



SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD AJUSCO  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN DE ADULTOS

TESINA

Recuperación de experiencia profesional

*Platinado despertar de una adulta mayor: experiencia del proceso formativo en educación  
de adultos y su impacto en el desarrollo personal y comunitario*

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN EDUCACIÓN DE ADULTOS

PRESENTA:

*AGUSTINA ROSA VERA ÁVILA*

*ASESORA: DRA. MARÍA DEL PILAR CRUZ PÉREZ*

CD. DE MÉXICO, NOVIEMBRE 2019

## Índice

<b>Introducción</b>	2
<b>Capítulo 1. La educación de adultos como profesión y la importancia de la atención a la población adulta mayor</b>	4
1.1 La educación de jóvenes y adultos como campo disciplinar	5
1.2 La educación de adultos en México	9
1.3 Importancia de la educación de adultos mayores	13
<b>Capítulo 2. Autobiografía como vía de acercamiento a la experiencia</b>	19
2.1 La investigación cualitativa y recuperación de la experiencia	19
2.2 La autobiografía como una herramienta para la recuperación de la experiencia.	21
2.3 El inicio del camino y las dificultades para acceder a la educación: primeros años de vida	25
2.4 Reconociendo los roles de género y el cuidado como centro de la vida de las mujeres	28
<b>Capítulo 3. De la condición de adulta mayor a la formación como educadora de adultos en la UPN</b>	35
3.1 Rompiendo roles de género y la experiencia de una familia propia	36
3.2 Reiniciando el camino o una primera oportunidad. El reto de ser madre, trabajadora, estudiante y cuidadora	38
3.3 Mi experiencia como trabajadora y mi ingreso al bachillerato	41
3.4 Conflictos laborales y mi rol de estudiante en UPN	45
3.5 Mi función como cuidadora de adultos	47
<b>Reflexiones finales</b>	52
<b>Referencias</b>	59

## ***AGRADECIMIENTOS***

### **A Dios**

Que en su infinita bondad me dio la vida para lograr mis sueños y poder llegar a este momento tan especial de mi vida

### **A mis padres**

Por la oportunidad de darme la vida pero muy en especial a mi madre que gracias a su ejemplo aprendí a ser lo que soy una luchadora de la vida.

### **A mis hijos**

Pero especialmente a Clara Verónica que estuvo en los momentos más difíciles de la licenciatura y también a Erika Bibiano ella estuvo presente en el Bachillerato.

### **A mis nietos**

Porque quise ser un ejemplo para que continuaran su preparación profesional.

### **A mis compañeras**

De la licenciatura porque estaban presentes cuando me aquejaban las dificultades no permitiendo desistir y poder llegar a cerrar este círculo profesional.

Y a todos los que hicieron posibles este trabajo no queriendo dejar a un lado la valiosa ayuda que recibí de mi asesora la Doctora Pilar Cruz porque sin su apoyo no hubiera realizado este proyecto, pero muy en especial a mi numen en este trabajo al Maestro Rigoberto González

## **Introducción**

El presente trabajo sistematiza y presenta mi experiencia educativa en el campo de la educación de adultos, busca mostrar la importancia que tiene la formación en el campo de la educación de adultos para favorecer el desarrollo de habilidades personales y profesionales que contribuyen al empoderamiento y a la mejora de la calidad de vida del propio educando, al tiempo que hacen posible la puesta en marcha y/o la mejora de una práctica educativa con otros adultos, impactando positivamente en contextos no formales e informales.

Esta tarea se realizó desde una perspectiva de investigación cualitativa, utilizando el relato autobiográfico como una manera de acercarme sistemáticamente a mi formación como Educadora de Adultos en la UPN, es decir, a partir de la autobiografía hago una recuperación de la experiencia y la sistematizo, con el fin de dar cuenta del impacto que esta tuvo en mi práctica posterior, en mis nuevas experiencias de vida y en la práctica educativa que he desarrollado en mi comunidad, apoyando diversas causas y procesos de otras personas adultas mayores.

La importancia de la educación de adultos y adultos mayores es innegable, sobre todo si consideramos que, el aumento de la esperanza de vida en las sociedades actuales ha llevado a un aumento paulatino del interés de las personas adultas y adultas mayores por seguirse formando en diferentes ámbitos. Sin embargo, asociar la vejez a incapacidad o deterioro con el incremento de la edad, es un discurso que converge con dicho interés y se mantiene en nuestros días, lo que es necesario cambiar para comenzar a considerar la adultez mayor como una fase más, que evoluciona y modifica las condiciones de vida, como consecuencia del crecimiento natural pero que, no tiene que ser sinónimo de declive, sino una oportunidad de crecimiento en la cual, las influencias familiares, sociales, educativas, ambientales, etc., pueden ofrecer un aumento de potencial, explotable en favor del desarrollo personal, social y comunitario (Guerra, 2009).

El presente trabajo, pretende mostrar esta importancia y el papel de la educación de adultos como vía para favorecer procesos de mejora personal y comunitaria de personas adultas y adultas mayores, a partir de tomar mi propio proceso formativo como ejemplo y, con este

fin, la información se ha organizado en tres capítulos, en los cuales, se da el soporte teórico-metodológico que orientó la reflexión, recuperación y sistematización de las experiencias, quedando el contenido de la siguiente forma.

En el capítulo 1, muestro en breve los aspectos teóricos y contextuales de la educación de adultos como profesión, doy cuenta del proceso de desarrollo del término de educación de adultos y de cómo este ha vivido el proceso de incorporación en México, desde diferentes autores.

