



Facultad de Educación

Tema: “Influencia de la brecha generacional en la autoestima del adulto mayor.”

**Trabajo de Titulación para la obtención del Título de Licenciada en
psicopedagogía**

Tutor/a: Msc. Verónica Dávila

Presentada por: Alejandra Guanoluiza Rodríguez

Quito, diciembre, 2022

RESUMEN

La autoestima en el adulto mayor se ve afectada por distintos factores externos, estos pueden ser ocasionados por enfermedades asociadas a una edad avanzada, como problemas en su autoeficacia, distanciamiento en sus relaciones familiares, aislamiento social, entre varios factores. En la actualidad se perciben cambios psicosociales, ideológicos, tecnológicos; que han hecho que la mentalidad de muchas personas, especialmente de las generaciones más jóvenes evolucione, adaptándose fácilmente a estos cambios; debido a esto, se ha generado una brecha entre generaciones, esta situación provoca incomodidad en personas de edad avanzada ya que muchas ocasiones no logra comprender estos cambios.

Palabras clave: Brecha generacional, autoestima, adulto mayor, aislamiento, cambios, adaptación.

DECLARACIÓN DE ACEPTACIÓN DE LAS NORMAS ÉTICAS Y REGLAMENTARIAS DE LA UNIVERSIDAD HEMISFERIOS

El presente documento se ciñe a las normas éticas y reglamentarias de la Universidad Hemisferios. Así, declaro que lo contenido en este ha sido redactado con entera sujeción al respeto de los derechos de autor, citando adecuadamente las fuentes.

Por tal motivo, autorizo a la Biblioteca a que haga pública su disponibilidad para lectura dentro de la institución, a la vez que autorizo el uso comercial de mi obra a la Universidad Hemisferios, siempre y cuando se me reconozca el cuarenta por ciento (40%) de los beneficios económicos resultantes de esta explotación.

Además, me comprometo a hacer constar, por todos los medios de publicación, difusión y distribución, que mi obra fue producida en el ámbito académico de la Universidad Hemisferios.

De comprobarse que no cumplí con las estipulaciones éticas, incurriendo en caso de plagio, me someto a las determinaciones que la propia Universidad plantee.

Alejandra Guanoluiza Rodríguez

Ci: 0302127972

INDICE

| | |
|--|----|
| PORTADA | |
| RESUMEN | 2 |
| DECLARACIÓN DE ACEPTACIÓN DE LAS NORMAS ÉTICAS Y REGLAMENTARIAS DE LA UNIVERSIDAD HEMISFERIOS | 3 |
| RESUMEN | 5 |
| ABSTRACT | 6 |
| INTRODUCCIÓN | 7 |
| MARCO REFERENCIAL | 8 |
| BRECHA GENERACIONAL..... | 8 |
| ADULTO MAYOR | 12 |
| AUTOESTIMA | 16 |
| BRECHA GENERACIONAL Y AUTOESTIMA EN EL ADULTO MAYOR | 20 |
| PROGRAMAS INTERGENERACIONALES..... | 23 |
| CONCLUSIONES..... | 24 |
| REFERENCIAS | 27 |

Influencia de la brecha generacional en la autoestima del adulto mayor.

Autor: Daniela Alejandra Guanoluiza Rodríguez

Correo electrónico: daguanoluizar@estudiantes.uhemisferios.edu.ec

RESUMEN

La autoestima en el adulto mayor se ve afectada por distintos factores externos, estos pueden ser ocasionados por enfermedades asociadas a una edad avanzada, como problemas en su autoeficacia, distanciamiento en sus relaciones familiares, aislamiento social, entre varios factores. En la actualidad se perciben cambios psicosociales, ideológicos, tecnológicos; que han hecho que la mentalidad de muchas personas, especialmente de las generaciones más jóvenes evolucione, adaptándose fácilmente a estos cambios; debido a esto, se ha generado una brecha entre generaciones, esta situación provoca incomodidad en personas de edad avanzada ya que muchas ocasiones no logra comprender estos cambios.

Palabras clave: Brecha generacional, autoestima, adulto mayor, aislamiento, cambios, adaptación.

ABSTRACT

Self-esteem in the elderly is affected by different external factors, these can be caused by diseases associated with advanced age, such as problems in their self-efficacy, distancing in their family relationships, social isolation, among several factors. At present, psychosocial, ideological and technological changes are perceived; whereas they have made the mindsets of many people, especially the younger generations, evolve easily, adapting to these changes; because of this, a gap has been generated between generations, this situation causes discomfort in elderly people since many times they fail to understand these changes.

Keywords: Generation gap, self-esteem, older adult, isolation, changes, adaptation.

INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (2022), la proporción de personas mayores de 60 años se duplicará entre 2015 y 2050. Por estas razones, se debe prestar más atención al cuidado de los ancianos, no solo en el campo de la salud, sino que se atiendan más las necesidades integrales y psicosociales.

Los lazos y relaciones familiares que tienen las personas mayores son parte importante de su calidad de vida. Según López 1998 citado por Canto Pech y Castro Rena, 2004,(p.262), los adultos mayores que carecen o tienen vínculos afectivos de baja calidad experimentan un impacto negativo en la parte emocional, siendo el apoyo social una herramienta para mejorar la autoestima.

Estas son las razones por las que se plantea recapacitar en cuanto a ¿De qué forma influye la brecha generacional en la autoestima del adulto mayor? Los cambios psicosociales entre generaciones, así como avances tecnológicos, incomprensibles para las personas mayores, hacen que las relaciones familiares se vean afectadas por la falta de comprensión de los jóvenes hacia el contexto en el que se han desarrollado sus familiares que pasan los 60 años de edad.

Este ensayo académico tiene como objetivo analizar definiciones y posturas de varios autores acerca de los conceptos de brecha generacional, adulto mayor y autoestima para definir, comparar y entender de qué maneras puede afectar la brecha generacional en la autoestima del adulto mayor.

