

# Congreso de Educación Física y Ciencias

14º Argentino, 9º Latinoamericano, 1º Internacional

18 al 23 de octubre y del 1 al 4 de diciembre 2021

## Educación física y vejez

Hoyos, Ignacio

I.S.F.D N°39 Jean Piaget

ignacio.hoyos@live.com.ar

Gamba, Anahí

I.S.F.D N°39 Jean Piaget

anahi.gamba27@gmail.com

### Resumen

Desde la materia “Didáctica de las prácticas gimnásticas especiales” surgió un espacio para el abordaje de las prácticas gimnásticas que contemplen la diversidad de vejez. A partir de esto se nos propuso indagar en distintas trayectorias de personas adultas mayores en relación a la educación física, y generar una propuesta de acercamiento a la misma que atienda la singularidad y necesidad de cada sujeto, teniendo en cuenta el impacto del contexto de pandemia Covid-19. Para realizarlo nos enfocamos en cuatro personas que son Nora (63), Delia (61), Elvira (89) y Domingo (78).

**Palabras clave:** Educación Física, Diversidad, Vejez, Derechos.

### Desarrollo

Teniendo en cuenta las cuatro trayectorias biográficas en las que indagamos, podemos encontrar diversas similitudes y diferencias; comenzando por la posición socioeconómica de las familias de los entrevistados, las cuales pertenecían a una clase social de bajos recursos; lo que significó uno de los motivos por los cuales no pudieron terminar sus estudios secundarios. En el caso de Domingo, la necesidad de una entrada económica en su familia fue lo que no permitió que finalice su educación secundaria. Por otra parte, el contexto social y cultural que

transcurría para estas personas estaba muy arraigado a la cultura patriarcal, lo que dificultaba el acceso o la permanencia de las mujeres a la educación secundaria (la cual no era obligatoria) ya que se las catalogaba o se las asignaba para cubrir otro tipo de necesidades domésticas o mandatos sociales, y por tal motivo Elvira, Nora y Delia, no pudieron seguir con sus estudios secundarios. En el caso de Nora y Delia por maternidad temprana, mientras que Elvira tuvo que ser sostén de sus hermanos realizando los quehaceres de su casa. Sin embargo, en los casos de Elvira y Nora decidieron años después continuar con sus estudios secundarios ingresando en el sistema de educación secundaria para adultos, en la cual tampoco hay un espacio destinado al área de la Educación Física.

En cuanto a la educación física dentro de la escolarización, la cual estaba enmarcada dentro de *la Ley 1420 de Educación Común (1884)*, se hace referencia en dos Artículos. “*Art. 6°*” en el que se mencionan nociones de higiene y gimnástica. Para las niñas conocimientos de labores de manos y nociones de economía doméstica; y para los varones el conocimiento de los ejercicios y evoluciones militares más sencillas. Y en el “*Art 14*” que dicta que “Las clases diarias de las escuelas públicas serán alternadas con intervalos de descanso, ejercicio físico y canto”. No existía una concientización acerca de los beneficios que las prácticas corporales nos proveen, ni tampoco una motivación o incentivo de la práctica de un deporte en particular o al disfrute de la actividad física en sí, lo que hoy en día es un pilar fundamental para la educación integral de los sujetos en el campo de la educación física.

Tomando esta coyuntura como punto de partida encontramos que nuestros entrevistados coinciden en su desinterés por las clases de educación física dentro del ámbito formal, llevándolos años después, a buscar un acercamiento a la actividad física en el ámbito no formal.

Hoy en día estas personas adultas mayores cuentan con diversas leyes que posibilitan el acercamiento hacia prácticas corporales saludables. Como refiere María Isolina Dabove (2020):

[...] El derecho a partir de la década de los noventa ha evolucionado generando un nuevo espacio, una especialidad jurídica que hoy llamamos derecho de la vejez y que está organizada en 5 ejes fundamentales:

1. La consideración de la persona mayor y sus atributos, es decir su identidad;

2. Los derechos de autonomía;
3. Los derechos de inclusión y participación;
4. Los derechos de protección y cuidados, que están referidos a aquellas personas mayores que, efectivamente, necesitan una asistencia más intensa por la situación de dependencia en la que se encuentran. Son los derechos vinculados a los cuidados;
5. Los derechos procesales, es decir las garantías que el sistema jurídico ofrece para la restauración de los derechos que hayan sido vulnerados. [...]