**En el capítulo 2**, hablo de la metodología cualitativa y de cómo puede tomarse la autobiografía, como recurso útil para la recuperación de saberes y que, en este trabajo, fue el eje que orientó y fundamentó el proceso de construcción del relato, mi biografía, que también se incluye en este capítulo para su posterior sistematización.

**Y finalmente, en el capítulo 3**, hablo desde una postura analítica y reflexiva, sobre mi paso como alumna de la Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 092 Ajusco, y sobre la influencia que tuvo este proceso en mi empoderamiento y en la posterior puesta en marcha de acciones como educadora de adultos, las cuales han impactado de manera positiva en mi desarrollo personal pero también, en mi labor social y comunitaria con otros adultos y adultas mayores.

## **Capítulo 1. La educación de adultos como profesión y su importancia en la formación de adultos mayores**

Hablar de la educación de adultos resulta complejo debido a que casi siempre se le asocia con alfabetización, se piensa que se basa solo en enseñar a leer y a escribir sin ir más allá, y por eso se ubica como una educación compensatoria y “de segunda”, pero lo que mucha gente desconoce es que la educación para las personas adultas es mucho más amplia y, se puede convertir incluso en una plataforma para impulsar decisivamente el futuro personal, académico y laboral de quienes nos formamos en ese campo.

Desde mi punto de vista, la formación en educación de adultos y la práctica que conlleva, es una oportunidad de crecimiento y empoderamiento o incluso una primera oportunidad, como fue en mi caso, de ser una profesional que contribuya al bienestar de otros en la sociedad pues, se trata de una profesión que no se separa de la acción social, es decir, podemos concebirla como una práctica constante que incluye la construcción y adquisición de conocimientos formales e informales, que se dan de manera permanente a lo largo de la vida (Guerra, 2009).

La postura anterior, no es difícil de sostener en las aulas de educación de adultos, ante un alumnado heterogéneo en el que, con frecuencia, estamos personas adultas y adultas mayores que *partiendo* de la idea de que nunca es tarde para aprender o reaprender, retomamos una tarea que por alguna causa abandonamos o no pudimos iniciar. Entonces, la educación de personas adultas como profesión, sería la vía para facilitar que este sector y en particular el de adultos mayores en diferentes contextos, inicien o reinicien un camino hacia el aprendizaje y por eso, debe partir de los conocimientos previos para conectarlos de nuevo y de manera consciente en su propio proceso educativo (Canfrán, 2017).

Así, a partir de las experiencias y saberes adquiridos a través de diversas vivencias de éxitos y fracasos a lo largo de la vida, la educación de adultos busca ofrecer estrategias de recuperación de lo aprendido hasta el momento por los alumnos para orientarlo hacia lo que les falta por alcanzar, es decir, toma en cuenta las necesidades académicas, pero, no puede

dejar de lado los intereses y motivaciones personales de los estudiantes. No obstante, el reto constante está en saber qué procesos debemos seguir para alcanzar este fin, ¿cómo se ha construido el campo disciplinar de la educación de adultos para poder entender la importancia de estos principios y certezas?, a continuación, enunció brevemente este proceso y muestro cómo se ha dado la incorporación de la educación de adultos en México.

### **1.1 La educación de jóvenes y adultos como campo disciplinar**

La educación de personas jóvenes y adultas (EPJA), nació gracias a la intervención tanto de organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, como de las asociaciones civiles que buscaron evidenciar las necesidades educativas de personas adultas y adultas mayores, al tiempo que visibilizaban la ineficacia de los sistemas educativos para atender el problema de la exclusión y la marginación de una parte de la sociedad en condiciones de rezago en gran parte de Latinoamérica, incluido México.

En ese sentido, la EPJA se dedica a instituir y hacer operativas las políticas educativas y sociales que buscan subsanar las desigualdades sociales ocasionadas por la dinámica de los modelos neoliberales de desarrollo nacional implementados en la región y en particular en nuestro país; constituyéndose como un instrumento para reducir los efectos negativos de la marginación y la pobreza (Huerta, 2005, pp. 3), a partir de la promoción de habilidades que la población necesita para adaptarse a los cambios actuales, mediante el establecimiento de acciones que contribuyan a mantener buenas relaciones humanas y fortalecer la educación tanto de los jóvenes, como de los adultos y adultos mayores, en aras del progreso humano.

Así, la educación de adultos desde una visión amplia, va más allá de la simple incorporación de los sujetos a procesos de aprendizaje de lectoescritura o la certificación de conocimientos, sino que, incluye la formación en diversos temas que involucran derechos humanos, cultura, recreación, participación ciudadana, valores éticos y morales y en general, implica comprender la necesidad de una inclusión social y una convivencia basada en el respeto recíproco entre jóvenes, adultos y adultos mayores, en un clima de igualdad de oportunidades donde prevalezca el diálogo, permitiendo mejores relaciones familiares y sociales.

Lo anterior, parte del hecho de que la educación es uno de los derechos humanos más esenciales en toda persona, dado que permite su integración en la sociedad, una realización plena y la posibilidad de mejorar la calidad de vida, es decir, vivir con dignidad al establecer bases para la convivencia y el respeto mutuo, por lo que, la misión del educador de adultos implica promover hábitos y entornos positivos donde prevalezca la justicia social, la igualdad y la participación de toda persona, incluyendo las adultas mayores. Tal situación, hace que en este trabajo cobre también relevancia la incorporación de la perspectiva humanista en educación.

La perspectiva humanista en educación es una corriente centrada en la persona, a la cual, entiende como ente individual, único, diferente de los demás; con iniciativa, con necesidades personales de crecer y sobretodo, con potencialidad para desarrollar actividades y para solucionar problemas creativamente, lo que conlleva que su objetivo sea recuperar las condiciones y necesidades de los sujetos en vulnerabilidad para construir, proteger y promover una cultura de respeto y tolerancia hacia todas las personas, además de que, se propone que los y las educandos aprendan mientras impulsan y promueven todas las exploraciones, experiencias y proyectos que éstos decidan emprender a fin de conseguir aprendizajes vivenciales (Aizpuru, 2008).