MARCO REFERENCIAL

BRECHA GENERACIONAL

1. DEFICINIÓN

El diccionario de la Real Academia de la lengua Española (s. f.), da varias definiciones a la palabra generación, de las cuales se ha tomado tres conceptos que se alinean a las perspectivas de autores que han desarrollado más a profundidad el término de generación. Estos conceptos son:

- a) Sucesión de descendientes en línea recta.
- b) Conjunto de las personas que tienen aproximadamente la misma edad.
- c) Conjunto de personas que, habiendo nacido en fechas próximas y recibido educación e influjos culturales y sociales semejantes, adoptan una actitud en cierto modo común en el ámbito del pensamiento o de la creación.

Estas definiciones hacen parte de las dos líneas interpretativas clásicas, según Donati (1999, párr.7), estas son:

- a) Generación como grupo de edad, el autor hace referencia a los grupos de personas que comparten experiencias similares, ya que tienen cercanía por su rango de edad.
- b) Generación como descendencia familiar – parental, donde se menciona que no se puede dar un concepto de generación excluyendo la relación familiar que un individuo posee.

Para el autor Wilhelm Dilthey (1883), generación consiste en un grupo de personas contemporáneas, sujetos en sus años de mayor maleabilidad a distintas influencias históricas, estas pueden ser influencias políticas, sociales, intelectuales, esto quiere decir que para el autor la formación de generaciones se basa en la temporalidad compuesta por acontecimientos y experiencias compartidas. Fustillos (2017p.11) citando a Dilthey menciona que la duración temporal de una generación es aproximadamente de treinta años, en la cual se comparte una contemporaneidad entre individuos, esto quiere decir que en este espacio de tiempo se ha compartido las mismas influencias culturales, históricas, psicosociales, políticas, en sus años de formación.

El columnista Víctor Lachapelle (2016) en su artículo sugiere que brecha generacional son aquellas diferencias entre la generación actual y generaciones pasadas, mencionando que esto genera algunas complicaciones porque las generaciones anteriores creen que sus paradigmas son los únicos válidos, resistiéndose al cambio.

1.2 CONTEXTO HISTÓRICO SOCIAL

Los autores Strauss y Howe (1991 p.343) en su libro Generaciones, la historia del futuro de América, indican que el término generación se remonta al inicio de las culturas, enseñando que en el antiguo testamento la palabra generación hace referencia a la sucesión de descendientes en línea directa, también se señala que en la antigua Grecia generación es relacionada con la esencia de la vida, esto quiere decir la culminación de un ciclo de vida, desde el nacimiento hasta la muerte el poder y la caída de dinastías y naciones.

La concepción de generación se ha desarrollado históricamente en tres períodos claves (Leccardi, 2011, páar 1). El primer periodo se desarrolla en los años 20 que corresponden al

periodo entre guerras, donde hechos históricos tales como la primera guerra mundial, la gran depresión, la guerra en Corea, marcaron a las personas que lo presenciaron. El segundo periodo es en los años 60, la era de la protesta, se visualizaba a los ciudadanos unirse con un mismo objetivo, manifestar el descontento que tenían con sus gobernantes, donde aparece la noción sobre el vacío generacional y conflicto generacional (Spitzer, 1973, p.1362). El tercer periodo comienza en los años 90 donde la tecnología está en auge trayendo una era digital.

Con estos antecedentes se observa que comienza a generarse una brecha entre generaciones, ya que sus experiencias hacen que su pensamiento difiera con generaciones pasadas, dando paso a una visión o unidad general marcado por las vivencias comunes.

1.3 CLASIFICACIÓN DE GENERACIONES

Esta clasificación se realiza tomando en cuenta a las personas que vivieron en los años 20 hasta la actualidad de manera cronológica de las generaciones con más edad a las de menos edad, identificando cuáles son los hitos históricos y características relevantes de cada grupo.

1.3.1 Generación silenciosa

La población nacida entre 1920 y 1940 son conocidos como los niños posguerra (Perilla, 2018, p.21). Los hechos históricos que vivió este grupo de personas fue la primera guerra mundial, la gran depresión de los años 30, la guerra de Corea, y la segunda guerra mundial, todos estos acontecimientos hicieron que esta generación crezca en un contexto de austeridad, no tenían la posibilidad de expresarse libremente, la obediencia fue uno de sus rasgos característicos, tenían que actuar según se dijera sin reñir por el ejercicio de derechos o prerrogativas constitucionales (Bennett et al, cit. por Perilla 20018 p,21)

1.3.2 Generación Baby boomers o Padres en masa

Este grupo de personas nacen entre los años 1940 y 1960, esto quiere decir que nacen finalizada la segunda guerra mundial (Perilla, 2018, p.23), esta época se caracteriza por el incremento de nacimientos a nivel mundial etiquetándola como “Baby boom”. Un hito importante es que en 1948 se establece la Declaración Universal de los Derechos del Hombre y del Ciudadano, con este hecho se empieza un discurso de reconocimiento del otro desde los derechos como la igualdad, libertad, equidad y todos aquellos sociales que pretenden no repetir situaciones de aniquilación social. La dedicación por su trabajo es una característica fundamental de este grupo de personas, también por cuestionar los ideales de sus padres, reclamando cambios en los derechos civiles, derechos de la mujer, derechos de la tierra (Lancaster, L. y Stillman, D., 2004, p.54).

1.3.3 Generación X

Estas personas nacen entre 1960 y 1980, se caracterizan porque tienen valores intangibles reivindicando derechos, no se ubican en ningún extremo, sea de represión o de amplio deseo de libertad, acercándose a una nueva industria de entretenimiento (Boyatzis & Kolb, 2002, p.21). Estas personas se caracterizan por esmerarse en obtener lugares significativos en sus trabajos, dedicando todo su esfuerzo e incluso horas extras en su trabajo, las relaciones sociales son muy importantes para poder escalar en la pirámide organizacional; dejando su vida familiar para lograr sus objetivos.

