

CAPÍTULO 5

La Amistad que Cuidó a los Mayores en el Aislamiento por COVID-19: un Estudio Etnográfico

*The Friendship That Cared for the Elderly in Isolation by COVID-19:
An Ethnographic Study*

Verónica Lucía Molina-Pertuz

Universidad Libre. Cali, Colombia

© <https://orcid.org/0000-0001-7449-913X>

✉ veronica.molina@unilibre.edu.co

Alejandra Sapene-Chapellín

Universidad Libre. Cali, Colombia

© <https://orcid.org/0000-0001-7843-2987>

✉ alejandracsapene@unilibre.edu.co

Resumen

En este documento se muestran los resultados de una investigación etnográfica acerca del impacto que tienen las relaciones de amistad en el bienestar psicológico de los adultos mayores. Se partió de la sistematización de la experiencia de intervención psicosocial a grupos de la tercera edad en la ciudad de Cali previo y durante la emergencia sanitaria por covid-19 en modalidad de tele psicología¹. En la investigación se

¹ Esta intervención fue posible gracias al convenio entre la Corporación para la Tercera Edad y el Programa de Psicología de la Universidad Libre, seccional Cali. Agradecemos a las directivas institucionales y a los psicólogos en formación que realizaron su práctica profesional en el campo de la psicología social y comunitaria, quienes en medio de la emergencia sanitaria continuaron prestando los servicios de intervención psicosocial a la comunidad de personas mayores.

Cita este capítulo / Cite this chapter

Molina-Pertuz, V. L. y Sapene-Chapellín, A. (2024). La Amistad que Cuidó a los Mayores en el Aislamiento por COVID-19: un Estudio Etnográfico. En: Obando Cabezas, L. y Ordóñez, E. J. (eds. científicos). *Psicología y Salud Mental. Durante el Periodo de Pandemia y Postpandemia de COVID-19: Experiencias y Construcciones desde la Universidad*. (pp. 145-166). Cali, Colombia: Editorial Universidad Santiago de Cali. Doi: <https://doi.org/10.35985/9786287770249.5>

analizó en profundidad de qué modo la amistad representó una forma de apoyo social en los miembros de grupos de la tercera edad, y la forma en que ésta los protegió de los altos niveles de estrés que pudieron haber percibido al ser los primeros en recibir la orden de aislamiento social. Se categorizaron los insumos documentales que reportaban el proceso y posterior a ello se propuso una fase interpretativa de los aspectos que influyen o determinan los procesos de amistad en los adultos mayores participantes. Las categorías fueron construidas de forma deductiva a partir de la revisión de los insumos documentales de la intervención (observaciones, entrevistas, grupos focales, informes de gestión) y de los referentes teóricos. En el procesamiento de información empleamos una estrategia de triangulación. Los resultados muestran que las manifestaciones de amistad si operan como apoyo social, por lo cual ocupó un papel protector en la salud mental de las personas mayores en el aislamiento preventivo por covid-19.

Palabras clave: amistad, vejez, personas mayores, salud mental, apoyo social.

Abstract

This paper shows the results of ethnographic research on the impact of friendship relationships on the psychological well-being of older adults. It was based on the systematization of the experience of psychosocial intervention to groups of the elderly in the city of Cali prior to and during the health emergency due to covid-19 in the form of tele psychology. The research looked in depth at how friendship represented a form of social support in members of older age groups, and how it protected them from the high levels of stress they may have perceived when they were the first to receive the social isolation order. The documentary inputs that reported the process were categorized and after that an interpretative phase of the aspects that influence or determine the friendship processes in the participating older adults was proposed. The categories were constructed in a deductive way from the review of the documentary inputs of the intervention (observations, interviews, focus groups, management reports) and the theoretical references. In the processing of

information, we employ a triangulation strategy. The results show that the manifestations of friendship do operate as social support, which is why it occupied a protective role in the mental health of the elderly in the preventive isolation by covid-19.

Keywords: friendship, old age, seniors, mental health, social support.

Introducción

Las personas mayores como población vulnerable fueron las primeras en recibir la orden de aislamiento social durante esta emergencia sanitaria, lo cual limitó no solo el contacto que tenían con sus familias, sino con sus redes de apoyo en general tales como: comunidad, amigos, personal de salud, entre otros.

El aislamiento social fue una de las medidas decretadas por los gobiernos para frenar la propagación de la covid-19. Ello generó un fuerte impacto en la salud mental de la población mundial y local (Álvarez y Toro, 2021; Colombia. Ministerio de Salud de Colombia, 2020; Santos et al., 2021).

Previo a esta situación, el programa de psicología de la Universidad Libre, seccional Cali, venía realizando acciones de atención psicosocial con adultos mayores, pertenecientes a la Corporación de la Tercera Edad en Cali. A través de intervenciones comunitarias de corte psicosocial, que pretendían favorecer la convivencia y fortalecer las redes de apoyo existentes entre los miembros de estos grupos. A su vez, se pretendía visibilizar problemáticas de salud mental comunes en esta etapa de la vida.

La pandemia generó un estado de perplejidad que nos obligó a suspender, por periodo de un mes la intervención que se estaba liderando por parte del equipo de práctica profesional en Psicología social y comunitaria y generar acciones alternativas, acordes a la nueva realidad.