Así, la concepción antropológica de la que aquí se parte para definir la educación de personas adultas, es que los estudiantes no son seres que sólo participan cognitivamente sino personas con afectos, intereses y valores particulares, a quienes debe considerarse en su personalidad total, en aras de apoyar su formación en la toma de decisiones dentro de ámbitos donde prime el respeto a los derechos de la persona.

Esta mirada es recuperada como uno de los principios de las políticas educativas que ha venido planteándose por el gobierno de nuestro país, lo que obliga a que todo educador, pero en particular quien trabaja con adultos mayores, se comprometa a promover una educación integral, y reconozca la experiencia, condiciones y necesidades de las personas, que valore su riqueza histórica y cultural para así, promover su integración social plena, en igualdad de derechos para interactuar en justicia, paz y libertad, bases para constituir, desarrollar y elevar la calidad de vida en todos los sectores sociales (PND, 2013, p. 20).



Esta postura es avalada y a su vez, deriva de la Declaración Universal de los Derechos Humanos de las Naciones Unidas, que en sus artículos 1 y 2 establece que, “Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en la Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición” (ONU, 2018, pp. 45).

Las personas adultas y en especial las adultas mayores, merecen tener acceso y ejercer este derecho, ser considerados como sujetos educativos importantes dentro de una sociedad, en la que además, de acuerdo con la Declaración de Venecia, se enfatiza la necesidad de promover relaciones humanas entre los familiares y las personas adultas mayores para subsistir con armonía, paz, amor, solidaridad y comprensión, a fin de que se generen condiciones ideales para una buena calidad de vida, en la que su aprendizaje continuo sea posible; para lo cual, se requiere la enseñanza lúdica que les vincule con las otras generaciones, entre ellos y con el medio (UNESCO, 1986; citado en Gutiérrez, 2001).

Pese a lo anterior, en México como en gran parte de América Latina, las políticas, planes, programas y acciones en materia educativa no contemplan a este sector de la población, salvo en lo relativo al Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA), en la cual en apariencia deberían integrarse acciones dirigidas a adultos mayores, pero que en la práctica concreta no establece diferencias para población por razón de edad. Además, la mayoría de las nociones en torno al tema solo aluden a medidas compensatorias de alfabetización, certificación de conocimientos y formación para mantenerse en el campo laboral, pero no se plantea la necesidad de una formación continua para la vida y la participación ciudadana, lo que es indispensable ante las nuevas condiciones sociodemográficas (Mogollón, 2012).

Aunado a lo anterior, el proceso de envejecimiento en México hace indispensable poner atención a esta necesidad e ir más allá del enfoque demográfico, para reconocer que “el incremento en números relativos y absolutos de la población adulta mayor y la alta velocidad a la que se producirá el envejecimiento, se enmarcarán en una sociedad caracterizada por la desigualdad de amplios sectores en la pobreza” (Díaz y Bollain, 2012,

p: 17). Aspectos que es necesario remontar desde espacios educativos, situación que conlleva una gran cantidad de problemas relacionados con la protección social y que, en consecuencia, demandan la creación de estrategias de acción acordes a los diferentes contextos y ámbitos que van desde, la necesidad de generar cambios en las construcciones sociales sobre la vejez, hasta planear medidas de procuración de salud y educación que mejoren su calidad de vida.

Así, el incremento de la población adulta mayor aunada a la pobreza y desigualdad que enfrenta este sector de la población en México como en gran parte de América Latina, hace innegable la creación de medidas que contribuyan a mantenerles activas y con mayores posibilidades de tener una vida satisfactoria, en cuyo proceso el aspecto educativo es de gran relevancia pues, desde ahí se pueden generar nuevas formas de interpretación de la realidad, significados y concepciones sobre la vejez individual, los que pueden favorecer la construcción de nuevas ideas, más positivas sobre sí mismas, que contribuyan en la manera en que se involucren y participen en la sociedad.

## **1.2 La educación de adultos en México**

El artículo 26 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos señala que:

... la educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y las libertades fundamentales, favorecerá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos étnicos o religiosos, y promoverá el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz (ONU, 1948, p.55).

En ese sentido, es uno de los principios básicos, necesarios para el bienestar personal y social de toda persona, independientemente de su edad y condición. Por lo cual, en México se han diseñado diferentes políticas y acciones educativas orientadas a la atención de adultos, la mayoría de las cuáles están a cargo del Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA), instancia fundada el 31 de agosto de 1981 (INEA, 2015), para dedicarse a la formación de la población mayor de 15 años con el fin de combatir el

analfabetismo y que puedan concluir sus estudios de nivel primaria y secundaria. Su misión es:

Ser la Institución pública que norma, promueve, desarrolla y brinda servicios de alfabetización, educación primaria y secundaria; y que facilita la formación para el trabajo, para que jóvenes y adultos incrementen sus capacidades, eleven su calidad de vida y contribuyan a la construcción de una sociedad más justa y equitativa. (INEA, 2015)

En consecuencia, la política del INEA se dirige a trabajar en la alfabetización, nivelación de estudios y el acceso a la certificación de conocimientos pero, sin tomar en cuenta las particularidades del sector de adultos mayores, lo que sumado a las acciones dirigidas en todos los sectores, tanto económico, social, agropecuario, político, cultural, etc., complica la concreción específica de temas e intereses de formación de adultos en su diversidad, pues aun cuando se propone abordar temas emergentes, generalmente se hace de manera muy general y con frecuencia, no se establecen compromisos para asumir la responsabilidad de la tarea que les es encomendada, o no se cuenta con asesores capacitados en la materia para comprender los ritmos y procesos de la población adulta mayor.

