

## **ELABORACIÓN DE PROYECTOS EN ADULTOS MAYORES: APORTES DE LA ORIENTACIÓN**

**Ciano Natalia\* - Mirta Gavilán\*\***

### **Resumen**

El presente trabajo sistematiza la labor desarrollada durante el primer año de la beca de iniciación del proyecto de investigación “*La Orientación en el nuevo modelo de envejecimiento activo: elecciones educativas, laborales, personales, sociales (1)*”. Dicho proyecto articula el Modelo de Envejecimiento Activo y el Modelo Teórico Operativo en Orientación, con el propósito de conocer cómo elaboran los nuevos proyectos los adultos mayores que pertenecieron al sistema formal de trabajo y aquellos que permanecieron fuera de él, y diseñar propuestas programáticas de Orientación y elección educativa, laboral, personal y social destinadas a esta población.

La muestra está conformada por sesenta personas de entre 64 y 74 años de edad, residentes en la Ciudad de La Plata. Las primeras conclusiones dan cuenta de la importancia que atribuyen los adultos mayores a la elaboración de proyectos en esta etapa del ciclo vital, prevaleciendo los proyectos educativos, personales y sociales; así como la identificación de factores económicos, condiciones de salud, demanda de cuidados de otros familiares y apoyo social, entre otros, como condicionantes para la concreción de dichos proyectos. Las

---

\* Becaria de Iniciación, Secretaría de Ciencia y Técnica, UNLP. Resolución N° 329/09 de fecha 18 de mayo de 2009, Docente de la Facultad de Psicología, Universidad Nacional de La Plata. nataliaciano@gmail.com

\*\* Doctora en Psicología. Directora de la Beca de Iniciación, Profesora Titular Ordinaria, Facultad de Psicología, UNLP. gavilanmirta@gmail.com

diferencias encontradas con respecto al sistema de trabajo al que han pertenecido se observan principalmente en el tipo de proyecto elaborado.

**Palabras clave:** Orientación – Prevención - Envejecimiento - Proyectos.

### **Introducción**

El estudio sobre la vejez ha tomado gran relevancia desde las distintas disciplinas ya que el envejecimiento poblacional plantea nuevos escenarios y nuevos desafíos a la ciencia y a la sociedad en general. El fenómeno de transformación demográfica ha dado lugar a numerosas investigaciones y a diversas políticas para brindar una mejor calidad de vida a las personas mayores desde distintos sectores. Como fenómeno social requiere de una mirada desde el paradigma de la complejidad, de un abordaje interdisciplinario y del diseño de estrategias integrales.

Dado que el mayor desarrollo de las teorías e intervenciones en orientación se desarrolló con sujetos adolescentes, el presente proyecto de investigación se propone articular el Modelo de Envejecimiento Activo y el Modelo Teórico Operativo en Orientación.

### **El Modelo Teórico Operativo en Orientación**

El Modelo Teórico Operativo en Orientación fue desarrollado por la Dra. Gavilán (2006). Concibe a la Orientación en un sentido amplio y abarcativo, como un proceso a lo largo de la vida que posibilita intervenciones en distintos momentos de transiciones o cambios relacionados especialmente con la problemática de elección y brinda respuestas a estas

nuevas demandas y desafíos que se presentan. Se sustenta en tres ejes que conforman la “Trilogía orientadora” y giran en torno a la orientación articulándose unos con otros (Gavilán, 1996), éstos son: proceso (en sus tres aspectos: macroproceso, microproceso y proceso específico), imaginario social y prevención. Incluye además los campos de la salud, de la educación, laboral-económico y de las políticas sociales, y los saberes disciplinarios, interdisciplinarios y transdisciplinarios.

La noción de proceso alude a las distintas formas de intervenir desde la orientación en la vida de los sujetos, sea de manera individual o colectiva. Dentro del mismo se diferencian: el macroproceso, que implica que el sujeto no elabora un proyecto aislado del contexto sociocultural donde está incluido, de los valores de su cultura, de las representaciones sociales, sino, por el contrario, todo este medio sociocultural influye en su elección y en su vida. El microproceso comprende los distintos momentos evolutivos en los que por diversos motivos se debe optar. Son “cortes significativos dentro del continuum” (Gavilán, 2006: 184), transiciones en las que el sujeto debe elegir. Y por último, el proceso específico es aquella intervención que se lleva a cabo de manera individual o grupal con aquellos sujetos que necesitan una intervención más personalizada en el momento de la elección.