A partir de esta emergencia nos vimos impelidos a realizar una adaptación en la modalidad empleada, e introducir la atención a través de tele psicología; todo esto con el respaldo institucional de la Universidad Libre y la Corporación para la Tercera Edad. De este modo, se

logró mantener el servicio de intervención comunitaria a miembros de grupos, con una cobertura a ciento cinco personas mayores, desde el mes de abril hasta el mes de noviembre de 2020. Previendo el riesgo de afectación emocional derivado del distanciamiento social de las personas mayores, se priorizó atenderlas, todo ello cumpliendo con una planeación, pilotaje, aprobación, para su posterior aplicación.

La apuesta desde el enfoque comunitario consistía en capitalizar el trabajo en redes de apoyo social que se habían logrado en la intervención previa que venía realizándose con los grupos de la tercera edad. De este modo, promover intervenciones grupales virtuales, respetando las medidas de confinamiento obligatorias y necesarias para garantizar su bienestar físico. El rol del psicólogo fungía como mediador del conocimiento, un puente que permitiese visibilizar y canalizar temas relativos a la salud mental, pero, a su vez, servir como promotor de conexión y apoyo entre los diferentes miembros de los grupos.

Este texto tiene como objetivo mostrar los resultados de una investigación etnográfica acerca del impacto que tienen las relaciones de amistad en el bienestar psicológico de los adultos mayores, especialmente en el momento de aislamiento social. Esto, como la sistematización de uno de los principales hallazgos encontrados durante este ejercicio de intervención psicosocial a los adultos mayores, en la pandemia.

Como base conceptual, se parte de la idea de que el apoyo social es según Lin, Dean y Ensel (1986 ce. Barrón y Sánchez, 2001), un concepto que alude a las “provisiones instrumentales y/o expresivas, reales y percibidas, aportadas por la comunidad, redes sociales y amigos íntimos” (p. 1). Se encuentra relacionado con la metáfora de amortiguar los factores estresantes (Barrón y Sánchez, 2001; Dolbier et al., 2007). En múltiples investigaciones (Dolbier et al., 2007; Lehrer et al., 2017) se ha demostrado el efecto amortiguador que ejerce el apoyo social percibido sobre los niveles de estrés, por tanto, en la salud mental, y las afectaciones de determinadas enfermedades crónicas como la diabetes y la hipertensión.

Conforme a ello, hemos pretendido analizar a profundidad de qué modo la amistad representó una forma de apoyo social en los miembros de grupos de la tercera edad, y la forma en que esta los protegió de los altos niveles de estrés que pudieron haber percibido al ser los primeros en recibir la orden de aislamiento social durante esta emergencia sanitaria por covid-19.

Un aspecto fundamental en el apoyo social se relaciona con la manera en que es percibido por aquellos que son beneficiarios de éste; es decir, funge como factor protector en la medida en que las personas logran representarlo como algo con lo que cuentan en su día a día. Es así como el apoyo social percibido, alude a la identificación que hacen las personas de la conexión emocional que existe entre ella y más de tres personas, en las cuales confíe y sienta apoyo en diferentes aspectos de la vida, tales como: el préstamo de dinero o ser escuchada por algún amigo.

El apoyo social, resulta ser un soporte emocional que, si bien no es tangible, permite que el sujeto tenga una conexión o sentido de pertenencia con aquel que le ofrece dicho apoyo. También puede ser entendido como el proceso de interacción social en el cual, las acciones de un sujeto o grupo benefician a otro sujeto o grupo (Dolbier y Steinhardt, 2000; Dolbier et al., 2007; Lehrer et al., 2017).

Este apoyo social se ha clasificado de acuerdo con el tipo de afectación que genera en quien lo percibe; estos son: emocional, instrumental e informacional. (Barrón, 1996; Schaefer et al., 1981). El apoyo emocional se refiere al sentimiento de ser querido, la sensación de poder confiar en otras personas y tener intimidad con estas. Por su parte, el apoyo instrumental, tangible o material se refiere a la posibilidad de contar con el soporte directo de las personas, desde el punto de vista operativo, de recursos materiales (económicos) o para gestionar situaciones concretas del día a día.

Por último, el apoyo informacional implica recibir consejos u orientación para resolver problemas (Paulo et al., 1983 cp. Rodríguez y Enrique, 2007). En este orden de ideas, esta investigación es una formulación científica en torno al capital protector de la salud

mental que tiene la amistad en la adultez mayor. Partiendo del conocimiento situado que ofrecen los insumos de la intervención psicosocial, procurando una perspectiva dialéctica para la generación de conocimiento.

Método

Para obtener los insumos de la investigación se consideró el periodo de febrero y marzo del año 2020. Se hicieron diagnósticos participativos sobre la dinámica grupal a grupos de la tercera edad. Por medio de observación participante, entrevistas semiestructuras y grupos focales, se llevó a cabo el diagnóstico de ocho grupos que participaban en diferentes comunas de la ciudad de Cali (comuna 11,12,6,2,16,15,18,1). Sus integrantes son personas cuyas edades oscilan entre los 60 y 85 años. En el periodo 2020-1 participaron un total de 70 adultos mayores (durante el confinamiento). En el periodo 2020-2 participaron 35 personas (durante el confinamiento).