Así, la Ley Nacional de Educación para Adultos (DOF, 2012, p.31), señala que será la Secretaría de Educación Pública (SEP), a través del INEA, la instancia responsable de esta tarea, considerando como adulto a toda persona, de los 15 años en adelante, pero expresando una especial preocupación de quienes se encuentran con rezago educativo de nivel primaria y secundaria, así como la intención de ofrecer una educación que les permita mejorar su calidad de vida y que puedan contribuir al desarrollo económico del país, es decir, priorizando la posibilidad de generar gente productiva y capaz de incorporarse a los procesos económicos y de desarrollo planteados por el sistema actual y no, orientados a su desarrollo personal.

Además, no debe perderse de vista que la educación es un derecho fundamental establecido en el Artículo 3º de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (Cámara de diputados, 2015, p.4), donde se señala que: “Todo individuo tiene derecho a recibir

educación”, lo que incluiría a las personas adultas y adultas mayores, no obstante, en la práctica esta ley no siempre se hace realidad y las acciones dirigidas a su atención por lo general, son remediales y compensatorias, aun y cuando este derecho se acentúa en el artículo 32 de la Ley Nacional de educación, donde se establece que:

... se tomarán medidas tendientes a establecer las condiciones que permitan el ejercicio pleno del derecho a la educación de cada individuo, una mayor equidad educativa, así como el logro de la afectiva igualdad de oportunidades de acceso y permanencia a los servicios educativos. (DOF, 2012, p.39)

Y en este mismo artículo, también se menciona que: “Dichas medidas estarán dirigidas preferentemente a los grupos y regiones con mayor rezago educativo o que enfrenten condiciones económicas y sociales de desventaja” (DOF, 2012, p. 39).

En este sentido, la política educativa es muy clara respecto a lo que se pretende lograr en materia de educación para todos los individuos, particularmente en lo que se refiere a la disminución de las desigualdades, sin embargo, con frecuencia se deja de lado a sectores menos visibles como son las mujeres y las personas adultas mayores que, como veremos más adelante, suelen quedar rezagadas de este derecho por cuestiones culturales e ideológicas.

Así, aun y cuando el Acuerdo Secretarial 363 (DOF, 2005) establece la creación de un modelo educativo acorde a la realidad que vive la población, el Modelo de Educación para la Vida y el Trabajo (MEVyT), señala como propósito fundamental ofrecer a las personas jóvenes y adultas de 15 años o más “...opciones educativas vinculadas a sus necesidades e intereses, orientadas a desarrollar sus competencias para desenvolverse en mejores condiciones de su vida personal, familiar, laboral y social” (DOF, 2012, p.39).

Sin embargo, la importancia de estas acciones se eclipsa cuando la población es tan específica como la de adultos mayores dado que, las acciones en concreto se vuelven a dirigir a la certificación de conocimientos y no buscan potenciar el desarrollo pleno de las personas en su diversidad, es decir, no se estaría mejorando las condiciones de vida,

personal, familiar, laboral y social específicas de las personas de la tercera edad y en particular de las mujeres.

En consecuencia, se requiere hacer valer y poner en práctica la política y programas que se tienen en favor de la mejora de condiciones de vida de los sectores más desfavorecidos, además de hacer visibles a quienes pese a considerarse incluidos, no son incorporados como sujetos explícitos como los adultos mayores, y no dar por hecho que se sobre entiende que forman parte, porque mencionar la palabra “adultos” no implica su inclusión real.

Así, aun y cuando la tarea del INEA es de gran importancia, si consideramos las cifras que señalan que entre 2016 y 2017 se logró que el índice de analfabetismo pasara de 4.7% a 4.4%, el índice de rezago de primaria de 10.1% a 9.8%, el de secundaria de 18.0% a 17.7% y el rezago total pasó de 32.8% a 31.9%, esta disminución significa tan solo de un punto porcentual (INEA, 2017), lo que refleja que no se ha podido avanzar de manera más rápida en materia de rezago educativo. (CONEVyT, 2015, p. 2). Es decir, los resultados dejan claras las áreas de mejora para contribuir directamente al impacto social de establecer una mayor equidad e igualdad educativa para todos los sectores poblacionales, y sobre todo para aquellos que están en desventaja, lo que se evidencia en las 872 mil personas que siguieron siendo analfabetas (INEA, 2017).

Por esto se requiere de un trabajo que, desde una óptica social, contemple explícitamente a los adultos mayores y contribuya a lograr una igualdad en el acceso a la información, en lograr una inclusión social, y en favorecer los procesos de comunicación entre las distintas generaciones, y así romper de esa manera con la llamada brecha generacional. Considerar al aprendizaje como un acto que se realiza a lo largo de la vida. Las personas mayores de edad entonces son sujetos de aprendizaje a considerar en el ámbito educativo, como personas capaces de aprender y de ser educadas.

Para ello es indispensable considerar de los adultos mayores sus capacidades, intereses, motivaciones, necesidades, así como el contexto en el que se desenvuelven, para procurar una educación significativa, que se refleje en el aumento de su calidad de vida a nivel

personal y social, apegada a la realidad en sentido amplio y diversificado. Hoy en día no solo necesitamos alfabetizarlos, sino que se requiere de una educación que contemple su realidad.

### **1.3 Importancia de la educación de adultos mayores**

La atención educativa de adultos mayores atraviesa por momentos de incertidumbre, debido principalmente a una falta de representación de intereses e ideas de estos grupos, los cuales tienen poca cabida en las políticas educativas actuales, que priorizan la noción de productividad, presidida por la primacía del mercado.