En cuanto al eje “prevención” se incluyen los tres niveles planteados por Gerald Caplan (1966): prevención primaria, secundaria y terciaria. Se considera que las verdaderas acciones preventivas son las que se llevan a cabo en el nivel primario. Se distinguen dos modalidades de estrategias preventivas: prevención específica y prevención múltiple inespecífica. La prevención específica apunta a la prevención a partir del síntoma, en

cambio la segunda está orientada a modificar aspectos que hacen al estilo de vida, apunta a la modificación de hábitos y actitudes tendiendo al logro de una mejor calidad de vida.

Por último, se incluye como tercer eje la noción de imaginario social. Esther Díaz define al imaginario social como: “el efecto de una compleja red de relaciones entre discursos y prácticas sociales (...). Se constituye a partir de las coincidencias valorativas de las personas. Pero también de las resistencias. Se manifiesta en lo simbólico (lenguaje y valores) y en el accionar concreto entre las personas (prácticas sociales) (...) el imaginario comienza a actuar como tal tan pronto como adquiere independencia de las voluntades individuales. Aunque paradójicamente necesita de ellas para materializarse. La gente, a partir de la valoración imaginaria colectiva, dispone de parámetros epocales para juzgar y actuar (...) La materialidad del dispositivo imaginario reside en los efectos que logra sobre la realidad” (Díaz, 1996: 13-14).

De esto se desprende que el imaginario funciona como parámetro de modos de hacer y de pensar, de discursos y expectativas.

Los Campos son “espacios de saberes y prácticas relacionadas con una misma problemática, y con un conjunto de temas que se desprenden de la misma; saberes y prácticas que se pueden enfocar desde la disciplina, la interdisciplina -en cuanto actividades que se complementan-, y/o desde lo transdisciplinario -entendido como un campo constituido a partir de distintas miradas” (Gavilán, 2006: 113). La necesidad de incluir los distintos saberes (disciplina, interdisciplina y transdisciplina) se fundamenta en el reconocimiento de la complejidad que presenta la realidad social, lo cual requiere superar abordajes simplificadores y asumir visiones más integradoras.

Por último, el Modelo Teórico Operativo en Orientación define a la Orientación como el “conjunto de estrategias y tácticas que emplea el psicólogo y/o psicopedagogo especializado en Orientación para que el orientado o sujeto de la Orientación, individual o colectivamente, mediante una actitud comprensiva, reflexiva y comprometida, pueda elaborar un proyecto educativo, laboral, personal y/o social a lo largo de la vida” (Gavilán, 2006: 194).

### **Modelo de Envejecimiento Activo**

La actual distribución demográfica indica un incremento del envejecimiento poblacional en el mundo y en nuestro país; esto genera un gran interés y preocupación en el tema, ya sea desde los sectores que estudian las tendencias demográficas como en aquellas personas responsables de garantizar y sostener la calidad de vida de los Adultos Mayores (Fernández-Ballesteros, 2007; Staffolani, Orlando & Enria, 2006; Tamer, 2008). El nuevo paradigma en torno al envejecimiento y a la vejez apunta a la plena realización de todas las dimensiones del ser humano, no sólo a un buen estado de salud, sino a la participación social, a la realización personal, etc. Es por ello que el término elegido para designar este nuevo modelo es “Envejecimiento Activo”. Dicho concepto fue introducido en el Plan de Acción sobre Envejecimiento 2002. Desde la Organización Mundial de la Salud se sostiene que si se quiere hacer del envejecimiento una experiencia positiva, una vida más larga debe ir acompañada de oportunidades continuas de autonomía y salud, productividad y protección. Se define al envejecimiento activo como el “proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida con el objetivo de

ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez” (OMS, 2002: 79). El término “activo” refiere a una implicación continua en cuestiones sociales, económicas, espirituales, culturales y cívicas, no sólo a la capacidad para estar físicamente activo.