Los grupos de adultos mayores analizados cumplen con las condiciones necesarias para realizar un estudio etnográfico, estas son: 1) Son miembros de una comunidad, 2) Tienen interacciones frecuentes y significativas, 3) Comparten creencias, intereses, comportamientos y 4) Representan un estilo de vida

Las acciones alternativas para la intervención psicosocial estuvieron enfocadas adaptar las condiciones para hacer el acompañamiento desde la modalidad de tele psicología, acorde a la nueva realidad de distanciamiento social.

El primer paso fue establecer los nuevos canales de comunicación, detectar desde allí las necesidades psicológicas y dar continuidad a la intervención grupal, procurando mantener las redes de apoyo como factor protector ante el evento estresante.

La primera fase fue de diseño, luego de aprobación por parte de las autoridades institucionales para poder llevarlo a la implementación. Esta última requirió una prueba piloto, antes del despliegue de acciones para la detección de las necesidades, lo que fundamentó los pla-

nes de intervención en respuesta a dicha necesidades. Posterior a ello se hizo la evaluación y cierre de los procesos de acompañamiento. Por último, se formuló el proyecto de investigación etnográfica a partir de la sistematización de la experiencia de intervención psicosocial.

Contando con todos los insumos de la intervención psicosocial previo y durante el aislamiento, se propuso el estudio de corte cualitativo, transversal y se partió de un diseño etnográfico porque pretende describir y explicar los elementos y categorías que integran al grupo de adultos mayores en cuanto al valor y características de sus interacciones, así como su estructura (Hernández y Mendoza, 2018).

De acuerdo con Creswell (2013) y Madison (2011), este diseño etnográfico se puede clasificar como un diseño en el que se recolecta información teniendo en cuenta una categoría conceptual cualitativa como lo es la importancia del apoyo social dado por la amistad en los adultos mayores por parte de los datos obtenidos en las entrevistas, observaciones participantes e informes realizados por los interventores y se realizó una técnica de triangulación como un modo de integrar las evidencias. La unidad de análisis que se pretendía explorar giró en torno a cómo funciona la amistad en los grupos de adulto mayor para que dé cuenta del apoyo social percibido.

Se propuso categorizar los insumos documentales que reportaban el proceso y posterior a ello se propuso una fase interpretativa de los aspectos que influyen o determinan los procesos de amistad en los adultos mayores participantes. Todo este material fue considerado como fuente de información, sometida al análisis de contenido categorial.

Para hacer el proceso de análisis de contenido categorial, se utilizó el software ATLAS.ti versión 7.0 que es una herramienta para el almacenamiento, sistematización y análisis de la información de datos en la investigación cualitativa. En este aparte, el análisis de datos constituye una fase vital para el proceso investigativo cualitativo. Las categorías fueron construidas de forma deductiva a partir de la revisión detallada de los insumos documentales anteriormente descritos y de los referentes teóricos.

El procedimiento se hizo en cuatro fases. En la primera se homogenizaron los insumos y se construyeron las categorías a partir del marco teórico. En la segunda se hizo el proceso de categorización e interpretación de los datos. Por último, se hizo un proceso de debate, discusión e integración de perspectivas entre los investigadores para la presentación de los resultados y presentar la discusión a partir de los hallazgos.

Respecto a las consideraciones éticas, se indica que conforme al Artículo 11 de la Resolución 8430 de 1993, se indica como investigación sin riesgo la investigación documental retrospectivo.

Respecto a los insumos documentales, todos están amparados bajo la firma de consentimientos informados, en los cuales se pedía autorización para utilizar la información con fines académico.

En el procesamiento de información empleamos la estrategia de triangulación que se realizó de la siguiente manera. En primer lugar, a partir de las referencias teóricas y de análisis preliminar de los datos, se preestablecieron y definieron unas categorías temáticas. Posteriormente, cada uno de los investigadores (3) procedieron a relacionar los *verbatimums* con estas categorías. Las fuentes de información se hicieron desde tres fuentes de sistematización de los datos:

- 1) Registros de las entrevistas, estas fueron grabadas y luego transcritas por cada investigador y, complementadas, con las notas de registros de diario de campo.
- 2) Registros de observación participante; en este sentido cada grupo diseñó una rejilla de observación, de acuerdo con la unidad de análisis establecida, allí se registraban los hallazgos recogidos en campo y, adicionalmente, se llevaba un registro en diario de campo.
- 3) También se analizaron los informes realizados por los interventores, donde estos debían hacer una síntesis y conclusiones de los resultados obtenidos. Adicionalmente, se hizo una comparación entre los informes realizados previo a la pandemia y durante la pandemia.

De esta forma, se construyó una tabla de relaciones entre las categorías de análisis de la amistad en los grupos de la tercera edad y las di-

menciones del apoyo social percibido. Esta construcción se evidencia en la Tabla 1.

