores. Estas variables son: nivel escolar, sexo, nivel de independencia, autopercepción de salud y repercusión del estado de ánimo. Sin embargo, investigaciones como esta dejan de lado aspectos relevantes que contribuyen al bienestar del adulto mayor, en primera instancia se puede nombrar las desigualdades sociales que viven no solo los adultos mayores sino muchas personas, esto relacionado a las clases sociales y sus diferencias para acceder a mejores servicios de salud, mejor alimentación, y mas oportunidades de desarrollo en lo general. El género es otra categoría determinante para analizar el caso de los adultos mayores, ya que ellas, las mujeres, han padecido en mayor medida las sinergias culturales históricas a causa del machismo y estereotipos de género arraigado en México, negándoseles en mayor medidas oportunidades escolares, laborales y de desarrollo de objetivos y metas propias más allá de los roles preestablecidos para las mujeres, los cuales se relacionan con la atención del hogar, la crianza de los hijos, el cuidado de enfermos entre otras más. Y, las que tuvieron la oportunidad de desarrollarse laboralmente, han tenido en su mayoría padecer dobles o incluso triples jornadas laborales.

Para concluir la crítica a investigaciones sesgadas como la presentada, es de interés abordar y profundizar en las redes sociales donde se desenvuelven los adultos mayores, la exclusión ofrece evidencias y se pudo identificar a partir de las varias entrevistas realizadas. Aspectos familiares son determinantes. En las personas mayores cuando disminuye la capacidad de producción, de renta y de contribución a los hogares, también lo hace su valoración, opinión, así como una evidente disminución en la toma de decisiones, no solo en asuntos familiares, sino disminuye su capacidad de toma de decisiones en situaciones personales. Ya que su círculo cercano en la mayoría de los casos no los considera aptos o emocionalmente estables para llevarlas a cabo.

Hernández (2009) deja de lado aspectos fundamentales como los anteriores y considera que la personalidad resistente determinará la capacidad de ajustarse al medio, la cual influye en los pensamientos y por ende en la conducta de las personas, este concepto funciona como un modulador y cuanto más personalidad resistente se tenga, reduce las posibilidades de padecer estrés o disminuir las consecuencias negativas de las diferentes problemáticas que enfrentan las personas. En el presente estudio se abordaron a 102 adultos mayores de los cuales 61.8% fueron mujeres y 38.2% hombres. Todos mayores de 60 años con un promedio de edad de 69.3 años. Los resultados indican que los hombres tienen mejor personalidad resistente que las mujeres. En cuanto a la independencia, quienes indicaron tener mayor independencia resultaron con mayor índice de personalidad resistente.

En el estudio se afirmó que, la educación formal tiene una relación positiva con la personalidad resistente, pues a mayor nivel académico, más personalidad resistente. En cuanto a la autopercepción de la salud, los resultados fueron variados, no apuntando a una relación positiva o negativa en cuanto a si influye en la personalidad resistente, ya que los

que se consideran con buena salud tienen altas tasas de personalidad resistente, la cual es menor a en los que consideran que tienen salud regular, sin embargo, aumenta en los que tienen percepción de mala salud. De igual forma pasa con el estado de ánimo, la cual no muestra una relación constante con la personalidad resistente, ya sea positiva o negativa. Es necesario señalar que, en general se obtuvieron resultados medios o altos al respecto de las Categorías observables y el desarrollo de la personalidad resistente, sin embargo, el estudio se llevó a cabo en un centro diurno dependiente del Sistema de Desarrollo Integral para la Familia [DIF], exclusivo para adultos mayores, donde hay clubes con diversas actividades recreativas y educativas dependiendo de los intereses de los adultos mayores. Es decir, probablemente los resultados serían diferentes si el estudio hubiese sido en un asilo, en un centro de salud, en un centro de trabajo, etc.

Las afectaciones de la exclusión social y discriminación interseccional en personas mayores atentan contra la oportunidad de gozar plenos derechos para insertarse en los contextos sociales y culturales con igualdad de circunstancias, pues el debilitamiento de la cohesión social impide la participación obtener objetivos comunitarios (Matas, 2007). El derecho al trabajo representa uno un elemento para el desarrollo económico de las personas con una renta digna, sustento familiar de alimentación, vestido y las diversas cosas materiales que permiten una básica calidad de vida. Al mantener un empleo también significa contar con servicio médico tanto para la persona como para sus familiares dependientes.

En el caso de México, no se cuenta con atención a la salud de manera universal, y los servicios privados son caros, con indefensión en caso de enfermedad o accidente. Es menester por parte del Estado a través de sus diversas instituciones, fomentar la no discriminación y

disminuir en medida de lo posible la discriminación laboral, y evitar la exclusión social de las personas mayores, sin embargo, es evidente que no se han logrado los objetivos.

### ***La población adulta mayor en la agenda pública mexicana***

Las acciones institucionales en México ante la problemática de exclusión en el sector de adultos mayores refieren a diferentes leyes y programas, como la creación del Instituto Nacional de la Senectud [INSEN], institución que funge como rectora de la política pública nacional relacionada con adultos mayores y envejecimiento. Fue creada en 1979 y dependía de la extinta Secretaría de Salubridad y Asistencia, que, siendo dotada un año después de recursos propios, ha cambiado de nombre y hoy se conoce como Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [INAPAM], 2016). Entre los avances logrados ha sido la gestión de convenios con instituciones públicas y privadas para el bienestar de los adultos mayores, logrando servicios geriátricos en los diversos ámbitos. En el año 2013, se creó la tarjeta de identificación INSEN para acceder a descuentos y programas públicos dirigidos a este sector (Secretaría de Bienestar, 2013).

Desde el 2002, a través de decreto presidencial, se cuenta con La ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, donde se describe el derecho a una vida sin violencia, ya sea física, psicológica, económica, etc., con derecho a la equidad, la participación, integridad, certeza jurídica, obtención de un empleo, definiendo las obligaciones por parte del Estado, la sociedad y la familia (Diario Oficial de la Federación, 2002). Durante el sexenio del expresidente Felipe Calderón se creó el programa de “70 y más” a través de la SEDESOL, el cual, no es de carácter universal y correspondió a transferencia de fondos en efectivo, iniciando con una entrega bimensual de \$1000 pesos (SEDESOL, 2020). Durante el sexenio

del expresidente Enrique Peña, se amplió el rango de beneficiarios a partir de los 65 años, y con un aumento a \$1,100, pesos bimensuales. Sin embargo, en este periodo el programa perdió su carácter de universalidad al negarse a las personas que tuvieran seguridad social (Expansión, 2013). Con la llegada del presidente Andrés Manuel López Obrador la cobertura vuelve a ser universal, permitiendo la inclusión de pensionados y con seguridad social, y con aumentos graduales tanto en cobertura, como en la cantidad transferida (Secretaría del Bienestar, 2022). Para 2022, el pago subió a \$3,850 pesos, y se espera que siga aumentando hasta los \$6,000 pesos bimensuales para el 2024 (Sánchez, 2022).

Lo anterior corresponde a una cobertura nacional, sin embargo, a nivel estatal se gestan políticas públicas locales diferenciadas, que van desde transferencia de fondos, hasta recursos en especie, apoyo alimentario, atención en salud, y otros aspectos que intentan mitigar las problemáticas y aumentar el bienestar de los adultos mayores. El Gobierno del Estado de Chihuahua se ha limitado a programas de asistencia social que no resuelven el problema de forma estructural, además de solicitar una serie de requisitos que son complicados de cumplir para los adultos mayores más vulnerables que no cuentan con una casa o dirección. Este grupo poblacional es objetivo de políticas públicas infructuosas, sin tomar en cuenta las reales necesidades de las personas, ni el contexto cultural y social en el que se desenvuelve, observación ya señala en algunos estados de México, por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2000). En cuanto a las leyes, como suele ocurrir, a pesar de que las leyes han mejorado y avanzado en su redacción, no se identifican cambios en pro de la mejora de este sector. Hay una desconexión entre la realidad y la letra muerta de las leyes, Por lo tanto, se proponen se promulguen leyes espaciales para

el sector del adulto mayor, y que estén en concordancia con los acuerdos internacionales a los que se ha suscrito el estado mexicano (Huenchuan, 2004).

Las personas llevan a cabo distintas formas de hacer frente a las condiciones adversas. Los miembros de estos grupos vulnerables, como es el caso de los adultos mayores, suelen desarrollar una serie de estrategias de afrontamiento. Las estrategias de afrontamiento son una herramienta para superar las bajas condiciones en cuanto a la calidad de vida e intentar mitigar los efectos negativos de la exclusión y discriminación que enfrentan (Marsollier y Aparicio, 2010) logrando dentro de lo posible, la inclusión plena a través del ejercicio de sus derechos. Pelechano, Matud y de Miguel (1993) destacaban dos tendencias para ahondar en el afrontamiento: Una tiene relación con los diferentes estresores y cómo se concibe a éstos, ya sea como reacción a un estímulo dañino, o como situación dañina. La otra tiene que ver con la progresiva subjetivación de la realidad del estrés, la cual ha ganado más campo en el ámbito científico, e incluye la teoría psicoanalítica y lo referente al modelo cognitivo del estrés. Snyder (1999) coincide y se pronuncia sobre valorar las cuestiones individualistas en relación con las teorías de la personalidad, ya que cada persona y probablemente determinado grupo con características específicas, podrán reaccionar de diversas maneras a las muchas situaciones o episodios estresantes que desbordan a las personas.

Las teorías relacionadas con el psicoanálisis aportan a la ecuación las variables mediadoras, las cuales ayudan en el manejo de los estresores (Macías et al., 2013). También se ha puesto énfasis en el aspecto cognitivo, siendo los principales desarrolladores de este enfoque Lazarus y Folkman (1978). Es relevante para el sector de los adultos mayores, considerar los recursos cognitivos y su asociación a los episodios de estrés psicológico, en conjunto con la relación de estos y los ambientes que les rodean, cuando las demandas son

elevadas, en la mayoría de los casos los recursos personales son excedidos de acuerdo con Rueda, Aguado y Alcedo (2003). Lo anterior se desarrolla a partir de dos fases, primero, se analiza si la situación es de carácter estresante o no, después se evalúa qué estrategias o uso de recursos se puede hacer, así como la conveniencia de cómo reaccionar ante las diversas situaciones.

### **Interrogantes de interés**

Las problemáticas derivadas de la exclusión social afectan de sobremanera a los adultos mayores, lo cual, es una constante que se ha sistematizado por parte de la sociedad civil y por parte del Estado, que, además, no ha podido mitigar la problemática, que presenta tendencias crecientes en los contextos de violencia y modelos neoliberales, en especial en países no desarrollados como el caso mexicano. Por ello se considera la siguiente interrogante: ¿Cómo se llevan a cabo las estrategias de afrontamiento de personas mayores en contextos de exclusión social y/o discriminación interseccional en un grupo de Ciudad Juárez, Chihuahua?

Como preguntas secundarias se plantearon las siguientes:

¿Cuáles son los procesos de exclusión social que padecen los adultos mayores del caso de estudio?

¿Cuáles son las formas e impactos de la discriminación interseccional en los adultos mayores en el caso de observación?

¿Cuáles son las diversas estrategias de afrontamiento ejercidas por los adultos mayores?

¿Cuáles son las oportunidades identificadas en el ámbito psicosocial que brinden mejores estrategias de afrontamiento e inclusión social en los adultos mayores?

### **Justificación del estudio**

Miembros pertenecientes a grupos vulnerables como los adultos mayores, tienen menos oportunidades de desarrollo, no importando el campo particular o ámbito, ya sea en lo laboral, social, económico, etc. Lo cual no les permite lograr mejores niveles de calidad de vida. El Estado identifica a estos grupos como objetivo de políticas públicas que resultan infructuosas a través de contratos sociales unilaterales. Por ello, los miembros de estos grupos intentan desarrollar una serie de estrategias de afrontamiento para superar la subyugación e intentar mitigar los efectos negativos de la exclusión social que enfrentan, para lograr dentro de lo posible, la inclusión plena a través del ejercicio de sus derechos. Es relevante no identificar a los adultos mayores como personas homogéneas, sino abordarlos desde las diferencias y características diversas que tienen. Tener presente las situaciones de discriminación interseccional que pudieran tener los adultos mayores, lo cual, agrava los efectos negativos de la exclusión social, permite el análisis de ciencia de frontera que contribuya a la construcción de nuevo conocimiento con recursos técnicos innovadores y de rigor epistemológico, con atención a métodos no utilizados para la investigación.

El tema correspondiente a la exclusión social enfocada en grupos vulnerables, específicamente en adultos mayores, es uno de los más discutidos en las teorías sociales. Las afectaciones desarrolladas en ámbitos tan diversos como el económico, social, patrimonial, salud, etc., son derivadas de una discriminación estructural hacia este sector que les genera muchas barreras para lograr el objetivo de lograr una mejor calidad de vida y mejores

oportunidades en los diversos ámbitos (Solís, 2017). Por lo anterior es necesario desarrollar investigaciones que permitan conocer, en este caso, cuáles son las estrategias de afrontamiento que ejercen los adultos mayores ante esta situación. Al identificar los alcances de la exclusión social que brinden un contexto y un punto de partida para mejorar la intervenciones y programas enfocados en este sector. El Estado no ha podido desarrollar programas efectivos para evitar la exclusión social de los adultos mayores, solo se enfoca en apoyos en especie o transferencias de fondos que no son suficientes. Todo lo anterior se ve reflejado en la calidad de vida deficiente, lo que hace más rápido su deterioro en todos los sentidos y dimensiones ya descritas (SEDESOL, 2010).

Además, las investigaciones que abordan estos temas podrán ser utilizadas para generar políticas públicas que mitiguen la exclusión social, la cual debilita a la población en lo general, no hay ejercicio de ciudadanía, garantía de derechos, ni se podrá lograr la cohesión social que impulse las causas en común que permitan un bienestar poblacional en lo general, como lo son el ejercicio de los derechos básicos y el acceso a satisfactores en salud, educación, trabajo, vivienda, etc., pues el concepto de exclusión social es considerado como opuesto a la integración social (Jiménez, 2008).

Históricamente las investigaciones sociales, más aún enfocadas en grupos vulnerables, se destacaban por su abordaje unidisciplinario o desde una teoría específica, la cual, indiscutiblemente aportó para cimentar las bases teóricas de diversas investigaciones en épocas modernas. Actualmente, la investigación social, se propone a partir de una visión holística, multiteórica y centrando los análisis en los sujetos de investigación. Esto permite generar diseños metodológicos acorde a la realidad social. Sin embargo, lo anterior no está exento de discusión, sobre cuál es el abordaje más idóneo de los grupos vulnerables, el tema,

no solo es una cuestión de índole social, sino una cuestión política, presente en las agendas gubernamentales, académicas y demás grupos para el diseño de intervenciones y diseños de políticas públicas, no solo en México, sino en cualquier región del mundo y Latinoamérica (Busso, 2001).

En los últimos años se vienen desarrollando metodologías para la investigación de estos grupos, que muestran no solo su vinculación con el deterioro natural del cuerpo, como es el caso de los adultos mayores, sino cómo se relaciona con su contexto, ambiente y en general las estructuras y ámbitos sociales de relevancia, que no permiten la inclusión social en términos de igualdad y equidad (Sánchez y Egea, 2011). Hoy en día no basta con el llenado de datos que muestran indicadores actualizados de la situación que viven los adultos mayores, es necesario generar un seguimiento contextual, que se relacione con el uso de metodologías cualitativas, además, que aborde las situaciones reales de las personas adultas mayores, lo que se ha propuesto en los últimos años, sin embargo, sigue siendo un reto. (CEPAL, 2001).

La presente investigación tiene como utilidad metodológica principal, el recoger los aspectos sociales más relevantes y de primera mano, centrados en las experiencias y las vicisitudes que padecen día a día los adultos mayores en el contexto descrito. No solo desde el lugar o categoría que les han sido otorgados en las diversas investigaciones, y las diferentes teorías sociales, las cuales, identifican a determinados grupos vulnerables con ciertas características, homogeneizando y realizando hallazgos sesgados que parten de la igualdad; sino, se busca partir de una realidad que muestre a los individuos de investigación con características diversas, tal vez con muchas situaciones comunes, ya que se busca intervenir en determinado contexto geográfico con características sociales similares. Sin embargo, se tiene la intención de generar la investigación desde la diferencia que hay de un sujeto a otro,

donde las características individuales cobran más peso y relevancia acorde a diversos factores. De igual manera que no se debe homogenizar a la población investigada, no se debieran homogeneizar las metodologías de intervención e investigación, no hay una fórmula específica para abordar los contextos, hacer la evaluación, llevar a cabo la ejecución, etc. (Guzmán, 2010).

Los motivos de una intervención enfocada en las personas mayores corresponden a lograr mayor conocimiento, comprensión y visibilidad de este segmento de población. Durante largos periodos estas personas han sido parte de los grupos más vulnerable de las sociedades donde se desenvuelven, lo cual, ya se describió en apartados anteriores. En el caso mexicano se ha identificado a este sector como grupo de receptores clientelares de políticas públicas que no logran impulsar su desarrollo, ni alcanzar los objetivos de inclusión. Partiendo de lo anterior, se buscó realizar una investigación a través de elementos teóricos actuales, y generar datos para evidenciar situaciones reales vividas por las personas mayores, las cuales también podrán servir como base de futuras investigaciones o intervenciones. Por lo tanto, hay razones de pertinencia más que justificadas para realizar la presente investigación en el segmento y espacio definido. La frontera de Juárez es una región que ha representado durante muchos años una opción para el desarrollo de sus habitantes, no así para los segmentos de personas vulnerables como el caso de los adultos mayores, su calidad de vida no es la misma que la de otros miembros de la comunidad, la desigualdad impera de manera diferenciada para ellos.

Las razones académicas partieron de generar un documento final que contextualice las vivencias y vicisitudes que padecen los adultos mayores, concentrándonos en un grupo de estudio aportando a la data y teoría dentro del campo de las ciencias sociales, así como

dentro del ámbito de la Psicología Social, sin embargo, más allá de ver al envejecimiento como una declinación a partir de los convencionalismos sociales y culturales dados por estereotipos, lo cual se puede comparar con un arcoíris, donde se crece, se llega al punto más alto y sucede el inevitable declive. Es necesario redefinir el papel de las ciencias sociales que promueve el curso de la vida como el ejemplo del arcoíris, el cual va de la mano con la visión y teoría psicología en el aspecto del desarrollo y caída (Gergen, 2007). Hay que ampliar y lograr visiones diversas desde otros ángulos sobre el ciclo de la vida, no debieran regir posturas en extremo generalizantes.

Profundizando sobre las causas, situaciones, condiciones, consecuencias, panorama, etc. que permita desentrañar y conocer a fondo sobre el problema de la discriminación, desigualdad, y exclusión social que padece este sector y provocan afectaciones como las ya señaladas en diferentes apartados de esta entrega.

Los motivos presentados anteriormente justificaron con amplitud el realizar una investigación a profundidad dentro de este sector poblacional, sin embargo, para lograr un acercamiento a las metas de investigación previamente planeadas, fue necesario, no sólo generar métodos documentales, o conformarse con realizar una serie de entrevistas semiestructuradas a profundidad, donde, sin duda se obtuvo información muy valiosa. También fue favorable llevar a cabo una observación participante, la cual permitió a lo largo de la investigación llevar a cabo un involucramiento directo con el grupo y sus miembros, siendo parte de las sinergias, actividades cotidianas y eventos diversos. Lo anterior permitió obtener información auténtica y de manera natural, lo cual aportó para que los sujetos de investigación no se sintieran parte de una investigación o experimento, simplemente compartieran sus experiencias de la manera menos invasiva posible.

## **Objetivos de la investigación**

### *Objetivo general*

Analizar y comprender cómo se llevan a cabo las estrategias de afrontamiento de personas mayores en contextos de exclusión social y/o discriminación interseccional en un grupo de Ciudad Juárez, Chihuahua. Para estar en condiciones de proponer oportunidades de intervención social.

### *Objetivos específicos*

- Identificar los procesos de exclusión social que padecen los adultos mayores
- Identificar las formas e impactos de la discriminación interseccional en los adultos mayores.
- Identificar las diversas estrategias de afrontamiento ejercidas por los adultos mayores.
- Analizar las oportunidades en el ámbito psicosocial que brinden mejores estrategias de afrontamiento e inclusión social en los adultos mayores.

### **Supuesto hipotético**

Los miembros de grupos vulnerables como el caso de los adultos mayores han sufrido exclusión social, la cual no ha permitido su pleno desarrollo en las comunidades donde se desenvuelven, a partir de esto, ejercen estrategias de afrontamiento para intentar mitigar los efectos adversos, siendo de muchos tipos y acorde a diversos factores. Las estrategias de afrontamiento dependerán de situaciones como, capacidades personales y características

ambientales, además de circunstancias especiales que pueden agravar la exclusión, como el caso de la discriminación múltiple e interseccional.

1. En atención a lo referido por Hernández (2009), citado en párrafos previos de este documento (p. 25), se precisa que no se realizaron más observaciones o mediciones que permitieran comprender aspectos de la personalidad de las personas entrevistadas, en relación a que las discriminaciones y los afrontamientos se asocian a historias personales y de la personalidad quienes participan de los grupos de interés. Esto fue así por las características del trabajo y del grupo de estudio, en un estudio realizado en el contexto del confinamiento y el periodo inicial a la post-pandemia, que no hacía posible mayores ejercicios de intensidad y profundidad justo por la vulnerabilidad de las personas mayores de edad como por las situaciones de la salud pública. Por ende, los resultados de este proyecto deben atender esta precisión, pues los afrontamientos observados de modo alguno refieren a la personalidad y recursos de cada persona, pero solo se pueden comprender en una perspectiva sincrónica, que concibe un tiempo específico y valoraciones próximas a un diagnóstico situacional del caso de estudio.
2. Este estudio solo abordó el grupo de interés, por lo que no pueden hacerse mayores consideraciones de forma comparativa o argumentar que estas discriminaciones o afrontamientos son exclusivos de este grupo de estudio, pero si representan a las personas entrevistadas.

## **Contenido de la tesis**

Introducción: Se abarca la exclusión social hacia la población adulta, aspectos teóricos relevantes, desarrollo y presentación de procesos socioculturales de atención acorde a la problemática, se habló sobre cuál es el lugar que mantiene el tema dentro de la agenda pública del Estado y cuáles han sido las estrategias para una posible solución. También, en esta parte se enuncia la problemática, se presenta la justificación, las diversas dimensiones que se afectan y las utilidad académica y metodológica.

Capítulo 1. Envejecimiento: En esta parte se abordó todo lo relacionado al deterioro físico de las personas mayores, lo cual, puede ser por causa natural de la edad o por otros factores diversos. Exclusión social de adultos mayores: Se profundizó sobre la situación que viven las personas mayores y las diversas causas y consecuencias de la exclusión social que padecen. La discriminación y estigma: Se describió sobre discriminación y estigma que padecen los adultos mayores, no sólo por la edad, sino a causa de factores interseccionales que agravan la situación. Estrategias de afrontamiento: Se realizó una revisión sobre la teoría relacionada a las estrategias de afrontamiento y cuáles son las empleadas por grupos vulnerables, haciendo énfasis en las ejercidas por los adultos mayores.

Capítulo 2. Metodología. Se describen las herramientas, técnicas y tipo de investigación que se realizó.

Capítulo 3. Los hallazgos y discusiones. Presentación de resultados: Se resumieron los hallazgos más relevantes de la investigación de campo.

Capítulo 4. Análisis y discusión: Se analizaron los resultados con el supuesto hipotético, se hacen comparaciones entre la realidad encontrada y la teoría. Se contrastan resultados y se discute sus aspectos prácticos. Conclusiones: Se generaron conclusiones, se analizaron y describieron líneas futuras sobre el tema de investigación. Y, finalmente, se propusieron soluciones a las problemáticas encontradas.

## Capítulo I. Envejecimiento, exclusión y discriminación

El proceso de desarrollo del ser humano culmina con la etapa del envejecimiento, el cual, ha sido un tema abordado por la psicología clínica, al generar análisis y teorías al respecto de la depresión clínica, derivado de problemas de salud, psicoafectivos, por las disminuciones físicas naturales o aceleradas por diversas causas como discapacidad, etc. Otros relacionan el envejecimiento con una *crisis vital*, la cual impacta de manera directa la psiquis de las personas que la padecen (Giordano y Silveira, 2005). Otro campo que se relaciona con los efectos de la edad y la intervención clínica es el caso de la demencia senil, ampliándose su estudio también en el círculo cercano de los adultos mayores -impacto de la demencia senil en los familiares cercanos-.

La psicología social tiene un campo importante de acción al respecto del tema del envejecimiento, ya que, toma en cuenta el aspecto social de las personas y su relación contextual con el medio donde se desenvuelven. Lo anterior toma en cuenta aspectos multifactoriales como lo pueden ser las condiciones biológicas, los aspectos históricos y ambientales donde se han desenvuelto los adultos mayores, las condiciones cambiantes y culturales (Dulcey, 2022), así como, la importancia en los diversos ámbitos de las personas como económicos, de salud, y sociales diversos, entre otros.

La relación de las personas dentro de lo individual con el orden social es compleja por sí misma, cuando se le agrega a esta relación el caso de vivirla dentro de la adultez mayor, conlleva una serie de elementos que requieren mayor atención. Uno de los retos más importantes que tiene que superar la psicología social, es lograr definir los límites entre los conceptos que son biologicistas con los del orden estrictamente social, no significa

concentrarse en uno o en otro, sin embargo, es necesario se delimiten para lograr análisis enfocados en aspectos sociales de interés (Muchnik, 2005). Los adultos mayores y adultos en etapas previas sufren una serie de cambios relevantes para la vida, ya sea físicos y sociales, la separación de los hijos, los diversos cambios en sus cuerpos, el identificar los cambios de la adultez en sus propios familiares mayores, padres, tíos, abuelos, vivencias en el aspecto económico y laboral etc. (Luliano, 2019). Provocan una narrativa de la identidad propia, lo cual provoca que se genere una representación social, la cual no solo impacta en el *yo* como individuo sino en su relación ambiental y social.

Bajo una perspectiva crítica se ha cuestionado a la psicología social por su tardío abordaje del tema de la adultez mayor, sin embargo, en las últimas décadas el tema de la adultez cobra relevancia por el crecimiento de este sector en la mayor parte del planeta, a causa del aumento de la esperanza de vida y la desaceleración de los nacimientos, haciendo cada vez más amplio el sector de los adultos mayores. Gergen (1998) destacó que la psicología social es como la historia, ya que las prácticas culturales y sociales se construyen a través del tiempo, pues no hay duda de que se puede acusar de incompletas a las diversas teorías de envejecimiento a causa de su pobre historicidad (Dulcey, 2022).

Dentro de un construccionismo funcional y de entornos de “posmodernidad” acorde a Gergen (2007) no se trata de hacer análisis sociales donde se aborde a los sujetos, en este caso los de la investigación, como personas pasivas que simplemente reciben la realidad tal como se presenta, sino que deben ser vistos como sujetos activos que influyen cotidianamente en la construcción de sus propias realidades y entornos (López-Silva, 2013). Las realidades construidas tendrán tanta influencia en las relaciones sociales que la construcción del “yo” se verá modificada bajo esas sinergias, esto en relación con los *yoes* de las personas con las

que se comparte a nivel comunitario y social. Por lo tanto, estas relaciones superan indiscutiblemente, acorde a las teorías de Gergen, al “yo” de tal forma, que la interacción de las personas con los sujetos de su entorno representa la parte fundamental de las relaciones sociales (Gergen, 1996, citado en López Parra, 2008). La realidad social construida representará una negociación constante a partir de las relaciones sociales cotidianas y que son compartidas por sus miembros.

En las últimas décadas se ha construido y avanzado en el andamiaje teórico que sustenta los diversos análisis relacionados con el tema y mucho de esto se debe a los aportes de la psicología social, algunos presentados en los siguientes párrafos.

### **El proceso de envejecimiento**

Este proceso representa una cuestión universal e inevitable. En lo social como representación sociocultural, por lo tanto, cuestiones como el estrato social, las cuestiones de género, la idiosincrasia presente en determinado contexto social, son elementos de amplia influencia. la vejez puede comenzar cuando disminuyen las oportunidades de una inserción social plena y no se logre el goce de todos los derechos debido a la edad (Huenchuan, 2018). La percepción sobre la vejez ha manifestado cambios a través de las diferentes épocas, y dependiendo del contexto, por ejemplo, la vejez será percibida de manera diferente en un entorno urbano de uno rural, o no será lo mismo la percepción de vejez que se tiene actualmente, donde valores como el consumismo, la producción, la fuerza o el acaparamiento de satisfactores materiales, son celebrados, que la percepción de la vejez en décadas anteriores, donde había muy pocos adultos mayores y podían ser considerados como fuente de experiencia y conocimiento.

La vejez es un tema que ocupa a los investigadores en los niveles científico y social, debido a que la población entera transita a un estado de vejez. Los expertos no han encontrado la fórmula para detener la vejez, solo se ha logrado alargar la vida un poco más. El registro de la persona más longeva comprobable corresponde a Jeanne Louise Calment nacida en Francia en el año de 1875, alcanzando 122 años y 164 días, falleciendo en el año de 1997, ella vivió en Arlés, vio morir a sus hijos incluso a nietos. Una tamaulipeca de nombre Leandra Becerra Lumbreras, representa la persona más longeva de México documentada, aunque con dudas sobre su registro, la cual alcanzaría 127 años, nacida en 1887 y fallecida en 2015 (INMUJERES, 2015).

En el aspecto biológico y según el abordaje teórico, el envejecer puede iniciar desde que nacen las personas, o incluso desde la etapa de concepción, otros consideran que el envejecimiento inicia cuando ha terminado el proceso de mayor funcionalidad orgánico, donde a partir de eso inicia el periodo de deterioro, el cual puede ser de los 18 a los 20 años en las mujeres y de los 20 a 22 años en los hombres, de manera general, aunque el proceso es diferenciado e individual debido a condiciones diversas, las edades presentadas sólo permiten un referente (Garcés et al., 2002). El proceso que lleva el envejecer se puede explicarse a través de otros factores que rebasan el aspecto cronológico, influyen lo psicológico, social o incluso lo funcional, se contemplan los procesos de reproducción y producción, además de los bagajes con que cuenta cada persona para enfrentar el proceso (González y De La Fuente, 2014).

Entre los cambios físicos más representativos se afecta al sistema nervioso, lo que trae como consecuencia una disminución de actos reflejos, se vuelven más lentos los movimientos, hay más posibilidad de tener enfermedades en diversas partes del cuerpo, como

respiratorias, cardiovasculares, digestivas, pulmonares, musculares, hay deficiencias del sistema inmune disminuyéndolo y volviéndose más débil, disminuyen los anticuerpos y las defensas, se afecta la densidad ósea, se afecta a los riñones y puede haber incontinencia. Hay modificaciones en la piel, se vuelve más delgada y menos elástica con tendencia a la resequedad, se puede perder la dentadura y el cabello, se ve afectado el sistema de la vista y el oído, se deterioran las articulaciones, entre muchas otras más afectaciones físicas (González y De La Fuente, 2014a).

Los cambios psicológicos que se agudizan en la edad adulta, como la depresión, tristeza y melancolía, son derivados de diversos factores, ya sea el abandono, el deterioro de la salud o la falta de independencia económica (Henríquez y Núñez, 2005. También se presentan cambios de índole cognitivo, los cuales se manifiestan a través de efectos como deterioro de la orientación, pérdida de memoria, más tiempos de reacción, falla en la percepción, se hace más lenta la actividad mental y lo relacionado al razonamiento, además de enfermedades relacionadas con la demencia senil, o Alzheimer (González y De La Fuente, 2014).

Habrán efectos en la parte psicomotora, lo cual afecta habilidades motrices relacionadas a la percepción espacial, temporal, ritmo, entre otras, se ve disminuido el equilibrio, lo que tiene consecuencias en la habilidad de desplazamiento (Alonso y Moros, 2011). Esas afectaciones pueden influir el carácter de las personas, se maximiza la impaciencia, intolerancia, puede haber delirios de persecución, además de arrebatos de cólera, entre otros, lo que provoca menos capacidad de adaptación, reiterando que cada proceso es individual y dependerá de las capacidades, vivencias y personalidad de cada una perteneciente al segmento de los adultos mayores.

El envejecimiento activo, donde se lleven a cabo actividades placenteras acorde a la edad, sería lo ideal, sin embargo, esto pasa a un segundo término debido a las preocupaciones como acceso a salud y economía y más dentro de los contextos de exclusión, pobreza y rezago en desarrollo que se viven en la mayoría de las comunidades mexicanas, con niveles de pobreza que afectan a más de la mitad de la población. Un envejecimiento activo hace referencia a un nivel óptimo de oportunidades en lo social, con buenas expectativas en lo físico y mental, donde la esperanza de vida sea bajo la premisa de buena salud, ser productivos, donde se tenga la máxima autonomía posible que permita la toma de decisiones y tener el control de la propia vida, según la Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022.

Existe una diferencia entre el proceso de envejecimiento y el de envejecer, el primero alude a un proceso natural, al cual es posible llegar con vitalidad y salud. El segundo representa un estado irreversible que se caracteriza por ser identificado como futuro incierto, que carece de expectativas positivas (Santamarina, 2004). El proceso del envejecimiento en términos saludables es posible darse bajo un mantenimiento de la salud, una dieta saludable, realizando actividades físicas, no tener conductas que dañan la salud como fumar, beber alcohol y consumir drogas, a la vez estar al pendiente para la detección de posibles enfermedades. Históricamente el envejecimiento es considerado en términos de degradación, sin embargo, es posible aceptarlo de manera positiva, siempre y cuando se tomen en cuenta las características del envejecimiento activo y como un proceso. Ya que cada vez serán más comunes poblaciones con mayores índices de adultos mayores (Mella, et al. 2004).

## **Exclusión social de adultos mayores**

Si bien el concepto de exclusión no es algo nuevo y se ha usado durante muchos siglos, se le reconoce el concepto de exclusión social al francés Rene Lenoir, que lo utilizó en la década de los años de 1970's para describir la ruptura social, afectando la integración, ya que muchos vivían al margen, no solo de la seguridad social, sino en los aspectos políticos y económicos. Generalmente estos grupos se constituían por personas con discapacidad, personas mayores, personas con adicciones, entre otras minorías. Las políticas públicas no lograron integrar a estos grupos a un estado de bienestar (Haan & Maxwell, 1998). La exclusión social puede analizarse a través del sujeto y del grupo, donde su contraparte -es decir lo que evita la exclusión social- será la integración en el caso de grupo o colectivos y en cuanto a un sujeto se le puede conocer como inserción. Estas dos contrapartes pueden ser en aspectos culturales y funcionales (Rizo, 2006).

En México como en la mayoría de los lugares se tiene una percepción generalizada negativa sobre los adultos mayores, ya que se identifica una sobrevaloración de aspectos como la fuerza, juventud, agilidad, identificados como factores fundamentales para lograr el éxito, y más aún en sociedades que reconocen al éxito como la acumulación de bienes materiales, lo que deja a las personas adultas mayores en un segundo plano (INAPAM, 2016) Los medios de comunicación, la cultura y la sociedad en general, hoy en día considera lo joven, lo fresco, lo novedoso como lo mejor para la sociedad, infravalorando el aporte, experiencia y conocimiento acumulado por las personas mayores. Cuando esto sucede, los miembros de la sociedad que no cumplen con el estereotipo suelen ser objeto de exclusión social. Esta exclusión se ha podido ver en las últimas décadas con mayores efectos, ya sea de manera parcial o total (Pérez y Eizaguirre, 2022).

Otros informes indican que, de cada 100 adultos mayores reclusos en centros geriátricos, 60 son abandonados por sus familiares (Senado de la República, 2014). La Encuesta Nacional de Discriminación en México (INEGI, 2018b), muestra que según la percepción el envejecimiento es la cuarta causa de discriminación. La indigencia es otra consecuencia de la exclusión social, donde los expulsados son cada vez más, en el caso de los adultos mayores al ser rechazados por sus propios familiares y la desatención por parte del Estado, identifica a este sector como de los más comunes, las zonas céntricas de las urbes son donde transitan los cuerpos excluidos (Fuentes y Flores, 2016). Los cuales no tienen rostro y aparentemente, ni significado para nadie.

Por otro lado, México ha sido considerado un país machista, lo que ha dado como resultado desigualdades de género en las diversas fases de la vida, por ejemplo, las mujeres adultas mayores tienen aún más consecuencias que los hombres adultos mayores al tener menos oportunidades de educación, históricamente en su mayoría eran sujetas de diferencias culturales como el quedarse en casa al cuidado de los hijos y el hogar, por lo tanto no tenían independencia económica, tenían menores tasas de preparación académica, culminando en menos oportunidades laborales y menores oportunidades de lograr una pensión a diferencia de los adultos mayores hombres. En general se sitúa a las mujeres con una desventaja mayor a diferencia de los hombres, lo que lleva a mayores riesgos de pobreza y dependencia (Torres & Villagrán, 2014).

El CONAPRED (2020), consideró que la discriminación en adultos mayores atiende a tres aspectos fundamentales: El primero de ellos es la *pobreza* al carecer de igualdad de oportunidades para lograr empleos formales y bajos niveles educativos, lo que disminuye sus posibilidades de inserción laboral. La mayoría de los que trabajan, lo hacen en informales,

sin seguridad social ni prestaciones que puedan apoyarles para lograr una pensión en un futuro cercano. Otro aspecto fundamental es la *invisibilización*, la cual es ejercida no solo por parte del Estado, sino en general por la sociedad a través del abandono social y su exclusión. Finalmente hay que considerar el aspecto de la *fragilización*, entre las consecuencias de la vejez se encuentra el deterioro natural de los cuerpos, agravándose cuando estos adultos mayores no tienen acceso a servicios de salud óptimos. Esta condición influye en gran medida para la autonomía e independencia.