1.3.4 Generación Y o Millennials

Esta generación surge desde 1980, debatiéndose el año límite, ya que, en los años 90 con la aparición de la era digital, existe innovación continua y cambio constante, para autores como

Cuesta, Ibáñez, Tagliabue y Zangaro (2009), Sprague (2008) y Tulgan citado por Burkus (2010, p. 1), debido a la tecnología este grupo de personas tiene una gran capacidad de adaptabilidad, se caracterizan porque no están de acuerdo con la represión, pero tampoco con el exceso de libertad. En esta generación el acceso a la educación es alta, de modo que en su gran mayoría iniciaron su vida académica desde una edad temprana (Díaz-Sarmiento et al., 2017, p.199).

1.3.5 Generación Z o Centennials

Este grupo de personas ha vivido en una época donde la tecnología avanza cada día y la innovación es una de sus principales características, el inicio de esta generación igual está en disputa, pero tomando referencia a McGorry y McGorry son aquellos nacidos desde el año 1997 hasta 2015 (2017, p.1). La exposición digital e información hace que este grupo de individuos sean críticos, cuestionando lo que sucede a su alrededor y permanentemente reten a la autoridad. Tienen una gran preocupación sobre la utilidad del conocimiento (Li, 2012, párr 6), es decir se cuestionan constantemente para que sirve lo que aprenden, gracias al amplio acceso a la información requiere que la consulta tenga sentido de utilidad para su propia realidad.

ADULTO MAYOR

2. DEFINICIÓN

Una de las características del ser humano es que, durante su vida pasa por distintas etapas, aprendiendo y por ende va evolucionando, según Erick Erickson las etapas o edades por las que atraviesa una persona son ocho, estas son: Infante, bebe, preescolar, escolar, adolescencia, joven, adulto joven, adulto medio y adulto viejo (1961 p.92). esto quiere decir que gracias a la interaccion social la persona va desarrollando su conciencia que se ve influenciada por el entorno en el que sujeto se ha desarrollado.

En Ecuador es considerado como adulto mayor a las personas mayores de 65 años, donde afirma que la vejez es un proceso natural, del ciclo de la vida del hombre (Ministerio de Salud Pública, 2008, párr.7).

La autora María Bazo define a la vejez como la suma de todos los cambios de la persona con el paso del tiempo, conduciendo a un deterioro funcional y por ende la muerte (1998, p.144), en la misma línea Castañedo, et al citado. por. Méndez, afirman que es la consecuencia de la acción del tiempo sobre los individuos, produciendo cambios bioquímicos, fisiológicos, morfológicos, sociales, psicológicos y funcionales (2018, p. 14). La vejez un proceso inevitable en el ser vivo, por estas razones debería ser un período en el que se debería gozar de los logros personales y contemplarse los frutos del trabajo personal, útiles para las generaciones venideras.

2.1 TEORÍAS DEL ENVEJECIMIENTO

Existen varias teorías divididas en dos grandes bloques que intentan explicar el envejecimiento, según la OMS este proceso se debe a varios factores tanto biológicos como psicosociales debido a que se enfrenta a una nueva etapa donde existen nuevos roles y retos (2013, párr.4).

2.1.1 Teorías biológicas

Estas teorías se centran en explicar los cambios físicos que acompañan al proceso de envejecimiento, estas son:

Teoría del envejecimiento programado: esta teoría considera que el envejecimiento es un proceso programado que está escrito en el genoma del ser humano, que empieza desde el

nacimiento hasta la muerte. (Miquel, 2006, p 56). Esto quiere decir que el envejecimiento no proviene de ninguna enfermedad o alguna otra causa.

Envejecimiento celular: la teoría afirma que las células envejecen por el efecto de una serie de productos tóxicos que se liberan con el metabolismo y que se conocen como radicales libres, una prueba de esta teoría es que se ha observado en las células envejecidas una gran acumulación de estos radicales libres (Weissman y Minot cit. por Miquel, 2006 p.58).

Teoría exógena o ambiental: esta teoría se relaciona directamente con la anterior y entiende que el envejecimiento es debido a causas externas derivadas de la alimentación, se ha demostrado que la restricción calórica se asocia con una mayor longevidad (Gerschman cit. por Miquel, 2006, p 59).

Teoría de la catástrofe: sugiere que el proceso de síntesis o de proteína, es decir, la recopilación del ADN, se produce una serie de errores que con el tiempo llevan a una catástrofe celular. (Miquel, 2006, p.60). Se refiere a que existen anomalías en el ADN que causan errores en la síntesis de proteína lo cual produce trastornos de la función celular haciéndolas ineficientes.

Teoría de los eventos vitales biológicos: considera que el envejecimiento es el resultado de los efectos que a largo plazo tienen diferentes hechos externos traumáticos sobre el organismo, por ejemplo, las lesiones cerebrales, el efecto de químicos como la medicación o drogas. (Miquel, 2006, p.63).

2.1.2 Teorías psicosociales

Estas teorías intentan explicar los cambios psicológicos y sociales que se producen en el envejecimiento.

Teoría de la desvinculación: sugiere que envejecer implica un distanciamiento entre la persona y el sistema social con el objetivo de que la desaparición de la persona tenga impacto en el sistema y permita a los jóvenes ocupar los lugares que van dejando los mayores. (Martin, 2003, párr.20).

Teoría de la actividad: intenta explicar por qué algunas personas envejecen con éxito y lo hacen apelando a la actividad (Oddone, 2013,p.2). Según esta teoría, la actividad contribuye a la felicidad contrarrestando el declive físico y cognitivo, por lo tanto, las personas mayores que se mantienen activas pueden envejecer con éxito.

Teorías psicosociales del desarrollo: entienden que el envejecimiento es una más de las etapas del humano a lo largo del desarrollo y que como en todas las etapas se pueden distinguir una serie de aspectos que la caracterizan, entre ellos está la prudencia o sabiduría, aunque no se ha confirmado empíricamente (Izquierdo, 2005, p. 610).