Tabla 1
Categorías amistad y apoyo social percibido

Categorías de análisis de la amistad en grupos de la tercera edad	Apoyo social percibido
<p>Modelos de identificación con otros Aspectos relacionados con la apropiación: con ser parte del grupo, su identificación con el mismo, los significados que a este se le atribuyen, tanto en el grupo mismo, como en las interacciones con sus miembros.</p>	<p>Emocional Sentimiento de ser querido, Sensación de poder confiar en otras personas y tener intimidad</p>
<p>Experiencia colectiva de acuerdo Aspectos relacionados con experiencias individuales que tienen en común los miembros del grupo, las cuales contribuyen en la construcción de convivencia.</p>	
<p>Relación con otros consciente/deliberada Que se evidencia un proceso reflexivo previo al acto de relacionarse con el otro.</p>	
<p>Cooperación desinteresada Relatos afines a la cooperación grupal, evidenciando aquellas actividades, propuestas, estrategias, etc. Que beneficien al grupo en general, sin esperar alguna distinción individual.</p>	<p>Instrumental Tangible o material) Posibilidad de contar con el soporte directo de las personas, desde el punto de vista operativo, de recursos materiales (económicos) o para gestionar situaciones concretas del día a día</p>
<p>Relación aprendida Relatos relacionados con las formas culturales de la relación, que se aplican en la cotidianidad del grupo sin que estos sean percibidos. Características en las formas de relación, las cuales, al ser parte del grupo con aprendidas en la interacción entre los miembros, costumbres o convenios.</p>	
<p>Relación impersonal Evidencia de relaciones sin vínculo afectivo.</p>	
<p>Organización comunal de interdependencia Aspectos relacionados con construcción de soluciones conjuntas para el beneficio de uno o varios miembros del grupo.</p>	
<p>Comunicación Todas las características que den cuenta de estilo, intenciones y consecuencias del acto comunicativo, que afecta la relación y que ofrecen información de valor en las relaciones.</p>	<p>Recibir consejos u orientación para resolver problemas</p>
<p>Experiencia de desacuerdos Relatos que evidencien posiciones contrarias entre los miembros del grupo.</p>	

Análisis y Discusión de Resultados

Conforme a la función amortiguadora que Barrón López De Roda y Sánchez Moreno (2001) plantea, el estrés psicosocial asociado al aislamiento preventivo y por la pandemia como experiencia colectiva, fue contenida por la experiencia de pertenencia a vínculos con características de amistad. Esto queda evidenciado en los múltiples comentarios de los participantes donde muestran el impacto positivo de la asistencia a los grupos en su “salud”. Por ejemplo:

“Ahora con esto que hubo ahora, no vine como en tres semanas, me enfermaba la situación. Mi hija fue la que me dijo que viniera que para distraerme. Yo quedo sola en la casa y todo se me acumula, en cambio acá oigo e’ bulla y converso con alguien. pienso en mi salud” (participante 1, comunicación personal, 16 de septiembre de 2020).

El aislamiento genera malestar en las personas mayores, las hace centrarse en sus limitaciones físicas, en los aspectos negativos de su día a día. De allí que el encuentro con pares, que les reflejen sus características positivas, que los acompañen en sus dificultades y empaticen con sus afectaciones, les permite experimentar sentimientos de bienestar. Estos últimos contrastan, con aquellos de displacer que ocurren en su cotidianidad. De esta manera, se encontró que una de las participantes presentaba un trastorno depresivo de larga data, reactivo al asesinato de uno de sus hijos. A continuación, se indica el valor de “rescate” emocional que le suministró la pertenencia a un grupo:

Tuve un fracaso, con uno que me mataron (hijo), hace 10 años y tenía problemas de depresión, pero yo ya venía con esa depresión soledad, de todo. No tenía con quien conversar (...), yo me aílo, yo soy la que hago todo el aseo, y no salgo de mi pieza sola. Se me viene tantas cosas en la cabeza. porqué muere su hijo? Mantengo triste, no siento alegría. Por esa razón entré al grupo, me ha ayudado demasiado, yo no tengo amigas sino compañeras, que se reúnen, yo siempre he sido apartada, sino me llaman me da lo mismo, pero vengo y me ayuda mucho (participante 2, comunicación personal, 10 de junio de 2021).

Cabe destacar que en estos grupos se sienten valorados por sus características personales, lo que los hace reafirmar su identidad a pesar de todos los cambios suscitados como parte normal del proceso de envejecimiento. Esta participante lo muestra de manera clara:

Me aprecian mucho yo siento que me aprecian porque yo soy una persona muy seria. Ellos dicen que yo tengo estilo militar yo hablo claro, tratando de hablar para que la gente entienda y no para mí porque a veces no son mal dicha. Y si, la gente se acerca a mí no para que todo el mundo se dé cuenta, sino porque les gusta estar conmigo (participante 3, comunicación personal, 13 de junio de 2021).

En el comentario anterior, también se puede apreciar la sensación de sentirse parte de un grupo y reconocida por su forma particular de enfrentar las situaciones y relaciones.

Los grupos de la tercera edad cuentan con dos grandes potencialidades: la organización y la cohesión comunitaria (funciona a base de redes y de mecanismos de pertenencia). También logra mecanismos de participación comunitaria.

Lo que aún tiene un amplio potencial de trabajo en lo concerniente al empoderamiento comunitario enfocado explícitamente en el cuidado colectivo de la salud mental. Si se logra configurar como estrategia comunitaria (respaldada por los entes territoriales de salud), la salud mental de las personas mayores tendría importantes oportunidades de integración en la salud basado en los principios de la atención primera en salud.