Actualmente se considera que los adultos mayores son discriminados en lo general por los más jóvenes, aunque, es posible también sean discriminados por personas con edades similares que se encuentran en situaciones de poder y decisión. No hay corte que separe a los viejos de los jóvenes. El fenómeno de la exclusión social se viene agravando, ya que cada vez son más tempranas las edades en las que se puede sufrir discriminación y exclusión social (Ham y González, 2008). Las implicaciones y efectos en los adultos mayores a partir de la discriminación tienen un inicio a partir de la percepción generalizada negativa sobre este sector. La sociedad actual se basa en ideologías de producción, competitividad y consumo, donde si dejas de producir, se pierde valor como persona (Ramírez, 2014). Lo anterior a dado pie a un abandono y exclusión social de los adultos mayores, los cuales, no se da solamente en los hogares, sino a través de las instituciones del sector público y privado (Fuentes y Flores, 2016).

### **La discriminación interseccional**

Esta práctica tiene diversas consecuencias, entre las más destacables, el no contar con los mismos derechos que las demás personas, violencia en diferentes aspectos, aislamiento

social e incluso la pérdida de la vida en casos extremos. La definición del concepto de discriminación, acorde a la CONAPRED (2020):

La discriminación es una práctica cotidiana que consiste en dar un trato desfavorable o de desprecio inmerecido a determinada persona o grupo, que a veces no percibimos, pero que en algún momento la hemos causado o recibido. Hay grupos humanos que son víctimas de la discriminación todos los días por alguna de sus características físicas o su forma de vida. El origen étnico o nacional, el sexo, la edad, la discapacidad, la condición social o económica, la condición de salud, el embarazo, la lengua, la religión, las opiniones, las preferencias sexuales, el estado civil y otras diferencias pueden ser motivo de distinción, exclusión o restricción de derechos (Parr.1 y 2)

Se puede considerar que la discriminación es un fenómeno histórico e inherente a la sociedad, en la que intervienen aspectos de toda clase, por ejemplo, hay autores que consideran el aspecto productivo y su lugar en la sociedad (Cooter en Rivera, 2013). Si bien la teoría ha quedado corta para comprender el fenómeno y sus artistas, el análisis ha avanzado incluyendo el que tiene que ver con el género, la interseccionalidad entre otros.

La discriminación tiene como antecedente el concepto de “estigma”. Avances en la psicología social, no solamente identifican al estigma como una característica de un individuo o grupo con rasgos similares, sino también representa una característica o rasgo social. Por lo tanto, las personas estigmatizadas son percibidas como diferentes, en consecuencia, son devaluadas socialmente y este nivel devaluador dependerá de la situación, el contexto y las sinergias sociales ambientales presentes (Hsin Yang et al., 2007). La palabra “estigma” desde sus inicios tiene relación con una marca, la causada por un hierro al rojo vivo, era infringida intencionalmente como un castigo hacia quienes cometieron crímenes, por lo que

metafóricamente ha continuado su definición por el mismo camino. Actualmente la palabra es reconocida como negativo que identifica a una persona o incluso a un grupo. Para Goffman (1970) el estigma es:

...como un atributo que es profundamente devaluador, el cual, degrada y rebaja a la persona portadora del mismo...en primer lugar, las abominaciones en el cuerpo, luego los defectos de carácter en el individuo que se perciben como falta de voluntad, pasiones tiránicas o antinaturales, creencias rígidas falsas y deshonestidad; y en último lugar existen los estigmas tribales que tienen su origen en la raza, nación y religión (p.14).

Para este autor el termino iba más allá, pues consideraba que el estigma se daba a partir de una clase de relación entre atributo y estereotipo, este resulta un análisis muy acertado por el autor, pues históricamente las minorías son dotadas de ciertos atributos con los que los identifican, y se relacionan con estereotipos los cuales establecen un deber ser de comportamiento o conducta, que de acuerdo con el constructo social define al grupo en cuestión. Para Jones citado en Muñoz, Pérez, Crespo y Guillen (2009), “el estigma puede considerarse como una marca -atributo- que vincula a la persona con características indeseables, estereotipos” (p.12), considerando que Stafford & Scott (1986) ya la habían definido como “...una característica de las personas que resulta contraria a la norma de una unidad social, considerado como norma, una creencia compartida dirigida a comportarse de una forma determinada en un momento preciso...” (p.16). Por la anterior, es imposible separar el estigma de la discriminación, ya que el primero dota de ciertas características que culminan en actos específicos de discriminación.

## **Estrategias de afrontamiento**

Las personas a menudo tienen que desarrollar estrategias que mitiguen el daño ocasionado a causa de la infinidad de estresores, a veces de manera involuntaria, como una estrategia de defensa psicológica o cognitiva acorde a la experiencia y bagaje que haya acumulado cada persona. Según la teoría de la psicología social, el afrontamiento representa la forma en que las personas enfrentan situaciones negativas diversas e intentan mitigarlas. “El término afrontamiento hace referencia a los diversos esfuerzos que realiza la persona para librarse de experiencias emocionales negativas” (Pascual y Conejero, 2019, p. 75).

El concepto se ha desarrollado en diferentes aspectos durante las últimas décadas, adquiriendo una relevancia destacada, no solo en lo emocional, psicológico y/o cognitivo, sino en lo social. También se relaciona con el término resiliencia, el cual, hace referencia a la capacidad de superar adversidades. El afrontamiento sirve como medida para disminuir afectaciones en los diferentes ámbitos de las personas. Los estudios relacionados con las estrategias de afrontamiento permiten:

“analizar cómo se enfrenta la gente ante elementos estresantes determinados: enfermedades crónicas, estresores cotidianos, como un fuerte ritmo de trabajo o sucesos vitales estresantes como la pérdida del puesto de trabajo o un diagnóstico de infertilidad” (Stanton y Dunkel-Schetter, 1991, p. 426).

El afrontamiento ha tenido gran relevancia en la teoría psicológica, sin embargo, más allá de la atención que ha obtenido este concepto, hay mucha discrepancia y falta de unanimidad sobre las diferentes teorías, lo que ha llevado a poca sistematización cuando se aborda el concepto. Lo anterior ha provocado un avance metodológico y de conceptos acorde a las diferentes visiones (Rueda et al., 2003). Según Snyder (1999), el concepto relacionado al

afrontamiento es abordado separadamente en el diccionario de Oxford. Hubo cambios a partir de los 80's y enfocado a los términos que se conocen actualmente.

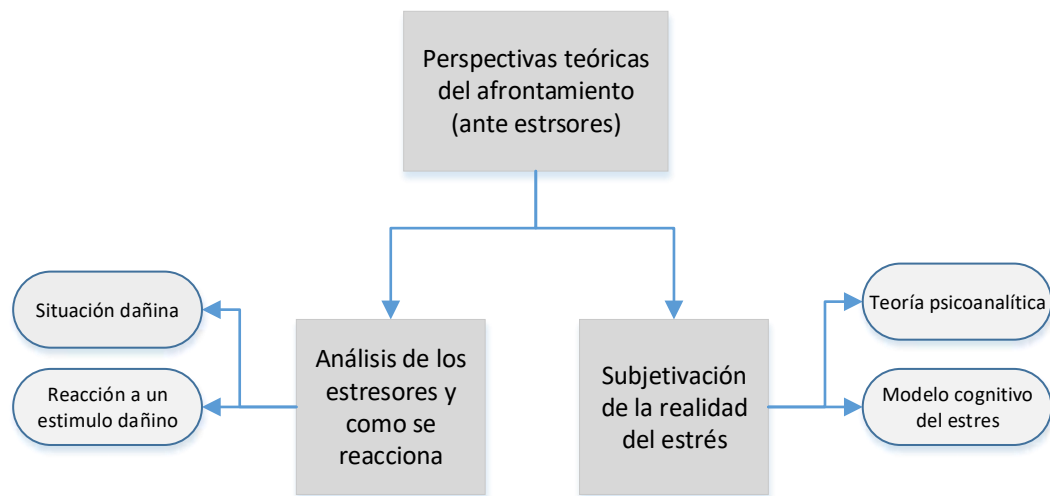
La presente revisión de literatura sobre el afrontamiento indica una relación con la dinámica psicológica, además de surgir acorde a los postulados estructuralistas, los cuales buscan explicar el “yo” también, sobre cómo interactúan los procesos de adaptación y manejo del estrés. Como lo describen Rueda et al:

...afrontamiento fue concebido como un concepto organizativo en la descripción y la evaluación clínica para posteriormente, sobre todo a partir de los años ochenta, constituir el centro de toda una serie de psicoterapias y de programas educativos que tienen como objetivo desarrollar recursos adaptativos. En general, podemos afirmar que el afrontamiento ha evolucionado al amparo de las teorías del estrés y sus diferentes intentos de acercamiento a las teorías de la personalidad. Así, desde la defensa común de la existencia de diferencias individuales (p.72).

Los estudios teóricos sobre los estresores, así como sobre las estrategias de afrontamiento, si bien tienen muchos siglos, se empezaron a formalizar a partir del siglo XX acompañando y evolucionando junto con las teorías psicológicas. Actualmente se identifica al afrontamiento no solo como una serie de herramientas o estrategias de manera personal, sino se debe tomar en cuenta al ambiente que rodea a las personas, además, teniendo en cuenta el tipo de situación o estresor al que se enfrenta, características de grupo de pertenencia de los sujetos y las que dan identidad individual ya sea por elección, naturaleza o situación específica. Por ello, las variables sociales deben ser tomadas en cuenta, no solo dependerá de los aspectos cognitivo y psicológico. En la figura 3, se observan las principales propuestas teóricas del afrontamiento, los cuales engloban criterios conductuales y/o cognitivos.

### Figura 3

#### *Perspectivas teóricas del afrontamiento*

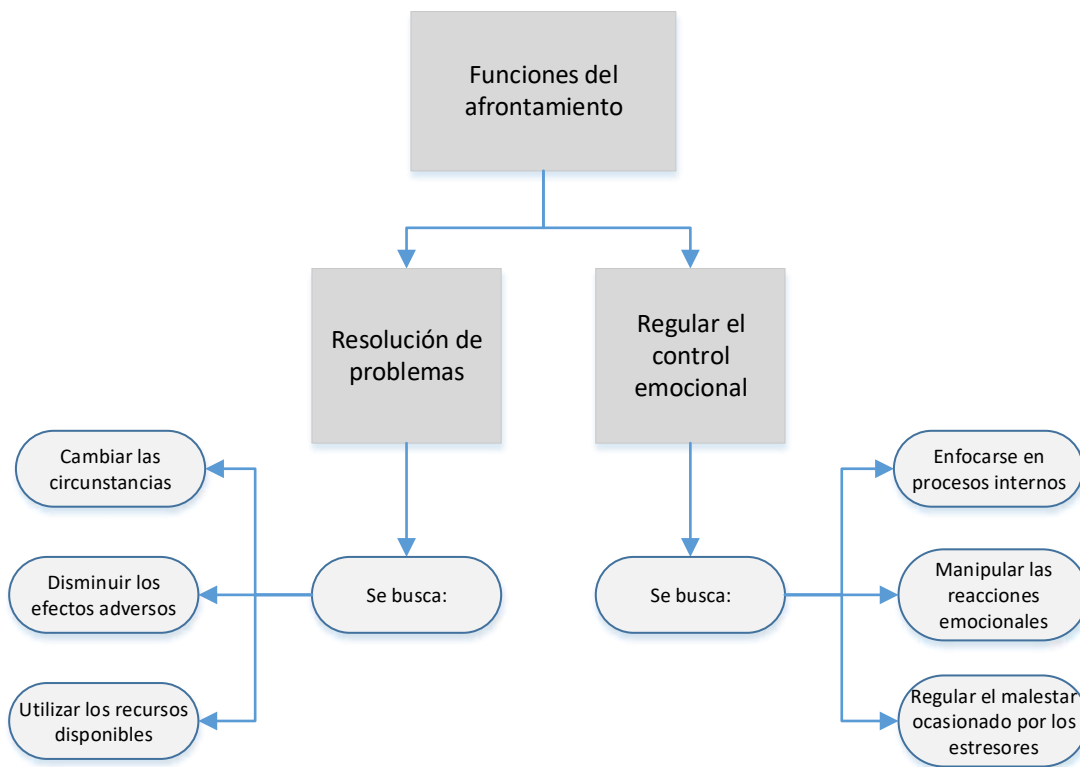


*Fuente: Elaboración propia con base en Rueda et al., (2003).*

Las personas enfrentarán diversas situaciones negativas y estresantes, las cuales requerirían esos recursos o estrategias para poder enfrentarlas, buscando mitigar la crisis o superar las diferentes demandas en los diferentes ambientes. Acorde a Lazarus y Folkman (1986) son dos funciones primordiales del afrontamiento, primero, resolución de algún problema, lo cual se espera afrontar a partir de cambiar las circunstancias, disminuir los efectos adversos, y utilizar los recursos disponibles. La otra función es regular el control emocional, se enfoca en procesos internos manipulando las reacciones emocionales e intentando regular el malestar ocasionado por la situación que provoca estrés. Las funciones anteriores no se excluyen una de la otra, generalmente y acorde a las investigaciones de los autores, en la mayoría de los casos se pueden utilizar ambas (Figura 4).

## Figura 4

### Funciones del afrontamiento



Fuente: Elaboración propia con base en Lazarus y Folkman, (1986).

Por otro lado, Pearlin y Schooler (1978) integraron un nuevo propósito del afrontamiento, el cual, es dar sentido a la situación estresante que se está viviendo, de esta manera se podrá dimensionar el estresor a una justa proporción y, a partir de ello, generar la estrategia correspondiente. La función del afrontamiento no solo busca que los sujetos puedan enfrentar las diversas situaciones a las que se enfrenta diariamente, las cuales pueden ser tan simples como una cuestión de percepción o tan graves como alguna situación de enfermedad incapacitante o crónica-degenerativa. Actualmente el afrontamiento se comprende como una función de integración social y para mejorar los mecanismos comunitarios a partir de los estresores que surgen de las interacciones grupales.

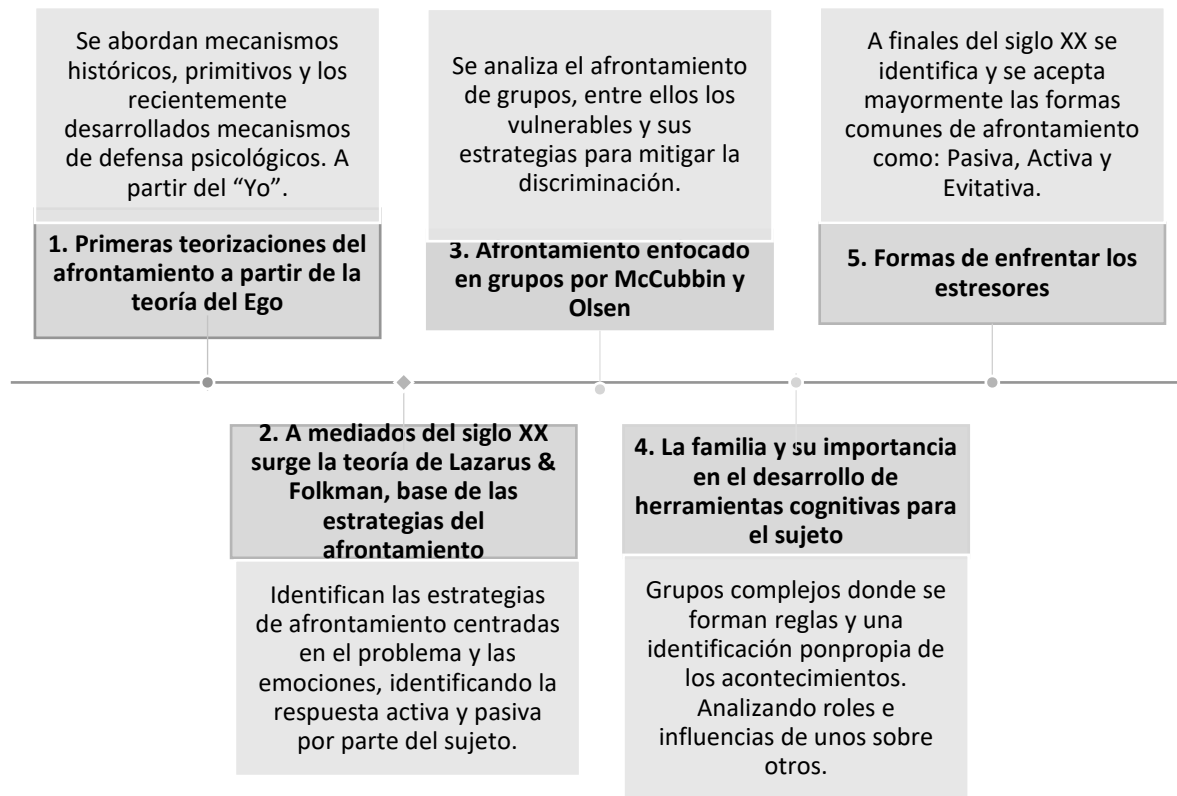
Aunque, los estudios relacionados con el afrontamiento se sitúan en varios aspectos, las primeras investigaciones surgen del fisiológico a inicios del siglo XX, donde investigadores afirmaron que: "...la supervivencia dependía en gran medida de la habilidad para darse cuenta de que su medio ambiente es predecible y controlable con el fin de impedir, escapar o dominar a los agentes nocivos..." (Macías et al., 2013, p. 126). Por otro lado, la teoría psicoanalítica del ego en la década de los años 30's del siglo XX, conceptualizó al afrontamiento como el conjunto de pensamientos y actos realistas y reflexivos que buscan solucionar los problemas y, por tanto, reducen el estrés (Park & Folkman, 1997, citado por Macías et al., 2013). Esto incluye una amplia gama de estrategias de afrontamiento que puede abordar mecanismos históricos y primitivos o, como los recientemente desarrollados mecanismos de defensa psicológicos:

Desde esta perspectiva, mediante el afrontamiento es que el individuo maneja su relación con el entorno; este es considerado el proceso más organizado y maduro del yo, al ubicarlo en una escala jerárquica con otros recursos reguladores (Macías et al., 2013, p. 126b).

Es relevante tener en cuenta que, el afrontamiento deriva de una serie de relaciones sociales y su constante interacción, las cuales se generan a partir de una serie de variables, situaciones y contextos propios de las relaciones humanas. Los postulados teóricos el siglo XX pueden observarse en la siguiente figura 5.

## Figura 5

### Avances teóricos del afrontamiento siglo XX



Fuente: Elaboración propia.

Lazarus & Folkman (1986), en los 80's definieron a las estrategias de afrontamiento como: "Aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo" (p. 141). Se consideraron dos clasificaciones de estrategias, la primera externa centrada en el problema, y una segunda interna centrada en las emociones. La primera, de acuerdo con Di-Colloredo, Aparicio y Moreno (2007) corresponde a:

Es la modificación de circunstancias problemáticas, o mediante la aportación de nuevos recursos que contrarresten el efecto aversivo de las condiciones ambientales y el otro centrado en las emociones, el cual tiene como función la regulación emocional que incluye los esfuerzos por modificar el malestar y manejar los estados emocionales evocados por el acontecimiento estresante (p. 133).

La estrategia enfocada en el problema se puede subdividir en dos aspectos, un afrontamiento activo y uno demorado, el primero hace referencia a acciones tangentes para modificar eventos o situaciones e intentar disminuir sus efectos negativos. El demorado hace referencia a determinar el momento idóneo para generar acciones, con planeación y sin premura (Lazarus & Folkman, 1986).

En cuanto a las estrategias centradas en las emociones, consisten en esfuerzos para regular las mismas a partir de situaciones estresantes, intentando regular y reevaluar los sucesos, entre las estrategias destacadas se encuentran las siguientes: apoyo emocional, donde se busca comprensión y sustento moral. La religión, donde se acude a la espiritualidad. La reinterpretación positiva, donde se intenta manejar el estrés emocional en vez de los estresores. El desahogo de las emociones, reevaluando las experiencias emocionales y sacando a flote esos sentimientos. La liberación cognitiva, que consiste en distraer de la situación. La negación, al ignorar o negar los estresores y, el consumo de drogas (Lazarus & Folkman, 1986).

Los autores indicaron que las estrategias centradas en los problemas son más eficaces que las centradas en las emociones, sin embargo, algunas de estas últimas también podrían funcionar como método provisional en lo que se hace frente al problema. En un primer acercamiento señalaron como acciones directas que buscaban cambiar la acción problemática

y modos paliativos, que no buscaban la confrontación, sino que, se centraba en la disminución de la respuesta emocional, que serían modificados en el futuro y finalmente se convertirían en la estrategia enfocada en el problema o en la estrategia enfocada en las emociones.

Para Macías et al., (2013) las estrategias de afrontamiento se deben poner en marcha, aunque los resultados no siempre sean favorables. Los autores enunciaron que:

Las estrategias de afrontamiento son entendidas como recursos psicológicos que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes. Aunque la puesta en marcha de estas no siempre garantiza el éxito, sirven para generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, atribuyéndoles beneficios personales y contribuyendo a su fortalecimiento (p. 125).

Destacaron también que, el afrontamiento es una parte importante de recursos psicológicos o psicosociales, para hacer frente a los estresantes en el que influirán los rasgos de personalidad. Mead citado en Macías et al., (2013), indicó que todo acto es referido por la conducta de la siguiente forma:

...como tal para utilizar los recursos y solucionar los problemas, y una vertiente interna del mismo acto social depositada en la conciencia del individuo y que, en el caso del afrontamiento, se refiere a las estrategias cognitivas utilizadas por el sujeto para cada situación específica o evento (p. 128).

En el siglo XXI, las formas de afrontamiento se identificaron a partir de una acción cognitiva, de la cual surge el realizar un análisis sobre la situación presentada. Se puede afrontar a través de métodos conductuales, donde la persona responderá a partir de la adaptación, y esto también tendrá influencia, acorde a las diversas herramientas del sujeto, así como si lo hace de manera activa o no (Londoño, Pérez y Murillo, 2009). Luego, Berry

(2005), citado en Ferrer et al., (2014) propuso la teoría de la psicología intercultural y la aculturación basada en la dicotomía de la interacción entre los individuos y sus grupos de identificación y la relación de los individuos con otros grupos, donde se analizan los alcances cognitivos del choque de culturas. Esta teoría propone hacer una conceptualización de modo en que se lleva esta conexión subjetiva, surgiendo la aculturación, de la cual podrán surgir dos resultados, la integración con grupos de diversas características y su acercamiento que, se relaciona con autovaloración del individuo o la marginación, lo que supone un alejamiento y poca autoestima. Por lo tanto, la estrategia de integración como método de afrontamiento resulta muy benéfica, ya que, se adquieren herramientas conductuales y se desarrollan habilidades sociales.

Bajo este mismo sentido Macías et al., (2013) resaltan que, los grupos vulnerables además de estar sujetos a los estresores que pueden afectar a todas las personas, se les agrega su condición económica, social, estabilidad dentro de su familia, y el acceso a diferentes redes. En cuanto a la estrategia “activa” de afrontamiento, recientemente se ha analizado que la confrontación de los diferentes estresores no solo puede ser bajo una visión externa de resolución, sino que se requiere una visión interna pero activa de las emociones vividas por el individuo. La aplicabilidad de esas estrategias activas, se volverán más efectivas dependiendo no solo de una adaptabilidad a través de la cognición, sino de la frecuencia con que se lleven a cabo de acuerdo con Correché, Fantin, y Florentino (2005). Por otro lado, la estrategia pasiva, representa perder el control de la situación, se da la evitación y se dependerá de otros, Peñarroya et al., (2011). Por lo que no solo es una estrategia poco saludable, sino que puede ser incluso dañina en la mayoría de las ocasiones.

Actualmente el análisis del afrontamiento reconoce que son muchos los factores que influyen, tanto internos como externos, por lo tanto, resurge bajo la premisa de un abordaje holístico. De acuerdo con Rueda et al., citado en Botero (2013), el afrontamiento es “un constructo multidimensional y multicondicionado de naturaleza cognitivo conductual que por su relación con la personalidad presenta estabilidad en el tiempo, aunque es de carácter situacional al estar expuesto a la interacción con cada situación particular” (p. 204). Los análisis incluyeron estrategias de afrontamiento que se centran en las emociones, donde se pueden identificar la evitación, la minimización, el distanciamiento, la atención selectiva, las comparaciones positivas y la extracción de valores positivos a los eventos negativos de acuerdo con Contreras et al. (2007). De tal forma, no solo dependerá de los recursos internos el poder afrontar situaciones, es posible que influyan las redes de apoyo con que se cuenten, además de los factores ambientales que pueden ser representados por infinidad de situaciones.

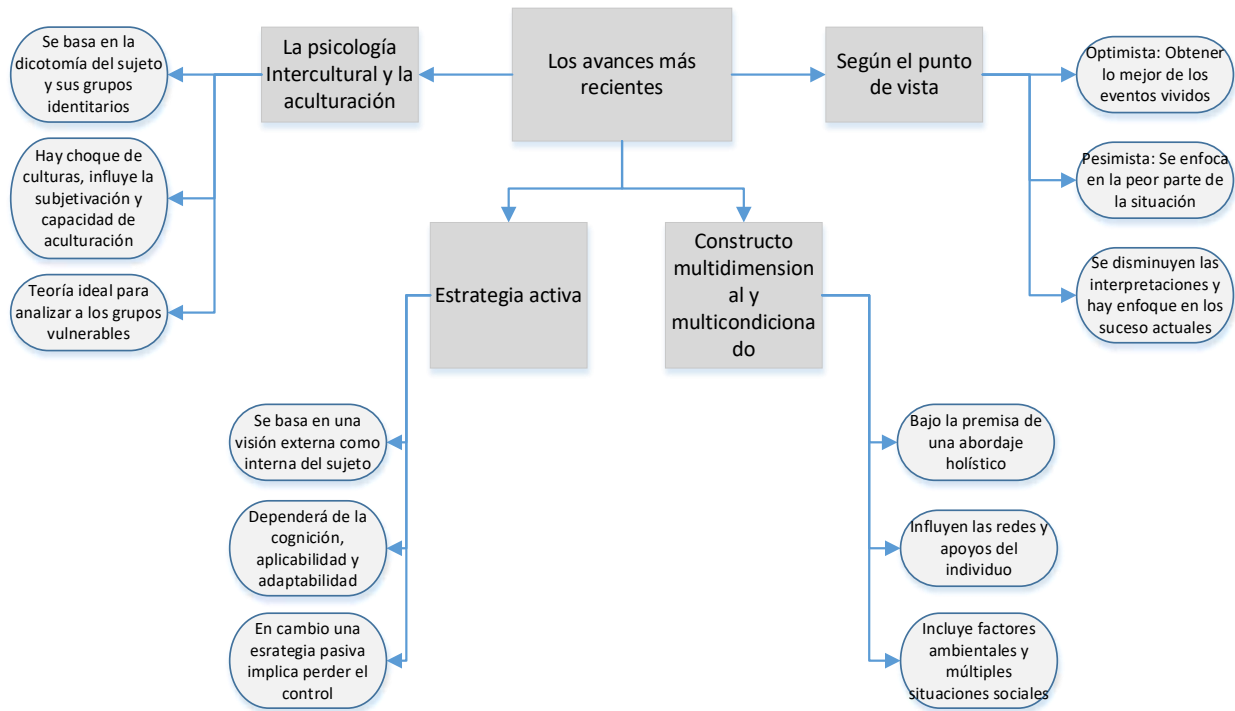
### **Estrés, reparación y el perdón**

Se ha identificado que las situaciones estresantes pueden ser vistas desde una óptica optimista, pesimista o realista. Donde la visión optimista parte de la idea de obtener lo mejor de los eventos vividos. La visión pesimista se enfoca en la peor parte de las situaciones y una visión realista disminuye de manera drástica las interpretaciones a futuro y se concentra en los hechos tal cual (Groot y Van Den Brink, 2007, citado en Botero, 2013). Lo anterior posiblemente no solo representa una visión de los eventos estresantes, sino da una idea general de la percepción de los individuos sobre cómo ven su mundo. Sohl & Moyer (2009) consideran que un afrontamiento proactivo tiene que ver con una visión optimista, ya que dependerá de los estados emocionales, y puede ser comprendida a partir de las perspectivas

de las personas, y su disposición para desarrollar mejores mecanismos de lucha frente a las situaciones desbordantes. En contraposición con lo anterior, el afrontamiento negativo, puede ser perjudicial para quien lo ejerce, ya que, representa cogniciones en el sentido negativo, y, por tanto, se identifican las situaciones como fuera del control personal, que no se pueden modificar y que son impredecibles (Vinaccia en Botero, 2013). En la figura 6 se observan los avances de planteamientos teóricos sobre el afrontamiento.

**Figura 6**

*Aportaciones teóricas del afrontamiento*



*Fuente: Elaboración propia.*

La estrategia activa, dependerá de los recursos de los sujetos, bajo esta premisa, Fernández y Palmero (1999), citados en Greco (2010) consideraron que son tres formas básicas de enfrentar las situaciones adversas: De manera activa, donde se toman en cuenta

todas las posibles herramientas con que cuentan los individuos, con el fin de poder resolver o mitigar los diferentes estresores. De manera pasiva, donde no se generan acciones para intentar solucionar la situación, no se utilizan recursos, ni herramientas cognitivas. Y finalmente la evitación, con el fin de escapar de las situaciones y no enfrentarlas, esto incluye intentar no generar emociones sobre los acontecimientos. De igual manera el punto de vista dependerá de la personalidad del sujeto, la cual es determinante para la eficacia de estrategias de afrontamiento que se ejerzan.

Estudios actuales han mostrado que las estrategias de afrontamiento a partir de una reparación emocional interna y proveniente de habilidades personales se relaciona de manera positiva al enfrentar diversas problemáticas. Para algunos investigadores la clave de las estrategias de afrontamiento radica en los procesos mentales llevados a cabo por la persona, estos procesos dependerán de la capacidad y habilidades internas. La reparación emocional se dirigirá a regular las diversas emociones provocadas por las problemáticas, cabe destacar que habrá emisiones que desemboquen en situaciones físicas y de conducta (Macías et al., 2013). Es decir, el inicio de un afrontamiento exitoso dependerá de los recursos psicológicos de las personas, por ello es relevante la inteligencia emocional y la forma interna de afrontarlos a través de medidas como el perdón o la resiliencia.

Jiménez, Redondo y Martínez (2022) realizaron un estudio donde los resultados arrojaron una relación positiva en cuanto a aspectos de inteligencia emocional, claridad y reparación para lograr generar estrategias de afrontamiento emocionales internas, relacionado a los análisis lógicos de las situaciones. La premisa fue que las personas con mejor comprensión de la situación, así como con una mayor regulación de las emociones, es causa de una más alta resistencia a las situaciones estresantes.

Un metaanálisis realizado por García (2015) mostró que altos niveles de inteligencia emocional repercuten positivamente en planificación de las acciones posteriores a enfrentarse a una situación estresante, y a la reinterpretación positiva. En cambio, bajas tasas de inteligencia emocional, se asocia a la evitación y a reacciones viscerales. También, se identificó que la claridad y regulación emocional, son precursoras de mejores estrategias de afrontamiento. Asimismo, Martínez, Piqueras e Inglés (2011), encontraron que las estrategias centradas en la reparación emocional muestran acciones basadas en la reflexión y en la resolución de problemas, logrando mejores resultados para enfrentar las situaciones difíciles. Además, apoyan a la capacidad de adaptación y tener un mejor control emocional con respuestas como el perdón, representa el cerrar ciclos y continuar con la vida más allá de situaciones irreversibles.

Aportes de teóricos como el de Worthington y Scherer (2004) destacan la importancia del perdón como una estrategia de afrontamiento, la cual, se centra en la emoción -también considerada en el problema- y se basa en el enfoque cognitivo. Lazarus y Folkman (1986) introdujeron a la discusión la importancia del perdón, y como la falta de este resulta ser estresante a nivel intrapersonal e interpersonal. El proceso de perdón requerirá de periodos de tiempo hasta llegar al equilibrio, tal como lo indicó el autor:

El perdón ( ) como resultado de la percepción de una acción como dañina, perjudicial, inmoral o injusta se suelen generar respuestas negativas a nivel cognitivo (hostilidad, pérdida de respeto al ofensor), emocional (enojo, miedo), comportamental (agresión, evitación) y motivacional (deseos de venganza) (McCullough y Worthington, 1999, citado en Rocha, Amais, Lopez, 2017, p. 275).

Cuando no hay perdón, hay una serie de efectos negativos, no solo para el ofensor sino para el ofendido, y acorde a Worthington & Scherer (2004) se pueden reducir las

consecuencias del no perdón a través de mecanismos como, justicia divina o del derecho, una restitución de los daños o venganza. Karremans y Van Lange (2008), citados en Diez (2015) destacaron tres niveles de la falta del perdón: intrapersonal, interpersonal y el general. En el intrapersonal, la falta de perdón se somatiza a nivel físico y mental causando depresión, hostilidad, estrés, ansiedad y posibles problemas físicos. El perdón se relaciona con efectos positivos como autoestima más alto, reducción del estrés y emociones negativas. Interpersonal; hay relaciones más sanas, puede haber una reconciliación entre individuos, - aunque no siempre-. Por otro lado, si la relación es sistemáticamente ofensiva, el perdón pierde sus efectos positivos al ser habituales las ofensas. El general; el perdón fomenta las relaciones sociales, es posible que haya mejores perspectivas, pacíficas y de armonía, además de ser relevante en sanación a nivel grupal y apoya en el manejo de los conflictos.

El poder perdonar es parte importante de la recuperación de la víctima, es imposible modificar el pasado, sin embargo, se puede cambiar la actitud con que se aborda (Diez, 2015). Hay que poner el énfasis sobre que el perdón no significa olvidar, así como tampoco aceptar conductas inapropiadas u ofensivas. El perdón representa liberarse del dolor, el perdón implica la atenuación de emociones, conductas y juicios negativos (Kalayjian y Paloutzian citados en Rocha, Amarís y López, 2017). Por lo tanto, perdonar incluye efectos positivos psicológicos, como recuperar un poco de paz interior, bajar los niveles de estrés, disminuir consumo de fármacos, mejorar la salud en general. Se libera carga negativa que afecta al ofendido.

Perdonar puede ser la única posibilidad que posee el ser humano para reelaborar cognitiva y emocionalmente un pasado objetivamente inmodificable. El perdón es una estrategia de atontamiento relacionada con la salud mental y el bienestar (Toussaint, Shield

y Slavich citados en Echeburúa y Amor, 2019). La estrategia del perdón también se relaciona con un punto de vista optimista, donde se ha logrado una estabilización emocional posterior al evento.

### **Resiliencia e inteligencia emocional**

La resiliencia es un término usado para identificar la adaptación que tienen las personas para superar situaciones adversas, concepto bastante usado en los últimos años, el cual, etimológicamente significa saltar hacia atrás y rebotar, acorde al Diccionario de la Lengua Española [RAE] que la define como la “capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos” (Parr,1).

Según Cortes (2010), la resiliencia representa una cualidad de los individuos para poder hacer frente a las situaciones difíciles y lograr sobreponerse, esto se logra a través de la adaptación. Existen situaciones que van más allá del estrés, las cuales pueden ser graves y traumáticas, en estos casos la resiliencia es una estrategia de afrontamiento relevante para mantener dentro de lo posible una buena salud mental a partir de los diversos eventos. Un autor expreso:

De allí, que la psicología positiva busque exponer la resiliencia relacionada con factores saludables que fundamentan el crecimiento y avance personal, es decir, el afrontamiento exitoso a las crisis o dificultades, logrando salir victorioso gracias a sus recursos y flexibilidad cognitiva que pensando en soluciones que le permite sobreponerse y reconstruirse a partir de ello (Romero, 2018, p. 27).

La resiliencia acorde con Wagnild y Young (1993), citados en Sánchez et al., (2015) se relaciona con el tener una característica optimista y positiva por parte de las personas que

la ejercen, lo cual, ayuda para lograr una mejor adaptación a partir de las situaciones graves y traumáticas a enfrentar.

Uno de los aspectos a tomar en cuenta cuando se habla de las estrategias de afrontamiento en el aspecto psicológico tiene que ver con la inteligencia emocional. Recientes estudios indican la relación causal entre de la inteligencia emocional y una capacidad de desarrollar y ejercer las estrategias de afrontamiento, cómo el elaborado por Martínez, Piqueras e Inglés (2016). Se puede describir la inteligencia emocional, como “una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y la de los demás promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Mayer y Solovey, 1997, citado en Martínez et al., p. 3).

También los autores indicaron que hay dos posiciones para conceptualizar la inteligencia emocional: el modelo de ejecución y modelo de rango. La primera postura considera que la inteligencia puede “ser entendida como una forma de inteligencia social, separada de la inteligencia general y que tiene relación con la emoción y la cognición” (Martínez et al., 2016, p. 1).