Teoría de la continuidad: se relaciona con la anterior, dado que entiende que el envejecimiento forma parte de un continuo en la evolución del ciclo vital de la persona, pero en este caso se entiende que los cambios que se producen son menores u ocasionales, más bien el envejecimiento se caracteriza por una continuidad y estabilidad. (Baltes, 1990, p.8)

Teoría de la proximidad basada en el ciclo vital: esta teoría se basa en el desarrollo, es decir, en la consideración del envejecimiento como una etapa, poniendo énfasis en la idea de que durante el envejecimiento no solo se producen pérdidas sino también ganancias con el resto de las etapas del desarrollo (Baltes, 1990, p. 13). Se entiende que algunos aspectos del

rendimiento pueden declinar como por ejemplo la inteligencia fluida, mientras que otros pueden mantenerse o incluso crecer como la inteligencia cristalizada, además se señala que hay una gran variabilidad interindividual en las personas mayores, por lo que el envejecimiento no es igual para todas las personas, sino que depende de su historia, interacciones que haya tenido con los otros contextos y ambiente en los que se han desarrollado entre otros factores.

Teoría de la optimización selectiva con compensación: conocida como shock, se fundamenta en la anterior teoría, es decir, en la aproximación basada en el ciclo vital, considera que el envejecimiento no es una fase solo de pérdida, sino también para el posible desarrollo para regular estas pérdidas o mantener los niveles de funcionamiento incluso mejorarlos, es necesario la integración de tres mecanismos de control, la selección, optimización y compensación (Izquierdo, 2005, p. 609).

Teoría de la selectividad socioemocional: fue desarrollada por Carstensen (1987, p. 224), se basa en la motivación asociada al envejecimiento, según la autora, a medida que envejecemos se reducen los horizontes temporales y el individuo se vuelve más selectivo e invierte mayores recursos en aquellos objetivos o actividades que son emocionalmente significativos, en el envejecimiento se maximiza las experiencias emocionales positivas y se minimiza las experiencias negativas.

AUTOESTIMA

3. DEFINICIÓN

Se ha catalogado a la autoestima como una necesidad fundamental en el individuo, es decir, la de ser reconocido, referida al respeto y confianza que se tiene en sí mismo,

proporcionada por el reconocimiento de otros individuos, del éxito, experiencias positivas o negativas que se tiene a lo largo de la vida, creando así una valoración sobre sí mismo (Maslow cit por Perez, 2007, p.25). Este proceso se va desarrollando paulatinamente en la vida del individuo, a partir de las interacciones que realice el sujeto con los otros, posibilitando la evolución del “yo” (Naranjo, 2007, p.7).

Panesso y Arango hacen referencia que la autoestima es categorizada como alta o baja según las características discursivas del sujeto, la forma en la que interactúa, y sus respuestas ante situaciones relevantes (2017, p.2).

Estas afirmaciones de los autores mencionados llevan a la reflexión de la calidad de vida que debe tener el adulto mayor, siendo que el entorno es un factor importante para tener una buena autoestima, siendo la sociabilización y el apoyo familiar determinante en la vejez.

3.1 AUTOESTIMA ÓPTIMA

Según Kernis (2003, p.1), una autoestima apropiada es aquella que conlleva a que el individuo se conozca a sí mismo, pueda identificar sus metas principales, siendo consciente de sus posibilidades y limitaciones. Para el autor, la autoestima óptima engloba:

- a) Tener contacto con el yo auténtico, que es la fuente de sabiduría interior que guía la toma de decisiones y elección de metas.
- b) Reconocimiento de sus fallos o déficits, es decir, tener una apertura a la información auto relevante.
- c) Sentimientos de autoestima que nacen de forma natural como consecuencia de manejar de forma eficaz los retos diarios y vivir experiencias satisfactorias.
- d) Tendencia a la estabilidad

- e) Escasa o nula dependencia de aprobación interpersonal o logros concretos.
- f) Tendencia a mantener relaciones auténticas y sanas en las que puede mostrar cómo es, ser aceptado y valorado por ello.

Esto quiere decir que para el desarrollo óptimo de la autoestima es importante que se concientice la etapa por la que atraviesa el individuo, reconociendo las habilidades y limitaciones que pueda existir en la persona.

3.2 VEJEZ Y AUTOESTIMA

En Ecuador el número de habitantes es de 16.625 millones, siendo el 10% de la población adultos mayores, se estima que este porcentaje incremente en varios años (Ecuavisa, 20017, paár.8). Según la encuesta de Salud, Bienestar, y Envejecimiento indica que el 30% de adultos mayores carece de ingresos, dependiendo fundamentalmente de sus familias, existe una precaria incorporación al mercado laboral, viven en situación de mendicidad debido al escaso acceso a albergues públicos y privados (Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) & Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo (SENPLADES), 2014).

El bienestar psicológico y autoestima es un factor importante debido a que es un factor fundamental dentro del desarrollo de la persona, según varias investigaciones el estado psicológico y autoestima se ven afectadas durante la vejez (Matud, 2004, p 130). Entre los factores que afectan la autoestima en la ancianidad se encuentra su situación física, social que culturalmente está quebrantada. La persona de la tercera edad percibe rechazo de la sociedad, ya que los estereotipos de belleza y juventud prevalecen, ignorando la experiencia y sabiduría como valores propios de la persona (Trujillo García, 2005, p.223).

En España se realizó un estudio cuantitativo por el ministerio de trabajo y asuntos sociales donde se evidencia que el sentimiento de soledad se origina debido a dos factores que lamentablemente son inevitables que se vive a partir de los 65 años, esto es, la jubilación y en varios casos la viudez (Valderrama C, 2020, p.34). Los factores previamente mencionados hacen que la rutina cambie por completo en la mayoría de los casos, dentro de estos cambios también predomina el quebranto de las redes de amistad afectadas por la jubilación, provocando un proceso de dispersión y pérdida de contacto social (Iglesias et al., 2001, p72).