Las personas mayores han mostrado por medio de los grupos de la tercera edad, que tienen una gran capacidad de organización comunitaria y de cohesión comunitaria que les ha permitido crear redes eficientes y espacios de pertenencia, que facilita los procesos participativos. Algunas de las características de estos procesos de organización tienen que ver, en primer lugar, con el modo cooperativo en que comprenden las estructuras grupales, en las que todos tienen una cuota igualitaria de participación sobre la toma de decisiones, están abiertos a recibir la retroalimentación por parte de sus miembros. Adicionalmente, son capaces de comprender que todos son

necesarios para el funcionamiento del grupo. Esto quiere decir, que cada miembro ofrece un aporte especial a la dinámica, por lo que todos ocupan un lugar importante dentro de este.

Los siguientes relatos dan cuenta de ello:

Porque necesito esparcimiento, libertad y eso me ha hecho estar en el grupo y gracias a dios me han acogido como familia y ahora en este instante tengo una dificultad que mi marido se murió entonces usted sabe que cuando suceden estos casos la gente se deprime, la persona necesita como un apoyo para una distracción para no estar ahí metido en las cosas, (participante 5, comunicación personal 3 de Agosto 2021)

Hay hermandad, me tienen acogida y siento que se responde a la acogida que ellos me dan y que yo les doy a ellos porque el cariño en compromiso; las cosas que le dicen a uno por ejemplo en los ejercicios le dicen a uno que haga bien los ejercicios. (participante 6, comunicación personal, 3 de Agosto de 2021)

En una de las notas de diario de campo de los interventores se encontró:

Ya que cuando llegaban al grupo, se olvidaban de aquellas cosas negativas en sus vidas. Se sienten renovados, y sentían alegría de estar en el grupo y poder olvidar esos pequeños detalles en sus vidas que eran negativos. (Nota en diario de campo, Agosto 4 de 2021)

En concordancia con lo expresado, cabe destacar que un hallazgo de esta investigación es que, si bien los adultos mayores manifiestan que a través de la amistad desarrollada en los grupos, perciben apoyo social emocional y también de tipo informativo, hay una ausencia del apoyo instrumental. Se considera que, a partir del fortalecimiento de los procesos de participación y compromiso comunitario, podrían desarrollar destrezas instrumentales de apoyo en cuanto a acciones concretas de resolución de problemas.

En este sentido plantean que el apoyo institucional y gubernamental es requerido para concretar algunas de sus iniciativas y darle continuidad al grupo. Un ejemplo, se puede apreciar en una situación relacionada con el suministro de uniformes para una actividad:

Hay mucha desigualdad porque aludiendo al tema de los uniformes, donde la alcaldía (político) dio unos uniformes a algunos y a los otros les tocó mandarlos hacer, pero además dice la señora que los uniformes que llegaron de las personas ya fallecidas los vendieron. (Participantes 6, comunicación personal Agosto 26 de 2021)

Esto además de afectar en su sensación de bienestar les permitiría fortalecer competencias relacionadas con la autonomía, la cual suele ser una pérdida importante en esta etapa. Estos procesos no deben depender solamente del grupo de adultos mayores, sino que requieren del acompañamiento y apoyo de los entes gubernamentales en cuanto al financiamiento de estos programas. Es el único modo de garantizar su mantenimiento a lo largo del tiempo.

Con esto nos parece fundamental fomentar la salud mental de los adultos mayores desde la mediación en los Grupos de la tercera edad, todo esto, por medio del enriquecimiento de los vínculos de amistad y, en consecuencia, del apoyo social. Y, a su vez, potencializar las formas de psicoeducación para el cuidado mutuo de la salud mental.

Esto implica un conocimiento colectivo para identificar y propiciar acciones ya sea de activación de rutas, contención emocional, pero siempre en función de crecer el autoconocimiento que es crucial en los procesos de salud mental porque cada individuo en un ser transformador de sus realidades.

La dimensión subjetiva involucrada en el apoyo social es la que daría la percepción de estar recibiendo dicho apoyo, con relación a las condiciones reales. Así se puede inferir que la percepción de amistad es la base para considerar el apoyo social percibido (Barrón y Chacón, 1990).

Por otra parte, consideran que todos son responsables del funcionamiento del grupo, por lo que el cumplimiento de las reglas implícitas y explícitas debe ser respetado por todos. Si bien esto es una conducta tácita, ayuda a la cohesión grupal. Y, por otro lado, al ser todos piezas esenciales de este funcionamiento, se comprometen, en diferentes niveles, a cumplir con las metas y objetivos del grupo.

Uno de los participantes muestra este aspecto de la siguiente manera:

El año pasado estuve en la junta directiva dos años el año pasado, él señor XX, cogió un cuaderno, a cobrarles mensualidad, y él fue todo, fue presidente, tesorero, él fue solo. Yo le pedí el favor a doña YY que nos hiciera el favor de la Junta directiva, porque le conté la situación, y me dijo que eso no podía ser así. nosotros teníamos las capacidades. (participante 8, comunicación personal, 16 de Junio de 2022)

Unido a ello, se logra un mecanismo de compensación de las pérdidas de capacidad propias del envejecimiento biológico, cuando cada miembro del grupo cuenta con la posibilidad de encontrar un espacio donde se percibe reconocida, con recursos, con algo que aportar. Ello tiene especial consideración cuando no tiene posibilidades de reconocimiento social como se tiene al participar en el sector laboral o productivo.