Ahora bien, teniendo en cuenta estos lineamientos y el aumento de la expectativa de vida surgen los siguientes interrogantes *¿Cómo elaboran los nuevos proyectos los adultos mayores?, ¿cómo se utiliza el tiempo libre, luego del retiro laboral?, ¿qué tipo de preparación u orientación se le ofrece al jubilable, o a quienes no han circulado por el sistema educativo y/o laboral, para elaborar nuevos proyectos?*

Debido a la carencia en nuestro país de políticas de orientación para el retiro o para la generación de nuevos emprendimientos se instala como problema a investigar cómo resuelven la elaboración de nuevos proyectos los adultos mayores que han pertenecido al sistema formal de trabajo y aquellos que se han mantenido fuera de él.

Al haberse extendido la esperanza de vida, restan muchos años luego de la jubilación en los que se dispone de mayor tiempo libre. Sin embargo, debido a la pérdida de un proyecto laboral, que seguramente ha abarcado gran parte de la vida, se producen reorganizaciones en la constitución de la identidad personal y ocupacional, lo cual requiere elaborar cuestiones relacionadas con la pérdida de un lugar social de pertenencia, del ámbito socializador del trabajo y fundamentalmente la posibilidad de elaborar nuevos proyectos. Aisenson plantea que “la manera en que el individuo sobrelleve esta etapa del ciclo de vida dependerá de la identidad que logró constituir y del apoyo social recibido (...) así como de las posibilidades de construir y redefinir proyectos, a partir de la visualización de los

propios recursos y la movilización de estrategias que permitan ponerlos en marcha” (Aisenson, 2002:113).

Dentro de los objetivos de la presente investigación, se incluye: un objetivo general que apunta a diseñar propuestas programáticas de Orientación y elección educativa, laboral, personal y social para adultos mayores; y objetivos específicos vinculados a conocer los tipos y modos de elaboración de proyectos; identificar aquellos factores que facilitan u obstaculizan su elaboración; evaluar las formas en que se afronta el envejecimiento y por último conocer las representaciones que tienen los adultos mayores sobre el envejecimiento.

## **Método**

### **Procedimiento**

En esta primera etapa del proyecto de investigación, se realizó una profundización bibliográfica, una búsqueda en base de datos y análisis de investigaciones llevadas a cabo en contextos nacionales e internacionales. Se seleccionaron las instituciones donde se obtendría la muestra. Se entrevistaron a coordinadores e informantes claves. Luego, se procedió a la identificación y selección de las personas que se adecuaran a los criterios delimitados para la conformación de la muestra. De cada institución se entrevistaron a 15 adultos mayores, excepto del Programa de Educación Permanente, donde se entrevistaron a 15 personas de cada sede. Se seleccionó y administró, con el fin de identificar situaciones problemáticas frecuentes en adultos mayores y evaluar las estrategias implementadas para afrontarlas, un inventario de estrategias de afrontamiento. Se realizó un análisis parcial de la primera etapa de la investigación.

### **Participantes**

Para constituir la muestra se contactaron tres instituciones de la Ciudad de la Plata, de diversas características que nuclean a adultos mayores. La primera de ellas es un Club Social, de Fomento y Deportivo; la segunda, un Sindicato de Docentes Privados; y la tercera, un Programa de Educación Permanente de adultos mayores implementado como actividad de extensión universitaria. De este último se contactaron la sede principal ubicada en el centro de la ciudad y una subsele ubicada en la localidad de Tolosa. La muestra quedó conformada por 60 personas, cuya edad está comprendida entre 64 y 74 años ( $m=68,2$  años), el 70 % de sexo femenino. Se incluyeron personas que han pertenecido al sistema formal e informal de trabajo y otras que no han trabajado fuera del hogar. Si bien se pretendía una muestra con la misma proporción de ambos sexos, hasta el momento se ha logrado contactar principalmente a mujeres debido a su mayor proporción en dichas instituciones.

Dentro del grupo perteneciente al Club Social, de Fomento y Deportivo existe heterogeneidad en cuanto al nivel educativo y al recorrido laboral realizado, aunque ninguno de los participantes continúa activo laboralmente. Asisten tanto hombres como mujeres.

Dada la característica institucional del Sindicato Argentino de Docentes Privados, el grupo está constituido por mujeres que han desarrollado la tarea docente fundamentalmente en el ámbito privado, el 20 % aún no se ha jubilado.