Estos factores se relacionan con la depresión que va de la mano con el aumento de las dificultades funcionales de las personas (Gallo Estrada, 2015, párr. 15). La percepción de la vejez que tienen las propias personas ancianas y la percepción social de esta etapa de la vida inducen que la consistencia interna de los diversos elementos del concepto de sí mismo resulte perturbadora, siendo uno de los determinantes principales de la autoestima es la de autodenominarse “viejo” (Salvareza, 1998, p.28).

El efecto que tiene el soporte familiar en el comportamiento y bienestar de los adultos mayores representa un apoyo importante, al igual que el apoyo social, según varios autores afirman que vivir con familiares en la senectud es favorable (Clemente, 2020, p.14), la autora considera que al impulsar las relaciones familiares y sociales disminuirá el sentimiento de soledad.

Como se mencionó anteriormente, es importante que las personas mayores puedan fortalecer su autoestima, para que exista un proceso temprano de aceptación de los cambios propios de la vejez, reconociendo los cambios generados, tanto físicos como psicosociales.

BRECHA GENERACIONAL Y AUTOESTIMA EN EL ADULTO MAYOR

El sociólogo Óscar Domínguez refiere que las personas mayores de 65 años después de jubilarse pasan a ser obsoletas para la sociedad, siendo fácilmente reemplazable por alguien más joven (1982. p.11), El autor hace notar una realidad social que afecta directamente a este grupo de personas, creando una imagen negativa sobre la vejez, deteriorando su autoestima, ya que como se ha mencionado previamente, la autoestima se ve influenciada por pensamientos de factores externos tal como los pensamientos y actitudes de quienes el sujeto se ve rodeado.

Para la mayoría de los adultos mayores su principal círculo social es su familia, siendo un aspecto importante en esta etapa porque como menciona Ramírez citado por Córdova, la autoestima depende del estilo de vida, calidad en sus relaciones, por ende, papel que juega sus familiares en su vida (2020, p.20).

La modernidad ha provocado cambios significativos a nivel familiar y cultural, actualmente la tipología de la composición familiar es variada y compleja debido a los cambios de las estructuras sociales, económica, educativo – cultural, etc. Las familias se caracterizan mayormente por una convivencia multi-generacional. (Placeres Hernández et al., 2011, p. 477). Esto quiere decir que los hogares están conformados por dos o más generaciones, cada una con sus propios valores y creencias asociadas a sus propias vivencias, educación, y cultura, generando una brecha entre generación y generación.

Dentro de los cambios sociales que se ha observado que son difíciles de adaptarse para los adultos mayores es: cambio en la educación en valores, de una vida material hacia una vida menos espiritual, cambios en los roles familiares, orientación sexual de sus familiares y

conceptos asociados a la comunidad LGBTIQ+ (Placeres Hernández et al., 2011, p. 479), entre otros factores que son poco aceptables para las personas de la tercera edad debido a la educación y valores que recibieron cuando eran niños.

Uno de los desafíos que se existe en la actualidad es la ruptura de la comunicación en las familias, este fenómeno principalmente se ha observado debido al uso excesivo de la tecnología, generando disfuncionalidad familiar (Savigñon y Mailén 2021, p. 179). La tecnología en las nuevas generaciones también ha creado una ruptura en las dinámicas familiares, denominada la brecha digital, ya que actualmente las familias son conformadas por grupos de personas que usan la tecnología en el día a día.

En Perú se llevó a cabo una investigación donde se resalta que los cambios a los que se enfrenta el adulto mayor debido a la tecnología hacen que sea propenso a ser frágil y a sufrir algún trastorno mental (Loo Córdova, 2021, p.44). Siendo la ansiedad, depresión, y baja autoestima los indicadores frecuentes. La autora refiere que los adultos mayores desarrollan diferentes actitudes frente a la tecnología, entre ellas la indiferencia, temor, y rechazo al no comprender cómo funcionan los dispositivos tecnológicos y a la falta de accesibilidad a ellos.

En 2016 se realizó una investigación sobre la incidencia que tiene el proceso de la alfabetización digital, específicamente en el manejo de herramientas tales como Internet y Facebook, como una estrategia para mejorar la autoestima en el adulto mayor para disminuir la brecha digital; este proceso de educación demostró que, la autoestima de las personas de la tercera edad mejora significativamente porque al sentirse capaces o competentes, su aprecio a sí mismos aumentó, y su actitud fue positiva (Arévalo, 2017, páar.4).

La psicóloga Marta López afirma que es importante que los adultos mayores participen en los cambios sociales, haciendo referencia al uso de las Tecnologías de la Información y de la Comunicación (TICS) como herramientas de apoyo (2018, p.3), además menciona que existe una brecha entre las personas que usan las TICS en su vida cotidiana y las que no la usan, se menciona que este tipo de herramientas ayudan a mejorar las capacidades cognitivas y consiguiendo aspectos positivos en cuanto el autoconcepto y la autoestima del adulto mayor.

En México se realizó un estudio que tenía como objetivo recortar la brecha generacional actual, se desarrolló un taller con el fin de acercar a adultos excluidos de su uso a las nuevas tecnologías y alfabetizarlos tecnológicamente, se llegó a la conclusión que es importante que el adulto mayor se adapte a los cambios tecnológicos, ya que, si no son aceptados, provocan un alejamiento generacional que perjudica en muchos aspectos la convivencia con el mundo actual (Zavala et al., 2015, páar.7).

En un estudio realizado en México se dio a conocer que un factor determinante para que las personas de la tercera edad puedan adaptarse a los cambios que los rodean es fundamental tener vínculos familiares activos (Morales et al., 2021, p. 100), es decir, que la familia y el adulto mayor puedan compartir experiencias que aporten al desarrollo social del anciano, dándole valor e importancia.