Esta situación, aunada a la acelerada transición demográfica y a sus implicaciones en todos los ámbitos del desarrollo nacional, ha generado la necesidad de avanzar en las políticas y programas dirigidos a la educación de adultos mayores de manera más específica pues, si bien el grueso de la población se mantiene joven –actualmente más del 50% se ubica en una edad de 25 años o menos–, el proceso de envejecimiento es innegable. La transición demográfica que enfrenta el país cambiará drásticamente la naturaleza de la demanda de muchos servicios que el Estado mexicano está obligado a prestar entre los que se encuentra el educativo (Rubio, 2006).

En ese sentido, es fundamental que se construyan espacios donde se generen procesos educativos dirigidos a la población adulta mayor y también, en donde se sensibilice a toda la población sobre la importancia del respeto y reconocimiento, a fin de reducir la discriminación, abuso, explotación, aislamiento, violencia o actos puedan llegar a poner en riesgo su persona, sus bienes y en general el ejercicio de sus derechos pues, en palabras de Tedesco (2003, p. 34), la sociedad actual requiere: “Aprender a vivir juntos se ha convertido en una exigencia porque “vivir juntos” ya no es una consecuencia natural del orden social, sino algo que tiene que ser construido voluntaria y conscientemente”.

Esto se hace más relevante en el contexto actual, en el que la esperanza de vida ha aumentado a grado tal que, está ocasionando y generará más requerimientos para la población adulta mayor a nivel económico, social, psicológico y de salud para incluirlos

socialmente. De ahí que cobré importancia focalizar a la educación de personas adultas mayores (Wehmeyer, 2009, pp. 45).

Envejecer tradicionalmente se ha considerado un problema físico y biológico definitivo en el organismo, en el que las funciones del cuerpo se ven alteradas por el paso del tiempo, lo que conlleva a que, en el contexto social se crea que el adulto mayor adquiere un estatus inferior. Las condiciones de vida de las personas adultas mayores varían de acuerdo con su nivel y contexto socioeconómico. Lo que puede disminuir o acrecentar las condiciones de marginación y discriminación social que, sobre todo en ciudades tecnológizadas, globalizadas y centradas en la utilidad y productividad de los sujetos, ignora sus experiencias y conocimientos, afectando su psicoafectividad suelen ser presa fácil de la depresión por los cambios en su situación laboral o productiva y social, lo que los hace recluirse en sí mismos, volverse temerosos y faltos de autoestima (Serra y Abengózar, 1990, p. 7)

Además, estas personas, en función de su edad y condiciones físicas, suelen ser sistemáticamente excluidas de distintos contextos y situaciones. Si carecen de recursos llega a serles difícil el acceso a medicamentos específicos que requieren, pues los sistemas públicos de salud ponen muchas limitaciones en los tratamientos para atender las modificaciones que sufre su metabolismo y que provoca problemas físicos, neurológicos o mentales como Alzheimer, demencia senil. Así, como otras “enfermedades que suelen provocar limitaciones del corazón, la diabetes, el asma y la artritis” (Warner y Schaire, 2003, p. 435)

Por su parte, en el ámbito de la violencia las personas adultas mayores son más vulnerables a los abusos económicos, es decir, al uso inconveniente de sus recursos por parte de parientes u otros cuidadores pues, como menciona Estrada (2002), la familia que debiera ser el núcleo social para su protección de sus integrantes en aras de mejorar su condición social, es un espacio en donde al igual que el maltrato infantil, el maltrato de personas adultas mayores comprende agresiones “maltrato físico, emocional, negligencia, abuso económico y abuso sexual” (Iborra, 2005, p. 21), así como el abandono. Tal situación, parece obedecer al estado de deterioro biológico físico, psicológico y mental, así como a las

patologías que, con frecuencia, ocurren en esta etapa y que contribuyen a la estigmatización y la incompreensión generacional.

Tal panorama, obliga a reconocer la importancia de la Educación de Personas Jóvenes y Adultas (EPJA), que de acuerdo con Fuentes (2009), radica en garantizar el derecho a la educación de toda persona a lo largo de la vida y por ende, de atender tanto a quienes por diversas causas han estado excluidos de los niveles obligatorios del sistema educativo como a quienes necesitan actualizar o adquirir conocimientos para mejorar su calidad de vida, lo que conlleva, la acción y la reflexión del entorno para transformarlo.

Además, estos principios son más que propuestas desde un campo disciplinar, se encuentran también plasmados en las leyes nacionales e internacionales, lo que se evidencia desde la Declaración Universal de los Derechos Humanos que en sus artículos 1 y 2 establecen que todas y cada una de las personas, tenemos iguales derechos y libertades proclamados en la Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición (ONU Noticias, 2018).

En este sentido, las personas adultas mayores deben considerarse sujetos de derechos y como un grupo que requiere atención especializada, cuidados, protección y empatía en los diferentes ámbitos sociales (Díaz y Bollain, 2012). Considerando sus condiciones y necesidades, como señala Davidoff (1981), el adulto mayor genera demandas muy específicas dado que, en función de pensamientos y emociones derivados de su propia concepción de vejez, llega a suponer que su vida ha llegado a un declive, lo que genera frustración y conflictos en sus relaciones con las generaciones más jóvenes. Por lo anterior, es de suma importancia llegar a una etapa adulta con un conocimiento de las necesidades inherentes a esta transición y asumir la responsabilidad que conlleva.