En el grupo perteneciente a la sede céntrica del Programa de Educación Permanente se hallan principalmente profesionales universitarios, jubilados o próximos a hacerlo, que han pertenecido al sistema formal de trabajo. El grupo de la localidad de Tolosa se caracteriza fundamentalmente por poseer un menor nivel educativo (algunos participantes no han finalizado la primaria o la secundaria) y por haber trabajado de manera informal. Tanto en este grupo como en el del Club Social, de Fomento y Deportivo se concentran la mayoría de mujeres que se han dedicado exclusivamente a las tareas del hogar y cuidado de su familia, sin haber trabajado fuera de él.

### **Materiales**

La recolección de datos se llevó a cabo mediante entrevistas semidirigidas y entrevistas en profundidad. Fueron grabadas, previo consentimiento de los participantes, y luego transcritas. Los participantes valoraron las entrevistas como un espacio productivo debido a que lograron resignificar parte de sus historias de vida y redescubrir intereses olvidados.

Para evaluar las estrategias de afrontamiento se utilizó una adaptación española realizada por Cano, Rodríguez y García (2006) del Inventario de Estrategias de Afrontamiento elaborado por Tobin, Holroyd, Reynolds y Kigal en 1989. La primera parte del instrumento está dedicada a evaluar los distintos problemas o situaciones estresantes que se le presentan a los sujetos. Ésta permite que los participantes se expresen en detalles tales como a qué ámbito pertenece la situación problemática, cómo la experimentaron, grado de estrés autopercebido, etc. La segunda parte está compuesta de 40 ítems que luego se agruparán en ocho escalas y un último ítem sin numerar que evalúa la autoeficacia percibida del

afrontamiento. Para responder a los ítems los sujetos deben contestar a cada uno según una gradación que va desde 0 a 4, en donde se plantean como respuestas: en absoluto, un poco, bastante, mucho y totalmente respectivamente.

A continuación se describen sintéticamente las ocho escalas primarias: 1) Resolución de problemas: estrategias cognitivas y conductuales encaminadas a eliminar el estrés modificando la situación que lo produce. 2) Reestructuración cognitiva: estrategias cognitivas que modifican el significado de la situación estresante. 3) Apoyo social: estrategias referidas a la búsqueda de apoyo emocional. 4) Expresión emocional: estrategias encaminadas a liberar las emociones que acontecen en el proceso de estrés. 5) Evitación de problemas: estrategias que incluyen la negación y evitación de pensamientos o actos relacionados con el acontecimiento estresante. 6) Pensamiento desiderativo: estrategias cognitivas que reflejan el deseo de que la realidad no fuera estresante. 7) Retirada social: estrategias de retirada de amigos, familiares, compañeros y personas significativas relacionados con la reacción emocional en el proceso estresante. 8) Autocrítica: estrategias basadas en la autoinculpación y la autocrítica por la ocurrencia de la situación estresante o su inadecuado manejo.

## **Resultados**

Para el análisis de esta primera etapa se seleccionaron cuatro variables:

- Tipos de proyectos que elaboran los adultos mayores.
- Obstáculos para la elaboración y concreción de proyectos.

- Representación sobre el envejecimiento y la vejez.
- Tipos de situaciones problemáticas identificadas por adultos mayores y estrategias de afrontamiento implementadas frente a ellas.

### **Tipos de Proyectos que elaboran los Adultos Mayores**

- Proyectos educativos (50%): se hallan enmarcados fundamentalmente dentro de la educación no formal. La motivación que los origina no consiste en formarse para la inserción laboral ni “obtener un título para...” sino en obtener conocimiento como fin en sí mismo, integrarse a un grupo y compartir con pares, mantenerse en actividad y estimular las funciones cognitivas.
- Proyectos sociales (15%): estos proyectos consisten en generar un beneficio para la sociedad; especialmente abocados a la construcción y consolidación de espacios para adultos mayores dentro de instituciones de carácter público, privadas y del tercer sector. Sólo en algunos casos, estos proyectos están destinados al trabajo con niños y adolescentes. Cabe señalar que éstas son actividades sin fines de lucro y voluntarias, por lo cual también podrían denominarse “proyectos solidarios”. No obstante, se utiliza el término “sociales” por ser más abarcativo.
- Proyectos personales (35%): dentro de este tipo se destacan proyectos relacionados a la familia de origen, la mayoría inmigrantes de Europa. Se aprecia un deseo de “volver a las raíces” expresado, por un lado, en la motivación de conocer el lugar desde donde han emigrado sus familiares y por otro, en el interés de estudiar y aprender la lengua

materna de su familia de origen. Este último proyecto podría incluirse dentro de los proyectos educativos pero debido a la motivación que los origina se incluye dentro de los proyectos personales.