Más tarde, Mayer y Solovey (2004), mejorarían su teoría definiendo cuatro habilidades básicas: “1) la habilidad para percibir las emociones propias y de los demás; 2) para utilizar las emociones con el fin de facilitar la toma de decisiones; 3) para conocer las emociones; y 4) para regular las emociones propias y de los demás” (Martines et al, 2016, p. 3). Lo que posteriormente generaría una serie de escalas de medición. La segunda postura para concebir la inteligencia emocional, el modelo de rango se relaciona más con los rasgos de personalidad. La capacidad para trabajar e identificar las emociones propias, como en

interacción con otras personas, es determinante para afrontar alguna situación estresante o problemática. La inteligencia emocional permitirá llegar a ese punto medio idóneo entre razonamiento y emoción. (Fernández y Extremera, 2005). Por estas razones, el abordar la inteligencia emocional es destacable, ya que conlleva beneficios mentales y de salud, además, apoya para enfrentar demandas de orden interior como exteriores a la hora de ejercer las relaciones sociales.

Las estrategias de afrontamiento podrán ser catalogadas como eficaces si han mitigado los estresores, los cuales pueden ser considerados no graves o incluso traumáticos, y han logrado contribuir a un mejor bienestar físico y mental de la persona que lo padece. Es destacable la reflexión sobre las herramientas con la que cuenta cada persona acorde a su personalidad, elementos cognitivos, puntos de vista, apoyos, redes, condiciones ambientales y demás elementos que determinaran los resultados de implementar alguna estrategia de afrontamiento. Por lo anterior, más allá de las diversas teorías sobre el tema y diferencias que pudieran existir, hay consenso sobre el factor de las características individuales de las personas y cómo se relacionan con su ambiente y se desenvuelven en determinado contexto y bajo las diversas situaciones. Los análisis de los sujetos y los choques culturales a través del bagaje dado por sus grupos de pertenencia tienen mucha relevancia en análisis recientes, por ello, la teoría de la aculturación no solo aborda las estrategias de afrontamiento, sino ha aportado bases para análisis más profundos que posiblemente llevan a nuevas teorías.

Es destacable recuperar el sentido multitéorico que se le puede dar al afrontamiento, de naturaleza cognitivo-conductual, de múltiples dimensiones, a partir de muchos factores y situaciones. Un afrontamiento efectivo tendrá que ver con los recursos y compromisos de los individuos, además intervienen factores como valores, creencias, así como objetivos y las

cosas que representen importancia para los sujetos, esto dependerá de cada persona, por ende, las decisiones que tomen (Botero, 2013). La forma en que se evaluará la efectividad del afrontamiento dependerá del ajuste psicológico y el poder lograr un equilibrio y visión más amplia de las diversas situaciones. Hoy, los análisis de las estrategias de afrontamiento no solo se hacen con una visión individualista, sino se ha puesto de relieve la importancia de estas estrategias cuando se analiza a los grupos, así como sus interacciones y relaciones sociales.

Finalmente, es posible que la discusión se amplíe en las siguientes décadas enfocándose en nuevos estresores derivados de los avances científicos y tecnológicos, la esperanza de vida seguirá aumentando a causa del avance de las tecnologías digitales (ONU, 2020) cambios climáticos y ecológicos, disminución de recursos y crecimiento poblacional. Lo que seguramente será factor del surgimiento de nuevas teorías. Nada novedoso ha surgido a partir de los contundentes aportes de Lazarus y Folkman (1986) a los que se les puede atribuir ser los padres de la estructura teórica sobre el afrontamiento. Solo ha habido avances dispersos que no logran ser lo suficientemente contundentes para iniciar una nueva teoría, hay mucha literatura sobre afrontamiento, sin embargo, es redundante y basada en los mismos preceptos. Por lo tanto, la posibilidad de aportes nuevos, vendrán acompañados con esos nuevos estresores que posiblemente se multiplicarán en las próximas décadas.

En el caso de las personas que sufren discriminación sistemática, las estrategias de afrontamiento representan medidas que pueden mitigar las consecuencias negativas de la exclusión, que no les permite una inserción social de manera plena en sus comunidades, disminuyendo sus oportunidades y, por ende, no logrando los mismos niveles de desarrollo

que la mayoría de las personas. Por ello, la importancia de analizarlas y conocer sus características cuando son ejercidas por grupos vulnerables históricamente discriminados.

1. El proceso de envejecimiento ha sido abordado históricamente desde el aspecto clínico-físico, psicológico y desde una perspectiva de crisis, como lo mencionaron (Giordano y Silveira, 2005) (p. 40), sin embargo, es preciso destacar, que los procesos de envejecimiento son diferenciados acorde a aspectos relacionados a las condiciones sociales vividas por los adultos mayores que se ha abordado para la presente investigación, aspectos que trascienden los alcances del proyecto, pues se realizó un estudio de caso particular sin oportunidades de comparación y otras estrategias metodológicas para mayor oportunidad de interpretación contextual. El medio ambiente es determinante para comprender como se dan estos procesos y por qué representa determinado grado de crisis. (Garcés et al., 2002) destacan los aspectos biológicos relacionado al proceso de envejecimiento y describen las etapas del desarrollo humano a nivel físico (p. 43) pero estas no pueden ser generalizantes, además de que las propuestas teóricas indican que es preciso considerar elementos y recursos individuales y de personalidad particular de los sujetos (pp. 62 y 63) debido a entornos diversos de desarrollo que tuvieron los adultos mayores. Retomemos, la mayoría de los adultos mayores abordados, no son de Juárez, provienen de diferentes ciudades y estados de la república, por lo tanto, son diversas las practicas socioculturales, estilos de crianza, tipos de alimentación, entre otros, que generaron diferentes formas de desarrollo físico en cada uno de los adultos mayores. Estas cuestiones no pudieron ser profundizadas y son una oportunidad para investigaciones al respecto.

2. Las habilidades físicas indiscutiblemente disminuirán con la edad, sin embargo, como mencionan (Alonso y Moros, 2011) las habilidades psicomotrices se verán disminuidas, aspectos como la percepción, la movilidad, el ritmo (p. 44), estas situaciones se magnifican debido a los espacios sociales y entornos precarios en los que se han desenvuelto históricamente adultos mayores pertenecientes a la zona de investigación, la cual, es caracterizada por la pobreza, marginación, deficientes servicios públicos e infraestructura paupérrima. En este sentido, los constructos referidos a los procesos de empobrecimiento, invisibilidad y fragilización, como procesos de la psicología social en el contexto, y de la psicología social como historia, no pudieron observarse en el presente proyecto.
3. Acorde a la extensa bibliografía analizada para la presente investigación, la exclusión social es una constante para todos los adultos mayores, donde, cuestiones sociales marcan diferencia entre adultos mayores de clase media o alta y los adultos mayores pobres y con mayores índices de marginación por su condición económica. Sin embargo, los adultos mayores abordados sufren incluso el desdén desde los miembros de la comunidad, que al igual que ellos, padecen pobreza, marginación y desigualdad, pero llevan a cabo una especie de desvalorización y tienen una percepción generalizada negativa sobre la adultez mayor, probablemente acorde a (Ramírez, 2014), La sociedad actual, no importando el estatus social, se decanta por la capacidad de producir, consumir y acumular bienes (p. 48). Estas cuestiones posibilitan un estudio a profundidad para el caso de estudio.
4. Lo anterior a fomentado el uso y ejercicio de estrategias de afrontamiento, las cuales, muy probablemente sean diferenciadas, en algunos casos con las ejercidas por adultos mayores de diferentes clases sociales. Los alcances de la presente

investigación son cortos, sin embargo, en futuras intervenciones, sería valioso e interesante generar una investigación que abordara cómo los adultos mayores de clases medias o altas enfrentan el proceso de envejecimiento dentro de sociedades urbanas con similares características.

5. Evidentemente los adultos mayores entrevistados sufren discriminación interseccional, no sólo a partir de las situaciones inherentes a su envejecimiento, como la reducida movilidad y enfermedades crónicas, sino a la condición social padecida por la mayoría, ya que viven en la misma zona marginada de la ciudad. No obstante, no es fácil trabajar con adultos mayores, hay cuestiones que parecieran tan simples como el que no escuchan bien, se les tenga que repetir o explicar las preguntas por no comprenderlas. Aunado a otros que, sin duda y acorde a la observación participante y aspectos identificados, pudieran enriquecer aún más la investigación, muchos adultos mayores que pudieran aportar respecto a casos de interés relacionados con la discriminación múltiple no quisieron participar de la entrevista. En especial el caso de los hombres, los adultos mayores varones, según la experiencia vivida durante la investigación, son reacios a comentar, describir sus experiencias, o describir situaciones personales, sólo se tuvo la oportunidad de abordar a una persona del sexo masculino. Sería muy valioso, por ende, llevar una investigación similar en adultos mayores varones. Lo anterior debido a que, los aspectos relacionados con el desarrollo derivado de los roles de género permiten una comprensión sobre las condiciones actuales que han determinado aspectos como la calidad de vida, relaciones de poder, y en general otras condiciones que han marcado diferencias históricas entre hombres y mujeres. De tal manera, el ámbito cultural y social, no sólo

define y relaciona sobre cómo deber ser de la mujer y el hombre acorde al rol social, sino estructura y estereotipa sobre el cómo se debe envejecer según la asignación que haya dado determinada sociedad. La trayectoria de vida y sus diferencias a través del tiempo se ven magnificadas en la última etapa del ser humano, donde si bien, el género es una construcción social, también lo es la forma de ver el envejecimiento, lo cual, paradójicamente, no solo alude a esa construcción social sino hay aspectos biológicos determinantes que tienen gran influencia en el desarrollo de la adultez mayor. Estos cambios biológicos son resultado de una serie de prácticas determinantes que inician desde las etapas de Juventud e incluso desde la niñez, que fueron influenciados por estilos de crianza, modo de vida, actividades, oportunidades, etc. diferenciadas según se nació hombre o mujer. Entre estas diferencias de género, las mujeres adultas mayores tienen menor protección institucional, a diferencia del varón que en muchos casos logró a través de ser económicamente activo, protección de jubilación y seguridad social, sin embargo, aun así, los datos muestran que los hombres viven menos que las mujeres, posiblemente explicado a través del rol de género que indica que los hombres son menos expresivos y verbalizan menos, se concentran más en las actividades económicas y menos en fomentar sus redes sociales, situaciones que aumentan sus probabilidades de menor cercanía con médicos o servicios de salud (Sánchez, 2011).

## Capítulo II. Metodología

El objetivo de este apartado metodológico es presentar los métodos y técnicas utilizadas para generar la información necesaria que permitió una comprensión del problema de investigación. Se buscó ser holista, tomando en cuenta un modelo biopsicosocial y enfocada en la experiencia y percepción de los sujetos de investigación, esto desde su narrativa y no desde los datos que lo describiesen, intentando superar el abordaje de sus casos como referidos a grupos vulnerables desde la uniformidad y la homogenización de los sujetos de investigación. Además, se integran los procedimientos a realizar para la obtención de datos y las formas de análisis para la propuesta que se presenta. Se indica el tipo de estudio, una breve contextualización del área de observación, se describen los participantes y cuál fue el criterio para su selección como entrevistados. Se abordaron las categorías observables, así como su operacionalización. Finalmente, se presenta un esquema que ilustra la estrategia general y las diversas fases de la investigación.

### **Tipo de estudio**

A través del paradigma construccionista, más allá de los avances teóricos en los diferentes temas sociales, se considera que la realidad se conforma de la construcción social que se forma también desde la agencia de las personas dentro de determinada estructura social, a partir de las vivencias y experiencias de los individuos en sociedad. El paradigma construccionista, logró sus primeros avances sólidos a partir de la teoría de Kant, el cual señalaba que, las personas sólo podrán identificar los fenómenos, no la esencia (Villavicencio, 2010), es decir la concepción y percepción que tienen las personas, será a partir del mundo que les rodea, y se construye en conjunto, entre ellos y con quienes

interactúan. A mediados del siglo XX se cuestionó el papel del positivismo en la ciencia e investigación, aportes de autores como Bertalanffy posicionan al sujeto como el artífice en cuanto a la interpretación de los sucesos fenomenológicos a su alrededor, cada sujeto organizará y percibirá la realidad en forma según su visión (Ortiz, 2015).

Esta investigación se enmarcó bajo un diseño cualitativo con análisis a profundidad. Las investigaciones cualitativas, valoran y destacan como punto clave la intersubjetividad, la cual puede mostrar de mejor manera los fenómenos sociales, como procesos e interacciones en un sistema y su contexto. (Salgado, 2007). Además, es bajo este diseño que se logra abordar las situaciones sociales diversas como las identifica el sujeto de investigación, destacando las experiencias, las conductas y los hechos que fueron construidos por las personas en un medio social y específicamente el medio social de interés para la presente investigación.

El abordaje cualitativo en sus diferentes acepciones inevitablemente comprenderá un proceso de interpretación constante por parte del investigador, este proceso involucrará las teorías abordadas para la investigación, así como los discursos por parte de los sujetos de investigación, los cuales, a su vez ya han realizado una reinterpretación de los eventos descritos. De tal manera, la hermenéutica representó un recurso metodológico muy valioso a lo largo del proceso de observación participante, descripción de los diversos fenómenos y análisis de los resultados.

En una definición corta podemos decir que la hermenéutica es llevar a cabo el arte de la interpretación, la cual, ha sido una herramienta fundamental a lo largo de la investigación cualitativa, no obstante, para algunas perspectivas, se plantea que, en las últimas décadas es

cuando se le da crédito, e integra la concepción de un ejercicio de subjetividad a un nivel metodológico, desafiando al proceso hipotético deductivo como la forma más aceptada de generar ciencia sobre los fenómenos sociales (Weiss, 2017). Por lo tanto, a partir de la valoración de la hermenéutica los “prejuicios” de quien investiga representan un capital relevante para abordar al proceso de comprensión y descripción de las estructuras sociales. Intervienen valores, cultura, así como los antecedentes de su disciplina, entre otros, lo que se conjugará para dar significado a una investigación cualitativa y poder plasmarla para su valoración científica social (Quecedo, R. y Castaño, C. 2002).

El paradigma hermenéutico interpretativo permite describir y comprender determinado fenómeno, así como entender en sus contextos partiendo de las historias, perspectivas y vivencias de los sujetos de investigación. Los métodos de recolección de datos se basan en descripciones profundas de perspectivas significativas que sugieren observaciones de contexto y no solo recursos orales, como la etnografía a orientado (López, 2015). En nuestro caso, se llevó a cabo la hermenéutica interpretativa como un método indispensable para lograr la comprensión de la experiencia vivida y expresada por los adultos mayores en los diversos relatos de todas las historias abordadas a través de las entrevistas a profundidad. La información recabada fue analizada de manera inductiva, permitiendo una reflexión de las diferentes historias y logrando reconocer patrones comunes, temas recurrentes, o situaciones padecidas por los sujetos de investigación.

La información que partió de la narrativa y elementos discursivos representaron una valía excepcional, ya que partieron de manera directa de las personas que vivieron los fenómenos sociales. Sin embargo, fue relevante siempre tener en consideración el uso y el sentido del lenguaje compartido por los miembros del grupo de la investigación, también fue

relevante identificar el uso social, además de tener presente el contexto donde se generan esos discursos (Gonzales y Cano, 2010).

La hermenéutica interpretativa permitió lograr plasmar un discurso inteligible que tiene un significado valioso para el tema, así como para las personas que compartieron sus experiencias. Para lo anterior, hubo momentos clave, como los son la descripción y la interpretación, logrando un desarrollo único y acorde a el proceso específico vivido dentro de ese grupo, dado a través del involucramiento durante muchos meses de finales del 2022 al primer semestre del 2023, sobre todo, en particular porque cesó el confinamiento por la pandemia, situación de salud pública que, además de la conmoción mundial implicaba una serie de consideraciones para la interacción con las personas a entrevistar, como parte de grupos vulnerables ante los riesgos del CoVID 19. Una peculiaridad que tiene la hermenéutica interpretativa es que no puede ser un proceso rígido o estandarizado que considere fases secuenciales ya establecidas, ya que se involucran a personas y se deben considerar los momentos, así como a la sinergia grupal identificada (Velasco y Diaz de Rada, 1997) por lo que fue determinante la adaptación al grupo, no el grupo al investigador.

La descripción permitió, a partir de los diferentes participantes comprender estructuras significantes, ya que la descripción es la fuente de información social fundamental y primaria, en esta parte de la hermenéutica interpretativa fue indispensable adoptar una postura crítica analítica dentro de lo posible que permitiese poder discernir entre los hechos prácticos y las pautas emocionales llevadas de los participantes.

La interpretación no es una alternativa sólo para explicar, también es comprender y digerir el discurso de primera mano, representa el abordar a los grupos sociales como

sistemas simbólicos. Se busca el sentido y las motivaciones, así como se busca comprender el orden social (Evans y Pritchard, 1977, citado en Velazco y Diaz de Rosa, 1997). La interpretación permite, no solo incluir el bagaje, cultura y prejuicios (en sentido positivo) del investigador, sino brinda la pauta para corregir a través de los significados sociales identificados (Corbin, 2016) y de los cuales no se tenían conocimiento hasta llevar a cabo la investigación. La interpretación fue ejercicio constante a lo largo del proceso completo.

### **Contextualización del estudio**

La investigación se realizó dentro de las instalaciones de un centro comunitario localizado en una zona popular del poniente de Ciudad Juárez, Chihuahua, México. La región ha sido asolada por altos índices de violencia y asesinatos dolosos, por esta razón recibió partidas presupuestales muy grandes en el sexenio del expresidente Felipe Calderón, para construir lo que sería en 2011, el centro comunitario más grande y equipado de México. lo que fue además una acción de frente a masacres sucedidas en esos años en la ciudad y la necesidad de legitimación de las autoridades ante cuestionamientos graves, como los sucedidos tras los crímenes de Villas de Salvárcar (Aziz, 2012). El Estado a través de sus manuales ha definido un centro comunitario como:

...Constituyen una franquicia social donde se impulsa el desarrollo comunitario, se fomenta la convivencia, se proveen servicios sociales y se fortalece la identidad colectiva. Ahí se facilita el encuentro de la comunidad, que en una condición básica para impulsar el desarrollo por la vía de la organización democrática (Modelo de operación para los centros de desarrollo comunitario, 2005, p. 11).

Lo declarado representa un espacio físico para llevar a cabo diversas estrategias con fines de desarrollo social, donde participan diversos ámbitos de gobierno, así como miembros y

grupos de la sociedad civil. (Modelo de operación para los centros de desarrollo comunitario, 2005). Los espacios en estos centros pueden ser aulas, lugares para la recreación y el esparcimiento, donde se promueve la cultura y el aprendizaje de los miembros de la comunidad, hay lugar para generar habilidades y fomentar el desarrollo. Se cuenta con infraestructura y conectividad acorde a los diversos objetivos. Los servicios que se ofrecen en estos espacios pueden ser tan versátiles como cursos, talleres, oficios, programas artísticos, deportivos, entre otros (Gardea, 2016). Estos espacios comunitarios representan el vínculo social entre Estado, comunidad y diversas organizaciones, con el fin de aumentar el nivel de vida de las personas según algunas perspectivas (Romero y Muñoz, 2014). En Ciudad Juárez el gobierno municipal es el encargado de coordinar los centros comunitarios, los cuales se construyeron o crecieron su inversión con recursos federales en su mayoría durante el gobierno de Felipe Calderón. Para el 2019 se tenían registrados 46 centros comunitarios, que presentan los diversos servicios y espacios ya mencionados (Yo ciudadano, 2019).

El centro comunitario donde se llevó a cabo la investigación es el Centro Comunitario Fco. I Madero, donde se cuenta con talleres de autoempleo, clases de inglés, escuela abierta, clases de zumba, artes marciales, cocina, corte y confección, como los más populares. Así como, desde el año 2011, se cuenta con un consejo de adultos mayores, los cuales podrían contar decenas de historias relacionadas a la violencia, altos niveles de pobreza, abandono social y exclusión. En esos años, el grupo tenía mucha convocatoria, ya que, recibían apoyos alimentarios y en especie, consultas médicas y medicamentos, cursos gratuitos, incluso remunerados. Posterior al sexenio del expresidente Calderón, los apoyos disminuyeron dramáticamente, así como los adultos mayores en el grupo.

Por otro lado, es importante contextualizar los abordajes en cuanto a los grupos vulnerables. Las autoridades, instituciones y los miembros de las comunidades donde se desenvuelven los adultos mayores, a partir de una construcción social han dado un lugar estereotipado a este sector vulnerable, de la misma forma han determinado el deber ser o lugar que debiera ocupar la mayoría de los adultos mayores. Estos esquemas prejuiciosos son una constante, no solo por parte del Estado, sino de la sociedad en su conjunto, ya sea la academia, las instituciones, o incluso agrupaciones e instituciones sociales como la iglesia, perpetúan la estaticidad, enfocados en un modelo capitalista que fomenta la idea de producción y materialismo como fuentes del bienestar, por lo tanto, es necesario considerar a las personas, las cuales no son homogéneas, tienen experiencias distintas y visiones diferentes, estructuras y condiciones diversas, así como aspectos que pueden agravar la discriminación y la exclusión social.

Es relevante tener presente la heterogeneidad de los miembros del segmento de adultos mayores, ya que, estos a su vez tendrán diferencias, auto adscripciones por elección o identidades dadas por condición o naturaleza. Y nos referimos a la discriminación interseccional, donde convergen o se conjuntan dos o más situaciones de discriminación ocasionando una del tipo grave. El concepto si bien es relativamente nuevo, ha tenido importantes avances, fue desarrollado para identificar la articulación de dos tipos de discriminación “la expresión discriminación interseccional se refiere a distintos orígenes estructurales de desigualdad u organizadores sociales que establecen relaciones recíprocas, sobrepasando la noción intuitiva de doble o múltiple discriminación, ya que las identidades son construcciones dinámicas y conforman nuevas organizaciones sociales y desigualdades” (Platero, 2014, citado en Cavalcante, 2018, p. 16).

Por ende, es posible concluir que la discriminación interseccional, no solo representa la suma de dos diferentes, discriminaciones, sino que, cuando se da el caso, representa una de las discriminaciones más graves y con efectos dañinos más profundos para las personas que lo viven, así como para la sociedad en su conjunto. Por consiguiente, no se pueden explicar los fenómenos de modo aislado. El caso de estudio ofrece ciertas constantes que pueden favorecer comprensiones de procesos de grupo y de ciertas categorías culturales con elementos comunes para las personas participantes.

### **Participantes**

El describir un fenómeno social, específicamente investigado bajo una metodología cualitativa, impide en la gran mayoría de las investigaciones poder tener un acercamiento con todos los involucrados, por ello, es importante seleccionar a con mucha cautela a las personas que mejor puedan describir e ilustrar los tópicos que se investigan. Las realidades se conforman a partir de personas diversas y con diferentes visiones de los fenómenos que se abordan (Sáenz, 2015). Por ello, se seleccionó a participantes que dieron cuenta de la información relevante a la investigación y permitieron indagar los temas a profundidad, generando una abundancia y puntos de vista diversos en la información obtenida.

Se eligieron como participante a adultos mayores provenientes de un grupo no probabilístico de personas mayores de 60 años radicados en Ciudad Juárez, Chihuahua. Los cuales pertenecen al grupo de adultos mayores ubicado en el centro comunitario identificado. Fueron 12 personas, con las cuales se realizaron entrevistas a profundidad que describieron sus experiencias y puntos de vista acorde al tema de la investigación. No fueron elegibles

para la investigación personas menores a 60 años, ni personas que no formaran parte del grupo de adultos mayores del centro comunitario Fco. I. Madero.

### **Consideraciones éticas**

En la presente intervención se tomaron en cuenta los principios de la ética y el ejercicio de los principios basados en el código ético del psicólogo. Así como los principios que regula y manifiesta la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. En consideración de la ley de los derechos y obligaciones de los profesionistas en México y el Estado de Chihuahua. Con una orientación responsable para desempeñarse con honestidad, integridad y ética profesional (Ley de Profesiones para el Estado de Chihuahua, 1997). Y la toma de decisiones acordes a los preceptos anteriores. Fue relevante siempre tener en cuenta la capacidad de ser agente de cambio desde una perspectiva humanista para incidir en las relaciones sociales, evaluando la importancia de patrones culturales, ideológicos y políticos que inciden sobre la formación de la identidad profesional y en el ámbito académico (Código ético del psicólogo, 2010). Con atención a los principios de confidencialidad, resguardo de datos y documentos, así como el uso de instrumentos válidos, confiables y presentando sus resultados con veracidad y honestidad. De igual manera Informando a los participantes de los alcances de la investigación y solicitando su consentimiento, el cual se formalizó a través del documento “consentimiento informado” que se presenta en el apartado de anexos (UACJ, Reglamento del comité de ética en la investigación, 2020).

### **Categorías observables**

La investigación se guía por tres conceptos fundamentales: estrategias de afrontamiento, exclusión social y discriminación interseccional. Las estrategias de

afrontamiento refieren a las acciones activas o pasivas que los adultos mayores llevan a cabo para intentar mitigar o disminuir las consecuencias negativas de la exclusión vivida, no solo por la edad, sino por las estrategias ejercidas ante otras formas de exclusión dada por diversos motivos. interpretadas a través de la escala de afrontamiento de elaboración propia.

La exclusión social hace referencia sobre como los adultos mayores no tienen las mismas oportunidades económicas y laborales para su desarrollo al igual que las demás personas, dejándoles en desventaja y afectando de manera directa su calidad de vida (Zepeda, 2006). Finalmente, la discriminación interseccional representa la suma de dos o varias discriminaciones, y operante para generar una forma de discriminación agravada, que sólo se da cuando ocurre una combinación de formas de discriminación por diversos motivos. Que fueron identificadas a través de las entrevistas. Sin que sea una visión esquemática, podría referirse que la exclusión es una dimensión objetiva, o relativa a estructuras sobre todo materiales; cuando el afrontamiento y la discriminación remiten a la experiencia subjetiva, como agencia (la primera) o experiencia y percepción (la segunda).

### **Técnicas e instrumentos de investigación**

La estimación de medios para la obtención de datos se basó en una primera fase de búsqueda de información documental mediante el uso de bases de datos como EBSCO host, Google Académico y la biblioteca Cochrane. Luego, en una segunda fase se llevaron a cabo la aplicación de técnicas observacionales y de entrevista a profundidad.

La observación participante corresponde a una de las técnicas de investigación cualitativa más importantes para cualquier investigador que realiza trabajo de campo, ya que se obtiene información de manera directa y sin intermediarios, lo cual tiene muchas ventajas

para la investigación, ya que, se accede a la versión de otras personas o incluso de los mismos sujetos de investigación, y, quien investiga podrá generar su propia versión a través de los hechos observados. Los métodos de búsqueda de información en personas a través de la observación, representan una primera etapa del conocimiento, a partir de sus propias representaciones y manifestaciones, ya sea oral, o a partir de su comportamiento y movimientos, lo que permitirá transmitir información consciente o no consciente (Díaz, 2011). Sin embargo, para que sea una técnica exitosa en la investigación, hay que ejercer capacidades y actitudes apropiadas que generen confianza y apertura en las personas y que se exprese en un ámbito confortable, donde se logre el diálogo dentro de entornos de interacción y comunicación (Rekalde, Vizcarra y Macazaga, 2014) ese vínculo entre investigador e investigado, permitirá descifrar los significados relevantes para los objetivos de comprensión del fenómeno.

La observación participante consiste en involucrarse, no solamente en el contexto de investigación, sino con los sujetos de investigación. De tal manera, significa una interacción constante en los diversos ámbitos, contextos y lugares, lo que generará un análisis subjetivo de las partes que implica el conocimiento situado del investigador y sus puntos de vista, aun si no son explicitados y objeto de reflexividad de las personas que observa. Esto reconstruirá una interpretación de los diversos procesos culturales y sociales identificados en los espacios donde se lleva a cabo la investigación. En las intervenciones cualitativas es imperativo se tenga concepción clara por parte del investigador de la realidad social vivida por lo sujetos de investigación en sus contextos habituales, el involucramiento permitirá conocer de manera auténtica los procesos sociales en términos de que lo cotidiano no sea desvanecido y la observación sea naturalista, y aunque sea un observador participante, no se vuelva un agente

extraño. Debido a lo anterior, la observación participante permitirá una generación de información constante, obteniendo claves culturales determinantes para el entendimiento dentro de sus espacios naturales (Jociles, 2016). Posiblemente la observación participante, por lo tanto, tendrá más de participación que de observación por parte de quien investiga e intervienen en ámbitos sociales.

La principal técnica usada para recolectar información de primera mano fue a través de entrevista a profundidad semiestructurada, la cual, “es una técnica para recopilar información sobre conocimientos, creencias, rituales, de una persona o sobre la vida de una sociedad, su cultura” (Varguillas y Ribot de Flores, 2007, p. 3). Esta técnica consiste en una conversación para abordar algún tema específico. La persona a la que se entrevista podrá describir y detallar según su punto de vista, y la persona que entrevista interpretará la información obtenida. La entrevista puede representar un vínculo, el cual, representara temas en común entre entrevistado y entrevistador.

“La intencionalidad principal de este tipo de técnica, es adentrarse en la vida del otro, penetrar y detallar en lo trascendente, descifrar y comprender los gustos, los miedos, las satisfacciones, las angustias, zozobras y alegrías, significativas y relevantes del entrevistado; consiste en construir paso a paso y minuciosamente la experiencia del otro” (Robles, 2011, p. 40).

La entrevista también nos permite reconocer los patrones sociales presentes en determinado grupo, así como las características estructurales de una comunidad, lo cual, se hace a través del lenguaje, la auto narración y una identificación previa del contexto y la situación por parte de las personas entrevistadas. Esto tiene la capacidad de mantener o cambia diversas

estructuras sociales (Gergen, 2007). El ámbito social se ha construido a partir de las interacciones de las personas adultas mayores, dentro de su contexto diario en espacio y ambiente, a través de la relación social con sus pares al compartir constantemente en el centro comunitario de reunión, lo cual ha sido una práctica común de los sujetos de investigación.

Por lo tanto, esta parte representó el momento más sensible de la investigación, por lo que debió efectuarse tomando en cuenta el lugar y el momento idóneo, además, de analizar con mucho detenimiento y atención el guion de la entrevista. Se utilizó como instrumento una guía de preguntas para identificar las estrategias de afrontamiento y las condiciones de exclusión y discriminación interseccional como se presenta a continuación.

La estructura del guion inició con una serie de preguntas relacionadas con la dimensión biográfica, como lo son datos personales, estado civil, educación cursada, aspectos generales de salud, su lugar de origen, si tienen seguridad social o una pensión, además, de una descripción de su trayectoria laboral si es que aplica. Como información cuantitativa que favoreciera comprender aspectos o perfiles de ese pequeño grupo social, sin mayor posibilidad de abordar aspectos de salud biopsicosocial o un diagnóstico de psicología social de esas personas, que puede ser de gran valor para una mejor interpretación de las estrategias de afrontamiento, como se plantó en el capítulo previo, que subraya el reto de realizar interpretaciones con esas consideraciones: comprender con mayor información antecedentes personales y culturales, por ejemplo, que fueron cuestiones que trascendieron esta investigación por las condiciones de la pandemia ya referidas, además de otras exigencias de tiempo y costo de esa actividad, que no eran posibles. Esto con el objetivo de tener un contexto más amplio de las personas que participaron dentro de la investigación, algunos aspectos iniciales se profundizan más adelante en la entrevista. Posteriormente se

presentaron preguntas que permitieron conocer con quien comparten sus vidas, si se encuentran solos, o si no están solos, con qué frecuencia los dejan solos sus familiares, con qué apoyo o redes sociales cuentan. Después se generaron preguntas relacionadas con la percepción y padecimiento de los diferentes tipos de discriminación, dónde y en qué espacios la han padecido, cuáles fueron sus efectos, alcances y afectaciones, cómo han procedido ante las diversas formas de discriminación, conocer si ha denunciado o no. Se sigue con una serie de preguntas sobre el aspecto económico, donde se profundiza sobre si cuentan con una renta fija, un trabajo formal o informal, si hay otros ingresos fluctuantes, si se cuenta con el apoyo económico de familiares y todo lo relacionado. Posteriormente se profundiza en los aspectos de la salud, cómo la autoperciben, cuáles son sus estados de salud, si cuentan con servicio médico o seguridad social, se investiga si padecen enfermedades crónicas o padecen alguna discapacidad, se abordó no sólo el aspecto físico, sino también el aspecto emocional y psicológico que parte de factores diversos como puede ser la exclusión, discriminación, abandono, soledad, entre otros. Finalmente se profundiza sobre posibles situaciones padecidas por los adultos mayores como el maltrato, afectaciones a causa de la edad, amenazas, despojo, o el no permitirles el manejo de sus bienes o recursos. El haber llevado a cabo entrevistas semiestructuradas permitió profundizar o darles más atención a segmentos específicos acorde a la situación particular de cada caso.

**Tabla 6***Guía de preguntas para entrevistas y la dimensión a la que corresponde*

Preguntas	Dimensión a la que corresponde
1. Edad 2. Estado civil 3. Estudios 4. Salud 5. Descripción de la trayectoria laboral 6. Seguridad social o pensión 7. Lugar de origen	Eje biográfico
1. ¿Actualmente con quien vive? 2. ¿Qué familiares tiene? 3. ¿Le han dejado solo por largos periodos de tiempo? ¿o sin visitarlo? 4. ¿Si vive solo, quien lo visita o apoya? ¿cada cuando lo visitan? 5. ¿Qué actividades realiza? ¿requiere ayuda para ciertas actividades? 6. ¿Ha tenido dificultad para obtener alimentación o medicamentos? 7. ¿Tiene apoyo de familiares o de otras personas? ¿en qué consiste?	Seguridad y acompañamiento
1. ¿Considera que las personas padecen discriminación a causa de la edad? 2. ¿En qué ámbitos considera le ha pasado? Por ejemplo, ¿en lo familiar, laboral, social u otro? ¿Podría describir en qué consistieron esos ejemplos o casos de este tipo de episodios? 3. ¿Conoce de efectos o consecuencias de hechos de discriminación en personas conocidas suyas? ¿Cómo se enteró de eso en caso dado? 5. ¿Qué sentimientos o emociones tuvo a partir de esos hechos de discriminación? 6. ¿Sabe cómo se logró superar esta situación? o ¿considera que no lo ha superado? 7. ¿Esa discriminación por parte de quién ha percibido? o ¿por qué instituciones? 8. ¿Sabe si fue denunciada en alguna institución? 9. ¿Qué consecuencias tuvo esa posible denuncia? 10. ¿Sabe si hubo apoyos ante estos hechos de discriminación? 11.- ¿Ha tenido personalmente experiencias que le parezca que fueron discriminatorias hacia usted? Relato de la experiencia y retomar las preguntas para el caso persona.	Discriminación
1. ¿Actualmente trabaja o tiene un ingreso fijo o temporal-ocasional? 2. ¿En qué trabaja? 3. ¿A cuánto equivale su ingreso? 4. ¿Tiene prestaciones de ley? 5. ¿Tiene una pensión o su trabajo actual le permitiría una en un futuro a corto o mediano plazo? 6. En caso de no trabajar ¿cómo logra obtener los recursos para las necesidades básicas? 7. ¿Cuenta con otros ingresos? 8. ¿Tiene algún apoyo del gobierno? ¿cuál es?	Aspecto económico
1. ¿Cómo considera su estado de salud? 2. ¿Qué enfermedades padece actualmente? 3. ¿Tiene alguna discapacidad? 4. ¿Cuenta con seguridad social? ¿IMSS, ISSSTE o cuál? 5. ¿En el aspecto emocional cómo se siente? 6. ¿Ha sido diagnosticado con alguna enfermedad emocional o mental?	Salud

---

7. A raíz de la exclusión social (en caso de manifestarla) ¿qué aspectos emocionales le ha afectado? ¿Cómo se ha sentido? ¿es posible profundicemos en ellos?

---

1. ¿Le han insultado a causa de su situación de adulto mayor?
  2. ¿Le han dejado de dar el dinero que requiere para sus necesidades básicas?
  3. ¿Ha recibido amenazas?
  4. ¿Ha sufrido daño físico?
  5. ¿Le han presionado para que deje de ser propietario de una vivienda o inmueble?
  6. ¿Le han dejado de dar alimento o medicamentos que requiere?
  7. ¿Lo han amenazado con llevarlo a un asilo?
  8. ¿No le han permitido manejar su dinero o tener control de sus bienes?
- 

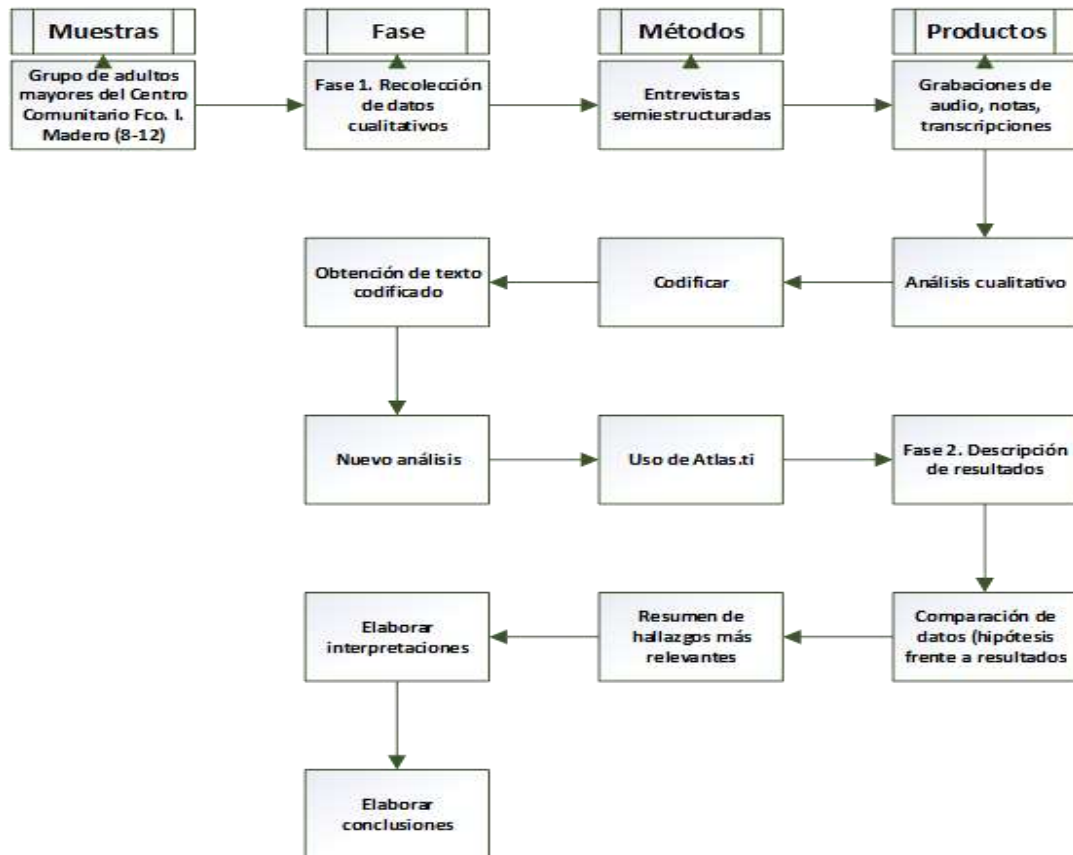
Maltrato

Fuente: Elaboración propia.