En cuanto al respeto a los grados de compromiso, resulta interesante destacar, que, dentro de las dinámicas de participación comunitaria, uno de los aspectos que tiende a fortalecer este proceso, suele ser la visibilización y respeto por los diversos tipos de compromiso y participación dentro de los grupos comunitarios. Y, en el caso de los adultos mayores, esto ocurre de manera espontánea. Un ejemplo donde se puede observar es que, si algún miembro del grupo no puede asistir a las reuniones por motivos personales, los otros miembros lo respetan y, temporalmente, asumen su función sin excluirlo. Lo mantienen informado de lo que ocurre en el grupo y, a su vez, alguien del grupo, mantiene informado al grupo de la situación del miembro ausente.

Lo anterior nos llevó interpretación que las personas mayores durante la pandemia por covid-19, contaban un funcionamiento relacional mediado por la amistad como recurso de protector de la salud mental.

A partir de la indagación sobre el significado de la amistad en la vejez, surgieron dos perspectivas: La amistad real (Naussbaun, 2018), virtuosa (Lambert, 2020) o verdadera y la amistad ordinaria. A continuación, se expondrán sus diferencias (Lambert, 2020). Si bien la aproximación de la autora en filosófica se toma como referencia por-

que permite explicar algunos de los hallazgos encontrados en el trabajo de campo.

Sobre la amistad real, virtuosa o verdadera se afirma que las referencias a las bromas, propias de la intimidad, del reconocimiento de las diferencias y las semejanzas, hablar de lo que se oculta a los demás, de la feliz complementariedad, de la vulnerabilidad y de la precisión en la conciencia de la diferencia. Estas son algunas de las indicaciones que Nausbaun (2018) al analizar el tratado sobre la amistad que escribió Marco Tulio Cicerón, respecto a la amistad que tiene con su gran amigo Ático reconocimiento que ese tipo de amistad se estropea con el egoísmo.

La Marquesa de Lambert en el tratado que escribió para su hija en el siglo XVII “Sobre la Vejez de las Mujeres” (Lambert, 2020), plantea que existen unas obligaciones de la amistad, refiriéndose a la amistad virtuosa. Esto deja en evidencia la exigencia ética de esta forma de amistad. Dice textualmente:

No está permitido examinar los defectos de nuestros amigos y menos aún decirlos, pero como se nos ha dado para ser una ayuda de la virtud y no del vicio es preciso advertirlos cuando se distraen. Debemos gobernar cuando la amistad se afloja y le altera; la fina amistad los disimula para ahorrar a su amigo la vergüenza y la necesidad del perdón cuando conozca el mal que ha hecho. (Lambert 2020. P.70)

Por su parte, Lambert (2020) va a complementar esta perspectiva al afirmar que:

No debe creer tampoco que después de la ruptura tengas menos responsabilidad. La amistad ordinaria no perdona jamás un agravio (...) y nada es más opuesto a la amistad que los caracteres soberbios que procuran acusarte y tienen gusto en convencerte (...) fortifica su dominación y aumenta tu dependencia (p. 70)

Esta categoría de Nassbaum (2018) se asemeja a la dimensión de apoyo social percibido de tipo afectivo, a través del cual los adultos mayores perciben que además de contar con unas personas que los pueden apoyar de forma instrumental, también lo pueden hacer de manera

emocional. Sin embargo, se aprecia que el tipo de amistad que se ha construido corresponde a lo que se llama amistad ordinaria.

En las observaciones y entrevista se da cuenta de que “En medio de sus interacciones ellos realizan comentarios hasta ahora sanos entre ellos mismos para reírse y saludarse” (Reporte de investigador 1). Adicionalmente se observa que comparan el vínculo que ocurre en los grupos con el de la familia “el grupo es como una familia que son muy buen grupo”. Perciben que hay un compromiso deliberado en hacer “ameno” el ambiente del grupo “me gusta todo, como yo le dije uno trata de lo mejor, tranquilidad, los paseos son buenos, las comidas, las actividades que hacen, uno se divierte en el grupo”.

Pero, el hecho de que su amistad corresponda a un nivel “ordinario” no lo hace menos importante, dado que ya formar parte de una red funciona como factor protector en su bienestar psicológico. En este sentido, se aprecia que para ellos la amistad tiene un valor que incorporan a su vida como esencial y determinante para su estabilidad personal, por lo cual hacen esfuerzos deliberados para mantener y cuidar los vínculos de los grupos.