- Proyectos laborales: si bien algunos entrevistados realizan actividades que podrían tener un fin laboral, no persiguen este fin al llevarlas a cabo. Es decir que no se observa la elaboración de este tipo de proyectos.

### **Obstáculos para la Elaboración y Concreción de Proyectos**

Se hallaron de manera recurrente los siguientes factores obstaculizadores:

- Económicos: no contar con los recursos económicos necesarios se presenta como obstáculo para la concreción de nuevos proyectos, aunque se reconoce que hay muchas posibilidades que se brindan gratuitamente, pero éstas no siempre coinciden con los intereses personales;
- Estado de salud: patologías físicas y/o psicológicas son señaladas como obstaculizadoras para concretar algún tipo de proyecto específico; en cuanto a las patologías físicas en las mujeres se observa mayor temor a sufrir incontinencia urinaria y en los hombres a no poder movilizarse por sus propios medios. En cuanto a las patologías mentales, el temor al deterioro cognitivo, principalmente el Alzheimer, predomina en ambos sexos.
- Demanda de cuidados de familiares: debido a los cambios producidos en la familia, en el sistema de trabajo y en la expectativa de vida, muchos adultos mayores no sólo

tienen que cuidar a sus nietos sino que también deben ser cuidadores de sus padres, dedicando gran parte de su tiempo al cuidado de éstos y resignando así sus actividades, intereses y proyectos. Al mismo tiempo, este cuidado hacia los padres puede convertirse en una dependencia económica de estos hacia sus hijos.

- Apoyo social percibido: la falta de apoyo por parte de amistades y de la familia frente a la iniciativa de elaborar nuevos proyectos produce efectos inhibitorios, ya que en muchos casos, al no contar con este respaldo, no se sienten capaces de llevar adelante sus proyectos. Si la familia o el círculo de amistades desestiman los intereses o motivaciones de los cuales puede surgir un proyecto, el adulto mayor frecuentemente adopta la misma actitud, resignando sus intereses por considerarlos sin relevancia. Cabe mencionar que en las distintas instituciones contactadas se observa un fuerte interés por la institución en sí misma y una necesidad de mantener y ampliar el espacio ganado en ella, lo cual indicaría la necesidad de pertenecer a una institución y lograr apoyo social en un ámbito extrafamiliar.
- Prejuicios vinculados a envejecer: tener representaciones negativas sobre el envejecimiento y la vejez es otro de los factores obstaculizadores para elaborar y/o concretar nuevos proyectos. En muchos casos este obstáculo no se verbalizó de manera explícita, no obstante se halla presente implícitamente en los discursos de algunos entrevistados.
- Desvalorización o no reconocimiento de habilidades, recursos y capacidades personales: este factor obstaculizador se halla íntimamente relacionado con la falta de

apoyo social y con los prejuicios vinculados a envejecer. La confluencia de estos factores da por resultado una disminución de la autoestima y la confianza en sí mismo que impide la elaboración de cualquier tipo de proyecto por no sentirse capaz de llevarlo a cabo.

### **Representación sobre el envejecimiento y la vejez**

De las entrevistas llevadas a cabo se observa que los adultos mayores tienen distintas representaciones sobre estos fenómenos:

- Representaciones negativas asociadas a la enfermedad, al deterioro, al declive de funciones cognitivas, a un tiempo pasado sin poder vislumbrar un futuro cercano. Estas representaciones negativas se originan también por tener como referente la vejez de sus padres, una vejez mucha más pasiva y más temprana.
- En la base de estas representaciones se encuentran arraigados ciertos prejuicios en torno al envejecimiento y a la vejez.
- Representaciones positivas del envejecimiento y la vejez como una etapa más de crecimiento, con características propias, con adquisiciones además de pérdidas. Se valora la experiencia vivida, integrando el pasado al presente con posibilidad de proyección al futuro.

Al analizar esta variable observamos la necesidad de modificar las representaciones negativas y hacer visible el hecho de que ellas se construyen sobre la base de prejuicios sostenidos en el imaginario social a fin de promover un envejecimiento saludable y activo,

ya que estas representaciones obstaculizan la elaboración y concreción de nuevos proyectos.