También fueron técnicas valiosas para la obtención de datos la observación no participante y diferentes técnicas de abordaje de datos de manera documental y sistemática. Los datos obtenidos e investigados, ya sea a través de las herramientas de recopilación de primera mano, o en la investigación documental.

Posterior a obtener los datos a través de la intervención se generaron análisis y comparaciones a partir de las afectaciones de la exclusión, sus consecuencias, sus efectos a corto, mediano y largo plazo. Así como la realización de comparaciones entre los diferentes grupos de adultos según sus diversas características. Fue de interés comparar las estrategias de afrontamiento de cada grupo; las comunes, las que funcionan, los tipos que usan.

**Figura 7**  
*Estrategia de investigación*



*Fuente: Elaboración propia. Con datos de Fetters (2020).*

### Otras consideraciones metodológicas relevantes

La investigación se desarrolló dentro de un contexto muy específico, una zona marginada de Ciudad Juárez, donde hay un grupo de adultos mayores (Consejo del Adulto Mayor del Centro Comunitario Francisco I. Madero), al norponiente de la ciudad. Por lo tanto, los participantes corresponden a un grupo cautivo, los cuales sostienen reuniones todos los viernes y en ocasiones en días especiales por días festivos o reuniones extraordinarias convocadas por el DIF o el Centro comunitario. De tal manera, la investigación se llevó a

cabo a partir de las entrevistas de pocas personas, de dicho centro, sin embargo, las cuales pueden aportar un contexto que indica y nos permite dilucidar cuáles son las circunstancias que viven los adultos mayores en entornos similares, en particular, ante la escasez de información del tema y de este grupo de población.

La investigación representó una oportunidad de llevar a cabo exploraciones a nivel cualitativo, lo cual significó una valiosa experiencia al conocer fragmentos de historias únicas contadas por sus propios protagonistas, durante el capítulo se ha descrito sobre el por qué se llevó la investigación con los métodos descritos, sin embargo, es destacable poner de manifiesto el valor de la observación participante en una investigación de estas características y con adultos mayores que pueden ser reacios a los extraños, a la indagación, a desnudar aspectos tan dolorosos y externarlos frente a una grabadora. La observación participante fue determinante para lograr la participación abierta y nutrida los adultos mayores, por la interacción dentro del grupo, que fue de gran ayuda.

El caso de haber llevado a cabo la hermenéutica interpretativa fue la mejor opción, ya que, quien investigó, no sólo tiene una relación con la comunidad, sino se trabajó por grandes periodos dentro del espacio donde se llevó a cabo la investigación, dentro del Centro Comunitario Francisco I. Madero. Incluso, algunos de los miembros del grupo, reconocieron a un servidor, lo cual fue determinante para lograr los niveles de confianza, además, del ser partícipe de todas las sesiones y eventos como uno más del grupo durante varios meses. que de otra forma no hubieran sido posible las entrevistas ni del nivel de calidad logrado Lo anterior permitió tener una comprensión del contexto, el lugar y las situaciones que se vivieron a lo largo de la observación participativa. Se tuvo la oportunidad de poder

contextualizar cada uno de los pasajes descritos por las personas que participaron dentro de la investigación, y comprender exactamente lo que querían compartir y expresar.

Las personas que consintieron participar fueron en su gran mayoría del femenino, lo que no era la intención de proyecto, empero fue el resultado del proceso, por lo que las evidencias generadas pueden ser interpretadas con perspectiva de género, como oportunidad para otros estudios o para nuevas hermenéuticas con las fuentes generadas.

### **Capítulo III. Los hallazgos y resultados**

El trabajo de campo fue realizado en su totalidad en el Centro Comunitario Fco. I. Madero, ubicado al norponiente de Ciudad Juárez, específicamente en el Consejo del Adulto Mayor que sostiene reuniones los viernes a las 10:00 horas, esto con el fin de obtener la información directa de las personas que acuden al grupo, a través de la observación y las entrevistas. Durante el proceso realizado desde noviembre del 2022, hasta abril del 2023, como parte de observación participante se colaboró activamente dentro del grupo no sólo siendo un miembro más, sino con algunos servicios, como algunos talleres relacionados con la depresión, o la salud, donde se tocaron temas como causas, síntomas, información para saber identificarla, recomendaciones para poder sentirse mejor, destacar la importancia del seguimiento y acudir por atención especializada. Otros relacionados con la nutrición y buenas prácticas para un mejor desarrollo personal y comunitario. Esta relación constante y permanente con los miembros del grupo permitió fomentar lazos de confianza y lograr entrevistas donde las personas pudieran describir con mayor profundidad las situaciones vividas relacionadas con la investigación en curso. Estos ejercicios no pudieron ser registrados de manera sistemática y fueron parte del proceso de generar rapport, empatía y confianza para la fase de entrevistas.

A partir de la relación generada se pudieron conocer los pormenores de algunas problemáticas padecidas por los adultos mayores en relación con los procesos de exclusión social vividos en la comunidad y en los diversos ámbitos. Se dio cuenta de los impactos sufridos por situaciones de discriminación interseccional o múltiple que aqueja a alguna de las personas pertenecientes al grupo de investigación. Se logró identificar y hacer un recuento sobre las estrategias de afrontamiento ejercidas por los adultos mayores ante las diferentes

problemáticas identificadas. Y a partir de lo anterior, se logró generar un análisis holístico que permitió definir y hacer propuestas para intervenciones futuras en el ámbito psicosocial y fomentar en medida de lo posible un mejor desarrollo personal, así como lograr un fortalecimiento de estrategias de afrontamiento ante situaciones diversas que aquejan a los adultos mayores, como lo puede ser la exclusión social, la discriminación, entre otras vicisitudes vividas.

### **Perfil de los entrevistados**

La presente investigación se centró en los adultos mayores, los cuales son considerados parte de este grupo cuando tienen una edad de 60 años o más, específicamente los que conforman el Consejo del Adulto Mayor del Centro Comunitario Fco. I. Madero, el cual, tiene un registro oficial de 54 miembros activos, hasta el día del inicio de la observación. Para la selección de los entrevistados no hubo ninguna distinción además de pertenecer al grupo y contar con 60 años o más, no hubo distinción por sexo, nivel educativo, situación económica, si eran pensionados o no, si viven solos, si tenían alguna característica especial, o alguna otra más. Se pudieron abordar y conocer 12 historias que encajaron con el perfil de participantes para la investigación con las siguientes características:

Las edades fluctuaron entre los 62 y los 78 años con un promedio de edad de 68.6 años, se llevaron a cabo 12 entrevistas, donde 1 persona tenía 62 años, siendo la de menos edad. 3 personas tenían 66 años, 3 personas tenían 67 años, 1 persona tenía 68 años, 1 persona 72 años, 1 persona 75 y la persona de mayor edad fue de 78 años. De los participantes en la investigación 11 personas fueron del sexo femenino y 1 persona fue del sexo masculino.

En cuanto al grado educativo que tienen los participantes, sólo una persona no tiene ningún grado de educación formal, sin embargo, posteriormente aprendió a leer y escribir. cuatro personas manifestaron tener primaria trunca, de las cuales dos concluyeron el segundo año y otras dos personas más concluyeron el tercer año de primaria. seis de las personas entrevistadas indicaron que concluyeron la primaria. Y sólo una persona manifestó haber concluido la secundaria, habiéndolo hecho a través de la educación para adultos, siendo el nivel académico más alto identificado en las personas entrevistadas.

Sobre su estado civil, sólo una persona es soltera. una persona indico ser casada, sin embargo, separada desde hace muchos años. una persona indico que es casada. dos personas indicaron ser divorciadas. El estado civil más común fue el de viudez, ya que, siete personas indicaron ese estado. De los participantes, sólo dos de las personas entrevistadas nacieron en Ciudad Juárez, las restantes 10 personas nacieron en otra ciudad del Estado o en otro Estado. lo que pone de manifiesto la ya conocida característica de que Ciudad Juárez es una comunidad de alta inmigración, lo que es notorio en este grupo de edad, y quizá con otro segmento etario los datos serían distintos.

En el aspecto laboral, 9 personas indicaron que no trabajan formalmente, solo se dedican a labores domésticas y de cuidado de otros familiares, ya sea niños o enfermos. Las 3 personas restantes mencionaron sí trabajar, sin embargo, no de manera formal, ni con prerrogativas de ley o seguridad social. Una de las personas entrevistadas indicó que vende productos por catálogo, otra persona también vende productos por catálogo, además, vende artículos y ropa usada en un mercado popular cerca de la zona donde se encuentra el centro comunitario. Otra persona mencionó que vende ropa y artículos nuevos en un lugar designado

en su domicilio, donde, cuando las condiciones climáticas se lo permiten, saca su mercancía a vender en la banqueta.

En cuanto a si gozan de alguna pensión, 8 personas entrevistadas cuentan con una pensión por parte de las instituciones de seguridad social, en su mayoría del Instituto Mexicano del Seguro Social, la mayoría por viudez, otra por parte de su esposo (no viuda) y solo 3 personas lograron la pensión por cesantía y vejez. De esas 8 personas con pensión por parte del [IMSS] e [ISSSTE] 6 personas, además cuentan con la pensión federal otorgada por el gobierno encabezado por el presidente López Obrador, una más de las personas de este grupo ya tiene la pensión en trámite, mencionando que le informaron que será retroactivo desde el momento en que se registró. 4 personas más solo cuentan con la pensión federal. Y sólo una de las personas entrevistadas no cuenta con esta pensión, pues aun no cumple los 65 años requeridos para acceder a este beneficio.

### **Tabla 7**

*Fechas de entrevistas y datos generales de las personas abordadas*

<b>Fecha</b>	<b>Nombre</b>	<b>Edad</b>	<b>Estado civil</b>	<b>Educación</b>	<b>Trabaja</b>	<b>Pensionado</b>
25/11/2022	Benito	67	Soltero	3ro de pri.	No	Si/P4t
02/12/2022	Ema	67	Divorciada	Sin E. formal	No	Si/P4t
02/12/2022	Guadalupe 1	66	Viuda	2do de pri.	No	Si/P4t
09/12/2022	Juanita 1	75	Viuda	Primaria	No	Si/P4t
09/12/2022	Guadalupe 2	67	Viuda	3ro de pri.	No	P4t
13/01/2023	Rosario	70	Viuda	Primaria	No	Si/P4t
13/01/2023	Soledad	72	Separada	Primaria	Si	Si/P4t
27/01/2023	Juanita 2	68	Divorciada	2do de pri.	Si	P4t
27/01/2023	Bertha	66	Viuda	Primaria	No	P4t
10/02/2023	Concepción	78	Viuda	Primaria	No	P4t
10/02/2023	Martha	66	Casada	Secundaria	Si	Si/P4t
17/02/2023	Teresa	62	Viuda	Primaria	No	Si

Fuente: Elaboración propia con datos de las entrevistas

## Contexto de los participantes

Durante la presente investigación se tuvo la oportunidad de convivir con los sujetos de investigación, generando mejores lazos de confianza entre quien otorga la información y quien investiga. A partir de lo anterior, es posible presentar una breve semblanza para contextualizar a los sujetos de investigación al respecto de los temas investigados, vivencias y situaciones. Cabe señalar que, el siguiente apartado corresponde a una interpretación personal sobre las condiciones identificadas a partir de la observación participante y la realización de las diversas entrevistas. En los casos donde se agrega algún contenido textual descrito por las personas se indica entre comillas, sin embargo, representa una parte muy pequeña del apartado.

Benito: Representó el único hombre que accedió a conceder una entrevista grabada. Lo que nos indica que, para los hombres es aún más difícil expresar o compartir situaciones o vivencias personales. Partiendo de la premisa de haber crecido en una época donde los estereotipos de género y machismo eran más arraigados en épocas anteriores en nuestro país. Benito viene de otro estado de la república, desde joven emigró hacia Ciudad Juárez junto con su madre, siendo su gran compañera de vida, pues el nunca se casó ni tuvo hijos. Por lo tanto, la pérdida de su madre representó la parte más álgida de su vida, padeciendo depresión e incluso mencionando que aún no lo ha podido superar. A partir de esa pérdida su hermano y su esposa “lo recogieron” como el menciona, donde ha pasado los últimos años con ellos de manera tranquila, sintiéndose bien acogido. Logró pensionarse por sus años de esfuerzo laboral y también cuenta con la pensión del adulto mayor otorgada por el gobierno federal, lo que le permite contribuir al sustento familiar y tener tiempo para acudir al grupo de adultos mayores. Benito es una persona seria y platica muy poco con sus compañeros. Es una persona

muy amable, tolerante y abierta (como el mismo se describe) su premisa es no criticar ni meterse con nadie.

Emma: Llego hace más de 30 años a Ciudad Juárez, con hijos pequeños, huyendo de malos tratos del padre de sus hijos, lo cual, no funcionó, ya que la siguió hasta esta ciudad, finalmente a los pocos años de llegar pudo alejarse de esa relación (simplemente se fue con otra). Emma siempre trabajó para sacar adelante a su familia, los hijos crecieron y prácticamente tienen en situación de abandono a su madre, casi nunca la visitan ni la apoyan económicamente, con poca frecuencia recibe una llamada telefónica de alguno de ellos y hay uno que simplemente se olvidó de ella hace muchos años. Ella volvió a tener una relación con otra persona, duraron muchos años juntos, pero terminaron separándose, sin embargo, le dejó pensión y cuenta con la pensión del gobierno federal. Ella describe lo difícil que fue vivir en Juárez los primeros años, pues la discriminaban mucho por ser “chilanga” (así lo describe) del Distrito Federal, menciona el haber recibido insultos sólo por escucharla hablar y notar su acento. Emma es de las que mejor se integra al grupo, es participativa y una persona muy agradable de tratar.

Guadalupe 1: Una mujer que trabajó la mayor parte de su vida, se pensionó apenas al cumplir los 60 años, debido a los malos tratos laborales por causa de su edad. También cuenta con la pensión del gobierno federal. Duró casada más de 50 años hasta que enviudó hace poco más de un año, lo que representó una pérdida muy difícil de superar a pesar de que batalló con su esposo por su adicción al alcohol. En cuanto a sus hijos tiene cercanía con todos. Sin embargo, dos de ellos tiene problemas de adicciones, lo que le ha traído muchas dificultades legales, emocionales, de salud, entre otros. Ella misma tuvo problemas con el alcohol y una fuerte adicción al cigarro, sin embargo, hace alrededor de 20 años se hizo

practicante de una religión y llegó la experiencia de Dios a su vida, lo que la cambiaría para siempre. Guadalupe tiene una peculiaridad, tiene una fobia total a los servicios médicos desde niña, si era época de vacunación se escapaba de la escuela, nunca se vacunó de adulta, nunca dio a luz a sus hijos en un hospital. Nunca permite que la inyecten. Perdió sus dientes a causa de su adicción al tabaco (ya superado) por lo que nunca se quita su cubrebocas en público, lo cual, ella ve como una oportunidad para simular ese aspecto que le apena mucho. Guadalupe fue de las personas con las que más conviví durante la observación, fue de las personas más cercanas. Compartíamos y platicábamos bastante, es una persona prudente, agradable y con excelente charla.

Juanita 1: Tiene mucha cercanía a sus hijos y nietos, siempre están al pendiente suyo en todos los aspectos. Es una mujer viuda y perdió a causa de la violencia a uno de sus hijos, a pesar de haber pasado ya más de 10 años fue un tema muy difícil de abordar, de hecho, fue tan impactante para ella, que a veces se confundía y no recordaba que había muerto su hijo. Actualmente vive con dos de sus hijos, uno “dejado” y uno soltero que no se ha casado. Pasa su tiempo en el hogar, limpiando, atendiendo a sus hijos. Disfruta su tiempo en el grupo de adultos mayores y convivir con su familia. Sus hijos, a partir de la pandemia la llevan de compras por las noches cuando no hay tanta gente, lo cual se ha convertido en una costumbre. Ella misma pidió ser entrevistada, quería compartir muchas cosas, tanto personales, como relacionadas a los temas de investigación.

Guadalupe 2: Cuando la conocí platicamos poco, pero la identifiqué como una persona fuerte, inteligente, además de que podía expresarse con mucha claridad y elocuencia. Me dio la impresión de ser una persona que tenía todo el control, en el mejor sentido. La entrevista resultó ser de las más inspiradoras, emocionantes e incluso fue la más larga. Ella

tenía mucho que decir y yo mucho que escuchar. Tuvo una vida muy difícil, ya que comentó ser hija de un padre “huevon que no trabajaba” como ella menciona, al ser la mayor, no solo trabajó desde niña, sino cuidaba y apoyaba económicamente a su madre y hermanos menores. Ella trabajó en la zona centro para una adulta mayor, la cual, tenía propiedades, no solo la asistía, sino que cobraba las rentas, servía como mensajera, se supo mover desde muy pequeña en toda la zona centro de Juárez, Ella la inscribió en la escuela, la vestía, comía bien (a diferencia de su familia) su sueldo era entregado directamente a sus padres. Un conflicto la alejó de su empleadora, y decidido irse a pesar de que ella la buscó para que regresara. Después trabajó en el Paso como empleada doméstica desde muy joven, lo que sería su trabajo la mayor parte de su vida, hasta que le quitaron la visa. Después intentó trabajar en maquiladora, pero no le daban oportunidad por su edad. Se casó y tuvo dos hijas y un hijo, se divorció posteriormente. Sus hijas se casaron y tiene una relación cordial con ellas, pero no muy cercana, a pesar de que constantemente tiene dificultades económicamente, ella no les pide dinero, si a veces le dan \$30 o \$50 pesos les agradece y los toma. Tiene muchos conflictos con su hijo, ya que no es estable, cambia constantemente de trabajo, no la apoya en la casa, dado que viven con ella por periodos. Ya lo corrió del domicilio una vez, pero volvió, tuvo un hijo, pero ella nota el sufrimiento de su nieto por eso lo aceptó de nuevo después de separado, ya que se ha encariñado mucho con su nieto. Guadalupe es una mujer con claridad y fortaleza para enfrentar las situaciones a partir de un afrontamiento activo, es gran ferviente y temerosa de Dios como ella se describe. También conviví mucho con ella y tratamos temas diversos o consultas personales por diferentes razones. Actualmente vive con su nieto que tiene 13 años e intermitentemente con su hijo. Es una persona con una charla muy amplia a pesar de tener poca educación formal.

Rosario: Ella es la coordinadora del grupo de adultos mayores, lo que se le ha dificultado realizar en los últimos meses, ya que ha tenido problemas de salud, especialmente con sus piernas y rodillas. Es viuda, siendo la pérdida más importante para ella, y aun no superada. Su esposo siempre fue responsable, buen padre y excelente proveedor. Alguna vez quiso trabajar y éste no la dejó, argumentando que no le faltaba absolutamente nada. Emocionalmente dependían mucho uno del otro. Por ejemplo, mientras estaba en su casa él nunca comía si su esposa no lo acompañaba, no quería que le llevaran comida sus hijas o le prepararan ellas, ya que viven muy cerca la mayoría de sus hijos. Ahora vive sola, aunque casi siempre está en compañía de hijos y nietos, Siempre están al pendiente de ella. Se ha mantenido involucrada en asuntos de interés comunitario, también era líder del grupo infantil de beisbol de la colonia, al inicio del trabajo de campo, me recomendó ampliamente con los demás miembros y solicito me apoyaran en la investigación.

Soledad: Es la tesorera del grupo. La persona con la que más lazos de confianza y cercanía construí, Desde el inicio conté con su apoyo, comentábamos sobre los miembros, era mi informante sobre los contextos, situaciones y detalles de cada uno de ellos. Compartimos teléfono, nos comunicábamos para abordar situaciones del grupo, que llevaría, que comeríamos, que se discutió en la sesión del DIF, etc. Incluso aun nos comunicamos para abordar una serie de compromisos que aún tengo con el grupo, así como invitaciones para los diversos eventos especiales. Ella, Guadalupe 1 y yo, compartíamos, teníamos charlas muy amenas e interesantes disfrutando un delicioso café, que Soledad traía de su casa (de olla). Soledad es una persona inteligente y capaz para organizar las finanzas del grupo de la mejor manera para que no falten los refrigerios, el café, apoya a la organización y control del grupo en ausencia de Rosario, la coordinadora, la cual ha tenido algunos problemas de salud.

Es una mujer que trabaja vendiendo productos de catálogo, además de vender en el tianguis popular cercano al centro comunitario. Logró una pensión de su exesposo y cuenta con la que otorga el gobierno federal. Vive con tres hijos, todos separados de sus esposas. No tiene mucha relación con sus nueras (o exnueras) y no es muy cercana a sus nietos. Usa un bastón cuando puede, ya que ha perdido algunos o se le olvidan en el camión. Es un tanto *enojona* “a veces el grupo de adultos mayores parece más una guardería” me llegó a comentar.

Juanita 2: Tiene poco tiempo dentro del grupo, sin embargo, se ha acoplado muy bien, ya que a veces llegan adultos mayores a la primera sesión y no vuelven. Ella es divorciada legalmente, sin embargo, volvió con su exmarido, tiene dos hijas ya casadas, con las cuales lleva muy buena relación. Juanita tuvo dificultades para poder sacar a delante a sus hijas, ya que tenía que trabajar y se quedaban solas en diversas etapas, cuando la niñera ya no las podía cuidar y en lo que lograba encontrar a alguien más que las cuidara. Su familia no vivía cerca, por lo tanto, no contaba con esa red de apoyo. empero hoy se siente tranquila y satisfecha, ya que sus hijas crecieron bien y como ella comenta “gracias a Dios no les pasó nada cuando las dejaba solas para ir a trabajar”. Se dedica a vender productos por catálogo. Cuenta con la pensión del gobierno federal al igual que su “esposo”.

Bertha: Ella trabaja limpiando casas, cocinando, y en labores domésticas en general. Lo hace por días, es decir a una casa va los miércoles, a otra los lunes, etc. Vive con una hija y su nieto, tiene más hijos. Es viuda. Bertha vivió en un dominio total por parte de su marido, el cual, no le permitía salir de su hogar a menos que acompañara a su esposo, era celoso en extremo, si salían tenía que agachar la cabeza, incluso le prohibía ver la televisión. Golpes e insultos eran una constante, a tal grado de sentirse liberada cuando enviudó. “Fue como nacer

de nuevo y conocer, salir, enfrentarse al mundo de nueva cuenta” “fue aprender a vivir”. Ella cuenta también con la pensión del gobierno federal.

Concepción: Es la persona de más edad que participó en las entrevistas 78 años. Sin embargo, goza de muy buena salud, se expresa muy bien, comparte sus puntos con mucha claridad. Es de las más participativas y activas del grupo. Ella fue muy criticada y lo sigue siendo por una situación que hasta hoy la persigue, abandonó a sus tres primeros hijos para emigrar a Ciudad Juárez siguiendo a un hombre. Sufrió mucho con él por lo que terminó dejándolo. Después fue amante de un hombre casado, de esa relación surgieron más hijos. Padeció adicción al alcohol, siendo su etapa más oscura y autodestructiva. Sin embargo, todo cambiaría a partir de su acercamiento a una religión, hace más de 30 años, a partir de lo que encontró paz y poco a poco el auto perdón que tanto necesitaba. Ha tenido contacto esporádico con dos de sus tres hijos que abandonó. Terminaría casada con el hombre que vivió durante muchos años en amasiato, su esposa falleció y decidieron formalizar su relación. Ella actualmente es viuda y logró obtener la pensión por parte de su marido, también cuenta con la pensión del gobierno federal. Su tiempo lo dedica a la iglesia cristiana, es una miembro activa, además de la atención del hogar en el que vive con hijos separados.

Martha: Es la más participativa del grupo, siempre ayuda a la organización. Tiene una voz muy fuerte y tiene facilidad de expresarse en plenaria. Se interesa por las situaciones de los adultos mayores y si puede ayudar lo hace. Ella llegó al grupo por “herencia” ya que originalmente llevaba a su mamá, sin embargo, por la edad, ya no pudo llevarla, acudía para recoger su despensa y diferentes apoyos, luego ella ya empezó a acudir en su representación y también como adulta mayor. Su madre falleció hace aproximadamente dos meses, ha sido un duelo muy difícil de superar para ella, ya que era quien la cuidaba, sus hermanos y

hermanas se alejaron y se desentendieron de su madre. Es casada con un odontólogo, tienen una hija y dos hijos, todos profesionistas, contadora y odontólogos también. Trabaja vendiendo ropa y artículos nuevos en su casa o con conocidas. Cuenta con la pensión del gobierno federal. Además de una pensión por cesantía.

Teresa: Es la persona de menos edad que participó, 62 años. Es recientemente viuda, alrededor de un año. Es un duelo que no ha podido superar, era muy apegada a su esposo, además, ella lo cuidó sus últimos años, ya que tuvo una enfermedad discapacitante. Ambos eran miembros activos en la iglesia católica, se involucraban en diversos asuntos relacionados, participaban en el coro, organizaban eventos, etc. Actualmente vive con hijos que aún no se han casado. Cuenta con la pensión por viudez y aun no es elegible para obtener la pensión federal del adulto mayor,

## **Los resultados**

La información obtenida a través de las entrevistas fue la más importante para generar los análisis sociales, las narraciones representan la experiencia de los sujetos, y también representan una sujeción e interdependencia al intercambio social constante, en situaciones de exclusión e interacciones de discriminación. Las narraciones de las personas muestran una gran parte de evidencia de lo que deben afrontar, así como también construyen y perpetúan la realidad (Gergen, 2007). Cabe destacar que, se intentó apegarse al guion de entrevista, sin embargo, hubo algunos pasajes donde las personas entrevistadas manifestaron algunas cuestiones relacionadas con aspectos relevantes para ellas, ya sea, violencia, cuestiones familiares, duelos, entre muchos otros más, que forman parte de su experiencia de vida y que indican que han desarrollado con antelación diversos recursos de afrontamiento. Si bien se

escuchó a las personas y se permitió manifestaran sobre esos pasajes vividos, no siempre se tuvo la oportunidad de profundizar en algunos casos, no obstante, fue posible observar recursos personales ante dificultades diversas. Ya fuese por cuestiones de tiempo, o posiblemente no tener la posibilidad de volver a abordar a las personas entrevistaron con posterioridad fue que se decidió centrarse en los temas relevantes que guiaron la investigación sobre los tópicos de observación del problema a estudiar. Estos temas abordados pueden ser importantes para poder investigar ciertos elementos culturales, que indudablemente influyen en la configuración del grupo y como personas, además de rasgos destacados relacionados con la psicología social, sin embargo, resultan ser muy amplios y para poder abordarse a profundidad tendrían que ser parte de una nueva investigación u otra donde se amplié sobre estos temas. Por lo tanto, partes como las mencionadas no fueron tomadas en cuenta para esta investigación, sin embargo, favorecieron considerar a las personas entrevistadas como adecuadas para la conversación, con el antecedente de que contaban con recursos de afrontamiento en otras etapas de su vida y eso permitía suponer que podían hablar de las experiencias presentes.

### ***La exclusión***

En un primer análisis se abordó la exclusión social manifestada por los sujetos de investigación, fue de interés determinar cuáles fueron los ámbitos de exclusión más mencionados a los que se enfrentan las personas mayores, fueron laborales o de salud por ejemplo, además de identificar formas de discriminación y cuál fue la causa más común, ya fuera asociada a la edad, poca movilidad u otra situación de interseccionalidad descrita por los entrevistados en relación con las circunstancias, diversos factores, y contextos, además de otros aspectos relevantes compartidos.

### ***La exclusión social***

Para comenzar con la descripción de los hallazgos encontrados en el campo de investigación, se abordó la exclusión social, no tomada como el segmento en general, como puede ser en el campo de la ciudad, sino a partir de la exclusión vivida en la comunidad, la de sus espacios de más proximidad. Esta exclusión se toma objetiva y se identifica a partir de diversas formas de discriminación, las cuales pueden ser manifestaciones culturales asociadas a los estereotipos que rodean la percepción sobre las personas mayores, los cuales pueden ser, pensar que son personas lentas, que no entienden cuando se les habla, que tienen ideas anticuadas o arcaicas, entre muchas otras más, lo que dificulta las relaciones sociales de los adultos mayores con otros miembros de la comunidad, las consecuencias puede ser excluirlos socialmente, ignorarlos, no tomar en cuenta sus puntos de vista, ejercer una invisibilización general de los adultos mayores, la cual se manifiesta de manera más notoria cuando los adultos mayores tiene más edad.

Los datos recopilados nos indican el padecimiento una discriminación social que pareciera tenue o que pasa desapercibida, sin embargo, para los adultos mayores representa una determinada carga emocional negativa. La discriminación social más experimentada por los adultos mayores ocurre en el transporte público, teniendo una incidencia en 11 de las 12 personas abordados. Quizá esto no es diferente del conjunto de la población local, pues es continuo que en la opinión pública se aborda la muy mala calidad del transporte público en la ciudad, pero se supondría que a las personas mayores esto les debía implicar una mayor calidad de la atención y dado que no ocurre, entonces esto se torna en una discriminación a su condición. Sin embargo, junto a otras formas de exclusión padecidas, y no siempre manifestadas, esa discriminación se relaciona con las cuestiones sociales y políticas que no

permiten que se desarrollen y tengan espacios acordes para su movilidad. Por ejemplo, cuestiones estructurales relacionadas a las zonas donde viven, banquetas adecuadas y con rampas, que no existen, en calles en condiciones paupérrimas, servicios públicos de mala calidad, falta de alumbrado público, falta de paraderos especiales para persona adultas mayores, zonas con altos índices de delincuencia, sólo por nombrar algunos.

**Tabla 8**

*Exclusión social padecida por las personas abordadas*

<b>Nombre</b>	<b>Tipo de exclusión</b>
Benito	Comunitaria
Ema	Trasporte P.
Guadalupe 1	Comunitaria/Trasporte P.
Juanita 1	Comunitaria/Trasporte P.
Guadalupe 2	Comunitaria/Trasporte P.
Rosario	Trasporte P.
Soledad	Trasporte P.
Juanita 2	Discriminación/Trasporte P.
Bertha	Trasporte P.
Concepción	Trasporte P.
Martha	Trasporte P.
Teresa	Comunitaria/Trasporte P.

Fuente: Elaboración propia con datos de las entrevistas.

Esta discriminación se puede vivir en varios espacios de la comunidad, donde la invisibilización es una de las características que representa una forma de ignorar a las personas mayores, como si no existiesen, donde a veces ni siquiera levantan la cara para verlos, o ni el saludo les responden, como lo describe el Sr. Benito:

Pues yo quisiera que a las personas mayores nos quisieran, pues, puedan convivir con todos, hay una gente que van por la calle y ni le quieren a veces hablar, ni le quieren ver la cara, ni levantan la cara, uno les da el saludo bien y a veces ni les contestan, yo creo que está mal eso, verdad, yo quisiera que sea la gente, los jóvenes, bueno, que reflejaran un poquito, querer más a la gente mayor, porque no todo el tiempo van estar

ellos en esa edad, si Dios les deja van, a llegar igual que uno también” (Entrevista 1; Ciudad Juárez, 25 de noviembre).

Esta exclusión social, como una negación del acceso al bienestar, representa uno de los hallazgos más recurrentes durante la investigación, donde la mayoría de las personas entrevistadas refiere haber sufrido esta invisibilización y exclusión social en la comunidad, como lo ilustra la Sra. Guadalupe 1:

Hay que enseñarles a la Juventud, sobre qué destino les espera, que reflexionen que pueden pasar por lo que uno paso, si Dios les da licencia y va a ser muy triste y van a reaccionar, pero tarde.” (Entrevista 3; Ciudad Juárez, 02 de diciembre).

Esta invisibilización como la manifestada por varios de los sujetos de investigación, no tiene que ver con lo oculto o lo que no se ve, pues son múltiples los indicios de exclusión y opresión que viven, no solo los adultos mayores, sino los grupos vulnerables en general. Desafortunadamente es un estado de normalización, donde se sabe de los excluidos, se encuentran presentes, pero en la mayoría de los casos y sociedades “no existen” Es una situación inherente a los procesos sociales modernos (Bourdin, 2010).

La exclusión es patente en varias cuestiones sobre los servicios y oficinas públicas, lo que se destaca como discriminación por parte de otros miembros de la comunidad se pone de manifiesto en lugares comunes, como ejemplo la Sra. Juanita 1 describe el siguiente episodio:

Nos ven viejos y piensan que nos pueden tratar como quieran, por ejemplo, en la Junta de Aguas, una vez en la fila para pagar, pues hay una línea que se supone que es para adultos mayores, pero yo me formé en la que no era de adultos mayores, porque la de adultos mayores es una sola ventanilla y había una línea grandota y para la que no es de adultos eran como cinco ventanillas, y una señora me dijo de mala gana “pues

usted es adulto mayor, ya esta vieja, váyase allá, para aquella línea” le dije si, si estoy vieja señora pero yo no la estoy ofendiendo, o en que le afecta que yo esté aquí, con el debido respeto que usted se merece, yo no la estoy ofendiendo en nada. (Entrevista 4; Ciudad Juárez, 09 de diciembre).

La discriminación puede partir incluso, no sólo de diversos miembros de la comunidad, sino que es posible se genere dentro del círculo cercano de la persona, como es el caso de la familia, como lo menciona Juanita1:

Ya estoy grande y todo, pero hasta una vez un hermano me dijo “es que tú ya estas ruca carnala” no sé qué dijimos, y a mucha honra le dije, no me arrepiento de ser vieja, le dije, porque si tú sigues al paso que vas, no vas a llegar ni cerca de mi edad, “no, es que estaba bromeando” como sea le dije, pero dijiste lo que sentías, no me ofendes, porque si es verdad, estoy vieja. (Entrevista 4; Ciudad Juárez, 09 de diciembre).

Lo anterior, nos indica otro nivel o ámbito de análisis sobre la discriminación, la que sucede dentro del círculo cercano de los adultos mayores, lo cual se pudo encontrar en varias de las personas que se entrevistaron en la investigación. Otra condición más en cuanto a la interseccionalidad que agrava la situación de los adultos mayores, ya que aún con las diferentes características de vulnerabilidad que puedan padecer, se agrega que, los miembros de sus familias que en teoría debieran protegerles y cuidarlos, en ocasiones son los que les discriminan aún más que otros miembros de la comunidad.

Otra forma de exclusión social es la vivida en el transporte público, siendo las más mencionada por parte de los adultos mayores, como nos comentó la Sra. Guadalupe 1:

Uno sufre discriminación en la ruta, me toco cuando iba yo subiendo a la ruta y escuche la conversación, “y cómo te fue, no pos nada, me tocaron puros bonaice” ya

ve que los de hielo costaban 4 pesos, y pues se queda uno, ay pues yo soy uno de ellos. Simplemente cuando sube uno, te dicen “ánde apúrese” o simplemente te ven esperando la ruta y no te recogen, por lo que pagas y por lo que te tardas en subir, y ellos siempre tienen prisa, andan bien recio. (Entrevista 3; Ciudad Juárez, 02 de diciembre).

Bajo la misma situación nos comentó la Sra. Juanita 1:

En la ruta ...en el camión es muy frecuente, una vez me tumbo uno, porque yo estaba batallando con el bastón, porque ya tengo mucho tiempo batallando con mis rodillas. ...yo me caí verdad, yo no hice nada, pero mucha gente agarro el número y le tomaron foto al gafete del señor y lo denunciaron ...después me hablaron y les dije: si es que como dicen que como uno ya está viejo, le dicen “usted ya debería estar en su casa”. Otra vez, ya vez que le dan a uno la tarjeta para pagar descuento en el camión, esa vez le pague yo con 20 pesos, iba a cobrarse 4 y me regresó 16 pesos de puras moneditas de 50 centavos, como molesto. Y como a la venida me toca el otra vez (el mismo chofer) entonces ya venía una muchacha conmigo y yo, eran 12 pesos, entonces yo le di los 12 pesos con las puras moneditas, las agarro y las aventó y dijo “pos en cual esquina se puso” (Entrevista 4; Ciudad Juárez, 09 de diciembre).