Inclusive, tal es su nivel de compromiso que entienden que para que pueda sostenerse deben incorporar la resolución de conflictos de intereses, los cuales abordan en pro de la construcción del grupo e incorporando las diferencias como un valor que les permite compartir diferentes visiones con respecto a una misma realidad. En este sentido un participante dijo:

Se ve evidenciada la importancia del compañerismo y de la madurez emocional evidenciado en la toma de conciencia que se debe tener a la hora de desahogarse en el grupo y que esta manera de hacerlo no dañe a los demás, por lo que se devuelve al grupo que el error no está en el hecho sino en cómo se procesa al hacerlo. (Participante 5, comunicación personal, 6 de junio de 2021)

Sin embargo, entienden, que al ser parte de un grupo las diferencias de opinión y de formas de relación, son comunes y, por tanto, no es posible establecer relaciones de Amistad con todos los integrantes y esto forma parte de las gestiones personales que les toca hacer al

pertenecer a un grupo. Finalmente, estos grupos tienen una finalidad preestablecida y la relación con otros ocurre en la medida en que se logra este objetivo, en este caso, hacer ejercicios, recrearse, entre otros. Este participante deja clara esta idea:

Vengo a hacer mis ejercicios, mi salud, por mejorar mi condición, y por recreación, desafortunadamente la relación se ha dañado aquí, mala comunicación, mala convivencia, el chisme, usted no puede hacer así, cuando ya está envuelta. falta seriedad para la comunicación hay muchos subgrupos. (participante 9, comunicación personal, 15 de octubre de 2022)

En los grupos de la tercera edad se evidencian relatos de compañerismo y de camaradería, logran establecer intereses en común que toman formas de amistad. De acuerdo con la clasificación de apoyo social percibido esto corresponde al apoyo social percibido de tipo emocional, donde se da un predominio de los lazos afectivos y de confianza (Barrón, 1996; Schaefer, Coyne y Lazarus, 1981). Esto se puede evidenciar en la siguiente verbalización: “Enfrentar el duelo en el que está en este momento, eso es, entonces eso me ha hecho y estoy muy agradecida con esto”. Aquí queda en evidencia el soporte emocional y el efecto en la salud mental de esta participante.

Este es un ejemplo clave en el rol amortiguador y de protección que generan estos espacios. Así lo recalca ella:

Me ha ayudado demasiado, yo no tengo amigas sino compañeras, que se reúnen, yo siempre he sido apartada, sino me llaman me da lo mismo, pero vengo y me ayuda mucho. (Participante 10, comunicación personal, 12 de junio de 2021)

En esta última frase refleja que al sentir que puede estar acompañada, escuchada y puede realizar actividades afines con otras personas, le permite establecer vínculos que, aunque no son muy profundos en cuanto a intimidad, si cumplen una función reparadora y de apoyo emocional. Otra verbalización que muestra el valor de apoyo emocional que ejercen los grupos lo muestra la siguiente participante “el grupo es el medio por el cual les permite desahogarse de las problemáticas familiares”. Es decir, un espacio en el que pueden dejar salir

las tensiones sin ser juzgados o tener el riesgo de ser apartados de su dinámica familiar.

No es fortuito que la temática del duelo sea un contenido recurrente en las narrativas de los adultos mayores. En esta etapa de la vida, los adultos mayores suelen estar expuestos a una serie de pérdidas de tipo normativas por edad. Como por ejemplo la pérdida de pares significativos; pero también a pérdidas no normativas que los obligan a desplegar una serie de procesos adaptativos compensatorios a nivel emocional, donde las redes de apoyo social son fundamentales para poder gestionar con el dolor. En uno de los casos, una participante mencionaba que su médico familiar le había indicado formar parte de un grupo de pares para evitar los efectos negativos de la soledad en su estado emocional.

Pero, a su vez esto también se complementa, con la percepción de apoyo de tipo informativo (Barrón, 1996; Schaefer et al., 1981), donde sienten que pueden recibir consejos que los alientan y acompañan a resolver problemas de su vida cotidiana. El siguiente participante lo expresa de la siguiente manera: “(...) le dicen a uno por ejemplo en los ejercicios le dicen a uno que haga bien los ejercicios porque es el resultado”. De esta manera, la participante deja claro que la orientan a realizar una actividad que, por sí sola, no sabría adaptar a sus características personales.

Hay hermandad, me tiene acogida y siento que se responde a la acogida que ellos me dan y que yo les doy a ellos porque el cariño en compromiso las cosas que le dicen a uno por ejemplo en los ejercicios le dicen a uno que haga bien los ejercicios porque es el resultado. (Participante 6, comunicación personal, juni de 2021)

En este caso, la participante muestra, la utilidad que tiene para ella la orientación que recibe en el grupo, con respecto al ejercicio físico, así como el impacto afectivo, que genera para su bienestar.

Sin embargo, estas relaciones no solo están marcadas por aspectos que son valorados subjetivamente como positivos, sino que también se manifiestan relaciones de conflictos entre las personas mayores, tales como reacciones basadas en la soberbia, acusaciones mutuas, ejercicios de poder y dominación.

Este tipo de conflicto parece reflejar el nivel de intimidad que ocurre en estas relaciones que desarrollan, dado que son capaces a lo largo del tiempo de expresar aquellos aspectos aceptados socialmente, cordiales y amorosos, pero también aquellos asociados a la rabia, miedo y frustración que ocurren en cualquier vínculo amistoso.

Por ello la describimos aquí en el marco de la amistad ordinaria reconociendo que aun en esa configuración, hay un alto nivel de funcionalidad de los lazos de amistad para las necesidades psicológicas en la vejez.

Cabe destacar que en sus comentarios reflejan vínculos funcionales y no “perfectos”; esto quiere decir que la confianza desarrollada a partir de la cercanía y la realización de actividades en conjunto, les han permitido poner en prácticas sus destrezas para relacionarse con otros de manera profunda.