El envejecimiento es un proceso, un cambio que no ocurre en forma repentina, como un accidente, sino en forma gradual y progresiva. Por tratarse pues de modificaciones que se van produciendo a lo largo de muchos años queda patente que en estos cambios intervendrá una gran cantidad de factores variables de todos tipos y que, según sea su actuación (conjugada, compensatoria, etc.), irán



modelando y configurando diversamente la persona que envejece (Mishara y Riedel, 2000, p. 13).

En suma, cada persona mayor vive diferente este proceso de cambio biológico, el cual depende tanto de su desarrollo personal, contextual y de los cuidados que tuvo con su persona como de su herencia genética. Las personas adultas mayores están expuestas a cambios psicológicos que influyen en sus actitudes y que les permiten o no desenvolverse y dar solución a las dificultades que se les presentan y salir fortalecidos de ellas.

En nuestro país, planear acciones para atender a dichas condiciones es de vital importancia debido a que “el incremento en números relativos y absolutos de la población adulta mayor y la alta velocidad a la que se producirá el envejecimiento, se enmarcarán en una sociedad caracterizada por la desigualdad la permanencia de amplios sectores en la pobreza” (Díaz y Bollain 2012, p 17), lo que hace imprescindible la necesidad de buscar la incorporación de este sector a todos los espacios sociales. No obstante, es evidente la falta de políticas y programas educativos que consideren el proceso de envejecimiento como una parte natural del ciclo de vida, y que fomenten actitudes que promuevan su participación en las actividades educativas, culturales, espirituales y económicas.

La acelerada transición demográfica que está ocurriendo en México, como en la mayor parte del mundo, tendrá implicaciones en todos los ámbitos del desarrollo nacional. Si bien el grueso de la población se mantiene joven el proceso de envejecimiento es innegable, lo que paulatinamente ha ido cambiando la demanda de servicios de apoyo a esta población, lo que el Estado está obligado a atender en todos los ámbitos, incluyendo el educativo (Rubio, 2006, p.6).

Las Naciones Unidas en su Informe sobre el envejecimiento de la población mundial (2002), estima que de 737 millones de personas adultas mayores de 60 años que hay en el mundo, 10.8% de la población total, se pasará en al año 2050 a 2,000 millones de personas, es decir, el 22% de la población total. Y se estima que para el 2040, 25% de los habitantes de la Ciudad de México tendrá 60 años; en ese sentido, ocuparnos desde hoy y pensar en el futuro de los adultos mayores es una responsabilidad compartida porque es un futuro común.

En nuestro país la población adulta mayor llegó a 10.1 millones, de los cuales, el 53.5%, es decir 5.4 millones son mujeres, lo que evidencia la importancia de atender a este sector de la población adulta mayor (INEGI. 2010, p. 4).

En las relaciones humanas, es evidente que este grupo rebasará a la población joven por lo que es absolutamente trascendental la vinculación de la EPJA, con las políticas educativas que promuevan simultáneamente con los educadores, cuidadores o familiares de las personas adultas mayores una cultura del envejecimiento para poder enfrentar dicho fenómeno, al igual que el maltrato de menores, el maltrato de adultos mayores comprende agresiones tales como, maltrato físico, emocional, negligencia, abuso económico y abuso sexual.

En relación con la magnitud del maltrato de adultas mayores, se considera que entre el 4% y el 6% de la población de edad avanzada sufre algún tipo de maltrato en el hogar, y podría ser más frecuente en las casas de asistencia, cuyo aislamiento llega a aumentar el riesgo de vivir esta condición. Ante la ausencia de información y formación sobre los derechos humanos del sector, establecidos en diferentes legislaciones, en 2012, la Cámara de Diputados del H. Congreso de La Unión, en su artículo 5º, enuncia la obligación de garantizar el derecho a la integridad, dignidad y preferencia sexual, certeza jurídica, salud, alimentación y la familia, educación, trabajo, asistencia social, participación, denuncia popular, acceso a los Servicios.

No obstante, para que estos derechos sean una realidad una de las bases fundamentales es la educación de la población en general pero más aún de los adultos mayores, a fin de impulsar su participación en la mejora de sus condiciones de igualdad en nuestra sociedad e impedir la marginación y la exclusión, al erradicar los estigmas que les impiden desarrollarse plenamente sobre todo a las mujeres, pues si bien la desigualdad de género pervive en todo el mundo, en nuestro país requerimos una gran lucha por los derechos de las mujeres adultas mayores, lo que se evidencia de inicio, en la proporción de analfabetismo, que ubica en un 79.2% para hombres en relación con las generaciones de hombres jóvenes y adultos, y el 70.1% para mujeres. (INEGI. 2010, p. 118).

Estos datos permiten identificar apenas una pequeña arista de los problemas que hoy día viven las mujeres adultas mayores, como yo, buscamos empoderarnos y ser visibles en el mundo. Sin embargo, es de suma importancia pensar que los programas gubernamentales y recursos dirigidos a la atención educativa, no se deben centrar solo en aspectos relacionados con la erradicación del analfabetismo y la educación formal, sino ir más allá, a la mejora de sus condiciones y de promoción de la igualdad, contribuyendo a evitar la marginación y descartando los estigmas que les impiden el desarrollo máximo de capacidades y ejercicio pleno de todos sus derechos.

## **Capítulo 2. Autobiografía como vía de acercamiento a la experiencia: los primeros años de vida.**

En ese capítulo se revisa la importancia de la recuperación de la historia de vida, como recurso de revisión y análisis de experiencias y prácticas educativas. Se parte de la idea de que el trabajo en el ámbito educativo, en particular como educadora de adultos, implica la revisión cotidiana de la experiencia propia, pues esta atraviesa de manera importante nuestra práctica y la forma en que aprendemos y propiciamos el aprendizaje en y con otros.