La narrativa de la agresión se pone de manifiesto no sólo en los casos de exclusión social, sino en los casos de discriminación a partir de perjudicar intereses propios, el cual opera como un instrumento de control, esto basado en estereotipos sociales que otorgan ciertos roles a diversos miembros de la sociedad, en este caso a los estereotipos de grupo relacionados a los adultos mayores.

“en la que te pusiste tú le dije, tú me las diste en la mañana, yo creo tú no tienes madre le dije, porque si tuvieras madre te podrías a pensar las cosas, yo creo ni madre tienes (Entrevista 4; Ciudad Juárez, 09 de diciembre).

Como se podrá identificar en párrafos más adelante, los adultos mayores ejercen diversos tipos de estrategias para mitigar el subyugo social, si bien son pocos los que utilizan estrategias de afrontamiento activas, hay personas que manifestaron no permitir humillaciones por parte de quienes usan la narrativa como agresión y ellas mismas responden a través del ejercicio de esa narrativa.

La Sra. Guadalupe 2, describe algunas de muchas las malas experiencias que ha tenido en el transporte público, como el caso de los choferes al saber que pagaran 4 pesos y prefieren no recogerlos en la parada del camión:

Aquí en los camiones porque son unos tontos, estúpidos choferetes que ponen ...por ejemplo, hay un tipo grosero, majadero, que habla “huy son 4 pesos” y yo cuando debo de callar, también me callo, pero yo de buena gana lo agarro de las greñas y lo bajo a patadas, pero también tengo que usar la prudencia, porque mis años no permiten hacer ciertas cosas, y ese, nomás lo veo ...porque lo he oído hablar tanta tontería... (Entrevista 5; Ciudad Juárez, 09 de diciembre).

Los adultos mayores que intentar salir y apropiarse de los espacios públicos tienen dificultades para lograrlo, el caso de la Sra. Guadalupe 2, si bien ejerce estrategias de afrontamiento activas y en ocasiones ejerce la narrativa agresiva de defensa, manifiesta que es necesario en ocasiones callar y aguantar, pues su estado de vulnerabilidad física la puede poner en alguna situación de riesgo.

La Sra. Rosario comenta que la mayor discriminación es en la ruta, argumentando que no tienen la misma consideración con las personas que son mayores. Lo que ha provocado ya no utilice ese transporte, ya que, hace mucho que no se sube a una ruta. Empero es donde peor los tratan, como ella manifestó:

La discriminación la he sufrido en la ruta, en el camión, en varias ocasiones. No me subo desde que cobraban 3 pesos, pero le daba los 3 pesos y los choferes decían “mmm ha viene la bonaice, puro bonaice” -¿por qué bonaice? porque ya estábamos viejos y pagábamos 3 pesos -porque es lo que valía un bonaice, y una vez yo si les conteste, mira le dije, como te ves me vi y como me ves te verás ...mira estás más viejo tú, que yo tengo tanto año y se me puso al brinco el señor y me bajé y le dije al supervisor de la ruta, ya se subió y le llamó la atención, “no tienes por qué faltarle al respeto” dice bien ella, yo le dije lo que comenté, mire yo le dije esto y esto otro, a la edad que tiene él se ve más viejo. Y otra vez me paso que iba al seguro viejo me iba a subir y el chofer le dio al camión, pues apenas alcance a poner el pie y me caí de rodillas, le dije oye por favor, si vez que uno no puede ya, debes esperar a que uno se siente, “pues súbase pronto, siéntese pronto que yo voy por tiempo. (Entrevista 6; Ciudad Juárez, 13 de enero).

De nueva cuenta hemos detectado coincidencias en cuanto al trato de los choferes, poniéndoles apodos despectivos a causa de la prerrogativa que tienen los adultos mayores de pagar una cuota menor en el transporte público, como lo manifestó anteriormente la Sra. Guadalupe 1 al coincidir con la Sra. Rosario, sobre que les llaman los “bonaice” ya que pagan el mismo costo en el transporte público, 4 pesos (antes del cambio de tarifa registrado posterior a las entrevistas).

### ***La exclusión laboral***

El contar con una renta es indispensable para lograr los satisfactores básicos, esto se puede lograr a través de tener un espacio laboral, lo cual, trae muchos beneficios no solo económicos, sino emocionales. La exclusión laboral representó un 100 % de prevalencia en las personas entrevistadas que buscaban trabajo, es decir, todos se sintieron discriminados a la hora de buscar un empleo. Cuando buscaron una oportunidad laboral recibieron

comentarios relacionados por su edad y que no podían ser contratados por diferentes razones como nos comenta el Sr. Benito:

Cuando va uno y se enfrenta a un trabajo, y le dicen, no, no queremos de tal edad, es que usted ya no mira o equis, luego, luego le dicen a uno... De primero intente (buscar trabajo) pero luego ya se me cayó el ánimo, para que, si no lo quieren a uno, ya porque va uno, yo pienso que, por la edad, que le falta a uno movimiento en las manos, lo brazos, no camina rápido... La consecuencia es que afecta a uno, uno este necesitado de trabajar para el sustento de la comida y todo” (Entrevista 1; Ciudad Juárez, 25 de noviembre).

En este caso identificamos como la estructura social influye de manera determinante en el sujeto, como lo indica la teoría de Gergen (2007), el construccionismo social no sólo se da por los roles de los sujetos, sino que influye de sobremanera la interacción social en la que se desenvuelven, el caso del Sr. Benito nos indica que la influencia negativa de no lograr un empleo le significó problemas emocionales considerables.

Otras formas de exclusión se identificaron, también cuando ya tenían cierta edad y se encontraban laborando, ya que, el trato no era el mismo, que con los demás, como lo comparte la Sra. Guadalupe 1:

En la fábrica cuando yo trabajé, yo me jubilé a los 60 años, dije no, yo de aquí me voy, porque oía inclusive a los jefes, diciendo “esta gente que ya no sirve para nada, yo no sé qué están haciendo aquí, no más quitándole el oxígeno a uno ... Por eso dije yo mejor me voy antes de que me digan, usted ya no sirve, yo me voy. (Entrevista 3; Ciudad Juárez, 02 de diciembre).

La Sra. Guadalupe 1 ejerce estrategias de afrontamiento de manera pasiva, ella prefiere la evitación a los problemas antes de enfrentarlos, como muestra la situación relatada sobre la última etapa de su trayectoria laboral, donde identificó discriminación a causa de su edad

y en vez de generar acciones que cambiaran la situación prefirió retirarse. Es pertinente reflexionar sobre cuál es la exclusión y cuál corresponde a una discriminación, o depende del enfoque. La discriminación puede ser considerada a partir del trato desigual que recibió la sra, Guadalupe a partir de una relación de poder asimétrica por parte de su jefe, representando a la institución, ejerciendo discriminación. Al mismo tiempo, este personaje ejerce la exclusión social al relegarle a partir de los estereotipos culturales, como los que identifican a los adultos mayores como, lentos, incapaces de realizar determinadas actividades laborales, olvidadizos, o poco confiables para sus tareas.

### ***La exclusión institucional como política de discriminación***

Esta es la discriminación que tuvo una incidencia permanente, acorde a lo que se describió en las entrevistas. Este tipo de discriminación refiere a la ejercida por las instituciones diversas en cuanto al mal trato de los adultos mayores, que en algunos casos se destacó, por parte de funcionarios públicos o instituciones, siendo el Instituto Mexicano del Seguro Social el lugar donde más padecieron formas de discriminación, en ese espacio del derecho a la salud, configura una exclusión, en incomprensión acorde a sus estados de salud y deterioro de funciones del cuerpo.

**Tabla 9.**

*Exclusión institucional padecida por las personas*

<b>Nombre</b>	<b>Institución</b>
Benito	No describió alguna
Ema	IMSS
Guadalupe 1	IMSS
Juanita 1	IMSS/JMAS
Guadalupe 2	IMSS
Rosario	IMSS
Soledad	IMSS

Juanita 2	No describió alguna
Bertha	IMSS
Concepción	IMSS
Martha	IMSS
Teresa	Municipio

Fuente: Elaboración propia con datos de las entrevistas.

La institución que más fue mencionada como en cuanto a factores de exclusión, maltrato o discriminación fue el caso del Seguro Social, por lo tanto, prefieren no acudir y buscar otras alternativas de atención médica como lo señala la Sra. Ema:

Yo no, la verdad yo no confío en el Seguro ...no lo atienden a uno como es debido, sabe cuánto tiempo tengo sin ir al seguro, tengo muchos meses, me dan así (mucha) medicina, pero, por ejemplo, tengo del corazón, tengo la taquicardia, yo les digo mándeme con el cardiólogo y me dicen que no, que no tienen tiempo, que están saturados, nos ven viejos y ni caso nos hacen (Entrevista 2; Ciudad Juárez, 02 de diciembre).

Por otro lado, la Sra. Rosario, manifestó como no tienen ninguna consideración con las personas mayores en el seguro social, incluso cuando vienen caminando desde muchas cuadras para poder recibir el servicio médico, con bastones, incluso sillas de rueda, como ella mencionó:

En el seguro, llega uno 5 min. tarde y ya se le paso a uno la cita, y le dice uno a la muchacha, oiga pues es que sabe que, yo vivo cerquitas, vivo a cinco cuadras de aquí, pero vengo caminando, ya mi rodilla –“usted tiene que llegar a la hora, que si no pierde su cita”. Ya me han dejado sin mi cita ...les digo yo, mire ustedes si pueden pasar una hora comiendo esperarlos uno aquí y no pueden darle a uno 5 min. (Entrevista 6; Ciudad Juárez, 13 de enero).

De la misma manera la Sra. Martha describe los malos tratos recibidos en el Seguro Social, no solo por las asistentes, sino también por parte de las doctoras, agravándose en los momentos álgidos de la pandemia, identificando a los adultos mayores como fuente de mayor riesgo de contagios, como ella describió:

Por decir en el Seguro Social, la doctora que me atiende a mi quiere tratarme mal y yo veo como trata a los demás, entonces yo digo, están acostumbrados a tratar así a la gente, qué les pasa, entonces me quiso tratar mal una vez. Estaba el COVID a todo lo que da, entonces llegó yo a atenderme y luego me dice “PONGASE DE AQUEL LADO” a cañón me puse de aquel lado, dese allá yo le estaba gritando, y le iba a dar un papel, me pidió un papel, y cuando se lo iba a dar, pues como se lo doy si me mando lejos, y me dice “ARRIMESE” o me arrimo o me quito, pensé que le pasan, por qué me está tratando así. (Entrevista 11; Ciudad Juárez, 10 de febrero).

En otro episodio, la Sra. Martha indicó como otra doctora, la trató de mala manera, por situaciones absurdas:

yo tenía un sobrepeso, casi llegue a pesar 98 kilos entonces la doctora era demasiado gorda también como yo, siempre tenía golosinas, y me dijo de mala manera “se va a poner a dieta y no va a comer esto y esto otro y la voy a mandar a la nutrióloga” y bueno me dijo muchas cosas y yo me sentí mal. ...Pero cuando la veo que se levanta, pues si esta doctora está peor que yo, que le pasa, porque me trata así, entonces discutimos y le dije, doctora, pero no me hable así, yo sé que tengo sobrepeso y que es por mi salud que voy a bajar de peso, ya tengo 60 años y voy a hacerlo, pero no me hable así (Entrevista 11; Ciudad Juárez, 10 de febrero).

Pocos describieron haber tomado o ejercido alguna acción en contra de algún funcionario o la institución, ya que, consideran que las cosas no cambiarán, y las cosas siempre permanecen iguales, lo más que han intentado es pedir su cambio de consultorio, Sin embargo, como el caso anterior de la Sra. Martha, culmina en el mismo resultado, ya que el primero episodio

descrito lo tuvo con una doctora, a partir de lo anterior, posteriormente pidió su cambio y le sucedió otro episodio similar de maltrato con la nueva doctora. De tal manera, ya mejor decidió dejar las cosas así, argumentando que no tiene sentido, ya que todas son iguales.

La práctica de la discriminación institucional es una de las más complejas, ya que discrimina sectores enteros por causas diversas. Además, si bien hay estatutos, manuales, reglamentos y leyes que condenan y prohíben en la mayoría de los casos estas prácticas, la realidad es que la estructura social a través de las personas que participan en las instituciones generan constantemente discriminación en México (Solís, 2017). No sólo en el caso de las enormes coincidencias que manifestaron la gran mayoría de los sujetos entrevistados al respecto del Instituto Mexicano del Seguro Social, sino en la mayoría de las instituciones, ya sean públicas o también privadas.

### **Impactos de la discriminación**

En un segundo análisis se valoró sobre impactos de la discriminación, en una primera parte, se abordaron las situaciones referentes a la discriminación interseccional o múltiple, encontrando que, no sólo se da de una forma inherente por la edad de los adultos mayores, hay cuestiones estructurales que les ponen en condiciones de mayor vulnerabilidad, por mencionar algunos, las condiciones de pobreza, las zonas agrestes, sin pavimentar, no hay espacios acordes para personas con movilidad reducida. Poco acceso a servicios dignos de salud. Baja escolaridad, incluso algunos apenas saben leer y escribir. Poco acceso a una alimentación saludable, entre muchas más situaciones que se pudieron identificar durante la observación participante. En una segunda parte se analizó lo referente a discriminación por edad en general.

Algunos adultos mayores no pueden salir solos a partir de diversos episodios de discriminación, como el caso de Juanita que alguna vez la tiraron en el transporte público, ya que los choferes no esperan a que se acomoden, argumentando que ya están viejos y son muy lentos, ella describió:

Nomás que, desde el 2020 yo no me subo a una ruta, porque mis hijos ya no lo permiten, ni que ande sola en los centros comerciales, ni que vaya al centro, me llevan a las 6 de la mañana o a las 11 de la noche, cuando ya no hay casi gente (Entrevista 4; Ciudad Juárez, 09 de diciembre).

El nulo apoyo familiar que tienen algunos adultos mayores, combinado con las pocas oportunidades laborales, les han dejado en la vulnerabilidad, y con la necesidad de buscar formas diversas, no solo para obtener los satisfactores básicos, sino cuando surgen problemas imprevistos, como nos externó la Sra. Guadalupe 2:

Tengo 10 años sin trabajar, a los primeros 2 años que yo no trabajaba, no percibía salario, luego que se empezó a acumular el agua, el predial, y que se empezaron a gotear mis techos, se me cayeron 2 paredes de adobe por las lluvias, por las mismas goteras, pues de mi cuarto se me cayó una pared, nomás alcance a hacer la cama en la madrugada y quedo el boquete y sin dinero para cemento, sin dinero para nada. Y yo como toda la vida trabajé y a todo mundo le di, yo no sabía pedir, bueno, y no se pedir, yo voy a la casa de mis hijas, si me dan 20 pesos, gracias Dios las bendiga y que les multiplique, a veces no traigo nada, pero a veces no me dan nada, gracias al señor. (Entrevista 5; Ciudad Juárez, 09 de diciembre).

En otra parte, la Sra. Guadalupe 2 describió como solo tenía dos opciones, intentar por medios propios salir adelante o seguir llorando su situación:

Dejé de trabajar, duré 2 años llorando, me sentaba afuera y se rodaban mis lágrimas, “que voy a hacer señor, sin alimento, mira señor la casa se está goteando, mira señor

la casa que tenía mi hija, se está derrumbando el techo” ...se me caen las paredes de mi cocina, de mi recámara y de mi cocina, sin dinero para cemento, yo nomas quería tener el cemento, yo lo pongo, pos si yo lo pongo, pos que me iba a costar una pared, yo la ponía, bueno, sabe que hice, sorpréndase, fui y compré un kilo de cemento, junte las piedras de la loma donde vivo, botes, y luego hice la batida de cemento con arena de ahí, medio cribada, la batí, con un kilo de cemento, una bolsita así (hace la seña de pequeño) y le ponía y de pura piedra levante la pared (usted sola) claro, a poco me iba a ganar y con pura piedra que traje de la loma y le ponía, y luego volví a tener otro kilito de cemento y otra batida, cada vez que podía, cuando me llegaba algo de dinerito, le subía hasta donde estaba la gotera y enjarraba (¿y si le quedo la pared?) ¡PERFECTA! (¿todavía la tiene?) ¡Va, me muero yo y la pared va a seguir! Pos si es pura piedra. En la otra si no pude, porque es de adobe, y el dintel, no era vaciado de cemento, era una tabla maciza, pos se cayó la tabla con todo y pared, entonces ahí si ocupé a un loco, “con un gato levántame la viga” el dintel de la ventana, ¿si sabe que es dintel, ¿verdad? -lleva una madera -si pues en aquellos años el costal de cemento costaba 18 pesos, usted cree que iba a tener 18 pesos pa comprar cemento pos no verdad. (Entrevista 5; Ciudad Juárez, 09 de diciembre).

Las situaciones adversas podrán ser superadas (o no) a partir de los diversos recursos personales con los que cuentan los adultos mayores, en este caso hemos abordado un pasaje en el cual, la Sra. Guadalupe 2 describe cómo pasó de una situación emocionalmente compleja a la acción práctica que le permitió superar la problemática de su vivienda a partir de las lluvias. Su situación se fue deteriorando a partir de no lograr oportunidades laborales. Sin embargo, encontró los medios que le permitieron salir de la problemática, lo que representa otra forma de romper con estereotipos sociales y superar la subyugación estructural en parte.

La Sra. Rosario, dijo que, a partir de los episodios vividos en el transporte público, prefiere ya no ir al centro a realizar compras o diversas actividades, además, que no es una decisión propia, sino que los hijos e hijas ya no le permiten ir sola.

Deben comprender que ya los ancianos, el adulto mayor ya no tenemos las mismas fuerzas para subirnos, he visto de que ven adulto mayor y si lo ven con andador o bordón y no se paran, se van de paso, aunque le diga uno, oiga van a subir, no contestan, pero no se paran ... Yo ya no quiero ir al centro, porque les digo, no puedo subir, me vaya a caer, y luego si no me bajo pronto, ya al centro yo de plano no, si no me llevan mis hijas, yo al centro no voy, por esa situación, ya ve que pasa mucho eso, de que se cayeron porque le dio el del camión. (Entrevista 6; Ciudad Juárez, 13 de enero).

De la misma forma le sucedió con el Seguro Social, “me duele mucho mi garganta, le comenté a mí hija, pero ya no quiero ir al seguro, ya vez ni me quieren atender, solo por 5 min. tarde” (Entrevista 6; Ciudad Juárez, 13 de enero).

A veces los adultos mayores sufren la discriminación de sus propios familiares, como el caso de los hijos, como menciona la Sra. Teresa

Por los mismos hijos a veces, mire, por ejemplo, mi hijo, el que vive conmigo, nos la vivimos pelando, bueno renegando. ... A veces sin querer, los mismo le dicen a uno, “no sabes” yo le digo ni digan nada, porque uno va más delante de ustedes. ... simplemente con el celular porque a veces uno no sabe, dicen “mire mamá, le digo, esto y lo otro y así” (Entrevista 12; Ciudad Juárez, 17 de febrero).

### ***Consecuencias de la discriminación interseccional o múltiple***

Fueron pocos los adultos mayores que manifestaron otra situación a parte de la relacionada con la edad por la que hayan sido discriminados, sin embargo, si hubo

comentarios de personas que sufrían una discriminación por ser de otras partes de la república, especialmente de la CDMX, como lo manifiesta Ema:

Cuando yo llegué aquí, a Juárez, si me discriminaban mucho, porque era yo chilanga ...me discriminaban y me hacían bullying, pues si la gente decía, no, “si quieres a Juárez, mata a un chilango”, así me decían, me hacían hasta llorar. Por el hablar, luego, luego me decían, "no, tu eres chilanga" (Entrevista 2; Ciudad Juárez, 02 de diciembre).

Uno de los tipos de discriminación padecidas por las personas tiene que ver cuando se es diferente o extraño, no solamente al respecto de atributos físicos de grupo o de elección, sino cuando se tienen culturas un tanto diferenciadas (Mora, 2021), como se puede ilustrar con el caso de la Sra. Ema, la cual sufrió la discriminación por ser de la Ciudad de México. Esta discriminación la padeció en mayor medida recién llegada a Ciudad Juárez, ella comenta que la vive mucho menos en la actualidad, sin embargo, combinada con su situación de edad avanzada identifica mayor dificultad para relacionarse en la estructura social y más aún con personas que no conoce.

Es una constante el padecer por parte de las situaciones relacionadas con la movilidad reducida a causa de la edad, la cual, si bien no se considera una discapacidad, si requieren el apoyo de ciertos dispositivos, como el caso de bastones, aparatos para mejorar la escucha, o alguna persona que requiera usar una silla de ruedas para trasladarse. Estas características dejan en un mayor estado de vulnerabilidad a las personas que tiene que valerse de estos dispositivos, como lo describió la Sra. Soledad:

Me duele mucho mi rodilla, yo tengo dos operaciones en la rodilla por desgaste, entonces ya me afecta la columna, me duele mucho la columna, y luego hay veces que cargo mi bastón, pero se me olvidan cada rato en la ruta, por eso ahorita no tengo

bastón y batallo mucho. ...pero si cargo una bolsa cuando voy al centro, me duele mucho la espalda. ...si no uso el bastón quedo muy adolorida. En la última maquila que estuve renuncié porque ya no podía con mi rodilla, ya era mucho lo que tenía que caminar para ir a trabajar, y dos veces me pasaron unos percances, me salió una persona en el arroyo y me otro me aventó, para quitarme la bolsa, ya no podía, dije ya no pude, me vayan a dejar tirada en el arroyo (Entrevista 7; Ciudad Juárez, 13 de enero).

Bajo ese mismo sentido otros adultos mayores refieren la importancia de considerar espacios y accesibilidad para personas con movilidad reducida, Por otro lado, se pone de manifiesto la dificultad de trasladarse libremente, más aún en zonas con espacios agrestes, calles sin pavimentar, calles sin banquetas, lomas con pendientes inclinadas, como son características de la zona donde se encuentra el Centro Comunitario Fco. I. Madero. Lo que dificulta su libre desarrollo y traslado. Lo anterior, son condiciones estructurales que fomentan la exclusión, las cuales, si bien afectan a todas las personas independientemente de ser jóvenes, mujeres, hombres o cualquier otro, hacen la vida aún más complicada a las personas mayores que a través de la interseccionalidad se ven afectados, no sólo por condiciones inherentes a la edad, sino por condiciones de movilidad reducida, discapacidad, entre otras condiciones más.

Otras consecuencias sufridas por las mujeres, tiene que ver con abusos, exclusión y discriminación relacionadas a su condición de género. El machismo arraigado en México ha traído consecuencias a la calidad de vida de las adultas mayores, como lo describe la Sra. Soledad:

En el 66 mi mamá se fue y nos quedamos con mi papa, éramos 7 hijos, yo era la mayor, yo tenía como 16 años, otra hermana y yo, y nos hicimos cargo de los 7 hijos y ahora pienso la situación y eran abusones con uno, por ser mujer, porque nosotros

atendíamos, nosotros nos quedamos como en el lugar de mi mamá para atender y hacer. ...el cambio repentino de que mi mamá se fue, sino que los hermanos eran abusones, querían que se les atendiera, como si tuvieran servidumbre y éramos dos mujeres, ellos eran abusones, digo yo, porque tan abusones con uno, ahora que ya soy mayor y una persona adulta lo pienso mucho, yo navegaba con ellos, mi mamá tenía muchos niños cada año y yo era la que me encargaba de todo porque era la mayor. (Entrevista 7; Ciudad Juárez, 13 de enero).

El caso de las mujeres adultas mayores representa una mayor vulnerabilidad a causa de padres ausentes, hacerse cargo de los hijos y por ende, les ha representado una mayor dificultad para lograr empleos estables y a largo plazo que les permitiese lograr una pensión, por ello, el sustento es a partir de trabajos sin seguridad social ni prestaciones, como el caso de Juanita 2:

Mi esposo tomaba mucho y nunca estaba, a veces dejaba a mis hijas encargadas para poder trabajar, porque el apoyo de mi familia, pues no lo tenía, siempre vivía retirado de con ellos, entonces si yo veía que ya no me querían cuidar mis hijas, pues renunciaba, me estaba otra temporada sin trabajar, batallando verdad, pues lo poquito que tenía, pues Dios me ayudaba y pues me hacía rendir el dinero, después miraba la situación porque pagábamos renta, no la hacía, batallando y otra vez me metía a trabajar, buscaba quien me cuidara a mis hijas, me las cuidaban un mes, dos, tres y ya me decían que no y otra vez renunciaba, y pues o duraba en los trabajos simplemente por mis hijas, pues eran chicas y estaban en la escuela, siempre trabajé en el turno de la tarde, hasta que ya estaban ellas en casa y que iba por ellas a la escuela y todo. Ahorita ya no trabajo, ya me dedico a vender productos de Arabela, vendía Avon, pero ya lo dejé. Duré 15 años, pero ya diosito me ayudaba y me iba mejor, ya tenía pa mis gastos, pa darles a mis hijas. ...Me podía tanto dejarlas solas (a las hijas) vivíamos en la colonia Revolución, ahí por la Ponciano estaban las maquilas, estaba en el turno de la tarde, me iba y las dejaba encerradas, le decía a mi cuñada, ándale hacen el favor de ir a darles una vuelta o estarte un ratito con ellas, si se estaba, pero

ella también se iba a trabajar más tarde, entonces yo a la hora de salir al lonche, en vez de sentarme a comerme mi lonche, me venía a la casa y como siempre dejaba la cortina un poquito abierta y las miraba hechas bolitas ahí en el sillón, ¡ay no me podía tanto! Y mejor me iba, nomás las miraba, ni les hablaba nomás las miraba y decía ¡gracias Dios mío están bien mis hijas! Me voy a trabajar y ya llegaba la hora y otra vez a trabajar, hasta que salía, y así. (Entrevista 8; Ciudad Juárez, 27 de enero).

Si bien, el relato anterior no se relaciona directamente con la discriminación o la exclusión social, pone de manifiesto como la estructura social patriarcal afecta de manera grave a las personas desde un enfoque de género, el ser mujer obliga a no solo trabajar y tener dobles o triples jornadas laborales, sino a permanecer en una vulnerabilidad constante, tanto para las mujeres como para sus hijas, como el caso que nos describió la Sra. Juanita.

Por otro lado, la búsqueda de trabajo es mucho más difícil, no solo por la edad, sino por la exclusión social a partir de situaciones de salud vividas por los adultos mayores, como comenta Juanita 2:

Ya cuando entré a los 55, que empecé a buscar trabajo otra vez en las maquilas en unas no dan, no dan trabajo, batallé para encontrar trabajo, y como tengo alta presión, le hacen a uno chequeos y todo, no pues tiene alta presión y por eso ya no te contratan, eso le paso a mi esposo también, dirán que ya está uno enfermo y ya no dura uno mucho trabajando, yo digo. ...si batalla uno, por eso yo a veces busco, pero en casa unos dos días uno, de limpieza, que no batallo para encontrar. (Entrevista 8; Ciudad Juárez, 27 de enero).

El ya mencionado machismo arraigado en México ha disminuido el desarrollo y las oportunidades de las mujeres adultas mayores, que han tenido menos acceso a oportunidades laborales, y de auto sustento que les permita un desarrollo integral, siendo aún más grave a

mediados del siglo pasado, época de desarrollo de las ahora adultas mayores. Como lo externó la Sra. Bertha:

Cuando murió mi esposo yo empecé a trabajar, porque mi esposo era uno de los hombres que no me dejaba salir, que no me dejaba ver televisión, no me dejaba convivir con nadie, siempre nada más en casa. ...me sentí libre (cuando murió el esposo) porque era demasiado controlador en todo, si salía a la calle con él siempre tenía que ir agachada, no me gusta hablar de esto mijo, porque me da no sé qué, no es coraje, no es eso, pero me siento hablar de eso, porque si fui maltratada por él, y te digo nunca pude convivir con nadie, nunca supe cómo se iba a desenvolver uno acá afuera y cuando el murió tuve que, de un modo o de otro tuve que saber cómo desenvolverme. ...el me proveía todo, me prohibía ver la televisión, en veces mis cuñadas me decían que eran celos que el tenía, porque yo no podía ver un programa porque yo ya me estaba fijando en otras cosas, recibí golpes porque veía televisión y te digo yo siempre encerrada, si salía al patio tenía que ser al de atrás, no en el de enfrente, porque no podía ver a algún señor que pasara, porque me ya iba a gustar o algo así, mis cuñadas decían que eran celos enfermizos, pero gracias a Dios yo nunca di motivos. ...Estando con mis hijos, enfrente de mis hijos me llegó a golpear, llego a quebrar la televisión porque yo no podía ver la tele mijo, esa vez que estábamos viendo la tele yo y mis hijos, llegó y nos quebró la tele que porque yo no tenía por qué ver la televisión. (Entrevista 9; Ciudad Juárez, 27 de enero).

Incluso en el machismo fue tan arraigado en la Sra. Bertha por parte de su esposo que ni siquiera tuvo la oportunidad de administrar sus bienes inmuebles, como ella comentó al respecto:

Cuando me dejó mi mama esta casa (donde vive), ella estuvo al corriente, pero mi esposo le vendió a un señor un cacho de mi casa, ahí. ...yo estaba muy cerrada, mira mijo, yo te digo una cosa, yo nunca tuve una comodidad, tal vez la hubiera podido tener, estaba muy cerrada, pero el dinero lo manejó el, ve tú a saber que hizo con el dinero, todo lo manejó siempre el, yo nunca supe nada de dinero, le preguntaba y

nunca me decía nada, sacaba siempre pretextos, el todo metía, él no me daba a mi dinero, yo no manejaba dinero. (Entrevista 9; Ciudad Juárez, 27 de enero).

Generalmente, las mujeres son blanco de críticas dispares a diferencia de los hombres, por estigma, por ejemplo, como el caso de la Sra. Concepción ya que, por situaciones diversas ella renunció a sus hijos, lo que representó estigmas que nunca ha podido superar:

Mi vida es un testimonio muy feo, yo me casé muy chica muy jovencita, casi niña a los 15 años fracasé, fracasé por mi culpa, me vine para acá. ...no me gusta mi pasado, pero a veces lo tengo que platicar. ...a los 18, 19 años yo tenía tres hijos, me vine de allá y aquí formé a otra familia, a mis hijos los dejé a cargo del papá. Yo no los he querido a buscar por temor al rechazo o a interrumpir sus vidas. ...Fui de rancho, fui almuerzo, comida y cena (la comidilla) de todo el pueblo. Los abandoné, a mis hijos a mi marido. Me fui con un hombre, me llevé a dos de mis hijos, pero por circunstancias los tuve que regresar con su papá, me siento discriminada por eso, me persigue. ...y pasan los años y siguen los comentarios. Quise refugiarme en el alcohol de joven. Me pesaba al día siguiente, y decía “así voy a recuperar a mis hijos, tengo que hacer algo”. (Entrevista 10; Ciudad Juárez, 10 de febrero).

Bajo este mismo sentido, el que la ha marcado socialmente a través de estigmas, la Sra. Concepción describió como tuvo una pareja y este le fue infiel, ella no lo dejó, y tuvo muchos hijos, pero él se casó y vivieron en adulterio:

...nos conocimos, él era viudo, vivimos juntos, pero él era muy mujeriego, le gustaban mucho las mujeres, y el empezó un noviazgo, entonces yo me di cuenta y me fui, me fui y lo dejé, pero al año yo creo, volvimos y dije me las vas a pagar, y si me la pago, pero yo fui la que la llevé porque me cargué de hijos, pero ya no me dejó tampoco, ya no nos dejamos y él se casó y vivimos 30 años en adulterio, fíjese o más, pero el enviudó y nos casamos, tuve la chance de casarme con él. (Entrevista 10; Ciudad Juárez, 10 de febrero).

El autoflagelo es constante en la Sra. Concepción, ya que ella actualmente se ha refugiado en la Biblia y la religión. Al respecto de lo que ha sufrido y de los diversos maltratos padecidos, ella se dice culpable y merecedora de ello:

La Biblia dice que cuando no conocemos de Dios tenemos el entendimiento entenebrecido, y nuestro entendimiento es animal, natural y diabólico, y yo digo que así era mi entendimiento. ...yo trataba muy mal a mis hijos. ...si sufrí, pero yo me culpo, yo sola me culpo, yo entiendo las razones, digo que todos tenemos razones en esta vida y culpas, entonces yo agarro mis culpas y me siento más tranquila, me siento más tranquila al agarrar mis culpas y pagar algunas consecuencias, no nada mas estar culpando al otro. ...yo me culpo siempre, porque yo fui la del fracaso, la que provoqué el fracaso. ...no tenía que hacer lo que hice. (Entrevista 10; Ciudad Juárez, 10 de febrero).

### ***Consecuencias de la discriminación por edad***

Esta es una de las más presentes en los diferentes ámbitos de las personas, desde el laboral, como ya se describió con mayor detalle anteriormente, sin embargo, es de las que más tienen impacto y relevancia dentro del ámbito familiar, acorde a lo que comentan y describen, sus opiniones no son tomadas en cuenta, como lo comenta la Sra. Bertha, la cual describe, que siempre fue relegada por su esposo:

Mi esposo no me permitía trabajar, no me permitía salir, se hacía todo lo que él decía, él era demasiado controlador en todo, no me gusta hablar de eso. ...fui maltratada por el (Entrevista 2; Ciudad Juárez, 02 de diciembre).

Otras personas ligan directamente la edad a motivos de no poder laboral, además de que no tuvo la oportunidad de lograr una pensión, a pesar de haber laborado muchos años en la maquiladora, como dijo la Sra. Soledad:

En la última maquila que estuve, yo renuncié hace 10 años, renuncié porque ya no podía con mi rodilla ...era mucho lo que tenía que caminar, ya no podía en realidad caminar, tenía que caminar mucho y ya no pude, dije ya no puede ...no logré pensión porque me faltaban 12, 15 años. Pues ya, ya me asilencié, pero arreglé todo, ya me entregaron mi afore y lo que alcancé de INFONAVIT, pero sin pensión. (Entrevista 7; Ciudad Juárez, 13 de diciembre).

Si bien existen factores estructurales que afectan a todas las personas, como el caso de intentar lograr pensionarse, evidentemente existen una serie de trabas burocráticas que evitan que las personas puedan realizar este trámite de manera sencilla. Existen factores relacionados a la baja escolaridad, pobreza, movilidad reducida, que afecta en mayor medida a los adultos mayores que quieren realizar estos trámites. Muchas personas no intentan este trámite a los 65 años, otros, como se pudo identificar durante la investigación, lo intentan a mayor edad.

La Sra. Martha mencionó como a identificado una pobreza extrema que viven los adultos mayores, que no es su caso, pero ella argumenta que ve la situación dentro del mismo grupo de adultos mayores:

Hay mucha pobreza, mucha pobreza, yo ahora que estoy viniendo, en este grupo, digo yo, hígole que está pasando, hay mucha pobreza, hay mucha hambre, que pasa. Entonces eso no me gusta, noto yo que eso está pasando. (Entrevista 11; Ciudad Juárez, 10 de febrero).

Las personas envejecidas tendrán mayor dificultad para relacionarse con su entorno, situaciones como dependencia emocional o de índole físico aumentaran conforme pasen los años, lo que a su vez requerirá un mayor nivel de atención por parte de su círculo cercano, no sólo podrá generar discriminación, sino es probable causa de abandono (Goffman, 1970).

Sólo podrán en parte evitar esta situación los adultos mayores que tengan un estatus social alto o con medios económicos, siendo benéfico en el sentido material, pero no necesariamente en el emocional.

### **Estrategias de afrontamiento ejercidas por los adultos mayores**

Las problemáticas que enfrentan los adultos mayores son variadas y afectan diversas dimensiones de las personas, por ello, para lograr el análisis sobre el tipo de problemáticas a las que enfrentan se han dividido en tres partes. Primero la relacionada con la forma de afrontar la discriminación por edad. Una segunda relacionada a como enfrentan según algún tipo específico de problemática o situación. Finalmente, se revisan cuáles son las estrategias de afrontamiento ejercidas por los adultos mayores según algún tipo de discriminación interseccionalidad manifestada.

**Tabla 10**

*Afrontamiento ejercido por las personas abordadas*

<b>Nombre</b>	<b>Estilo</b>
Benito	Pasivo
Ema	Pasivo
Guadalupe 1	Pasivo/Religioso
Juanita 1	Activo
Guadalupe 2	Activo/Religioso
Rosario	Pasivo
Soledad	Activo
Juanita 2	Pasivo
Bertha	Pasivo
Concepción	Pasivo/Religioso
Martha	Activo/Religioso
Teresa	Pasivo/Religioso

Fuente: Elaboración propia con datos de las entrevistas.

### *Estrategia de afrontamiento ante la discriminación por edad*

La estrategia pasiva es la más ejercida por los adultos mayores, la cual, es la más empleada dentro de los hogares, y en relación con sus familiares, como el caso del Sr. Benito, el cual vive con su hermano y su cuñada, “ellos me recogieron cuando murió mi mamá”, por eso no opina y no discute ninguna de las decisiones de la familia, lo cual le ha generado depresión, como el indicó:

Se siente uno solón, sin opinión... la depresión me dio, me levantaba en la noche, andaba como centinela, no podía dormir, no sabía qué hacer. ...no dormía casi, dormía como dos horas, si me dormía a las 9 a las dos horas, me levantaba a la 1 ahí andaba ya, ya no sabía qué hacer, salía al patio, prendía la tele. (Entrevista 1; Ciudad Juárez, 25 de noviembre).