Bonilla y Jiménez (2011, p.43) proponen lograr una relación de aprendizaje entre generaciones adolescentes y sus abuelos jubilados, especialmente para romper los estereotipos sobre la jubilación. En este artículo se afirma que, las relaciones intergeneracionales crean lazos estrechos entre los miembros de la familia, lo que hace que los jóvenes ayuden a la

adaptación de un nuevo rol de la persona retirada, y donde el adulto mayor ayuda al adolescente en su transición hacia la madurez.

Estos estudios indican que la familia y el círculo social de los adultos mayores es fundamental en el desarrollo de una autoestima óptima porque, como se menciona previamente, cuando el adulto mayor siente que sigue aportando con sus conocimientos, o aprende sobre lo que a las generaciones jóvenes les interesa, existe una mejor interrelación fortaleciendo sus habilidades sociales, mejorando su autoconcepto y autonomía, es importante que se generen espacios intergeneracionales, puesto que no solo aporta al bienestar del adulto mayor, sino que, también mejora y fortalece la autoestima de las personas con las que comparte, especialmente si son adolescentes.

PROGRAMAS INTERGENERACIONALES

Existen varios programas que se han realizado en distintos países que demuestran que las socializaciones entre personas de diferentes generaciones tienen un efecto positivo, no solo en la autoestima del adulto mayor, sino también en los individuos de generaciones jóvenes, especialmente en los adolescentes. En la universidad de Kwansei Gakuin, se llevó a cabo un estudio donde se examinó el bienestar psicológico en la vejez y los posibles efectos mediadores de la percepción de rechazo y respeto de las generaciones más jóvenes, donde los resultados sugieren que la interacción intergeneracional positiva conduce a un desarrollo de la generatividad y mejor bienestar en la vejez (Tabuchi et al., 2013, p.544).

Beltrán y Rivas afirman que, promover el diálogo intergeneracional tiene efectos positivos, en los jóvenes como en adultos mayores se refleja su autoestima y confianza incrementa, mejora la capacidad para hacer frente a la enfermedad física y mental, se sienten

reconocidos al sentir que alguien más aprecia sus logros. En el caso de los jóvenes, aumenta el sentimiento de responsabilidad social (2013, p. 1794).

De la misma forma se observa en una investigación de Hatton- Yeo y Ohsako en colaboración con la UNESCO se resalta la importancia de los programas intergeneracionales, donde se llega a la conclusión que la interrelación entre el joven y el adulto mayor dice mucho sobre la calidad de todas las personas involucradas, siendo la fuerza de la comprensión mutua uno de los factores que prevaleció, se observó que se promueve el conocimiento aumentado e incrementando la autoestima de los participantes, los autores proponen que: “Los programas intergeneracionales son vehículos para el intercambio determinado y continuado de recursos y aprendizaje entre las generaciones más viejas y más jóvenes” (2001, p.10).

CONCLUSIONES

De la información recopilada anteriormente, se puede concluir que las generaciones se definen como un grupo de personas que nacieron en un período determinado de años y tienen experiencias de vida similares. Las generaciones que conviven en este momento tienen experiencias de vida que marcan una diferencia significativa entre generaciones e influyen en la forma en que pensamos y actuamos, porque no es lo mismo desarrollarse en una época de guerra, represión, escasez, que, desarrollarse en una era digital con cambios constantes debido a los avances tecnológicos; viviendo contextos completamente diferentes, marcando en cada generación las especificidades de su tiempo.

La brecha generacional que existe en las familias conduce al distanciamiento, ya que la forma de actuar o pensar de las personas mayores no es compatible dentro del círculo familiar,

lo que genera aislamiento de sus propias familias y afecta sus vínculos afectivos y sociales, lo que repercute en una baja autoestima.

Varias teorías afirman que el proceso de envejecimiento es constante en todos los seres vivos, es parte del desarrollo natural del individuo, cada parte del cuerpo humano se va desarrollando con el tiempo, en este proceso el pensamiento se desenvuelve y madura, alineándose con cada experiencia vivida, adquiriendo sabiduría.

La autoestima es una necesidad en el humano, que hace parte del respeto y confianza que cada individuo se tiene a sí mismo para reconocer y dar valor a otros, una autoestima óptima nos permitirá manejar de forma eficaz las tribulaciones del día a día, la interacción con el otro permite que este proceso se desarrolle progresivamente.

En Ecuador los adultos mayores son una población segregada y olvidada según las estadísticas de censos, al entrar en una edad avanzada el ser humano generalmente se enfrenta a una realidad compleja, donde se evidencian los cambios físicos, biológicos, psicosociales, psicológicos sumados a diversos factores como la pérdida de sus parejas, amigos, abandono familiar, aislamiento social, careciendo de una calidad de vida óptima. Estas circunstancias y cambios afectan la salud física y mental del adulto mayor, provocando que su autopercepción cambie, creando sentimientos de inseguridad, afectando su autoestima.

Los programas Intergeneracionales han demostrado que existe un beneficio compartido, las generaciones más jóvenes adquieren conocimiento, generan un sentido de responsabilidad, alejarse de los prejuicios y estereotipos que se tiene de vejez y a su vez la seguridad en sí mismos incrementa. En el adulto mayor, compartir su experiencia y sabiduría genera que su

autopercepción se fortalezca al sentirse reconocidos, escuchados, y el sentimiento de que alguien más aprecie sus logros, generando que su confianza y autoestima se restablezcan.

REFERENCIAS

Arévalo, A. (2017). *Incidencia de la alfabetización digital, a través de un ambiente B-learning con intencionalidad pedagógica colaborativa, en la autoestima del adulto mayor*.

[Tesis de grado]. Universidad Pedagógica Nacional.

Baltes, P. B. & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. *Successful Aging*, 1-34.