Por lo anterior, en este capítulo se incorporan también las vivencias de mis primeros años de vida, que considero, fueron fundamentales en el proceso de reincorporación al ámbito educativo en mi etapa adulta y la decisión de centrarme en el campo de la educación de adultos, como espacio de profesionalización que fortalecería mi desarrollo personal y el trabajo con otros y otras adultas mayores en mi contexto familiar y social.

### **2.1 La investigación cualitativa y recuperación de la experiencia**

Es importante mencionar que este trabajo se ha realizado desde una perspectiva de investigación cualitativa, entendida esta como un proceso interpretativo de indagación basado en distintas tradiciones metodológicas entre las que destaca la biografía, la fenomenología, la teoría fundamentada en los datos, la etnografía y el estudio de caso que examina un problema humano o social (Creswell, 1998 p, 225). En ese sentido, se parte de la premisa de que el texto autobiográfico tiene la capacidad de reconstruir los procesos y vivencias de una persona, para ser analizados en su vínculo con otras situaciones o prácticas, en este caso con el desempeño profesional como educadora de adultos y con las prácticas interpersonales y comunitarias que se gestaron en dicho proceso.

De acuerdo con Denzin y Lincoln (1994) la investigación cualitativa se caracteriza por ser multimetódica, naturalista e interpretativa. Es decir, que las investigadoras e investigadores que trabajan desde esta perspectiva indagan en situaciones naturales, intentando dar sentido e interpretar los fenómenos en los términos del significado que las personas les otorgan. Abarca el estudio, uso y recolección de una variedad de materiales empíricos como estudios

de caso, experiencias personales, introspectivas, historias de vida, entrevistas, textos observacionales, históricos, interaccionales y visuales entre otras, que describen los momentos habituales y problemáticos y los significados en la vida de los individuos.

De ahí la pertinencia de esta forma de investigación para realizar la descripción y análisis de este documento, en el cual, el objeto de estudio es la vida misma, que se va reconstruyendo en el camino de la investigación para orientarla e interpretarla a la luz de un campo disciplinar específico, en este caso, la educación de adultos, a de lograr una sistematización "creativa" y libre, sin dejar de lado el rigor metodológico que permita captar los fenómenos de la realidad tal cual suceden, sin aislarlos a manera de un laboratorio, para transitar por caminos poco explorados que permitan una visión alternativa.

La investigación cualitativa se caracteriza también, por aceptar la subjetividad en estos procesos, en donde el investigador termina viéndose a sí mismo como ser humano, involucrado en los hechos que investiga por ser partícipe de la realidad que se describe y analiza.

A este respecto, autores como Strauss y Corbin (2002), mencionan que a diferencia de los estudios que producen hallazgos por medio de procedimientos estadísticos o de cuantificación, las investigaciones sobre la vida de la gente, las experiencias vividas, los comportamientos, emociones y sentimientos, así como el funcionamiento organizacional, los movimientos sociales, los fenómenos culturales y la interacción entre las naciones, resultan mucho más complejas y difíciles de validar, no obstante, permiten reflexiones con mayor profundidad de las dinámicas sociales dado que, tratan de comprender los fenómenos en lugar de cuantificarlos. Es por esto que se le considera como una forma de acceso privilegiada para recuperar las experiencias vividas.

Finalmente, es importante mencionar que la presente investigación se hace bajo esta línea de investigación en la cual haré un ejercicio de indagación dirigido a la recuperación de mi experiencia, tanto como alumna de la carrera de Educación de Adultos en la UPN, como de mi relato autobiográfico en el que hago una recuperación sobre mi experiencia, con las implicaciones de auto formación que esto conlleva.

Antes de avanzar quiero mencionar que existen al menos dos tendencias para trabajar con este tipo de relato, una que es, la historia de vida; que de acuerdo con (Strauss, 2002) es un método que tiene ya una larga tradición en las Ciencias Sociales. Es utilizado al menos por historiadores, psicólogos antropólogos y sociólogos. De manera especial, en Antropología y Sociología, su uso está ampliamente generalizado para la reconstrucción de procesos y/o etapas; mientras que la recuperación de la experiencia, vía el texto autobiográfico resulta ser una opción diferente en la que se hace un ejercicio de auto indagación por el camino de la escritura del yo; y que tiene implicaciones formativas.

## **2.2 La autobiografía como una herramienta para la recuperación de la experiencia**

En el diplomado que tomé en la UPN y con el acompañamiento del maestro Rigoberto González Nicolás, nos invitaron a escribir como lo menciona Paulo Freire, desde el propio contexto, sobre aquellas experiencias vividas fuera y dentro de esa Universidad porque somos como una biblioteca con saberes propios que podemos compartir y que por eso, debemos tener claro que todos aprendemos de todos, nos acompañamos en ese proceso de aprendizaje a lo largo de la vida. En este diplomado comprendí que escribir es difícil, pero no imposible. En lo personal solo bastó un poquito de confianza de parte de este excelente docente a mi persona para seguir plasmando estas líneas. Cuando empecé hasta tuve problemas existenciales y mentales, porque desafortunadamente, dejé pasar demasiado tiempo. Terminé la secundaria en 1966.

Tardé muchos años para darle título a esa práctica docente. Solo me faltaba ese empujoncito para seguir como se dice coloquialmente como hilo de media. Me preguntaba cómo podre justificar que mi experiencia como alumna de la UPN era un proceso de educación de adultos y que esa práctica educativa era tan importante y única como cualquier otra.