Otro caso para ejemplificar la estrategia pasiva de afrontamiento lo podemos ejemplificar con el testimonio de la Sra. Guadalupe 1, la cual, prefiere no hacer nada, ni decir nada:

Pues no, yo no digo nada, las dejen pasar. Todo llega, tarde que temprano va a tener que llegar, hasta peor lo van a vivir, en un futuro puede haber incluso más discriminación, porque en los tiempos que estamos viviendo habrá más maldad, más todo, ahorita como está la situación, solo Dios sabe más adelante. Se va a venir peor. (Entrevista 3; Ciudad Juárez, 02 de diciembre).

Comenta Juanita 2, que así lo deja, ejerce una estrategia pasiva y de evitación, prefiere no intervenir ni comentar nada, ya que ella considera que estas situaciones se están volviendo parte de todos los días, ya que se ha normalizado esta exclusión:

Yo no reclamo, yo digo bueno pues a lo mejor es la realidad de nosotros, porque ya estamos grandes, van a decir, pues que tanto ha de durar trabajando, a lo mejor se le

acaba la fuerza y ya no va a hacer nada. Pero a veces uno puede más que uno de 30 años, porque a veces la persona más grande dura más trabajando que la persona más joven (Entrevista 8; Ciudad Juárez, 27 de enero).

La estrategia pasiva se enfoca en dejar pasar los problemas y situaciones estresantes, sin embargo, a mediano y largo plazo puede traer consecuencias en otros ámbitos, como el caso de la salud emocional, como se ha descrito. Las estrategias pasivas representan todo lo contrario a una adaptación, son descritas como desadaptativas, ya que no permiten la adaptación correcta a las situaciones estresantes que viven las personas por diferentes causas, además, no van dirigidas a una acción concreta, solo dejar pasar la situación (Lazarus y Folkman, 1986).

***Estrategias de afrontamiento según la situación o tipo de problemática manifestada***

Los adultos mayores manifestaron diferentes problemáticas correspondientes a diversos ámbitos, de los cuales, cada uno de ellos responde y ejerce diversidad de estrategias, acorde a los recursos personales, situaciones, contextos y cuestiones ambientales. Las problemáticas más descritas fueron algún tipo de maltrato emocional, abandono, discriminación y problemas de salud, En cuanto al maltrato emocional la Sra. Ema describió:

A veces me siento sola, triste. Nadie está al pendiente mío, mis hijos no me visitan, me hablan, pero retirado, hace un mes que me habló una de las muchachas, siempre estoy a la espera. ...al contrario ellos quieren que yo les dé, de la pensión del Sr. Obrador o de lo que gano de costuras, así (Entrevista 2; Ciudad Juárez, 02 de diciembre).

La estrategia de afrontamiento empleada hace referencia a solo la pasividad, la entrevistada no ejerce acciones para intentar cambiar los problemas de salud o depresión,

Además, prefiere no ir al Seguro Social por los malos tratos recibidos y la poca confianza que le genera la atención que prestan en esa institución.

La pandemia recién sucedida afectó a algunos de los adultos mayores, como el caso de Juanita 1, la cual, manifiesta estuvo muy cerca de la muerte, por lo que, a pesar de ser una persona muy rencorosa, cambió su forma de pensar, por lo que el perdón es una estrategia que le dio resultados para sentirse mejor, como nos comentó:

El perdón me ha ayudado con mi hermana, ayer la vi, y nos abrazamos, y a mí se me salen las lágrimas, porque digo, cuantos años perdí de esto, y fíjate que lo tenía aquí, lo tenía aquí (se toca el pecho) pero este acercamiento a la muerte me hizo reflexionar, dije ya no más, lo que tenga que hacer lo voy a hacer ya, no importa el pasado y me dijo, “no te preocupes, no te preocupes por nada todo está bien” y la abrazo y la siento. ... Y yo también le pido perdón a mi madre, por lo que le dije alguna vez, dicen que, aunque no estén aquí, nos escuchan y nos perdonan. (Entrevista 4; Ciudad Juárez, 09 de diciembre).

Por otro lado, y llevando a cabo y ejerciendo la misma estrategia del perdón, la Sra. Guadalupe 2 nos dice que lo llevó a cabo con su hijo, lo cual le ha traído mayor paz y tranquilidad a su vida:

Yo corrí a mi hijo. ...pero después volvió ... ¡me tiene hasta la madre! él estudió, yo me esforcé por que el estudiara su primaria, secundaria, preparatoria, computación. ... él es muy inteligente, pero muy malagradecido. Me ofendió mucho, fui muy lastimada, le perdí la confianza, pero es mi hijo, tengo amor para él y lo perdoné, me siento mejor y más tranquila a partir de esa reflexión. (Entrevista 5; Ciudad Juárez, 09 de diciembre).

Bajo ese mismo sentido, también la Sra. Concepción describe el valor del perdón como estrategia para dejar atrás sus errores y los de otras personas, lo cual le ha permitido ser más feliz y seguir avanzando:

Yo soy feliz, porque perdono, gracias a Dios que he podido perdonar, es difícil perdonar, con ese ese hombre (una pareja) yo no lo podía perdonar duré años, duré años, es más, no me podía perdonar yo misma porque dejé a mis hijos, duré años para poder perdonarme, fue un juicio que yo tenía contra mí misma, coraje conmigo, lo que me pasaba, yo decía que bueno, aunque llorara decía que bueno porque me lo merezco y esto y lo otro. (Entrevista 10; Ciudad Juárez, 10 de febrero).

Otras formas de afrontamiento son como la llevada a cabo por la Sra. Martha, la cual mencionó que afronta las problemáticas de manera directa, “afrontarlo, afrontarlo, aunque a algunos no les parezca bien, lo afronto” sin embargo, también se basa en el afrontamiento religioso para superar sus diversas problemáticas “Soy religiosa, pero no fanática ...yo creo que más del 90% si me agarro de mi Dios, y si le pido a tanto a Dios, aunque no voy a la iglesia, rezo hago oración y todo”

También la Sra. Teresa, bajo el mismo sentido, hace mención de que también lo enfrenta “si lo hablo, lo enfrento directamente, a veces cae uno mal, pero pues a veces tiene uno que decir las cosas” (Entrevista 12; Ciudad Juárez, 17 de febrero).

### ***Estrategia de afrontamiento según interseccionalidad manifestada***

Salvo las situaciones descritas como movilidad reducida y el uso de dispositivos para su movimiento, fueron pocas las manifestaciones de interseccionalidad o una condición más allá de la edad por la que pudieran ser sujetos de discriminación múltiple. Ema que es una Persona que viene de la CDMX, manifestó sufrir rechazo y discriminación por ser

“Chilanga”, como estrategia, ella ejercía el afrontamiento de tipo pasivo, donde ella argumenta: “Me afectaba, porque me hacían llorar, pero casi no tomaba yo en cuenta, trataba de pasar, dejaba que pasara ...Callaba, permanecía en silencio. (Entrevista 3; Ciudad Juárez, 02 de diciembre).

Por otro lado, el que se percibe diferente tiende a utilizar otros mecanismos de defensa ante las diversas complicaciones, los que se identifican con diferencias que los sitúan como diferentes a los “normales”, tienden a generar un rompimiento con la realidad y realizar una reinterpretación acerca de su identidad social, como lo indica el siguiente fragmento por parte del Sr. Benito

Se siente uno solón, la depresión es fea, me levantaba, se me venían miles de cosas, no sabía qué hacer, no sabía si estaba soñando, dormido, despierto, andaba nomas de chamagoso. ...mi madre fue mi gran compañera, el duelo fue algo muy doloroso, me sentía como zombi, está fuera de la realidad (Entrevista 1; Ciudad Juárez, 25 de noviembre).

Por otro lado, al respecto de errores o situaciones del pasado como lo comenta la Sra. Concepción, sobre abandonar a sus hijos, darles mal trato a otros, vivir en adulterio, refugiarse en el alcohol etc. La religión fue la mejor estrategia para afrontarlo y cambiar positivamente:

Tenía 30 cuando empecé a ir a la iglesia. ... gracias a Dios no se me ha olvidado, porque yo tenía mi corazón, no sé si me comprenda, si me crea, pero así fue, yo sentía aquel peso, yo no sabía que era, pero me sentía muy mal, muy pesada, oprimida, una presión horrible, y platicar de mi vida pasada lo que hacían era criticarme, pero no me fijaba en ese momento nada más platicaba y yo quería sacar aquello, pero no sabía cómo, y platicaba con una yo platicaba con otra, pero no, nada salía. Pero ya nada más empecé a conocer la Biblia y a leer y a seguir leyendo y escuchar las

predicaciones y luego pase al altar, yo quería llorar y me daba vergüenza, “hay dirán que estoy loca” pero de tantas ocasiones ya no pude aguantar y pedí perdón ahí y me sentí muy bien, mucho, mucho muy bien. Me acuerdo de esa semana que yo salía caminando y sentía que iba caminando en el viento, como muy livianita, fíjese, aquella cosa ya no estaba tanto ahí, ya no estaba aquella opresión, aquella carga, pero yo no conocía todavía, nada más sentía, tenía aquellos sentimientos pero yo no sabía que estaba pasando conmigo, yo sabía que era pecadora y que yo quería algo mejor para mi vida y para mis hijos, pero yo no entendía todavía era muy joven, no hay otras formas de afrontar, solo Dios, la oración, dicen que la oración es fuente de poder. (Entrevista 10; Ciudad Juárez, 10 de febrero).

### **Otros hallazgos relevantes**

#### ***Perdidas y duelos***

Una persona que alcanza la etapa de adulto mayor ha llevado un proceso evolutivo, donde tuvo su desarrollo, crecimiento y finalmente tendrá una etapa final de declive. Si bien, en la última etapa de desarrollo, se logrará obtener más experiencia y más conocimientos de manera general, es la parte donde se generan y se tienen una serie de pérdidas, las cuales serán acumulativas, por lo tanto, los diversos ciclos de la vida presuponen una serie de pérdidas y ganancias, en la adultez mayor serán más las pérdidas que las ganancias (Sandoval, García y Luis, 2019). Estas pérdidas se padecerán en diversos ámbitos como las que a continuación se describen.

Los adultos mayores podrán ser sujetos a diversas pérdidas y/o duelos las cuales podrán ser de muchos tipos, algunas anticipadas por la conciencia de que la propia muerte está más cercana, posiblemente ocasionando angustia y ansiedad, a partir de la reflexión sobre el rápido deterioro del cuerpo que se está padeciendo. Otras relacionadas a las pérdidas

físicas ya consumadas y duelos ocasionados por el propio envejecimiento, como la pérdida o deterioro de movilidad, la visión, el oído, pérdida de energía, disminución de las defensas naturales del cuerpo, el posible sufrimiento de enfermedades crónico-degenerativas, o incluso el duelo a partir de alguna discapacidad, lo que les deja en un estado vulnerable, además, lo relacionado a cuestiones psicológicas, que interactúan en un círculo vicioso con el estado físico. Entre muchos otros aspectos relacionado con la salud. No debemos dejar de tener presente el aspecto social de exclusión o discriminación padecido por los miembros de este sector.

Para otros que tuvieron la oportunidad de trabajar hasta lograr una jubilación, también es posible que represente un duelo, ya que se pueden generar sentimientos poco alentadores como la asimilación y conciencia de la llegada real de la vejez, una reflexión sobre que ya no se es más útil para la sociedad, incluido una posible reducción de los ingresos, de tal manera, para el adulto mayor que tenía un puesto asalariado, representará un nuevo rol y la necesidad de generar otras estructuras para la ocupación de tiempo y diferentes actividades (Rodríguez, 2013). Otro duelo puede llegar con la pérdida de independencia, no solo física, sino es posible sea considerado al adulto mayor como incapaz de la toma de decisiones adecuadas en términos financieros, aspectos personales, y diversos aspectos sociales, como la elección de salir solo o vigilar sus diferentes actividades constantemente.

Las personas conforme van creciendo en edad, van perdiendo relaciones, amistades, familiares, algunos han sufrido el abandono de sus propios seres queridos, haciéndose más evidente y agudo conforme avanzan en edad. Una parte muy relevante que padecen las personas que logran alcanzar longevos periodos de vida es el duelo por la muerte de seres queridos, siendo la más significativa y difícil de superar la muerte de los hijos, en la

investigación llevada a cabo, se identificaron tres madres que padecieron la muerte de uno de sus hijos, representando uno de los momentos más álgidos durante las entrevistas realizadas, ya que, las muertes no se dieron por enfermedad o accidente, sino por asesinato, recordando que la zona donde viven las personas entrevistadas es de las que, acorde a cifras investigadas, tienen altos índices de violencia y delincuencia (Col. Fco. I. Madero). Haciendo procesos de duelo más difíciles de llevar, ya que los autoreproches, el sentimiento de culpa por los estilos de crianza ejercidos, o debido a sospechas de que sus hijos pudieran tener alguna conducta ilícita, y el no hacer lo suficiente para modificar la situación, han hecho mucho más complicado el proceso. Lo que no les ha permitido llevar a cabo un duelo de manera sanadora, si concebimos el duelo como un proceso requerido y saludable, “el duelo es un proceso psicológico saludable y necesario, que se pone en marcha por la pérdida de un objeto amado, y que comúnmente lleva al abandono de dicho objeto. Se acompaña de pena y puede ser seguido o no por el establecimiento de una nueva relación con otra persona” (Duelo en el envejecimiento, s.f.).

En estos casos abordados donde se trató de una pérdida por asesinato, los duelos tienen características patológicas, donde los periodos de sufrimiento, angustia y depresión se han prolongado por varios meses, donde incluso alguna de las entrevistadas, mencionaba momentos donde no recordaba la muerte de su hijo, por cortos periodos, luego lo hacía y describía, una revictimización, ya que sentía que se enteraba de la noticia de nueva cuenta. Constantemente se tienen sentimientos de culpabilidad, etapas serias de depresión y desesperanza (Duelo en el envejecimiento, s.f.). las afectaciones inciden o han incidido en la salud de las madres, y mencionando como les ha afectado, recordando que cada persona somatiza de manera distinta sobre el cuerpo las situaciones de esta magnitud. Alguna

manifestó no dormir u otra dormir mucho y no tener ganas de levantarse ni salir de su casa. Se indicaron largos periodos de tristeza, resignificaciones a través de conservar la ropa y objetos del hijo asesinado, etc. En alguno de los casos el impacto fue mayúsculo, ya que el hijo asesinado fue el menor, y vivía con su madre. Las madres adultas mayores, indican proceso largos y dolorosos, en los cuales constantemente piensan en sus hijos y la forma como sucedió su muerte.

Otro de las pérdidas más significativas es la de la pareja. De las 12 historias abordadas, siete son viudas, todas mujeres. El duelo por la pérdida de los esposos en la etapa del adulto mayor se vuelve aún más grave, ya que, en la mayoría de los casos las mujeres han vivido más tiempo de sus vidas en compañía de sus esposos que sin ellos.

Son varios los aspectos que trastocan la vida de las mujeres viudas en la adultez mayor, ya que las personas que perdieron a sus maridos tenían como mínimo 30 años de matrimonio, y algunas más de 50 años compartiendo la vida con sus parejas. Afectando la vida cotidiana, las rutinas y las diversas prácticas que ya habían sido llevadas en pareja durante mucho tiempo. Varias de las mujeres viudas dependían enteramente de las rentas de sus maridos, por lo tanto, hubo cambios significativos en los ingresos a partir de la pérdida. Solo cuatro de las viudas lograron obtener una pensión a causa de viudez. En el caso de dos de las adultas mayores, comentaron que sus esposos nunca las dejaron trabajar, ya que argumentaban que no era necesario, pues ellos proveían todo a sus hogares, lo cual, al momento de su viudez, las dejó en una situación aún más vulnerable, dependiendo de otros familiares. Sin embargo, a pesar de verse disminuidos sus ingresos después de la viudez, las mujeres que lograron la pensión por esta vía ahora tienen una mayor libertad de usar los ingresos de una manera libre.

Uno de los casos descritos, muestra como cierta liberación el fallecimiento de su esposo, pues no le permitía salir, trabajar, tener amistades, o incluso ver la televisión, sólo estaba dedicada al servicio de su esposo y de la familia, e incluso no le permitía manejar dinero ni disponer de sus bienes, como la casa que le heredó la madre a la viuda, el esposo incluso vendió una parte de la misma y ni siquiera supo que hizo con el dinero. Esta persona era sujeta a golpes, maltratos y vejaciones constantes, por ello, su muerte significó una liberación, indicando que fue como nacer de nuevo, aprender a salir, a buscar algún trabajo, a desenvolverse en otros ambientes.

La forma de vivir un duelo por algún ser querido, donde, para los adultos mayores son muy significativas la muerte de algún hijo, agudizándose la pérdida como el caso de asesinato repentino, como se describió el caso de las tres madres o del esposo, perder la autonomía, ver disminuida su salud, perder o padecer la reducción de los ingresos, el jubilarse de alguna actividad económica realizada por muchos años, la misma anticipación de duelo por la cercanía con la muerte, entre muchos otros duelos, podrán ser superados (o no) a partir de una serie de factores diversos, como lo pueden ser los recursos personales con los que cuenta los adultos mayores, factores psicológicos asociados, las características que rodearon la pérdida, las redes de apoyo con las que cuentan las personas, como las más importantes (Martines, 2012).

En el caso de los adultos mayores entrevistados se identificó un duelo patológico, el cual se ha extendido por más de seis meses, incluso no siendo superado en el caso de los hijos y en el caso de tres viudas. Es destacable el concepto de pérdidas acumulativas que una vida larga puede padecer, las cuales pueden ser de muchos tipos. Lo cual, hace más difícil llevar

a cabo un duelo normal o saludable, provocando episodios de depresión, estrés y desajustes psicológicos a mediano y largo plazo (Rivera y Montero, 2008).

Un duelo que también experimenta este sector de la población tiene que ver con los roles, el pasar de adulto maduro a adulto mayor presupone en la gran mayoría una pérdida de estatus, de opinión, de influencia, así como de decisión propia en muchos aspectos, ya sean económicos, sociales o personales (Martínez, 2012). Otro aspecto relevante en el proceso de pérdidas y duelos tiene que ver en muchos casos con ejercerlo desde la soledad, los sentimientos de desamparo y abandono.

Otra situación es la concepción de los familiares del adulto mayor como incapaces de soportar las pérdidas graves como la muerte de un ser querido, se les identifica como vulnerables y frágiles, física y mentalmente, lo que ocasiona el ocultamiento de datos situaciones o contextos, (Duelo en el envejecimiento) o también la exclusión de los diversos rituales fúnebres a los que debieran tener derecho de acudir y participar los adultos mayores para ejercer el duelo correctamente.

1. Hallazgos interesantes como lo relacionado a la exclusión laboral son significativos, ya que, cuando se padecen situaciones de exclusión social, baja condición económica, además, se articula con la situación de género, se afectan aún más a los sectores más vulnerables, como el caso de las personas adultas mayores en caso de pobreza. Destacando el caso de las mujeres solas, que, en su mayoría no gozan de una pensión por desarrollo laboral, como en el caso de los hombres, que sí tuvieron la oportunidad de lograr una pensión a partir del desarrollo profesional en un empleo o diferentes ámbitos. Muchas de las mujeres entrevistadas tienen una pensión, pero es la otorgada

por el gobierno federal y otras más tienen la pensión por viudez, la cual, equivale a menos de la que recibían sus esposos por cesantía y vejez relacionada a su trayectoria laboral.

2. La exclusión institucional más padecida por los adultos mayores es la ejercida a través de las instituciones de salud pública y las correspondientes al transporte público, lo que ha generado magnificar la vulnerabilidad al no poder trasladarse debido el miedo, o simplemente porque sus familiares ya no se los permite, lo cual, nos recuerda como en la adultez mayor también se pierde la toma de decisión, a partir de considerar que sus criterios pierden validez. Esto representa una cuestión social, ya que, las personas de otros estratos sociales no enfrentarían las peripecias y malabares en el transporte público, o los desaires burocráticos llevados a cabo por el personal del debilitado sistema de salud pública en México, lo que indica la exclusión como una razón de clase social y nivel de ingresos, agravado en las personas mayores de edad
3. Lo anterior pone de manifiesto que los impactos de la discriminación no son iguales para los adultos mayores que viven en zonas marginadas y con pobreza y pobreza extrema a diferencia de otros adultos mayores de diferentes clases sociales acorde a la situación de desigualdad social que se vive no sólo en Ciudad Juárez, sino en cualquier lugar del país. Además, dependiendo de múltiples condiciones que agraven aún más la exclusión y discriminación que padecen las personas mayores, cómo se indicó por lugar de origen, racialización y otras que podrían identificarse con mayor tiempo de observación o más personas entrevistadas.
4. Al inicio de la investigación no se tenían contemplados una serie de hallazgos que fueron surgiendo a partir de la observación participante y las entrevistas. No obstante, fueron tomando relevancia por la repetición constante por parte de las personas

abordadas, como es el caso de las pérdidas y duelos, ya que durante el trascurso de la vida se van teniendo pérdidas, empero, a determinada edad avanzada, ya se han acumulado una serie importante de pérdidas de muchos tipos y en diferentes ámbitos, no sólo se tienen que llevar duelos por pérdidas materiales, de espacios laborales, de perdida de la salud, de perdida y disminución de los sentidos, perdida de la movilidad, etc. Sino el duelo de perder esposos, seres queridos e hijos. En este sentido, no se identificó algún servicio especializado en favor de la salud, como tampoco algún contenido o programa en el centro comunitario de la observación.

## **Capítulo IV. Discusión, conclusiones y recomendaciones**

En el presente capítulo se analizarán los hallazgos de manera general, se discutirán las coincidencias y las diferencias manifestadas por las personas entrevistadas al respecto de las diversas líneas de interés que conforman el tema central de investigación. En una primera parte se discute sobre aspectos relevantes y enfocados en la discriminación, las estrategias de afrontamiento y la relevancia de la interseccionalidad. En una segunda parte se presentan una serie de recomendaciones pertinentes en pro de mejorar la situación de los adultos mayores, en donde se proponen mejoras en política pública, factores que puedan apoyar aspectos psicosociales del segmento analizado y en general una serie de acciones que pueden ser llevadas a cabo por la sociedad en general, con el fin de fomentar la inclusión de las personas mayores. Finalmente, se presentan las conclusiones acordes a los resultados del trabajo de campo, su coincidencia con la investigación documental y si se cumplieron o no los diversos supuestos hipotéticos planteados antes de la intervención. Estas propuestas son relevantes, ya que, si las personas tienen la posibilidad, llegarán a esa edad y enfrentarán retos como las personas mayores en la actualidad, recordando que la población se dirige hacia un envejecimiento progresivo.

### **Discusiones**

#### ***Estigma y discriminación***

Uno de los factores más importantes que disminuye la calidad de vida de los adultos mayores, es la estigmatización, ocurre por generalizar y conferir valores negativos a características por pertenecer a cierto rango de edad. Todos los entrevistados manifestaron cierto nivel de discriminación en diferentes ámbitos. La discriminación fomenta un círculo

vicioso que es generadora de factores de riesgo como la depresión y todas las consecuencias que esto conlleva. Además, representa una situación que no permite una inclusión social plena. Las situaciones que fueron narradas por los entrevistados indican consecuencias en aspectos laborales, comunitarios, e incluso dentro de sus círculos familiares o cercanos.

Los estigmas vividos por el segmento de población adulta, son una marca constante que se tiene sólo por la apariencia del envejecimiento. La sociedad se enfoca en lo novedoso, lo fresco, dejando en un segundo plano a las personas mayores. El estigma a partir de información generalizante y estereotipada fomenta ideas erróneas y distorsionadas de la realidad, “Algunos vacilan en tocar o guiar a los ciegos, mientras que otros generalizan la deficiencia advertida como incapacidad total, gritándole a los ciegos como si fueran sordos o intentando ayudarlos a incorporarse como si fueran inválidos” (Goffman, 1970, p.17). Las personas estigmatizadas padecen las consecuencias por parte de los miembros de la comunidad que se consideran “normales”.

### ***Repercusiones en los diferentes ámbitos de las personas***

Las situaciones físicas y relacionadas con el deterioro de la salud, son una constante en todas las personas entrevistadas: Diabetes, alta presión, problemas de la vista, piel seca, movilidad reducida, en algunos casos situaciones de salud a causa del deterioro natural del cuerpo, o en otros casos por mala alimentación o malos cuidados, acorde a lo que varios manifestaron. A lo anterior se le debe agregar que no todos cuentan con seguridad social, o servicio médico que les proteja.

Lo relacionado a la salud mental, es aún más grave, ya que la mayoría de los entrevistados argumentó haber vivido o estar padeciendo problemas de depresión, sin

embargo, resultó ser una de las afectaciones menos atendidas por las personas, incluso algunos manifestaron haber pensado en atentar contra su vida. Otros lo describieron como “ya no sabía qué hacer, solo pensaba cosas malas, no le veía sentido a la vida”. Esta situación se identificó en personas que en esos momentos estaban solas y sin trabajo.

Aspectos derivados de la edad como la falta de paciencia, falla en la vista o el oído, hacen más difíciles las relaciones sociales, entorpeciendo el aspecto afectivo y familiar afectando esas relaciones. Lo que también es causa de afectar la relación con otros miembros de la comunidad, muchos prefieren aislarse. Lo que afecta la estabilidad emocional y disminuye las habilidades sociales.

Las personas manifestaron la importancia de mantenerse activos y/o productivos laboralmente, sin embargo, también en el aspecto laboral todos mencionaron sentirse discriminados para lograr un espacio formal de trabajo, por ello, algunos trabajan en condiciones de informalidad y sin las prerrogativas de ley. Se encontró que se dedican a ser parqueros, lavan carros y uno vende pan por las calles, entre otros. Varias negativas acaban con el ánimo, algunas personas manifestaron ya no seguir intentando encontrar trabajos formales, afectando su autoconfianza y autoestima.

### ***Las estrategias de afrontamiento***

En general se identificaron a pocos entrevistados que ejercen estrategias de afrontamiento activas frente a las diversas problemáticas o situaciones, la mayoría de los entrevistados alude a estrategias pasivas como la evitación. Para otras personas la espiritualidad es un aspecto muy importante, la mayoría son católicos practicantes, acuden a la iglesia, rezan y confían en Dios para la resolución de problemas. Como ejemplo en

cuestiones de salud la idiosincrasia mexicana tiene como recurso alterno en cualquier situación de salud una estrecha relación con lo divino. Mencionó una de las personas “yo nunca me he vacunado, ni lo haré, me dan miedo las jeringas y gujas, nunca he ido a un hospital, de hecho, a mis hijos los tuve con una partera” la conversación surgió debido a que durante una de las sesiones llegaron a vacunar para influenza y la persona no quiso vacunarse, como muchas otras más.

### **Recomendaciones para mitigar la problemática**

Indiscutiblemente las partes clave para fomentar la inclusión, son el Estado, al contar con muchas herramientas como la creación de planes, programas y políticas públicas y la sociedad en su conjunto al intentar incluir en sus relaciones sociales a todos los miembros de la población. Es importante visibilizar la problemática y a las personas adultas mayores esto con el fin de poder actuar en consecuencia, es necesario se tenga la mayor certeza de las condiciones de las personas de este segmento, existen censos que indican la realidad, pero la mayoría en aspectos sociodemográficos, es necesario se determinen contextos, lugares, posibles espacios para su atención, así como análisis a profundidad de los resultados de los diversos programas, cuáles funcionan y cuáles tienen aspectos de mejora, a partir de esto, se podrán ejercer de manera más óptima los presupuestos y esfuerzos enfocados en la mitigación de esta problemática.

Cada uno de los ámbitos de gobierno tiene que generar cambios importantes que permitan la creación o modificación de leyes, planes de gobierno y política pública acorde: La investigación documental indicó que lo relacionado al tema está en su mayoría controlado por el ámbito federal, es necesario una mayor descentralización para que los ámbitos estatales

y municipales tengan mayor injerencia, también es relevante que, los ámbitos municipal y estatal revisen sus leyes y políticas públicas relacionadas al tema. Determinar las acciones idóneas que no sólo identifique a los adultos mayores como objetivos de apoyo clientelares intrascendentes. En cuanto los planes de gobierno vigentes, en la mayoría de los casos son letra muerta, hablan de la importancia de la atención a los grupos vulnerables y de posibles soluciones generales, pero no indican los presupuestos, las competencias, y quienes específicamente participaran para estos proyectos. En general se identifican deficiencias al revisar los planes de gobierno y las diferentes políticas públicas, no solo en cuanto a los grupos vulnerables, sino en general. El Plan Nacional de Desarrollo es el menos criticable, sin embargo, no es del todo claro en los aspectos señalados, los planes estatales y municipales son más ambiguos y someros al respecto de estos temas (Soria, 2015). Lo anterior es un reflejo fiel de la política pública actual, ya que es centralizada, a veces incongruente y no tomando en cuenta los contextos reales vividos ni a las personas a las que van dirigidas, son decisiones unilaterales.

Es indispensable elevar los presupuestos y optimizarlos. Fomentar la inclusión institucional a través de brindar cursos de sensibilización a funcionarios públicos, talleres de inclusión, y sobre la importancia al respeto a los diversos derechos humanos, entre otros. Es necesario que el Estado a través de sus instituciones ponga el ejemplo a la sociedad en general sobre la importancia de la inclusión de todas las personas y todos los sectores.

La sociedad en su conjunto tiene a su alcance favorecer la inclusión social de personas que buscan un nuevo comienzo y una nueva oportunidad, esto a través de diversas acciones como las que a continuación identificamos. Es muy importante sensibilizar a sectores clave de la sociedad y lograr incluir a los empresarios, tienen un papel preponderante, su

responsabilidad social aumentaría las opciones laborales para las personas mayores. Como ya se describió, las personas que cuentan con un trabajo tienen mejores probabilidades de continuar con una vida digna y cubrir los satisfactores básicos y podrán tener la opción de lograr una pensión. el trabajo mantiene ocupadas a las personas de manera positiva y contribuye a la autoconfianza y mejorar la autoestima.

La exclusión como parte de la sociedad es una constante, por ello, es necesario la generación de una conciencia social incluyente, donde los miembros de la sociedad reflexionen sobre las ventajas de incluir a todos y todas las personas que pertenezcan a grupos vulnerables, también, reflexionar sobre las consecuencias negativas y con efectos multiplicadores de aislar y no brindar oportunidades a todos los sectores de la población. Hay que desarrollar mecanismos que propicien la inclusión comunitaria, a través de hacer partícipes a las personas de las actividades de interés público, con derecho a opinar, aportar y discutir.

Es necesario desarrollar redes sociales inclusivas, en las cuales se tome en cuenta a todos los miembros de la sociedad, no solamente a las personas mayores, sino fomentar la inclusión de las mujeres, personas con discapacidad, grupos originarios, sexualidad diversa, etc. con el fin de que se impulse la conciencia colectiva, como el conjunto de diversas voces, con características diferentes, pero con igualdad de derechos, que enriquecerán a nuestras comunidades.

Se deben fomentar redes de trabajo colaborativo con los diversos actores, ya sea empresarios, sociedad, Estado, instituciones, academia, asociaciones y otros más, con los que se puedan diseñar estrategias de trabajo para lograr acciones que permitan la inclusión social

completa de las personas que buscan integrarse a sus comunidades de lleno y con plenos derechos.

## **Conclusiones**

La investigación reveló que hay evidencias irrefutables de discriminación y exclusión a las personas adultas mayores en el caso de estudio, lo que indica una relación entre la investigación documental y los resultados de la observación con las personas de interés. Hay coincidencias entre los resultados de la investigación publicada y realidad observada acorde a los contextos y la actualidad. Por lo tanto, los supuestos hipotéticos se cumplen en su totalidad, las categorías de análisis se corresponden con lo encontrado a lo largo de la investigación. La exclusión social y la discriminación son una constante manifestada por los miembros del grupo.

Las diferencias identificadas en cada una de las personas sobre cómo ejerce las estrategias de afrontamiento dependerán de herramientas emocionales a partir de cada caso, donde es adecuado considerar la importancia de situaciones ambientales que rodean a los adultos mayores como la comunidad, la familia, y la sociedad en su conjunto. La baja escolaridad puede ser la causante de no ejercer en su mayoría estrategias de afrontamiento activas, ya que las pasivas son más recurrentes en las personas entrevistadas.

Las instituciones encargadas de apoyar a estos sectores tienen la responsabilidad de tener y fomentar una visión más humana y acorde a los contextos actuales, que busque la inclusión y desmitificación relacionada a sesgos y prejuicios estereotipados. Solo la información logrará luchar con estas cargas sociales negativas.

La discusión aún existe, ya que el tema representa un reto político, desde la ausencia de políticas públicas hasta la inversión en infraestructura que permita prestar servicios holísticos a la población adulta. Se analizaron leyes federales y estatales que contemplan la problemática de la exclusión en adultos mayores, en el ámbito municipal prácticamente no existen, las cuales tienen importantes puntos de mejora. El caso de los Planes de Desarrollo vigentes al respecto, en los tres ámbitos de gobierno es ambiguo y poco claro, ya que se habla de apoyo a los grupos vulnerables en general. Pero no se dice cómo, con que herramientas (acciones, tratamientos, planes) y más importante, con que partidas presupuestales se lograrán los objetivos establecidos. Las investigaciones académicas tampoco son abundantes al respecto y este es un campo de estudio que requiere mayor desarrollo

Las instituciones formales tienen una responsabilidad enorme para con los diferentes grupos minoritarios, ya que, si son excluidos socialmente, sólo queda la fuerza del Estado para proveer herramientas que fomenten la equidad y creen conciencia sobre que este mundo es enriquecido por todas las personas, y más aun las que pueden aportar conocimientos y experiencia.

Hay otros sectores relevantes de la población que representan aspectos centrales para la inclusión, como es el caso de los empresarios y las redes comunitarias, ya que pueden apoyar de manera directa a la inclusión laboral y social. En su conjunto, el entramado compuesto por el aspecto social, comunitario, político, estatal, institucional, académico por nombrar algunos, pueden tener una importante influencia para determinar y fomentar los mecanismos de inclusión, apoyo e integración de las personas. Y esto aún va más allá, tienen la responsabilidad social de aportar cada uno desde su espacio, para mejorar las condiciones de estas personas y disminuir las consecuencias negativas en todos los ámbitos y contextos.

1. Las personas de edad avanzada sufren por medio de los estigmas generalizados a partir de los estereotipos que rodean a los adultos mayores, lo cual, les afecta en diversos campos, ámbitos y dimensiones. La estructura social tiene mucha relevancia, pues confirman la exclusión, ya que no padecerán las mismas consecuencias de la discriminación las personas pobres en ámbitos sociales con deficiencias en servicios públicos, zonas agrestes y zonas de difícil acceso al carecer de pavimentación, afectando a todos por igual. Sin embargo, ese contexto y sistema social se torna aún más complicado para las personas de edad avanzada y con movilidad reducida.
2. Las personas adultas mayores mujeres han padecido todavía más las diferencias y desigualdades. En el caso de las mujeres, históricamente relegadas a un segundo plano con menor oportunidad de desarrollo en el ámbito laboral y profesional. A mediados del siglo pasado fueron educadas en su niñez y juventud con una perspectiva de servilismo hacia el hombre, donde ésta era dependiente del padre, luego del hermano mayor y finalmente del esposo. En el caso de estudio, con base en las entrevistas a mujeres, se observó que aun las que ya son viudas, muchas de las adultas mayores quedan a la dependencia de los hijos varones y sus decisiones. Gozan de menor libertad económica y todavía tienen menos libertad de toma de decisión que los hombres adultos mayores. Las mujeres que lograron insertarse en un medio laboral cumplen con dobles o triples jornadas de trabajo, al atender también el hogar y sus actividades domésticas como el cuidado de las personas enfermas o con discapacidad. Muchas de ellas en la vejez, siguen relegadas a las funciones del hogar y el cuidado de los nietos y bisnietos. Los espacios laborales informales también son diferenciados entre hombres y mujeres, ellas no pueden ser parqueras o ayudantes de

albañil, se dedican a la venta de mercancías usadas en los tianguis de la zona, algunas empujando un carrito de supermercado, por zonas de difícil acceso, aun con la movilidad reducida, el uso de bastones o andadores. Hay otras que definitivamente tienen un situación de salud más grave que les hace quedar en total dependencia de las dadas en especie y atención de los seres queridos. Las diferencias de género se agudizan en la vejez y son determinantes en cuanto a la calidad de vida que llevan.

3. Las diferencias negativas vividas por los adultos mayores se somatizan no sólo en los aspectos físicos, sino en los aspectos psicológicos, causando depresión, que, si bien pocos fueron diagnosticados por un profesional de la salud mental, la mayoría ha manifestado padecerla, duelos irreparables como la pérdida de hijos y esposos. Pocas oportunidades sociales, exclusión en diversos espacios públicos, situación económica apremiante, se perciben más complicadas por las pocas oportunidades laborales que tienen las personas mayores.
4. La pensión universal para adultos mayores otorgada por el gobierno federal representa una de las políticas públicas más valoradas por las personas mayores, a veces representa la diferencia entre comer o no, pagar el recibo de luz y otros servicios básicos, alimentar y contribuir a la educación de los nietos que fueron olvidados por sus padres y dejados al cuidado de sus abuelos o abuelas principalmente, así como estos mismos adultos mayores fueron olvidados por sus hijos, historias muchas, de hijos que abandonan a sus padres mayores y a quienes no ven hace muchos años a pesar de vivir en la misma ciudad.
5. Las estrategias de afrontamiento son variadas, sin embargo, los adultos mayores abordados manifestaron en su mayoría las relacionadas a la pasividad y el evitamiento de las situaciones estresantes. Un hallazgo interesante es el ejercicio del perdón,

aprender a dejar pasar las situaciones y reencontrarse con seres queridos alejados por diferentes problemáticas, muchos de los adultos mayores han logrado la madurez y serenidad de que, en la parte final de su vida, es valioso aprender a perdonar y perdonarse a sí mismos/as por la cantidad de errores cometidos y acumulados a lo largo de sus vidas. Muchas personas tienen muy arraigada la religión y a Dios como medio para afrontar las diferentes vicisitudes que enfrentan “ponerse en las manos de Dios” fue una frase muy común escuchada durante las entrevistas. Pocas personas tienen una estrategia activa de afrontamiento.