<https://doi.org/10.1017/cbo9780511665684.003>

Beltran, A. & Rivas, A. (2013). Intergeneracionalidad y multigeneralidad en el envejecimiento y la vejez. *Tabula raza [online]*, 18, 1794-2489.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-24892013000100014&script=sci_abstract&tlng=es

Bonilla, F. & Jiménez Segura, F. (2011). Oportunidad para aprendizajes entre jubilados y sus nietos adolescentes. *Revista Educación*, 23(2), 43.

<https://doi.org/10.15517/revedu.v23i2.3889>

Boyatzis, R. E. & Kolb, D. A. (2002). Learning Styles and Adaptive Flexibility. *Management Learning*, 33(1), 5-33. <https://doi.org/10.1177/1350507602331001>

Burkus, D. (2010). Developing the next generation of leaders: How to engage millennials in the workplace. *Leadership Advance Online*, 1554-3757.

<https://www.regent.edu/lao>

Canto Pech, H. G. & Castro Rena, E. K. (2004). *Depresión, autoestima y ansiedad en la tercera edad: Un estudio comparativo. Enseñanza e investigación en psicología*. Redalyc. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29290204.pdf>

Carstensen, L. L. (1987). Age-related changes in social activity. *Pergamon Press*.

Clemente, A. (2020). *Estudio de los factores que influyen en la dependencia y la soledad de las personas mayores a 65 años* [Tesis de grado]. Universidad Pompeu Fabra.

Díaz-Sarmiento, C., López-Lambraño, M. & Roncallo-Lafont, L. (2017). Entendiendo las generaciones: una revisión del concepto, clasificación y características distintivas de los Baby Boomers, X Y Millennials. *Clío América*, 11(22). <https://doi.org/10.21676/23897848.2440>

Dilthey, W. (1883). *Introducción to the human sciences* (Vol. 1). New Jersey: Princeton University Press. [https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=4eE9DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&dq=Dilthey,+W.+\(1883\).+Introducci%C3%B3n+to+the+Human+Sciences.+New+Jersey:+Princeton+University+Press.&ots=G7F3htKY3W&sig=gU6mqOZV5WPDgEgWvrAR9-5WL8c#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=4eE9DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&dq=Dilthey,+W.+(1883).+Introducci%C3%B3n+to+the+Human+Sciences.+New+Jersey:+Princeton+University+Press.&ots=G7F3htKY3W&sig=gU6mqOZV5WPDgEgWvrAR9-5WL8c#v=onepage&q&f=false)

Domínguez, O. (1982). *La vejez, nueva edad social*. [https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=pCj_CkxdDY8C&oi=fnd&pg=PA1&dq=dominguez,+o.+\(1982\),+la+vejez,+nueva+edad+social,+de.+andr%C3%A9s+bello,+mexico+df,+mexico.+pdf&ots=XC5pY9BCtp&sig=Ty5rwUSzdZMVxcGavOFQJ_s0s7Y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=pCj_CkxdDY8C&oi=fnd&pg=PA1&dq=dominguez,+o.+(1982),+la+vejez,+nueva+edad+social,+de.+andr%C3%A9s+bello,+mexico+df,+mexico.+pdf&ots=XC5pY9BCtp&sig=Ty5rwUSzdZMVxcGavOFQJ_s0s7Y#v=onepage&q&f=false)

Donati, P. (1999). Familias y generaciones. *Desacatos*, 2 –27-49.

Ecuavisa. (2017, 1 octubre). Cuántas personas longevas hay en el mundo, latinoamericana y Ecuador. *www.ecuavisa.com*.

<https://www.ecuavisa.com/noticias/ecuador/cuantas-personas-longevas-hay-mundo-latinoamericana-ecuador-AHEC324361>

Erickson, E. (1961). Ocho edades del hombre. *Infancia y sociedad*.

<http://metabase.uaem.mx/bitstream/handle/123456789/607/Ocho%20edades%20del%20hombre.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Estrada, G. J. (s. f.). *Factors affecting lonesomeness of older people living alone*.

https://scielo.isciii.es:443/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2015000100002&lng=en&nrm=iso&tlng=en

Fustillos, R. (2017). *Brecha generacional: Diferencia de valores y sus manifestaciones de conflicto entre los miembros de grupos generacionales presentes en la empresa JW Marriot Quito* [Tesis de maestría]. Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ec. Quito, Ecuador.

Gallo Estrada, J. (2015). Factors affecting lonesomeness of older people living alone.

Scielo. https://scielo.isciii.es:443/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2015000100002&lng=en&nrm=iso&tlng=en

Hattan-Yeo, A. & OHSAKO, T. (2001). PROGRAMAS

INTERGENERACIONALES: POLITICA PUBLICA E IMPLICACIONES DE LA

INVESTIGACION. *Unesdoc*. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000128018_spa

Howe, N. & Strauss, W. (1992). *Generations: The history of america's future, 1584 to 2069* (Reprint). William Morrow Paperbacks.

Iglesias, J., López, J., Díaz, M., Alemán, C., Trinidad, A. & Castón, P. (2001). *LA SOLEDAD EN LAS PERSONAS MAYORES: Influencias Personales, Familiares y Sociales*. Fiapam. <https://fiapam.org/wp-content/uploads/2014/11/La-soledad-en-las-personas-mayores.pdf>

Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) & Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo (SENPLADES). (2014). Encuesta de Salud, Bienestar y Envejecimiento. En *INEC* (ECU-INEC-DIES-SABE I-2012-v1.5). ESTADISTICAS SOCIODEMOGRAFICAS.

https://anda.inec.gob.ec/anda/index.php/catalog/292/get_microdata

Izquierdo, A. (2006). Vista de psicología del desarrollo de la edad adulta teorías y contextos. *Revista Complutense de Educación*.

<https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/RCED0505220601A/15990>

Kernis, M. H. (2003). TARGET ARTICLE: Toward a Conceptualization of Optimal Self-Esteem. *Psychological Inquiry*, 14(1), 1-26.

https://doi.org/10.1207/s15327965pli1401_01

Lachapelle, V. (2016, 22 agosto). La brecha generacional. *El Día*.