### **Tipos de situaciones problemáticas y estrategias de afrontamiento implementadas frente a tales estrategias**

- Situaciones problemáticas: conflictos familiares, mudanzas propias, rupturas de lazos de amistad, problemas de salud propios y de familiares y escasos recursos económicos.
- Estrategias de afrontamiento: resolución de problemas, autocrítica, expresión emocional, pensamiento desiderativo, apoyo social, reestructuración cognitiva, evitación de problemas, retirada social.

Si bien las situaciones problemáticas difieren, las estrategias implementadas para afrontarlas no presentan grandes diferencias. Se encuentra en primer lugar la estrategia “Expresión emocional”. Es de destacar que las estrategias “Pensamiento desiderativo” y “Autocrítica” han obtenido el segundo y tercer lugar respectivamente en cuanto a la frecuencia de implementación. Estas tendencias coinciden con resultados de otras investigaciones en las que se señala que los adultos mayores logran un afrontamiento adaptativo centrado en el manejo de las emociones que surgen en el proceso estresante en vez de primar un afrontamiento adaptativo centrado en el problema, modificando la situación o su significado. Esto mismo se corrobora al observar que la estrategia “Resolución de problemas” ha obtenido el menor puntaje. No obstante, esto no implica que

no haya un afrontamiento de la situación problemática ya que se observa un bajo puntaje en la estrategia “Evitación de problemas”.

Desde un enfoque preventivo, la identificación de las estrategias de afrontamiento que implementan los adultos mayores permite considerar los recursos que disponen éstos y que funcionan como factores protectores de su salud. A su vez, es una modalidad de autoconocimiento y reflexión en tanto ellos mismos tienen la posibilidad de reflexionar acerca de las estrategias que ponen en juego en las distintas situaciones que la vida les presenta; y así reflexionan sobre cuán beneficiosa o perjudicial es la implementación de determinada estrategia y sobre la necesidad de ampliar la diversidad de éstas.

### **Discusión**

El análisis de los tipos de proyectos elaborados permite observar la importancia que adjudican los adultos mayores a seguir proyectando. Si bien reconocen la existencia de otra dimensión del tiempo, un tiempo acotado, finito, un futuro no tan lejano, este reconocimiento no les impide elaborar proyectos a corto plazo. En este punto no se observan diferencias entre adultos mayores que pertenecieron al sistema formal del trabajo y aquellos que hicieron su recorrido por fuera de él. La diferencia radica en el tipo de proyecto elaborado. Personas que han realizado una educación terciaria y /o universitaria y han trabajado en el sistema formal, elaboran con mayor frecuencia proyectos educativos. A su vez, quienes no han cursado estudios superiores y que han llevado a cabo oficios presentan mayores dificultades para la concreción de proyectos debido al desconocimiento de sus potencialidades y por considerarse carentes de los recursos necesarios. No obstante,

estas dificultades son más notorias en mujeres que se han dedicado al cuidado de su familia y de su hogar sin haber trabajado fuera de él. El obstáculo principal consiste aquí en los prejuicios vinculados a envejecer, a los cuales se añaden los prejuicios que circulan en el imaginario social sobre las cuestiones de género y los roles femeninos que, en muchos casos, van de la mano de la desvalorización de los propios recursos personales. Esto es sólo un ejemplo de cuán interrelacionados se encuentran los factores obstaculizadores, como así también de la relación de éstos con las representaciones sobre el envejecimiento y la vejez; para lograr su modificación resulta necesario un abordaje integral.

En función del análisis de los resultados obtenidos y de la articulación del Modelo de Envejecimiento Activo y el Modelo Teórico Operativo en Orientación es posible anticipar la importancia y significación que tienen las intervenciones orientadoras ya que contribuirían favorablemente a:

- reconocer las significaciones del imaginario social que operan como obstaculizadores; detectar distorsiones y hacerlas visibles a fin de intervenir preventivamente;
- identificar recursos y habilidades personales con el propósito de fortalecer la autoestima en el reconocimiento de sí mismo;
- incluir los campos de salud, de educación, laboral-económico y de políticas sociales (contemplados en el Modelo Teórico Operativo en Orientación) a fin de informar a los adultos mayores sobre las ofertas que se brindan en cada uno de ellos;
- recuperar y capitalizar las experiencias vividas y resignificarlas;

- reflexionar sobre esta etapa de la vida con el propósito de comprender los cambios, haciendo hincapié en las adquisiciones y no sólo en las pérdidas ocurridas en el proceso de envejecimiento;
- acompañar a los sujetos en la reorganización de su identidad;
- promover la elaboración y concreción de proyectos educativos, laborales, personales y sociales.