6. La investigación llevada a cabo presenta las valiosas aportaciones y experiencias compartidas por miembros del Consejo del Adulto mayor. Sin embargo, representa un alcance inicial, con limitaciones propias del tiempo breve de observación, un periodo de tiempo corto, ya que dentro del sector viven muchos adultos mayores en situaciones todavía más graves de exclusión, que la de quienes se pudo entrevistar. Y es que existen adultos en situaciones más difíciles que no acuden a los grupos como el consejo del adulto mayor donde se realizó la observación. Por lo tanto, en esos casos no se desarrollan herramientas o habilidades sociales, a partir de cursos o redes sociales, no tienen apoyos como el geriatra que les visita, no tienen acceso a las despensas y apoyos en especie que les otorga el DIF. Probablemente muchos de ellos no cuentan con la pensión universal del adulto mayor, entre otros.
7. Otros aspectos que influyen sobre los adultos mayores de la zona, y que no participan de los grupos, es sobre la pobreza extrema, que, como exclusión estructural les han alejado de la comunidad. Muchos tienen que procurarse recursos al juntar botes, botellas de plástico, entre otras cosas más para la venta como reciclado y así tener dinero con que poder comer algo al día. Otros, al no saber leer ni escribir prefieren

asilarse de los demás, la vergüenza por esta y otras situaciones relacionadas con la pobreza, o quizá el orgullo no les permiten integrarse a los grupos comunitarios. Esto lo identifiqué al inicio al buscar y definir el segmentó poblacional de adultos mayores para llevar a cabo la investigación en el sector. Ya que indudablemente dificultaría la empresa y sería muy complicado que permitirán una entrevista. Por tales razones, es sugerente la continuidad de estudios con otras personas adultas mayores que no se encuentren en estos servicios o programas, con la oportunidad de profundizar en la comprensión del caso de estudio y la posibilidad de problematizar los conceptos de estudio, con más personas entrevistas y diversas técnicas de la investigación, en periodos de tiempo mayores y más recursos para financiar este tipo de estudios.

## **Un proceso de investigación largo y arduo, con muchos aprendizajes**

El proceso de investigación para la elaboración de esta tesis ha sido un proceso largo, el cual, llevo muchas horas de trabajo, cambios, identificación de mejoras continuas, etc. Además, de muchos momentos de satisfacción, no sólo por poder haber concluido y obtener resultados que visibilizan la situación que viven adultos mayores en un contexto determinado. Sino por los gratos momentos vividos dentro del grupo y con sus diferentes miembros.

Desde un inicio sabía que mi grupo observación sería uno con características vulnerables. Si bien actualmente hay teóricos sociales que discuten la idoneidad de llamar vulnerables a grupos con características diversas, la realidad es que es indiscutible que no sea vulnerable una persona que se encuentra en la etapa de adultez mayor, así como otros grupos conformados, por ejemplo, por personas con discapacidad, pertenecientes a minorías sexuales, miembros de grupos originarios, sólo por mencionar algunos. Además, si reflexionamos sobre diversas características más que poseen las personas pertenecientes a estos grupos, podemos asumir consecuencias agravadas a partir de aspectos múltiples que le caracterizan y que les hacen aún más vulnerables, por ello, es pertinente llamar a la situación por su nombre. Tal vez, decir que una persona, parte de estos grupos no es vulnerable es normalizar la exclusión y discriminación que muchas y muchos vivimos.

El abordar grupos de adultos mayores representó un aprendizaje constante, no sólo como investigador, sino como persona. Si bien en mi experiencia ya había trabajado con otros grupos vulnerables, como personas con adicciones y en recuperación, miembros con pobreza extrema, o con alguna discapacidad, yo mismo, y de primera mano tuve la oportunidad de desmitificar algunos mitos y estereotipos que rodean a las personas adultas mayores. Se

percibe a las personas mayores como de carácter más difícil o más duro, con mayor dificultad para lograr interacción con ellos y aún más cuando eres una persona que recién llega. Por supuesto que, como en cualquier grupo de personas, hay miembros con diferentes características y personalidades, sin embargo, desde la primera visita tuve un trato cordial y muy abierto. Probablemente al ser yo mismo una persona con discapacidad, percibieron al verme, como yo podría comprender y entender muchas de las situaciones que pasan a menudo en su contexto inmediato comunitario, se tuvo la oportunidad de discutir cómo las situaciones social-estructurales afectan a todas las personas por igual, sin embargo, esas condiciones se agudizan en las personas adultas mayores o con discapacidad, padecemos de manera más dura, la infraestructura inadecuada o en general, es una realidad que no tenemos las mismas oportunidades de desarrollo.

Nunca terminamos de aprender ni de conocer las circunstancias que rigen la estructura social ni de determinados grupos, empero, podremos generarnos ideas y concepciones, para a partir de ello generar mejoras para todos y todas. Por lo tanto, es pertinente que continúen las investigaciones en grupos vulnerables, hasta que en un futuro se puedan generar las condiciones de igualdad que todas las personas debiéramos tener en todas los ámbitos y dimensiones.

## Referencias bibliográficas

- Aguirre, J. (2015). *La discriminación en México. Retos y avances*. Senado de la Republica. <http://bibliodigitalibd.senado.gob.mx/bitstream/handle/123456789/1939/CI-12.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Alonso, M., y Moros, R. (2011). Intervención Psicomotriz en personas mayores. *Revista Terapia Ocupacional Galicia*, 8(14), 13-14. <https://revistatog.com/num14/pdfs/original10.pdf>
- Araya, A. y Jofre, P. (2017). *La pérdida en la vejez: relación entre sistemas de significado y experiencias de afrontamiento a la pérdida de seres queridos*. <https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/175067/La%20p%C3%A9rdida%20en%20la%20vejez.pdf?sequence=1>
- Aziz, A. (2012). Violencia y destrucción en una periferia urbana: El caso de Ciudad Juárez, México. *Revista Gestión de Política Publica*, 1(21). [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-10792012000300007](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-10792012000300007)
- Banda, O., González, C., Mata, F., Guzmán, G., De los Reyes Nieto, L., y García, R. (2018). Estilos de afrontamiento y resiliencia en adultos mayores con enfermedad crónica. *Revista Enfermería Herediana*, 10(2), 117-122. <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RENH/article/view/3367>
- Brenes, Y. (s.f.). Adultos (as) Mayores. Construyendo Procesos de Duelo Adecuados. *Revista de Trabajo Social*, (71), 17-22. <https://www.binasss.sa.cr/revistas/ts/v32n712008/art2.pdf>
- Botero, P. (2013). Discapacidad y estilos de afrontamiento: Una revisión teórica. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 3(2), 196-214. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815156>
- Busso, G. (2001). *Vulnerabilidad social: Nociones e implicancias de políticas para Latinoamérica a inicios del siglo XXI*. <http://www.derechoshumanos.unlp.edu.ar/assets/files/documentos/vulnerabilidad-social-nociones-e-implicancias-de-politicas-para-latinoamerica-a-inicios-del-siglo-xxi.pdf>
- Bourdin, J. (2010). La invisibilidad social como violencia. *Universitas Philosophica*, 54(27), 15-33. <http://www.scielo.org.co/pdf/unph/v27n54/v27n54a02.pdf>
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H., y Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología de la PUCP*, 21(2), 363-392. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=994031>
- Castaño, E. y León, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 10(2), 245-257, <https://www.ijpsy.com/volumen10/num2/260/estrategias-de-afrontamiento-delestrs-ES.pdf>
- Castel, R. (1995). De la exclusión como estado a la vulnerabilidad como proceso. *Archipiélago*, 21, 27-36. [http://www.dwvalencia.com/claver/Documentos/exclusion\(robert castel\).pdf](http://www.dwvalencia.com/claver/Documentos/exclusion(robert castel).pdf)

- Cavalcante, A. (2018). Discriminación interseccional: concepto y consecuencias en la incidencia de violencia sexual contra mujeres con discapacidad. *Journal of Feminist, Gender and Women Studies*, 7.(3), 15-25. <https://revistas.uam.es/revIUEM/article/view/10385>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. [CEPAL]. (2000). *Equidad, desarrollo y ciudadanía: versión definitiva*. Santiago de Chile: ONU. Disponible en <https://www.cepal.org/es/publicaciones/2686-equidad-desarrollo-ciudadania-version-definitiva>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. [CEPAL]. (2001). *Informe de la reunión de expertos: seminario internacional sobre las diferentes expresiones de la vulnerabilidad social en América Latina y el Caribe*. [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/20046/S0180677\\_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/20046/S0180677_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Congreso del Estado de Chihuahua. (1997). Ley de Profesiones para el Estado de Chihuahua. <https://www.congresochihuahua2.gob.mx/biblioteca/leyes/archivosLeyes/108.pdf>
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. [CONEVAL]. (2020). *Medición de la pobreza en los municipios de México, 2020*. [https://www.coneval.org.mx/Medicion/Documents/Pobreza\\_municipal/2020/Presentacion\\_Pobreza\\_Municipal\\_2020.pdf](https://www.coneval.org.mx/Medicion/Documents/Pobreza_municipal/2020/Presentacion_Pobreza_Municipal_2020.pdf)
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. [CONEVAL]. (2019). *Resultados evaluaciones 2019*. [https://www.coneval.org.mx/Evaluacion/IEPSM/REDOF/Paginas/Resultados\\_Evaluaciones\\_2019.aspx](https://www.coneval.org.mx/Evaluacion/IEPSM/REDOF/Paginas/Resultados_Evaluaciones_2019.aspx)
- Consejo Nacional de Población [CONAPO]. (2023). Índices demográficos de México de 1950 a 2050. [http://www.conapo.gob.mx/work/models/CONAPO/Mapa\\_Ind\\_Dem18/index\\_2.html](http://www.conapo.gob.mx/work/models/CONAPO/Mapa_Ind_Dem18/index_2.html)
- Consejo Nacional de Población [CONAPO]. (2012). *Proyecciones de la Población, 2010-2050*. [http://www.conapo.gob.mx/work/models/CONAPO/Resource/1529/2/images/DocumentoMetodologicoProyecciones2010\\_2050.pdf](http://www.conapo.gob.mx/work/models/CONAPO/Resource/1529/2/images/DocumentoMetodologicoProyecciones2010_2050.pdf)
- Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación. [CONAPRED]. (2020a). *Discriminación e igualdad*. [http://www.conapred.org.mx/index.php?contenido=pagina&id=84&id\\_opcion=142&op=142](http://www.conapred.org.mx/index.php?contenido=pagina&id=84&id_opcion=142&op=142)
- Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación. [CONAPRED]. (2020b). *Grupos en situación de discriminación*. [http://www.conapred.org.mx/index.php?contenido=pagina&id=46&id\\_opcion=38&op=38](http://www.conapred.org.mx/index.php?contenido=pagina&id=46&id_opcion=38&op=38)
- Consejo Para Prevenir y Eliminar la Discriminación de la Ciudad de México [COPRED]. (2017). Estudio sobre la Discriminación Hacia las Personas Mayores. <https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/uploads/public/5bb/d1c/754/5bbd1c7540b44006787638.pdf>
- Contreras, F., Esguerra, G.A., Espinosa, J.C. y Gómez, V. (2007). Estilos de afrontamiento y calidad de vida en pacientes con insuficiencia renal crónica (IRC) en tratamiento de hemodiálisis. *Acta Colombiana de Psicología*, 10(2), 169-179. <http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v10n2/v10n2a16.pdf>
- Correché, M. S.; Fantin, M. y Florentino, M. T. (2005). Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una escuela privada de San Luis. *Fundamentos*

- en *Humanidades*, 6(1), 159-176.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2004468>
- Cortés, J. (2010). La resiliencia: una mirada desde la enfermería. *Ciencia y enfermería*, 16(3), 27-32. <https://www.redalyc.org/pdf/3704/370441853004.pdf>
- Corbin, J. *La investigación en la Teoría Fundamentada como un medio para generar conocimiento profesional*. En S. Bénard (Ed). *La teoría fundamentada: Una metodología cualitativa* (pp. 13-54).
- Diario Oficial de la Federación [DOF]. (2022). *Ley de los derechos de las personas adultas mayores*. Cámara de Diputados.  
<https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/ref/ldpam.htm>
- Díaz, L. (2011). La observación; Textos de apoyo didáctico.  
[https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/publicaciones/La\\_observacion\\_Lidia\\_Diaz\\_Sanjuan\\_Texto\\_Apoyo\\_Didactico\\_Metodo\\_Clinico\\_3\\_Sem.pdf](https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/publicaciones/La_observacion_Lidia_Diaz_Sanjuan_Texto_Apoyo_Didactico_Metodo_Clinico_3_Sem.pdf)
- Diccionario Etimológico Castellano en Línea. (2022). Definición de estigma.  
<http://etimologias.dechile.net/?estigma>
- Di-Collredo, C., Aparicio, D. P., & Moreno, J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psicología Avances en la disciplina*. 1(2), 125-156.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2972/297224996002.pdf>
- Diez, P. (2015). Factores relacionados con el perdón: características de la ofensa, del ofensor y del ofendido.  
[https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/360595/Tesi\\_Patricia\\_D%C3%ADez\\_Deustua.pdf?sequence=1](https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/360595/Tesi_Patricia_D%C3%ADez_Deustua.pdf?sequence=1)
- Duelo en el envejecimiento. (s.f.). *Clase 14. Auxiliar en el cuidado de las personas mayores nivel I*.  
<https://unlp.edu.ar/wp-content/uploads/76/33776/9bdb3e3ce9da91f5cdec045a8461f52f.pdf>
- Dulcey, E. (2022). *Psicología social del envejecimiento y perspectiva del transcurso de la vida: consideraciones críticas*.  
<http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v19n2/v19n2a05.pdf>
- Echeburúa, E., y Amor, P. (2019). Memoria traumática: estrategias de afrontamiento adaptativas e inadaptables. *Terapia Psicológica*, 37(1), 71-80.  
<https://doi.org/10.4067/s0718-48082019000100071>
- El Diario de Chihuahua. (2021). *Artículo: Empacadores, de nuevo sin trabajo*.  
<https://diario.mx/estado/empacadores-de-nuevo-sin-trabajo-20211021-1853960.html>
- Expansión. (2013). *Peña Nieto pone en marcha ampliación del programa de pensiones a ancianos*.  
<https://expansion.mx/nacional/2013/03/07/pena-nieto-pone-en-marcha-ampliacion-del-programa-de-pensiones-a-ancianos>
- Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores. [FIAPAM]. (2014). *Falta de oportunidades laborales*.  
<https://fiapam.org/falta-de-oportunidades-laborales/>
- Fernández, E. (2005). La exclusión social como la cuestión de la época. *Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, 63(122), 113-130. <https://revistas.comillas.edu/index.php/miscelaneacomillas/article/view/11618>
- Fernández, P y Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de*

- Formación del Profesorado*, 19 (3), 63-93.  
<https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>
- Ferrer, C., Palacio, R., Hoyos, J., Madariaga, O., & Camilo. (2014). *Psicología desde el Caribe*. 31 (3), 557-576. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21332837009.pdf>
- Fuentes, G. y Flores, F. (2016). La indigencia de adultos mayores como consecuencia del abandono en el Estado de México. *Papeles de Población*, 22(87), 161–181.  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-74252016000100161](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252016000100161)
- Fuentes, G. y Flores, F. (2016). La indigencia de adultos mayores como consecuencia del abandono en el Estado de México. *Papeles de Población*, 22(87), 161–181.  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-74252016000100161](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252016000100161)
- Freire, M. (2023). *La viudez en adultos mayores*.  
<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/37697/1/BJCS-TS-421.pdf>
- Galán, A. y Perona, S. (2001). Algunas aportaciones críticas en torno a la búsqueda de un marco teórico del afrontamiento en la psicosis. *Psicothema*, 13(4), 563-570.  
<https://www.redalyc.org/pdf/727/72713406.pdf>
- Galindo, B. y Milena, M. (2003). Estrategias de afrontamiento desplegadas por cuatro familias en situación de desempleo. *Tesis de Maestría Universidad Santo Tomás, Bogotá*.
- Gamo, E. y Pazos, P. (2009). El duelo y las etapas de la vida. *Revista de La Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 29(2), 455–469.  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0211-57352009000200011](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352009000200011)
- Garcés, E., Alcántara, P. & Ureña, F. (2002). Repercusiones de un programa de actividad física gerontológica sobre la aptitud física, autoestima, depresión y afectividad. *Cuadernos de psicología del deporte*, 2(2), 57-74.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=941195>
- García, F. (2014). Calidad de vida de adultos mayores hombres de una delegación del municipio de Toluca. Tesis Universidad Autónoma del Estado de México.  
<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/41351/Tesis%20Final%20Felipe.pdf?sequence=1>
- García, S. (2015). Relación entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento ante el estrés. Tesis, Universidad de Salamanca.  
[https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/126729/TFG\\_GarciaMartinS\\_Relacionentreinteligencia.pdf?sequence=1%20yisAllowed=y](https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/126729/TFG_GarciaMartinS_Relacionentreinteligencia.pdf?sequence=1%20yisAllowed=y)
- Gardea, O. (2016). Los centros comunitarios ubicados en zonas marginadas de Ciudad Juárez: percepción de la administración pública local. Una alternativa para el desarrollo regional. *NovaRua*, 07(40) 55-67  
<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:aaqrr8gmIoJ:https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8043156.pdf&cd=15&hl=es-419&ct=clnk&gl=mx>
- Gergen, K. (1998). La Psicología Social Como Historia. *Revista anthropos: Huellas del conocimiento*, 1(77), 39-49.  
[http://metabase.uaem.mx/bitstream/handle/123456789/2335/OP\\_453\\_v03.pdf?sequence=1](http://metabase.uaem.mx/bitstream/handle/123456789/2335/OP_453_v03.pdf?sequence=1)

- Gergen, K. (2007). *Construccionismo Social, Aportes Para el Debate y la Práctica*. [https://www.taosinstitute.net/images/PublicationsFreeBooks/Gergen\\_construccionismo\\_social.pdf](https://www.taosinstitute.net/images/PublicationsFreeBooks/Gergen_construccionismo_social.pdf)
- Giordano, L y Silveira, S. (2005). *Aportes de la Psicología Clínica al campo de la Vejez*. <https://itinerario.psico.edu.uy/revista%20anterior/AportesdeLaPsicologaClinicaalcampodelaVejez.htm>
- Giraldo, M. (2006). *Análisis de la información estadística: Encuesta sobre maltrato a personas adultas mayores en el Distrito Federal*. [http://www.sideso.cdmx.gob.mx/documentos/analisi\\_estadistico\\_sobre\\_maltrato\\_a\\_adultos\\_mayores.pdf](http://www.sideso.cdmx.gob.mx/documentos/analisi_estadistico_sobre_maltrato_a_adultos_mayores.pdf)
- Goffman, E. (1970). *Estigma la identidad deteriorada*. <https://sociologiaycultura.files.wordpress.com/2014/02/goffman-estigma.pdf>
- Goffman, E. (2006). *Estigma. La identidad deteriorada*. Análisis. Amorrortu.
- Góngora, M. (2020). *Discriminación en clave interseccional: Tendencias recientes en la jurisprudencia de la Corte Interamericana de Derechos Humanos*. <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/13/6407/15.pdf>
- González, J. y De la Fuente, R. (2014). Desarrollo humano en la vejez: un envejecimiento óptimo desde los cuatro componentes del ser humano. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 7(1), 121-130. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851791013.pdf>
- González, M. (2013). *Juventudes en condición de exclusión y desafiliación escolar y laboral: trayectoria vital y proyección de futuro; sentidos, racionalidad y reproducción de las violencias Tesis Doctoral Universidad Autónoma de Ciudad Juárez*
- González, T. y Cano, A. (2010). Introducción al análisis de datos en investigación cualitativa: Tipos de análisis y proceso de codificación (II). *Revista NURE investigación*, 45(1), 1-10. <https://www.nureinvestigacion.es/OJS/index.php/nure/article/view/485>
- Greco, C. (2010). Las emociones positivas: su importancia en el marco de la promoción de la salud en la infancia. *Liberabit. Revista de Psicología*, 16(1), 81-93. <https://www.redalyc.org/pdf/686/68615511009.pdf>
- Guzmán, C. (2010). Homogeneidad y multiplicidad en la investigación social. *Nómadas*, 32, 253-262. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-75502010000100017](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75502010000100017)
- Haan, A. & Maxwell, S. (1998). *Poverty and Social Exclusion in North and South*. En *IDS Bulletin*, 29, (1). Monográfico: Poverty and Social Exclusion in North and South. Institute of Development Studies, University of Sussex, Brighton (Inglaterra). <https://bulletin.ids.ac.uk/index.php/idsbo/article/view/2902>
- Hábitat (2005). *Modelo de operación para los centros de desarrollo comunitario*. [SEDESOL]. [https://gobiernoabierto.pueblacapital.gob.mx/transparencia\\_file/sedeso/2016/77.fracc15a/mod.op.cdc.pdf](https://gobiernoabierto.pueblacapital.gob.mx/transparencia_file/sedeso/2016/77.fracc15a/mod.op.cdc.pdf)
- Ham, R. y González, C. (2008). Discriminación en las edades avanzadas en México. *Papeles de Población*, 14(55), 35-58. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-74252008000100003](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252008000100003)
- Henríquez, A. & Núñez, M. (2005). Psicomotricidad con personas mayores sordas. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad Y Técnicas Corporales* 19, 117-136. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3737258>

- Hernández, Z. (2009). Variables que intervienen en la personalidad resistente y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores. *Liberabit*, 15(2), 153-161. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S17298272009000200009&script=sci\\_artext&tlng=en](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S17298272009000200009&script=sci_artext&tlng=en)  
<https://www.radoctores.es/doc/1V12N1-rocamora-exclusion.pdf>
- Hsin Yan, L. et al. (2007). Cultura y estigma: *La experiencia moral*. *Social Science and Medicine*. 64(7), 1-12. <https://www.fundacion-salto.org/wp-content/uploads/2018/11/Cultura-y-estigma-la-experiencia-moral.pdf>
- Huenchuan, S. (2018). *Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*. CEPAL. [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629_es.pdf)
- Huenchuan, S. (2020). *Discriminación por edad, discriminación múltiple y medidas de ajuste razonable*. CEPAL. [https://www.cepal.org/sites/default/files/presentations/sesion\\_3\\_curso\\_ppt.pdf](https://www.cepal.org/sites/default/files/presentations/sesion_3_curso_ppt.pdf)
- Huenchuan, S. (2004). Marco legal y de políticas en favor de las personas mayores en América Latina. CEPAL. [https://www.cepal.org/sites/default/files/publication/files/7193/S044281\\_es.pdf](https://www.cepal.org/sites/default/files/publication/files/7193/S044281_es.pdf)
- Instituto Mexicano del Seguro Social. [IMSS]. (2019). *Informe al Ejecutivo Federal y al Congreso de la Unión sobre la Situación Financiera y los Riesgos del Instituto Mexicano del Seguro Social 2018-2019*. IMSS. <https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/pdf/informes/20182019/21-InformeCompleto.pdf>
- Instituto Mexicano del Seguro Social. [IMSS]. (2022). *Con 110 años de edad, Maurilio es el pensionado más longevo del Seguro Social*. Circular No. 028/2022. <https://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/202201/028>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. (2018a). *Encuesta Nacional sobre Salud y Envejecimiento 2018. Presentación de resultados*. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enasem/2018/doc/enasem\\_2018\\_presentacion.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enasem/2018/doc/enasem_2018_presentacion.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. (2018b). *Encuesta Nacional Sobre Salud y Envejecimiento en México (ENASEM) nota técnica*. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enasem/2018/doc/enasem\\_2018\\_nota\\_tecnica.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enasem/2018/doc/enasem_2018_nota_tecnica.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. (2020). *Estadísticas a propósito del día internacional de las personas adultas mayores*. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP\\_ADULM\\_AY2022.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP_ADULM_AY2022.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. (2020). *México en cifras*. <https://www.inegi.org.mx/app/areasgeograficas/#tabMCcollapse-Indicadores>
- Instituto Nacional de las Mujeres. (2015). *Situación de las personas adultas mayores en México*. [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/101243\\_1.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101243_1.pdf)
- Instituto Nacional de las Mujeres. [INMUJERES]. (2016). *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH. Base de datos ajustada a las Proyecciones de la Población de México 2010-2050, actualizadas por CONAPO en abril de 2016*. <https://genero.congresocdmx.gob.mx/wp-content/uploads/2021/06/ENDIREH.pdf>

- Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. [INAPAM]. (2016). *Logra el Inapam avances sustantivos para las personas adultas mayores*. Gob.mx. <https://www.gob.mx/bienestar/prensa/logra-el-inapam-avances-sustantivos-para-las-personas-adultas-mayores>
- Jiménez, M. (2008). Aproximación teórica de la exclusión social: complejidad e imprecisión del término. consecuencias para el ámbito educativo. *Estudios Pedagógicos* 34(1). 173-186. [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-07052008000100010](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052008000100010)
- Jiménez, R., Redondo, M., y Martínez, R. (2022). La Inteligencia Emocional y Las Estrategias de Afrontamiento de las Mujeres Desplazadas Víctimas del Conflicto Armado. *Anuario de Psicología jurídica*, 32(1), 87-93. <https://journals.copmadrid.org/apj/art/apj2021a24>
- Jociles, M. (2018). La observación participante en el estudio etnográfico de las prácticas sociales. *Revista Colombiana de Antropología*, 54(1), 121-150. <https://www.redalyc.org/journal/1050/105056206004/html/>
- Korstanje, M. (2009). Reseña, Castel, R. *La inseguridad social; qué es estar protegido?* Trad. Viviana Ackerman. Bs. As., Manantial. 2004. *Nuevo Itinerario*, (2), 1-3. <https://revistas.unne.edu.ar/index.php/nit/article/viewFile/3228/2889>
- Lazarus, R. & Launier, R. (1978). Stress-related transactions between person and environment. En *Perspectives in Interactional Psychology* (287–327). New York: Plenum. [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4613-3997-7\\_12](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4613-3997-7_12)
- Lazarus, R. S., y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez-Roca.
- López, F. (2015). La etnografía como obra literaria. *Claridades, revista de filosofía*, (7), 2-24. <file:///C:/Users/rudyo/OneDrive/Escritorio/Dialnet-LaEtnografiaComoLiteratura-6297549.pdf>
- López Parra, H. (2008). Reflexiones Sobre los Aportes de Gergen Kenneth a los “Orígenes Comunes del Significado”, en “Realidades y Relaciones”. *Revista Electrónica de Psicología Social «Poiesis»*, 18, 2-5. <https://revistas.ucatolicaluisamigo.edu.co/index.php/poiesis/article/view/255>
- López Silva, P. (2013). Realidades, Construcciones y Dilemas. Una revisión filosófica al construccionismo social. *Cinta Moebio*, 46, 9-25. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cmoebio/n46/art02.pdf>
- Londoño, N., Pérez, M., y Murillo, M. (2009). Validación de la Escala de Estilos y Estrategias de Afrontamiento al Estrés en una Muestra Colombiana. *Informes psicológicos*, 11(13). 13-29. <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/1269>
- Lucero, F. (30 julio 2020). Artículo: Edad, principal motivo de discriminación en Juárez: Encuesta. *Yo Ciudadano, investigación y análisis ciudadano*. <https://yociudadano.com.mx/noticias/edad-principal-motivo-de-discriminacion-en-juarez-encuesta/>
- Luliano, R. (2019). *Vejez y envejecimiento: Aportes para la investigación y la intervención con adultos mayores desde las ciencias sociales, la psicología y la educación*. <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/libros/pm.1008/pm.1008.pdf>
- Macías, M. A., Madariaga Orozco, C., Valle Amarís, M., y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145.

- [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s0123-417x2013000100007](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0123-417x2013000100007)
- Marsollier, R. y Aparicio, M. (2010). Las estrategias de afrontamiento: una alternativa frente a situaciones desgastantes. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento (RACC)*, 2(3), 8-13. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3822931>
- Martínez, E. (2012). *Vivencias y escenarios en el duelo en las personas mayores en Almería del siglo XXI*. [https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/26916/1/Tesis\\_Martinez\\_Sola.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/26916/1/Tesis_Martinez_Sola.pdf)
- Martínez, A., Piqueras, J., e Inglés, C. (2011). Relaciones entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento ante el estrés. *Revista electrónica de motivación y emoción*, 37, 20-21. <http://reme.uji.es/articulos/numero37/article6/article6.pdf>
- Matas, J. (2007). Cohesión social y discriminación étnica: una incompatibilidad fundamental. *Revista de Ciencias Sociales*, 18, 35-51. <https://www.redalyc.org/pdf/708/70801803.pdf>
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E. & Blasco, C. (2015). Estrategias de afrontamiento en adultos mayores en función de variables sociodemográficas. *Escritos de Psicología (Internet)*, 8(3), 26-32. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1989-38092015000300004&script=sci\\_arttext&lng=en](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1989-38092015000300004&script=sci_arttext&lng=en)
- McCubbin, M. & McCubbin, H. (1993). Family coping with health crises: the resiliency model of family stress, adjustment and adaption. *Families. Health, and Illness*, 3 (63). <https://www.semanticscholar.org/paper/Families-coping-with-illness-%3A-The-resiliency-model-Mccubbin/3bd9742c4562672db82b1700164a3ebb15a7fb98>
- Mejía, M., Rivera, P., Urbina, M., Alger, J., Maradiaga, E., Flores, S., ... & Sierra, L. (2015). Discapacidad en el adulto mayor: características y factores relevantes. *Rev. Fac. Cienc. Méd.*, 11(2), 27-33. [http://www.bvs.hn/Honduras/UICFCM/Articulo2\\_RFCMVol11-2-2014-5.Revision.Discapacidad.Adulto.Mayor.pdf](http://www.bvs.hn/Honduras/UICFCM/Articulo2_RFCMVol11-2-2014-5.Revision.Discapacidad.Adulto.Mayor.pdf)
- Mella, R., González, L., D'Appolonio, J., Maldonado, I., Fuenzalida, A. & Díaz, A. (2004). Factores asociados al bienestar subjetivo en el adulto mayor. *Psykhé. Santiago*, 13(1), 79-89. [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-22282004000100007&script=sci\\_arttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-22282004000100007&script=sci_arttext)
- Miranda, V. (2022). El constructivismo kantiano según Rawls como fundamento de los derechos humanos. *Frónesis*, 17(1), 23-52. [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1315-62682010000100004#:~:text=El%20constructivismo%20kantiano%20sostiene%20que,Rawls%2C%201999%3A%20213](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-62682010000100004#:~:text=El%20constructivismo%20kantiano%20sostiene%20que,Rawls%2C%201999%3A%20213)
- Mora, N. (2021). Erving Goffman, como marco conceptual para analizar el estigma de la vejez. Dossier. Aportes de las ciencias sociales y los feminismos al envejecimiento y las intervenciones. *Fronteras*, 17(2), 79-87. [https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/30792/1/RF\\_Tapia\\_2021n17.pdf](https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/30792/1/RF_Tapia_2021n17.pdf)
- Moya, E. (2013). *El concepto de exclusión social, una mirada crítica*. En X Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires. <https://cdsa.academica.org/000-038/334.pdf>
- Muchnik, E. (2005). *Envejecer en el siglo XXI*. <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/libros/pm.1008/pm.1008.pdf>

- Muñoz, M., Pérez, E. y Crespo, M. (2009). *Estigma y enfermedad mental: análisis del rechazo social que sufren las personas con enfermedad mental*. Complutense.
- Naciones Unidas. (2022). *Combatir el abuso hacia nuestros mayores*. <https://www.un.org/es/observances/elder-abuse-awareness-day>
- Organización de las Naciones Unidas. [ONU]. (2016). *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. Art. 30; Numeral, 2. [http://midiputado.com.gt/website/wp-content/uploads/2016/11/Observaciones\\_Finales\\_Guatemala\\_Adoption.pdf](http://midiputado.com.gt/website/wp-content/uploads/2016/11/Observaciones_Finales_Guatemala_Adoption.pdf)
- Organización de las Naciones Unidas. [ONU]. (2020). *Influencia de las tecnologías digitales* <https://www.un.org/es/un75/impact-digital-technologies>
- Organización Mundial de la Salud. [OMS]. (2011). *Maltrato de las Personas Mayores: Datos y cifras*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/abuse-of-older-people#:~:text=Este%20tipo%20de%20violencia%20constituye,la%20dignidad%20y%20el%20respeto.>
- Organización Panamericana de la Salud. [OPS]. (2020). *Las personas mayores de 60 años han sido las más afectadas por la COVID-19 en las Américas*. <https://www.paho.org/es/noticias/30-9-2020-personas-mayores-60-anos-han-sido-mas-afectadas-por-covid-19-americas>
- Ortiz Granja, D. (2015). El constructivismo como teoría y método de enseñanza. *Sophía*, 1(19), 93. <https://doi.org/10.17163/soph.n19.2015.04>
- Palma, L. (2014). La exclusión social en México, 1995-2010. *Tesis Doctoral (Asesor Gregorio Vidal Bonifaz)*. Universidad Autónoma Metropolitana. [http://dcsh.izt.uam.mx/posgrados/mydes/economiasocial/wp-content/themes/economiasoc/les\\_doctorado\\_tesis/palma\\_delgado\\_liliana\\_2014-P.pdf](http://dcsh.izt.uam.mx/posgrados/mydes/economiasocial/wp-content/themes/economiasoc/les_doctorado_tesis/palma_delgado_liliana_2014-P.pdf)
- Pascual, A. y Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*, 36(1), 74-83. <https://www.redalyc.org/journal/2430/243058940007/html/>
- Pearlin, L. y Schooler, C. (1978). La estructura del afrontamiento. *Revista de Salud y Comportamiento Social*, 19 (1), 2–21. <https://psycnet.apa.org/record/1979-06036-001>
- Pelechano, V., Matud, M.P. y de Miguel, A. (1993). Habilidades de afrontamiento en enfermos físicos crónicos. *Análisis y Modificación de Conducta*, 19(63), 91-149. <https://redined.mecd.gob.es/xmlui/handle/11162/21147>
- Peñarroya Baulés, A, Ballús-Creus, C., & Pérez Martínez, J. (2022). Diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento, el catastrofismo y el estado de ánimo en función del tiempo de evolución del dolor crónico. *Revista de La Sociedad Española Del Dolor*, 18(2), 77–83. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-80462011000200002](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-80462011000200002)
- Pérez, K. y Eizaguirre, M. (2022). *Diccionario de acción humanitario y cooperación al desarrollo*. [https://www.researchgate.net/publication/334520164\\_Diccionario\\_de\\_Accion\\_Humanitaria\\_y\\_Cooperacion\\_al Desarrallo](https://www.researchgate.net/publication/334520164_Diccionario_de_Accion_Humanitaria_y_Cooperacion_al Desarrallo)
- Plan Estratégico de Juárez A.C. (2019). *Informe Así estamos Juárez 2019*. [https://planjuarez.org/wp-content/uploads/2019/06/Informe\\_AEJ\\_2019\\_Impresion.pdf](https://planjuarez.org/wp-content/uploads/2019/06/Informe_AEJ_2019_Impresion.pdf)
- Quecedo, R. y Castaño C. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica*, 14, 5-39. <https://www.redalyc.org/pdf/175/17501402.pdf>