<https://eldia.com.do/552690-2/>

Lancaster, L. C. & Stillman, D. (2003). *When Generations Collide: Who They Are. Why They Clash. How to Solve the Generational Puzzle at Work*. HarperCollins.

Lecardi, C. & Carles, F. (2011). El concepto de generación en las teorías sobre la juventud. *Ultima década*, 19(34), 11-32. <https://doi.org/10.4067/s0718-22362011000100002>

Li, Y. (2012). Theories in online information privacy research: A critical review and an integrated framework. *Decision Support Systems*, 54(1), 471-481.
<https://doi.org/10.1016/j.dss.2012.06.010>

Loo Córdova. (2020). *La ansiedad a causa de la brecha digital generacional en los adultos mayores de 65 a 75 años en el distrito de Santiago de surco* [Tesis de grado]. Universidad San Ignacio De Loyola.

López, M. (2018). Las TIC como herramientas de apoyo al envejecimiento activo. *SUMMA*. <http://summa.upsa.es/pdf.vm?id=0000092091&page=1>

Manzano, F. & Russo, G. (2019). *La población longeva en los países de América Latina*. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/cardi/article/view/24942/24224>

Martin, M. (2003, abril). Revista DIAGNOSTICO. *Fihu*.
<http://www.fihu.org.pe/revista/numeros/2003/marabr03/43-46.html>

Matud, P. M. (2004). *Autoestima en la mujer: un análisis de su relevancia en la salud*. Redalyc.org. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79902212>

McGorry, S. & McGorry, M. (2017). Who are the Centennials: Marketing Implications of Social Media Use and Preferences. *Digital Commons*.
https://digitalcommons.kennesaw.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1194&context=ama_proceedings

Méndez, V. (2018). *Cambios en el adulto mayor: percepciones sobre autonomía, bienestar y calidad de vida, en el hogar y/o residencias geriátricas* [Tesis de grado]. Universidad Externado de Colombia.

Ministerio de Salud Pública. (2008). Programa Nacional de Atención Integral de Salud Del Adulto Mayor. En *Programa nacional AM*.
<https://aplicaciones.msp.gov.ec/salud/archivosdigitales/documentosDirecciones/dnn/archivos/Programa%20nacional%20AM.pdf>

Miquel, J. (2006). Integración de teorías del envejecimiento (parte I). *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 41(1), 55-63. [https://doi.org/10.1016/s0211-139x\(06\)72923-7](https://doi.org/10.1016/s0211-139x(06)72923-7)

Morales, A., Fajardo, E., López, F. J., Ugarte, A., Trujillo, Y. I. & Rodríguez, L. E. (2021). Percepción de las relaciones familiares y nivel de resiliencia en el adulto mayor: un estudio descriptivo-comparativo. *Gerokomos*, 32(2), 96-100. <https://doi.org/10.4321/s1134-928x2021000200006>

Naranjo Pereira, M. L. (2011). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Actualidades Investigativas en Educación*, 7(3).
<https://doi.org/10.15517/aie.v7i3.9296>

Oddone, M. (2013, 28 septiembre). Antecedentes teóricos del envejecimiento activo. *Informes Envejecimiento en red*. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/28068>

OMS. (2022, 1 octubre). *Envejecimiento y salud*. Organización mundial de la salud. Recuperado 16 de junio de 2022, de <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/ageing-and-health>

Organización Mundial de la Salud. (2022, enero). *Envejecimiento y salud*.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Panesso, K. & Arango, J. (2017). LA AUTOESTIMA, PROCESO HUMANO. *Revista Electrónica Psyconex*, 9(14), 1-9.

<https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328507>

Perez, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal.

ALTERNATIVAS EN PSICOLOGÍA.

<https://www.alternativas.me/attachments/article/190/2.%20Autoestima,%20teor%C3%ADas%20y%20su%20relaci%C3%B3n%20con%20el%20%C3%A9xito%20personal.pdf>

Perilla, J. (2018). Las generaciones del siglo XX y sus características como un reto para la actualidad. *Universidad Sergio Arboleda*.

<https://repository.usergioarboleda.edu.co/bitstream/handle/11232/1584/Las%20generaciones%20del%20siglo%20XX%20y%20sus%20caracteristicas.pdf?sequence=1>

Placeres Hernández, J. F., De León Rosales, L. & Delgado Hernández, I. (2011). La familia y el adulto mayor. *Revista Médica Electrónica*, 33(4), 472-483.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242011000400010&lng=es&tlng=es.

RAE. (s. f.). *Generación*. Diccionario de la Lengua Española. Recuperado 28 de junio de 2022, de <https://dle.rae.es/generaci%C3%B3n?m=form>

Salvarezza, L. (1998). *La vejez; una mirada gerontológica actual* [Monografía]. Paidós.

Savigñon, S. & Mailén, B. (2021). Incidencia del uso de la tecnología en la comunicación escuela-familia. *EduSol*, 21(77), 178-185.

Spitzer, A. (1973). *The Historical Problem of Generations*. *The American Historical Review*. Jstor. <https://www.jstor.org/stable/1854096>

Tabuchi, M., Nakagawa, T., Miura, A. & Gondo, Y. (2013). Generativity and Interaction Between the Old and Young: The Role of Perceived Respect and Perceived Rejection. *The Gerontologist*, 55(4), 537-547. <https://doi.org/10.1093/geront/gnt135>

Trujillo, S. (2005). Agenciamiento individual y condiciones de vida. *Universitas Psychologica*, 4(2), 221-229. <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v4n2/v4n2a09.pdf>

Zavala, M., García, F., Durón, M., Ruíz, V. & Valenzuela, L. (2015). Escala actitudinal en el adulto frente a las nuevas tecnologías de la comunicación. *Revista internacional de educación y aprendizaje*, 4(2), 95-100.