Con respecto a el rol de la mujer dentro de la sociedad, aunque todavía se sigan reproduciendo marcadas desigualdades, se avanzó en la conquista de varios de sus derechos, como por ejemplo con la Resolución 24/2020 que establece la creación del Ministerio de Mujer, Género y Diversidad, al cual le compete participar activamente en el diseño, ejecución y evaluación de las políticas públicas que respectan al género, igualdad y diversidad, asistiendo tanto al Presidente de la Nación como a la Jefatura de Gabinete de Ministros en todo lo propio a las cuestiones de su competencia.

Dentro de los espacios que militan el feminismo, muchas de las funcionarias que integran dicho ministro insisten en que las modificaciones de las políticas públicas deben ser en el ahora, haciendo hincapié en la importancia de la elaboración de un anteproyecto de ley que crea un sistema nacional e integral de cuidados, como señaló Lucía Cirimi, "busca plasmar el cambio de paradigma en función de lo que viene sucediendo y en función de lo que tiene que pasar hacia adelante". Los ejes del anteproyecto están puestos en el compromiso del Estado "en pensar la noción de cuidado como un trabajo, un derecho y una necesidad de la población en general, pero de las poblaciones específicas que requieren mayores cuidados, como son las infancias, los discapacitados, los adultos mayores, la diversidad".

Llegando a la actualidad y teniendo en cuenta que los cuatro sujetos fueron atravesados por el contexto de pandemia Covid-19 podemos observar el deterioro físico y el sedentarismo que se produjo a partir de esta problemática que no solo se interpuso en la vida de las personas adultas mayores, sino que a nivel universal hubo un impacto en el ritmo de vida cotidiano de todas las personas, en el caso particular de los sujetos entrevistados coinciden en la

interrupción de sus tareas laborales, si bien los cuatro se encuentran dentro del régimen jubilatorio mantenían un trabajo paralelo que en palabras de ellos los mantenía activos.

## Conclusión

Teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente concluimos que para abordar las prácticas gimnásticas enfocadas en estas personas adultas mayores debemos contemplar su diversidad de trayectorias, sus gustos personales y buscar a partir de esto lograr la motivación que en la mayoría de los casos no pudieron encontrar a lo largo de sus vidas. Con respecto a la situación de pandemia que nos afecta actualmente, contemplar el período de inactividad y sedentarismo, llevando las prácticas en una progresión que permita a nuestros sujetos amoldarse al ritmo y aumentarlo clase tras clase, procurando que estas personas puedan nutrirse de los beneficios que aporta la actividad física en pos de un envejecimiento activo.

Por último, y siguiendo el lineamiento planteado en el *Consejo Consultivo de Salud para Personas Mayores*, presentado por *Autoridades del Ministerio de Salud de la Nación*, el cual tiene como objetivo brindar asesoramiento y recomendaciones para la elaboración de políticas públicas basadas en los principios de los derechos humanos, el paradigma del curso de la vida, y la perspectiva de género y diversidad; tenemos que dejar de considerar a la vejez como una enfermedad, y tomarla como una etapa más del ciclo de la vida, teniendo en cuenta las diversidades de los sujetos en términos de sectores sociales, evoluciones físicas, género, entre otras, y lograr que los derechos sean abordados de igual manera para toda la comunidad, atendiendo las mencionadas diversidades.

Para esto será fundamental desde el rol docente, replantearnos nuestras líneas de acción y no basarnos en las representaciones sociales heredadas, que hoy en día son obsoletas, sino que profundizar en las vejeces actuales y venideras. Es decir, desaprender lo que hasta ahora hemos aprendido para poder revertir las realidades de las personas adultas mayores.

## Referencias

Cirmi, Lucía (2021). El Ministerio de la mujer avanza en el proyecto de un sistema integral de cuidados. Recuperado de la web. <https://www.lacapital.com.ar/la-ciudad/el-ministerio-la-mujer-avanza-el-proyecto-un-sistema-integral-cuidados-n2642643.html>

De Leonardi, María Paula (2020). Envejecimiento activo. Extraído de la web <https://www.buenosaires.gob.ar/massimple/envejecimiento-activo>

Ley 1420 de 1884: De Educación Común. Disponible: <https://www.cultura.gob.ar/ley-1420-el-gran-avance-en-los-derechos-educativos-de-los-ninos-y-nina-10724/>

Ministerio de Salud de la Nación (martes 03 de agosto de 2021) <https://www.argentina.gob.ar/noticias/se-presento-el-consejo-consultivo-de-salud-para-personas-mayores>

Ministerio de las mujeres, géneros y diversidad. Resolución 24/2020 (Ciudad de Buenos Aires, 21/05/2020).

<https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/229879/20200528>