- Quintanar, A. (2010). Análisis de la calidad de vida en adultos mayores del municipio de Tetepango, Hidalgo: a través del instrumento whoqol-bref. *Tesina Licenciatura (Asesor Eloy Mata Pérez). Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*. [https://www.uaeh.edu.mx/nuestro\\_alumnado/esc\\_sup/actopan/licenciatura/Analisis%20de%20la%20calidad%20de%20vida.pdf](https://www.uaeh.edu.mx/nuestro_alumnado/esc_sup/actopan/licenciatura/Analisis%20de%20la%20calidad%20de%20vida.pdf)
- Quintero, S., y Trompiz, J. (2013). El adulto mayor como transmisor de tradición y cultura de la corianidad. *Multiciencias*, 13(1), 39-45. <https://www.redalyc.org/pdf/904/90428348005.pdf>
- Ramírez, C. (2014). *Abandono social de las personas adultas mayores en la Ciudad de México*. Revista de la Red Latinoamericana de Gerontología. <https://www.gerontologia.org/portal/information/showInformation.php?idinfo=2974>
- Raya, E. (2005). *Categorías sociales y personas en situación de exclusión. Una aproximación desde el país vasco*. Madrid. Universidad Complutense de Madrid. <http://www.Redalyc.org/pdf/112/11204704.Pdf>
- Raya, E. (2007). *La exclusión educativa en los procesos de desigualdad social*. In *La Escuela del siglo XXI: la educación en un tiempo de cambio social acelerado: XII Conferencia de Sociología de la Educación, 14-15 septiembre 2006*. Logroño, 2007; p. 131. Universidad de la Rioja. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2376276>
- Real Academia de la Lengua Española [RAE]. (2022). Definición de afrontar. <https://dle.rae.es/afrontar?m=form>
- Real Academia de la Lengua Española [RAE]. (2022). Definición de resiliencia. <https://dle.rae.es/resiliencia?m=form>
- Rekalde, I., Vizcarra, M. T., y Macazaga, A. (2014). La observación como estrategia de investigación para construir contextos de aprendizaje y fomentar procesos participativos. *Educación XXI*, 17 (1), 201-220. <https://www.redalyc.org/pdf/706/70629509009.pdf>
- Rey, F. (2008). La discriminación múltiple, una realidad antigua, un concepto nuevo. *Revista española de derecho constitucional*, 84, 251-283. <https://www.inclusion.gob.es/oberaxe/ficheros/documentos/LaDiscriminacionMultiple.pdf>
- Rivera, A. y Montero, M. (2007). Medidas de afrontamiento religioso y espiritualidad en adultos mayores mexicanos. *Salud mental*, 30(1), 39-47. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-33252007000100039&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-33252007000100039&script=sci_arttext)
- Rivera, A. y Montero, M. (2008). Estructura de pérdidas en la adultez mayor: una propuesta de medida Salud Mental. *Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz*, 31(6), 461-468. <https://www.redalyc.org/pdf/582/58212099006.pdf>
- Rivera, J. (2013). Teoría y práctica de la discriminación en el mercado laboral ecuatoriano (2007-2012). *Analítika: Revista de análisis estadístico*, 5, 7-24. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Revistas/Analitika/volum-multimedia/ANALitica5/files/assets/downloads/page0010.pdf>
- Rizo, A. (2006). ¿A qué llamamos exclusión social? *Polis. Revista de la Universidad Bolivariana*, 5 (15). 1-13. <https://www.redalyc.org/pdf/305/30517306018.pdf>

- Robles, B. (2011). La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropológico. *Cuicuilco*, 18, (52), 39-49. <https://www.redalyc.org/pdf/351/35124304004.pdf>
- Rocamora, P. (2008). Psicología social de la exclusión. *Anales de la Real Academia de Doctores de España*. 12, 141-171.
- Rocha, A., Amarís, M., y López W. (2017). El perdón como estrategia de afrontamiento. Una mirada desde el modelo de la complejidad del afrontamiento. *Terapia Psicológica*, 35 (3), 271-281. <https://www.redalyc.org/pdf/785/78554029007.pdf>
- Rodríguez, M. (2013). *Perdidas en la vejez*. <https://www.tanatologia-amtac.com/descargas/tesinas/97%20Perdidas.pdf>
- Rojas, E. (2016) Importancia de la inclusión social de los adultos mayores, una generación olvidada por parte del Estado. <https://repository.unimilitar.edu.co/handle/10654/16038>
- Romero, K. (2018). Estrategias de afrontamiento, resiliencia y significados del conflicto armado en adultos mayores víctimas. [Trabajo de grado para optar al título de Psicóloga]. Universidad Pontificia Bolivariana, Facultad de Psicología. [https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/6297/digital\\_38330.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/6297/digital_38330.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Romero, M. y Muñoz M. (2014). Comunidad y desarrollo comunitario: aspectos teóricos y metodológicos. *Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 2 (2), 77-89 <https://www.redalyc.org/pdf/5523/552357197008.pdf>
- Rueda, M.B.; Aguado, A.L., y Alcedo, M.A. (2008). Estrés, afrontamiento y variables psicológicas intervinientes en el proceso de adaptación a la Lesión Medular (LM): una revisión de la bibliografía. *Intervención Psicosocial*, 17(2), 109-124. <https://www.redalyc.org/pdf/1798/179814018002.pdf>
- Sáenz, A. (2015), Muestreo y selección de fuentes de información. Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria. ([https://www.semfyec.es/wp-content/uploads/2018/01/M3\\_curso\\_intro\\_investigacion\\_cualitativa.pdf](https://www.semfyec.es/wp-content/uploads/2018/01/M3_curso_intro_investigacion_cualitativa.pdf))
- Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit*, (13), 71-78. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272007000100009](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100009)
- Sánchez, D. y Egea, C. (2022). Enfoque de vulnerabilidad social para investigar las desventajas socioambientales: Su aplicación en el estudio de los adultos mayores. *Papeles de Población*, 17(69), 151-185. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-74252011000300006](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252011000300006)
- Sánchez, J. (2022). *Pensión para adultos mayores aumentó 232% en cuatro años: titular de Bienestar*. La Jornada. <https://www.jornada.com.mx/notas/2022/01/05/politica/pension-para-adultos-mayores-aumento-232-en-cuatro-anos-titular-de-bienestar/>
- Sánchez, G. (2011). Género y vejez: Una mirada distinta a un problema común. [https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/62\\_1/PDF/08\\_Genero.pdf](https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/62_1/PDF/08_Genero.pdf)
- Sánchez, P., Robles-Bello, D., y Auxiliadora, M. (2015). Escala de Resiliencia 14 ítems (RS-14): Propiedades Psicométricas de la Versión en español. *Revista Iberoamericana de*

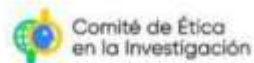
- Diagnóstico y Evaluación.* 2 (40), 103-113.  
<https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645432011.pdf>
- Sandoval, K., García, M. y Luis, O. (2019). Pérdidas a lo largo del ciclo vital en adultos mayores. *Psicología y Salud*, 28(1), 70-90.  
<file:///C:/Users/rudyo/OneDrive/Escritorio/2570-Texto%20del%20art%C3%ADculo-11905-1-10-20181123.pdf>
- Santamarina, C. (2004). La imagen de las personas mayores. Envejecimiento y sociedad: Una perspectiva pluridisciplinar. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=4783>
- Secretaría de Bienestar. (2013). *Logra el Inapam avances sustantivos para las personas adultas mayores*. Gob.mx. <https://www.gob.mx/bienestar/prensa/logra-el-inapam-avances-sustantivos-para-las-personas-adultas-mayores>
- Secretaría de Bienestar. (2022). *En 2022, más presupuesto y más beneficiarios en programas de Secretaría de Bienestar*. Gob.mx. <https://www.gob.mx/bienestar/prensa/en-2022-mas-presupuesto-y-mas-beneficiarios-en-programas-de-secretaria-de-bienestar>
- Secretaría de Desarrollo Social. [SEDESOL]. (2010). *Diagnóstico sobre la situación de vulnerabilidad de la población de 70 años y más*. <https://docplayer.es/17372482-Diagnostico-sobre-la-situacion-de-vulnerabilidad-de-la-poblacion-de-70-anos-y-mas.html>
- Secretaría de Desarrollo Social. [SEDESOL]. (2020). *Programa 70 y Más de Sedesol. Adultos Mayores*. <https://www.adultos-mayores.net/programa-70-y-mas-de-sedesol/#:~:text=El%20programa%2070%20y%20M%C3%A1s,76%2C%20315%20localidades%20del%20pa%C3%ADs>
- Senado de la República. (2014). *Gaceta Parlamentaria*. México. <https://www.senado.gob.mx/informacion/gaceta/documento/50817>
- Snyder, C. (1999). *Coping. The psychology of what works*. Oxford.
- Sociedad Mexicana de Psicología, A.C. (2010). Código de ética del psicólogo. <https://cdn.website-editor.net/50c6037605bc4d1e9286f706427108e6/files/uploaded/C%25C3%25B3diago%2520%25C3%2589tico%2520del%2520Psic%25C3%25B3logo%2520Sociedad%2520Mexicana%2520de%2520Psicolog%25C3%25ADa.pdf>
- Sohl, S. & Moyer, A. (2009). Refining the conceptualization of a future-oriented self-regulatory behavior: *Proactive coping*. *Personality and Individual Differences*, 47(2), 139-144.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886909000877>
- Solís, P. (2017). *Discriminación estructural y desigualdad social: con casos ilustrativos para jóvenes indígenas, mujeres y personas con discapacidad*. CONAPRED. [https://www.conapred.org.mx/documentos\\_cedoc/Discriminacionestructural%20accs.pdf](https://www.conapred.org.mx/documentos_cedoc/Discriminacionestructural%20accs.pdf)
- Soria, R. (2015). ¿Por qué puede fracasar una política pública? El caso del Programa de Subsidio para la Seguridad Pública de los Municipios y Demarcaciones Territoriales del Distrito Federal. *Revista de El Colegio de San Luis*, 5(10), 38-68.  
<https://www.scielo.org.mx/pdf/rcsl/v5n10/1665-899X-rcsl-5-10-00038.pdf>
- Stafford M.C., & Scott R.R. (1986) Stigma, Deviance, and Social Control. En: Ainlay S.C., Becker G., Coleman L.M. (eds) *The Dilemma of Difference. Perspectives in Social Psychology. A Series of Texts and Monographs*. 77-91. Springer.
- Stanton, A. & Dunquel, S. (1991). Adaptación psicológica a la infertilidad. [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4899-0753-0\\_1](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4899-0753-0_1)

- Stanton, A. L., & Dunkel-Schetter, C. (1991). *Infertility. Perspectives from stress and coping research*. Plenum.
- Székely, M y Pardo, J. (2005). Pobreza y desigualdad en México entre 1950 y 2004. *El trimestre económico*, 72(288), 913-931.  
<https://www.redalyc.org/pdf/313/31340944007.pdf>
- Téllez, A., Molina, I. y Álvarez, A. (2019). La exclusión social una revisión desde una perspectiva psicosocial. *Alternativas en Psicología*, 43. 145-158.  
<https://alternativas.me/attachments/article/220/10%20%20La%20exclusi%C3%B3n%20social.pdf>
- Tezanos, J. F. (2002). Desigualdad y exclusión social en las sociedades tecnológicas. *Revista del Ministerio de Trabajo y Asuntos sociales*, 35, 35-54.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=253629>
- Tezanos, J. F. (2001). *La sociedad dividida. Estructuras de clases y desigualdades en las sociedades tecnológicas*. Biblioteca Nueva.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2149557>
- Torres, L. y Villagrán, J. (2014). Consideraciones sobre el envejecimiento, género y salud. En Gutiérrez, LM y Gutiérrez, JH (2010). *Envejecimiento humano. Una visión transdisciplinaria*. México: Instituto de Geriátria. Consideraciones sobre el envejecimiento, género y salud.  
<http://repositorio.inger.gob.mx/jspui/handle/20.500.12100/17391>
- Universidad Autónoma de Ciudad Juárez [UACJ]. (2020). Reglamento del comité de ética en la investigación.  
<https://www.uacj.mx/Investigacion/documentos/comite/Reglamento%20de%20Comit%C3%A9%20de%20%C3%89tica%20en%20la%20Investigaci%C3%B3n.pdf>
- Universidad Nacional Autónoma de México Escuela Nacional de Trabajo Social. (2022). *15 de junio día mundial de la toma de conciencia del abuso y maltrato en la vejez*.  
[https://www.trabajosocial.unam.mx/comunicados/2022/junio/Infografia\\_15jun\\_Dia\\_Mundial\\_Toma\\_Conciencia\\_abuso\\_maltrato\\_vejez.pdf](https://www.trabajosocial.unam.mx/comunicados/2022/junio/Infografia_15jun_Dia_Mundial_Toma_Conciencia_abuso_maltrato_vejez.pdf)
- Varguillas, C. y Ribot de Flores, S. (2007). Implicaciones conceptuales y metodológicas en la aplicación de la entrevista en profundidad. *Laurus*, 13, (23), 249-262.  
<https://www.redalyc.org/pdf/761/76102313.pdf>
- Vázquez, C., Valverde, M., Crespo López & Ring, J. (2003). Estrategias de afrontamiento. *Medicina Clínica en Psiquiatría y Psicología*.  
[https://www.researchgate.net/profile/Carmelo-Vazquez/publication/257032587\\_Estrategias\\_de\\_Afrontamiento/links/5c3d94cc299bf12be3c8b542/Estrategias-de-Afrontamiento.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Carmelo-Vazquez/publication/257032587_Estrategias_de_Afrontamiento/links/5c3d94cc299bf12be3c8b542/Estrategias-de-Afrontamiento.pdf)
- Velasco, H. y Diaz de Rada, A. (1997). *La Lógica de la Investigación etnográfica; Un modelo de trabajo para etnógrafos de la escuela*.  
<https://www.uv.mx/mie/files/2012/10/VelascoHonorioyAngelDiazdeRada.pdf>
- Villavicencio. (2010). El constructivismo kantiano según Rawls como fundamento de los derechos humanos. *Frónesis*, 17(1), 23-52.  
[http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1315-62682010000100004](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-62682010000100004)
- Weiss, E. (2017). Hermenéutica y descripción densa versus teoría fundamentada. *Revista mexicana de investigación educativa*, 22(73), 637-654.  
<https://www.redalyc.org/pdf/140/14050493013.pdf>
- Worthington, E., y Scherer, M. (2004). El perdón es una estrategia de afrontamiento centrada en las emociones que puede reducir los riesgos para la salud y promover la resiliencia

- de la salud: teoría, revisión e hipótesis. *Psicología y Salud*, 19(3), 385-405.  
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0887044042000196674>
- Yo Ciudadano (2019). Presentan informe de actividades de Centros Comunitarios.  
<https://yociudadano.com.mx/noticias/presentan-informe-de-actividades-de-centros-comunitarios/>
- Zepeda, J. (2006). Un marco teórico para la discriminación.  
[http://www.conapred.org.mx/documentos\\_cedoc/E0002%281%29.pdf](http://www.conapred.org.mx/documentos_cedoc/E0002%281%29.pdf)

## Anexos

### Anexo 1. Dictamen del Comité de Ética de la Investigación UACJ



Resolución CEI-2022-1-556

Ciudad Juárez, Chihuahua, a 8 de abril de 2022


**Rodolfo Rentería Cázares**  
**Dr. Alfredo Limas Hernández**  
Presente.

El Comité de Ética en la Investigación (CEI), después de recibir las recomendaciones atendidas del protocolo de investigación CEI-2022-1-08, denominado "Adultos mayores, del estigma a la discriminación: Procesos de afrontamiento a través de estudios de caso en Ciudad Juárez", resolvió:

**Dictamen favorable**

**Atentamente**  
**"Por una vida científica**  
**Por una ciencia vital!"**

  
— Dra. Gwendolyne Peraza Mercado  
Presidente del Comité de Ética en la  
Investigación

  
Dra. María de Jesús Viloria Beltrán  
Secretaria del Comité de Ética  
en la Investigación

c.c.p. Archivo.

## Anexo 2. Consentimiento informado

### Carta de consentimiento informado

A través de este consentimiento se manifiesta que:

Se le invita a participar en el proyecto de investigación sobre la forma de pensar y de cómo perciben la atención general para adultos mayores con el objetivo de comprender los estigmas y su posterior exclusión a partir de la discriminación en los adultos mayores. Queremos conocer a fondo el problema de cómo son tratados los adultos mayores por la sociedad y buscar posibles soluciones a problemas que enfrentan.

Su participación consiste en platicamos sus experiencias mediante una entrevista con preguntas sencillas con una duración de alrededor de una hora. Usted puede participar de manera voluntaria siempre y cuando haya cumplido 60 años y podrá decidir no continuar con su participación sin ningún problema.

No existen riesgos en esta entrevista, pero si siente alguna situación incómoda lo puede expresar con toda confianza, considerando que este centro comunitario es una instalación segura y con los contactos pertinentes en caso de alguna contingencia, además teniendo en cuenta los protocolos de seguridad para protegemos del COVID-19. La información será confidencial respetando sus derechos sin identificar su nombre o algún otro dato de identidad.

Esta investigación traerá como beneficio, el contar con información actualizada a nivel local sobre condiciones generales que viven los adultos mayores, describir como lo enfrentan y dar a conocer a los participantes y a la institución. Así como compartir y reflexionar sobre posibles soluciones específicas a la problemática de la exclusión social de los adultos mayores, lo cual no representa ningún gasto.

Se me ha explicado que mi participación es voluntaria y que puedo abandonar el estudio en el momento que lo desee sin que esto afecte mi relación con el Centro Comunitario. Se me ha garantizado que todos mis datos son confidenciales y privados, que la información que proporcione es con fines de investigación y que las evidencias generadas de la presente investigación serán resguardadas sin identificar mi nombre o cualquier dato de identidad.

Declaro que todo lo que se ha mencionado en este documento me fue explicado verbalmente.

Con fecha \_\_\_\_\_ y, habiendo comprendido lo anterior y una vez que se me aclararon todas las dudas que surgieron con respecto a mi participación, acepto participar en el estudio antes mencionado.

\_\_\_\_\_  
Nombre, firma y/o huella digital de la participante o responsable legal

\_\_\_\_\_  
Nombre y firma del testigo 1

Dirección

Relación que guarda con el participante: \_\_\_\_\_

Firma del investigador o responsable del proyecto: \_\_\_\_\_

#### NOTA DISPENSA DE CONSENTIMIENTO:

Este documento se extiende por duplicado, quedando un ejemplar en poder del sujeto de investigación o de su representante legal y el otro en poder del investigador. Queda entendido que este documento estará disponible para su consulta y deberá ser conservado por el investigador responsable durante un mínimo de 5 años (NOM-004-SSA3-2012). Para preguntas o comentarios comunicarse con el investigador Rodolfo Rentería Cázares al correo: [al199103@alumnos.uacj.mx](mailto:al199103@alumnos.uacj.mx) o con el responsable del proyecto Dr. Alfredo Limas Hernández al correo: [alimas@uacj.mx](mailto:alimas@uacj.mx)

En caso de sentir vulnerados sus derechos, puede comunicarse con la Dra. Gwendolyne Peraza Mercado y/o Dra. María de Jesús Vitoria Beltrán, Presidente y Secretaria del Comité de Ética en la Investigación de la UACJ, a los correos [gperaza@uacj.mx](mailto:gperaza@uacj.mx) y [maria.vitoria@uacj.mx](mailto:maria.vitoria@uacj.mx)

## **Anexo 3. Instrumentos de investigación**

### ***Guía de preguntas para entrevistas***

#### **I. Eje biográfico**

1. Edad
2. Estado civil
3. Donde ha vivido en sus años de vejez
4. Estudios
5. Salud
6. Descripción de la trayectoria laboral
7. Seguridad social o pensión
8. Lugar de origen

#### **II. Aspectos relevantes sobre la seguridad**

1. ¿Actualmente con quien vive?
2. ¿Qué familiares tiene?
3. ¿Le han dejado solo por largos periodos de tiempo? ¿o sin visitarlo?
4. ¿Si vive solo, quien lo visita? ¿cada cuando lo visitan?
5. ¿Qué actividades realiza? ¿requiere ayuda para ciertas actividades?
6. ¿Ha tenido dificultad para obtener alimentación o medicamentos?
7. ¿Tiene apoyo de familiares o de otras personas? ¿en qué consiste?

#### **III. La discriminación**

1. ¿Considera que ha sido discriminado a causa de la edad?
2. ¿En qué ámbitos considera le ha pasado, familiar, laboral, social u otro? ¿Podría platicarnos de en qué consistieron esos episodios?
2. ¿Cómo logró superar esta situación? o ¿considera que no lo ha superado?
3. ¿Esa discriminación percibida por parte de quién la ha percibido? o ¿por qué instituciones?
4. ¿Cómo le ha afectado?
5. ¿Qué sentimientos o emociones tuvo a partir de esta discriminación?
6. ¿Qué consecuencias tuvo este rechazo?
7. ¿Ha acudido a alguna institución para denunciar la discriminación?
8. ¿Ha recibido apoyo ante estos hechos de discriminación? ¿podría profundizar en el tema?

#### **IV. Aspecto económico**

1. ¿Actualmente trabaja o tiene un ingreso fijo o temporal-ocasional?
2. ¿En qué trabaja?
3. ¿A cuánto equivale su ingreso?
4. ¿Tiene prestaciones de ley?
5. ¿Tiene una pensión o su trabajo actual le permitiría una en un futuro a corto o mediano plazo?
6. En caso de no trabajar ¿cómo logra obtener los recursos para las necesidades básicas?
7. ¿Cuenta con otros ingresos?
8. ¿Tiene algún apoyo del gobierno? ¿cuál es?

#### **V. Salud**

1. ¿Cómo considera su estado de salud?
2. ¿Qué enfermedades padece actualmente?
3. ¿Tiene alguna discapacidad?
4. ¿Cuenta con seguridad social? ¿IMSS, ISSSTE o cuál?
5. ¿En el aspecto emocional como se siente?
1. ¿Ha sido diagnosticado con alguna enfermedad emocional o mental?
2. A raíz de la exclusión social (en caso de manifestarla) ¿qué aspectos emocionales le ha afectado? ¿Cómo se ha sentido? ¿es posible profundicemos en ellos?

**VI. Maltrato (Opcionales en caso de manifestar algún tipo) se profundizará en los aspectos manifestados.**

1. ¿Le han insultado a causa de su situación de adulto mayor?
2. ¿Le han dejado de dar el dinero que requiere para sus necesidades básicas?
3. ¿Ha recibido amenazas?
4. ¿Ha sufrido daño físico?
5. ¿Le han presionado para que deje de ser propietario de una vivienda o inmueble?
6. ¿Le han dejado de dar alimento o medicamentos que requiere?
7. ¿Lo han amenazado con llevarlo a un asilo?
8. ¿No le han permitido manejar su dinero o tener control de sus bienes?

#### **Anexo 4. El proceso para el inicio de la investigación**

Siempre tuve interés por las ciencias sociales en lo general. Cuando era joven tuve una fuente disyuntiva para elegir la carrera que estudiaría, no me decidía si sería entre economía o psicología, ambas me parecían muy atractivas e interesantes, finalmente, diversas situaciones me impidieron graduarme en alguna de las dos y termine concluyendo la Lic. En Desarrollo Comunitario, que de igual manera se situaba dentro de las ciencias sociales y con una relación directa con los miembros de las comunidades. Mi trayectoria laboral enfocada en la intervención social en lugares como el DIF, Centro de Psicología y Fortalecimiento Familiar, Centros Comunitarios, SEDESOL federal, entre otros espacios más, me condujo a conocer situaciones y personas que ponían de manifiesto la enorme inequidad social, agravándose la situación en personas pertenecientes a grupos vulnerables, personas con discapacidad, adultos mayores, o personas en situación de calle, son percibidos como incómodos, más aún cuando buscan ocupar espacios para su desarrollo o la interacción social al igual que cualquier otra persona. Yo mismo en algunas ocasiones lo he percibido, aunque en mucho menor medida.

Lo anterior me llevó a centrar como foco de interés a los grupos vulnerables, por tal motivo, cuando logre acceder a estudiar una maestría, tuve como línea de investigación la discriminación y estigma que sufren las personas adictas en recuperación para lograr reinsertarse en el medio social, anteriormente había participado en Centros de Integración Juvenil, y las historias vividas por cada uno de los internos, eran desgarradoras, muchos de ellos con sucesos de vida que incluían abusos en todos sentidos, además, padeciéndolos desde niños a manos de sus propios familiares que a priori debieran darles cariño y protección. Este segmento de los grupos vulnerables representa ser paria en la sociedad, y tiene muchas aristas, son un grupo vulnerable que no provocaba ternura, condescendencia o “lastima” (este último adjetivo, lo describo conforme a la teoría de Goffman sobre la sociedad y su relación con las minorías) no, las personas adictas en recuperación provocan en la mayoría de las veces desconfianza y miedo, haciendo mucho más complicado lograr la reinserción social.

Cuando decidí buscar una oportunidad para cursar el doctorado tenía claro que mi tema de investigación sería relacionado a los grupos vulnerables ¿pero cuál grupo? No me decidía por alguno es específico. Me pareció muy interesante desarrollar una investigación sobre la discriminación de manera general, cómo era concebida en Ciudad Juárez, basándome en la comparación de varios grupos vulnerables. Sin embargo, en cada coloquio, cada presentación durante los tres primeros semestres, identifiqué resistencia por parte de los doctores a los que les presentaba mis avances, tal vez no logré ser lo suficientemente claro sobre la parte medular de mi trabajo, recibía comentarios como “son muchos grupos” “debes decantarte por alguno”, entre otros más relacionados. A pesar de mis explicaciones, no pude convencerlos de que no era una investigación de cada grupo, sino de cómo se concebía la discriminación en lo general, explicada a través de los diversos grupos elegidos. Finalmente decidí hacer una investigación enfocada en los adultos mayores, donde desarrollaba sobre la discriminación, exclusión social e interseccionalidad (discriminación múltiple) que agrava aún más las expresiones discriminatorias. Lo anterior significó un esfuerzo enorme por ajustar y cambiar la introducción y el marco teórico enfocado ahora en el adulto mayor, mucho de mi anterior avance tuvo que ser removido.

Me encontraba a la mitad del doctorado y se venían cambios importantes para mi investigación. Una profesora me recomendó abordar a los ancianos que vivían en condición de calle, sin embargo, me parecía un arduo trabajo, además de tener una visión diferente, no comparable a adultos mayores comunes. Pensé en los asilos donde son cuidados y en una búsqueda inicial, noté que sería más complicado, ya que en algunos que pregunte como el Hogar de los Abuelos, o Los años Dorados, mencionaban que sería difícil, ya que se requiere la aprobación de los familiares. Luego pensé en los grupos donde se reunían los adultos mayores en los centros comunitarios, los cuales se denominan Consejo del Adulto Mayor. En los años 2011 y 2012 trabajé en el Centro Comunitario Fco. I. Madero, el cual, tenía mucha convocatoria, pues en aquellos años fue su inauguración. Ese centro queda relativamente cerca de mi domicilio, calculo a unas 20 cuadras, lo que me permitiría ir y venir sin necesidad de solicitar me llevaran ni me trajeran en vehículo, podría trasladarme en mi silla de ruedas. Por lo que me pareció una muy buena opción.

Llegado el momento iría a un primer contacto al centro comunitario, me preparé con mi silla de ruedas bien cargada, la cual me empodera, me permite recorrer largas distancias, me da independencia, puedo cargar cosas y me permite transitar por terrenos agrestes, sin pavimento, ya que es considerada como todo terreno por sus llantas gruesas. En alguna de las reuniones de grupos apoyo, recreación, y convivencia con personas con discapacidad a las que acudía en El Paso hace algunos años, un miembro, me hizo una especie de reclamo por usar esa silla, “tu no deberías usar esa silla, no la necesitas” en efecto, mi problema motriz está en las piernas, sin embargo, no podría hacer muchas cosas que hago impulsando una silla manual. También preparé mochila con cuaderno, pluma, agua y, muy importante, mi paraguas, siempre que salgo es muy relevante, no precisamente para el sol o la lluvia, debo traerlo ya que las banquetas son inaccesibles para sillas de rueda y debo transitar por la calle, con el paraguas soy más visible para las personas en automóviles, además, otro inconveniente son los perros, he tenido episodios verdaderamente dramáticos con ellos, con el paraguas podría ahuyentarlos o incluso defenderme en caso de una situación grave.

Llegue aproximadamente a las 10 de la mañana al centro comunitario, al cual, tenía muchos años de no volver. Me sorprendió ver que habían quitado las canchas de basquetbol y las convirtieron en estacionamiento para los vehículos. Lucía muy desolado y no escuchaba la música que era común por las clases de zumba ¿qué pasaría? ¿se canceló la zumba? cómo podía ser, si era muy concurrida, había muchas personas a esa hora. Parecía un lugar abandonado, bastante sucio y descuidado. Nada que ver con aquellos años cuando participaba en él. Pregunté a una persona en las oficinas por el director de centro y me dijo que no había, que ya no trabajaba el director anterior, que había una encargada, una señorita joven, la cual me atendió, le mencione mis intenciones y prácticamente no quiso comentarme ni darme ningún pormenor o respuesta, me informó que tenía que acudir a las oficinas de los centros comunitarios para obtener más información. Salí con una sensación melancólica, no por la respuesta, sino por lo abandonado que lucía el centro, sin gente, sin vida, estaban sólo los empleados.

En días posteriores acudí a las oficinas de los centros comunitarios, pregunte por la persona que trataba los temas de los permisos para acceder al centro, sin embargo, no la encontré, pedí sus datos y al siguiente día le llame por teléfono, fue una llamada muy cordial, me

explico todo, y me compartió todos los datos para presentarle un oficio de la universidad. Se hicieron las gestiones correspondientes, a los pocos días siguientes acudí por mi oficio a la coordinación del doctorado y ese mismo día entregué el documento a la persona correspondiente. Fue muy fructífera la visita, ya que mencionó el interés por generar vínculos con la universidad en pro de proyectos que pudieran ser desarrollados en los centros comunitarios. El joven mencionó, que me estaría llamando en el siguiente viernes para informarme si podía acudir al centro, sin embargo, no recibí la llamada, pasaron tres semanas y decidí marcarle yo, me respondió y me comentó sobre que no había ningún problema, que ya podía acudir al centro comunitario (supongo que lo olvido). A los pocos días de esa llamada, leo en las noticias de cambios administrativos en la dirección de centros comunitarios, habían salido las personas a las que dirigimos el oficio, esperando no hubiera retrasos más adelante que entorpecieran mi acceso. Sin embargo, no hubo tal y acudí según lo planeado.

## Anexo 5. Bitácoras: Notas de campo

### *Bitácora inicial*

Bitácoras: Proyecto Adultos mayores				
Sesión No.	1			
Fecha de sesión	11 de noviembre del 2022			
Lugar	Centro Comunitario Fco. I. Madero			
Horario (inicio y fin)	9:40-12:20			
Participantes	Total 35	H 11	M 24	
Consideraciones de participantes	Ninguna			
Descripción de lo observado (Énfasis en objetivos o actividades programadas en la sesión).	Aspectos significativos:			
<p>Mientras esperábamos a las demás personas escuchaba las pláticas, mientras discretamente hacia anotaciones de lo que veía o me llamaba la atención, discutían sobre Juanita, que tenía tiempo de no venir, Chayito mencionado que le había marcado varias veces, pero no tenían ninguna noticia de ella. Hablaban de las despensas que le daban cada dos meses, que cada vez tenían menos, eso sí “se toman la foto con la caja que nos daban antes y no con la bolsa de ahora” comentó un señor. El mismo comentaba que deberían repartirles las despensas de los que ya se murieron. Cuando llegaron alrededor de 23 personas y ya eran las 10:15 aproximadamente, Chayito me cedió la palabra para presentarme, comentarles algo de mi y la investigación que planeo realizar, ella me apoyó diciéndoles, “hay que darle entrevista al joven”.</p> <p>Después de la presentación me acomodé en el mismo sitio y empieza la amena charla con Guadalupe, le digo “porque no penden la calefacción” y grande fue mi sorpresa cuando me informa que tienen como 4 años sin luz eléctrica ni agua potable, solo hay agua en los baños y la luz la cortaron por falta de pago, que en las oficinas están colgados y de ahí pasan un alambre para la cafetera. Que en verano hay que llevar las reuniones afuera por el insostenible calor. Hace mención de lo abandonado que está el centro, que la alberca no funciona hace dos años, tiene fugas y le hace falta mucho mantenimiento, a las charlas se nos une Soledad y confirma lo que menciona Guadalupe, mientras noto que las personas se le acercan y le dan dinero, y ella los anota, las galletas, el café, el champurrado no los auspicia el DIF o el comunitario, ellos mismos los compran a través de</p>	<p>Primera visita al centro comunitario.</p> <p>Tuve la misma sensación de desolación percibida en semanas anteriores, pero avanzando por la entrada, adelante ya veía personas, eran adultos mayores que estaban prestos para la reunión, la cual, es los viernes a las 10 de la mañana.</p> <p>Todo fluye muy bien y es divertido, salvo algunas personas que no participan en las diferentes dinámicas.</p> <p>Presentación con la coordinadora del grupo. Me presento, ella me dice su nombre; María del Rosario, y le explico el porqué de mi visita y cuáles son mis intenciones, le quiero mostrar el oficio, pero no le interesa mucho verlo, me dice que soy bienvenido, llega la tesorera, también adulta mayor y me la presenta, le muestro el oficio y tampoco le hace mucho caso.</p>			

<p>cooperación voluntaria en cada reunión. Me siento mal, no llevo dinero, y les comento que a la otra reunión me ponía a mano, “de ninguna manera” comenta Chayito, “es bienvenido y no tiene que dar nada” le respondo “como no Chayito, quiero integrarme al grupo y hacer comunidad” “ha bueno, como guste” menciona en un tono muy cordial. Sigue la amena charla y tocamos diversos temas como la situación de los adultos mayores, me dicen que hacen fiestas, celebran cumpleaños, siempre con música y comida, organizan almuerzos “de traje” platicamos del dr encargado de los grupos del adulto mayor en toda la ciudad (en los centros comunitarios que se jubiló, pero les checaba la presión, el azúcar, etc. Cómo festejaron el día del abuelo en un salón muy elegante. Todas las personas fueron muy cordiales y platicadoras, había un señor en silla de ruedas, varios usaban bastón, y reconocí y me reconocieron algunos adultos mayores que participaban en el grupo desde hace 10 años cuando trabajé ahí.</p>	
<p>Conversaciones relevantes</p> <p>Empiezan las negociaciones para determinar cunad puedo ver y entrevistar a algunos de los adultos mayores más adelante.</p>	
<p>Reflexiones generales y auto-referencia (¿qué reacciones tuve en la sesión ante lo que pasaba?)</p> <p>Al entrar note un salón grande, al fondo se veía un altar de muertos en honor a Pedro Infante, muy buen elaborado, con detalles en papel, casos de barro con fruta y una foto grande del actor. Las personas estaban sentadas alrededor del salón, había una mesa de plástico al centro, donde estaba la olla de champurrado y galletas, de lado derecho otra mesa con una cafetera grande, vasos y platos desechables. La mayoría de las personas muy bien vestidas para la ocasión se notaba que la mayoría tomaba con júbilo estas reuniones.</p>	
<p>Información relevante</p> <p>Participo dentro del grupo y me involucro. Con el propósito de generar lazos de confianza, conócelos y que me conozcan.</p>	<p>Preguntas y cuestiones de seguimiento</p> <p>Seguir participando activamente en las actividades varias.</p>
<p>Notas y otros</p> <p>Ninguna.</p>	

Fecha y lugar de elaboración de bitácora: sábado 12 de noviembre del 2022
Elaborada por: Rodolfo Renteria Cazares

## Bitácora 2

Bitácoras: Proyecto Adultos mayores				
Sesión No.	2			
Fecha de sesión	18 de noviembre del 2022			
Lugar	Centro Comunitario Fco. I. Madero			
Horario (inicio y fin)	9:50-12:20			
Participantes	Total 39	H 12	M 27	
Consideraciones de participantes	Ninguna			
Descripción de lo observado (Énfasis en objetivos o actividades programadas en la sesión).	Aspectos significativos:			
Participación en el taller sobre depresión.	Interacción dentro del grupo en todas las actividades.			
Participación en el taller de buenas prácticas para el desarrollo de habilidades personales y comunitarias.	Comparto teléfonos con una de las adultas mayores, requiere apoyo para asesorarla sobre como conseguir un dispositivo para la movilidad. Y, acordamos comunicarnos en la semana.			
Conversaciones relevantes				
Invito a dos de las personas para que me concedan una entrevista para la próxima semana.				
Reflexiones generales y auto-referencia (¿qué reacciones tuve en la sesión ante lo que pasaba?)				
Todo fluyó de excelente manera, la interacción con los miembros del grupo la puedo considerar como acorde y exitosa. Algunos adultos mayores recuerdan mi nombre.				
Información relevante	Preguntas y cuestiones de seguimiento			

Participo dentro del grupo y me involucro. Con el propósito de generar lazos de confianza, conócelos y que me conozcan.	Seguir participando activamente en las actividades varias.
Notas y otros	
Ninguna.	
Fecha y lugar de elaboración de bitácora: sábado 19 de noviembre del 2022	
Elaborada por: Rodolfo Renteria Cazares	

### **Bitácora 3**

Bitácoras: Proyecto Adultos mayores				
Sesión No.	3			
Fecha de sesión	25 de noviembre del 2022			
Lugar	Centro Comunitario Fco. I. Madero			
Horario (inicio y fin)	9:40-10:50			
Participantes	Total 4	H 3	M 1	
Consideraciones de participantes	Ninguna			
Descripción de lo observado (Énfasis en objetivos o actividades programadas en la sesión).	Las condiciones climáticas no permitieron llevar a cabo la reunión, llegando al comunitario me informan que se ha suspendido la reunión, que la coordinadora les acaba de informar. Sin embargo, había quedado con dos personas que iba a entrevistar por lo tanto esperaría algún tiempo por si llegaban.  Las personas que entrevistaría no llegaron.			Aspectos significativos:  Logré entrevistar a una persona de las que llego, fueron 4, pero se retiraría rápido.
Conversaciones relevantes	Entrevista al Sr. Benito			
Reflexiones generales y autorreferencia (¿qué reacciones tuve en la sesión ante lo que pasaba?)				

Se llevó a cabo la entrevista en un espacio que nos permitieron los trabajadores del centro comunitario, puesto que se canceló la sesión el salón grande debía cerrarse.	
Información relevante	Preguntas y cuestiones de seguimiento
Ninguna	Ninguna.
Notas y otros	
Ninguna.	
Fecha y lugar de elaboración de bitácora: sábado 26 de noviembre del 2022	
Elaborada por: Rodolfo Renteria Cazares	