Estas intervenciones estarían destinadas a adultos mayores que necesiten un acompañamiento en la elaboración y/o concreción de proyectos, sin discriminar si han pertenecido a uno u otro sistema laboral e incluso si no han desarrollado una actividad en ese ámbito. Este aspecto presenta una ventaja de la Orientación por sobre los programas de preparación para la jubilación en los cuales se incluye casi exclusivamente a trabajadores del sistema formal próximos a jubilarse dejando por fuera una gran parte de la población.

De lo mencionado anteriormente se deriva el rol preventivo de la Orientación, ya que dichas cuestiones promueven un buen envejecimiento, activo.

La Orientación podría hacer de esta etapa un período de apertura a nuevas oportunidades de desarrollo y realización personal, y podría facilitar la comprensión sobre la elaboración de nuevos proyectos.

Recibido: 17/09/2010

Aceptado: 8/11/2010

**Bibliografía**

- Aisenson, D., Figari, C., Monedero, F., Legaspi, L., Batlle, S., Sarmiento, G., Marano, C., Vidondo, M., Bornemann, M. & Kosak, A. (2002). La transición de los jóvenes que finalizan la escuela secundaria y los adultos mayores jubilados: proyectos y recursos personales. En D. Aisenson (Ed.), *Después de la escuela. Transición, construcción de proyectos, trayectorias e identidad de los jóvenes* (pp. 89-131). Bs. As.: Eudeba.
- Arias, C. (2008). El apoyo social en la vejez: alternativas de acción frente a los desafíos del envejecimiento poblacional. *Perspectivas en Psicología*, 5 (2), 54-61.
- Cano García, F. J., Rodríguez Franco, L. & García Martínez, J. (2007). Adaptación española del inventario de estrategias de afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría* 35 (1), 29-39.
- Caplan, G. (1966). *Principios de Psiquiatría Preventiva*. Buenos Aires: Paidós.
- Fernández-Ballesteros, R. (2007). Psicogerontología: su importancia como ámbito aplicado. *Infocop*, 34, 3-6.
- Gavilán, M. (2006). *La transformación de la Orientación Vocacional. Hacia un nuevo paradigma*. Rosario: HomoSapiens.
- (1996). *Nuevas estrategias en Orientación Vocacional Ocupacional*. La Plata: Editorial de la Universidad Nacional de La Plata.
- Gavilán, M. & Villalva, A. (2007). *La Psicología en el campo de la prevención*. La Plata: De La Campana.
- Hernández Zamora, Z. (2006). Estudio exploratorio sobre el proyecto de vida en el adulto mayor. *Psicología y Salud*, 16 (1), 103-110.
- Lizaso, I., Sánchez de Miguel, M., Reizábal, L. (2008). Factores psicológicos y salud asociados con un nuevo perfil de jubilados. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 24 (3), 303-324.
- Madrid García, J. & Garcés de los Fayos Ruiz, E. (2000). La preparación para la jubilación: Revisión de los factores psicológicos y sociales que inciden en un mejor ajuste emocional al final del desempeño laboral. *Anales de psicología*, 16 (1), 87-99.
- Moragas Moragas, R. (2000). Preparación para la jubilación. En R. Fernández- Ballesteros (Ed.), *Gerontología Social* (pp. 453-472) . Madrid: Pirámide.
- Muchnik, E. (2006). *Envejecer en el siglo XXI. Historia y perspectivas de la vejez*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Organización Mundial de la Salud (2002). Envejecimiento activo: un marco político. Contribución de la OMS a la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 37(2), 74-105.

- Salvareza, L. (Ed.). (2005). *La Vejez. Una mirada gerontológica actual*. Buenos Aires: Paidós.
- Staffolani, C., Orlando, M. & Enria, G. (2006). Adultos mayores. Situación actual y perspectivas futuras. *Revista Multidisciplinaria Gerontológica*, 16 (1), 6-11.
- Tamer, N. (2008). La perspectiva de la longevidad: un tema para repensar y actuar. *Revista Argentina de Sociología*, 6 (10), 91-110.