Esto resulta interesante, porque permite visibilizar un recurso, que en muchas oportunidades queda anulado o disminuido y alto nivel de funcionalidad que tiene la amistad en el bienestar psicológico a nivel individual y grupal y allí es donde radica el papel de la mediación psicosocial enfocada en la convivencia.

Conforme a estas características, se infiere que este nivel de amistad operó como apoyo social percibido ante las complejas condiciones de aislamiento por covid-19. Y por ello vamos a profundizar en los procesos psicológicos que ocurren de base para poder consolidarse.

Es por ello por lo que tal como menciona Laura Cartensen en su charla TED (2010), quien dice: “dejen de hablar de cómo salvar a la gente mayor y comencemos a preguntarnos como pueden ayudarnos”. Este hallazgo nos permite preguntarnos de qué modo las personas mayores han sabido gestionar los recursos de comunidad en pro de su bienestar grupal e individual. Y, a su vez, comprender los procesos de base que han permitido consolidar este sentimiento en ellos.

Conclusiones

Con todo este recorrido analítico acerca del confinamiento como medida preventiva para evitar la propagación de la covid-19 y los recursos comunitarios que mostraron las personas mayores se puede concluir lo siguiente

La amistad ocupó un papel protector en la salud mental de las personas mayores en el aislamiento preventivo por covid-19, esto corrobora los resultados obtenidos en múltiples investigaciones empíricas que así lo demuestran. Su valor como eje central de fortalecimiento individual, a partir del engranaje comunitario, resulta fundamental para promover la salud mental de los adultos mayores; potencializando un recurso autónomamente que ya han creado.

Sigue siendo una responsabilidad disciplinar, interdisciplinar e intersectorial, continuar la investigación situada para ampliar la comprensión de estos fenómenos comunitarios que son protectores de la salud mental de los adultos mayores, para potencializarlos y transferir los aprendizajes adquiridos a otros sectores de la comunidad.

Las organizaciones no gubernamentales como la Corporación para la Tercera Edad en la ciudad de Cali son una muestra ejemplar de la mediación comunitaria, articulada con los aportes interinstitucionales con la academia.

La presente investigación etnográfica es una contribución al gran reto de la atención primaria en salud, en la concepción que la salud mental se construye con la comunidad en desde las realidades territoriales.

Referencias Bibliográficas

- Álvarez, C. y Toro, J. (2021) Impacto del COVID-19 en la salud mental: revisión de la literatura. *Repertorio de Medicina y Cirugía*. 21-29. <https://doi.org/10.31260/RepertMedCir.01217372.1180>.
- Barrón López de Roda, A., y Chacón Fuertes, F. (octubre de 1990). Apoyo social percibido: su efecto protector frente a los

- acontecimientos vitales estresantes. *Revista de psicología social*, 7(1), pp. 53-59. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/111766.pdf>
- Barrón López De Roda, A., y Sánchez Moreno, E. (2001). Estructura social, apoyo social y salud mental. *Psicothema*, 13(Número 1), pp. 17-23. Recuperado a partir de <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/7841>
- Dolbier, C. L., y Steinhardt, M. A. (2000). The development and validation of the Sense of Support Scale. *Behavioral Medicine*, 25(4), 169-179. <https://doi.org/10.1080/08964280009595746>
- Dolbier, C. L., Smith, S. y Steinhardt, M. A. (2007). Relationships of Protective Factors to Stress and Symptoms of Illness. *American Journal of Health Behavior*, 31(4):423-33. DOI:10.5993/AJHB.31.4.9
- Lambert, M (2020). *Sobre la vejez de las mujeres*. Madrid: Los Secretos de Diotima
- Hernández Sampieri, R., Mendoza Torres, C. P.(2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill. <https://www-ebooks7-24-com.sibulgem.unilibre.edu.co/?il=6443>
- Lehrer, M; Janus, K.C.; Christian, G.; Steinhardt, M. (2017) Personal and Environmental Resources Mediate the Positivity-Emotional Dysfunction Relationship. *American Journal of Health Behavior*, 41(2):186-193. DOI:10.5993/AJHB.41.2.10.
- Nussbaum, M. (2018). Envejecer con amigos. Del envejecimiento, de la amistad: conversando con Cicerón. Nussbaum, M. y Levmore, S. *Envejecer con sentido*. Bogotá: Planeta Colombia S. A. P.93-116
- Ministerio de Salud de Colombia (9 de mayo de 2020). *Salud mental, uno de los principales retos de la pandemia*. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Salud-mental-uno-de-los-principales-retos-de-la-pandemia.aspx>

Rodríguez Espínola, S., y Enrique, H. C. (2007). Validación Argentina del Cuestionario MOS de Apoyo Social Percibido. *Psicodebate*, 7, 155-168. <https://doi.org/10.18682/pd.v7i0.433>

Santos Carrasco, I., Hernández García, M. S., Parrilla Escobar, M. A., Mongil López, B., González Collantes, R., y Geijo Uribe, S. (2021). Confinamiento y salud mental: análisis del impacto en una muestra de 194 pacientes de psiquiatría del niño y del adolescente. *Psiquiatría Biológica*, 28(2), <https://doi.org/10.1016/j.psiq.2021.100317>

Schaefer, C., Coyne, J. C., y Lazarus, R. S. (1981). The health-related functions of social support. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(4), 381-406. <https://doi.org/10.1007/BF00846149>