Esta sistematización biográfica hace que, como lo menciona Freire (1972) problematicé mi palabra generadora, y que, de ahí, siga elaborando y significando mi experiencia para continuar con mi aprendizaje, dejando salir las emociones encontradas, las cuales han

estado abonando en mi desarrollo, fortaleciendo mis vínculos, mi realidad y lo más importante la vida y mi ser.

Frente a las experiencias que han estado atravesadas por errores, hoy me doy cuenta de que puedo cambiar, ser resiliente y acceder de manera consciente a procesos en los que potencie mi empoderamiento, dejando ir todos los miedos a los que me han conducido tanto mis emociones como las perspectivas que he tenido.

No solo el conocimiento y las emociones juegan un papel importante en el error e ilusión de mi práctica, sino también los paradigmas, porque al creer que las cosas son siempre como nos las dicen y que no hay manera de cambiarlas. En estos momentos estoy actuando para poder llevar una buena práctica que cambie mi presente y con ello dejar de encerrarme en una sola idea: sanar las heridas psicológicas y la violencia vivida con sus distintos "rostros".

Hoy, adquiero conciencia que este pasaje de mi vida ejemplifica lo que es tener y ser, además de aquellas situaciones que han venido a constituir el amor a la vida y a la muerte y lo que ha venido a representar un papel crucial en mi existencia; he descubierto la diferencia entre tener que vivir y saber para que vivir, ahora me siento contenta pase de no tener nada, un sentido, de pensar e incluso creer que estaba vacía, a darme cuenta de que valgo, que soy una mujer que puede aportar mucho a este mundo, a mi familia, a mis compañeros de vida, a las personas que incluso con mi forma de vida he inspirado he logrado una transformación espiritual y a pesar de mi edad me siento con la fuerza necesaria para erradicar el maltrato, yo ya he perdonado el maltrato que recibí por parte de mi madre. Me siento fuerte, lista porque pude comprobar que esos patrones de conducta que se repiten en la mayoría de las familias pueden disolverse, que quienes no han accedido a la *educación* pueden, si así lo quieren superarse académicamente, creo en la educación como una de tantas herramientas que existen para favorecer el *empoderamiento* de la mujer.

Considero que mi formación contribuyó para construirme como una persona con derechos. Reconstruirme para llegar a una transformación digna de una *buena práctica familiar*. El enfrentamiento de los obstáculos que he venido encarando desde mi niñez repercutió en mi carácter fuerte e indomable.

Gracias a esta sistematización, he aprendido a ordenar mi vida en importantes momentos, muchos de los cuales los ¿viví o interpreté? desde la subjetividad. Provengo de un hogar donde se manifiesta la superioridad del género, en la que predominaba la figura masculina. Me decían: “¿para qué estudias?, si te van a mantener”. Este dicho que enmascaraba la negativa de mi derecho a seguir estudiando, solo por ser mujer y bajo un aparente privilegio de *ser dependiente de otro y no necesitar nada*.

Rebelarme contra esa condición no ha sido fácil, pero el resultado ha sido hermoso, realizar un anhelo reprimido por años: ser una profesional en la materia como una satisfacción personal pero también, para poder acompañar en su proceso de aprendizaje a otras personas adultas mayores.

A continuación, corresponde mostrar este proceso, con la organización y análisis de estas experiencias a través de mi autobiografía, se le considera una historia de la vida de una persona escrita pero también analizada por sí misma.

De acuerdo con Miraux, (2005, p. 2) la autobiografía, es una forma de escritura "que permite aclarar el camino recorrido, es el instrumento de puesta al día, suscita y favorece la especificación, pues tras la misma persona se ocultan múltiples personalidades, ininterrumpidas estratificaciones del ser y de lo existente”.

Otra concepción es la de Guijosa (2004), la cual refiere la autobiografía es una estrategia que nos convierte en otra persona y nos lleva a que creamos como otro por lo que, nos permite vernos a distancia, el actuar, equivocarse, amar, sufrir disfrutar mentir enfermar y gozar se vuelve ajeno para poder analizarlo, es decir, se puede entender como un viaje formativo en el que, reconstruyendo, se construye y busca el sentido de nuestra vida y de la vida en general.

La autobiografía es pues, un medio para la recuperación de la experiencia que desde una perspectiva educativa ofrece, un medio eficaz para el conocimiento del si-mismo, por la reconstitución y la comprensión de una vida humana en su totalidad. Se convierte en una relectura de lo vivido que hace posible encontrarle un sentido a aquella experiencia de la



que, en su momento, por su inmediatez y por su carácter impredecible, no podíamos dar cuentas.

En ese sentido, es importante agregar que este relato busca tener efectos educativos, en quién lo escribe, sino también en el lector, desde esta perspectiva el relato autobiográfico busca hacer público el relato íntimo, por lo que, lo escrito no busca mantenerse en lo privado, sino trascender para que cada acontecimiento narrado, cada situación y momento íntimo vivido, se constituya en insumo para la reflexión y la práctica educativa de otros educadores y educadoras de adultos mayores, a fin de que les permita reconocer la importancia de la vivencia en los procesos educativos.

En el diplomado, mi maestro Rigoberto González Nicolás, nos invitó escribir sobre las experiencias vividas fuera y dentro de la Universidad, porque en sus palabras, somos como una biblioteca con saberes propios, cada una/o aprendemos y nos acompañamos en ese proceso de aprendizaje a lo largo de la vida. A continuación, el recuento de esos saberes, vistos a la luz de mi formación como educadora de adultos.

### **2.3 El inicio del camino y las dificultades para acceder a la educación: primeros años de vida**

Nací un 28 de agosto, de 1949 en el seno de una familia de escasos recursos compuesta por siete hijos y mis padres.

Respiré por primera vez en Santa María Rayón, en un pequeño pueblo que se encuentra en el Estado de México, cerca de Tenango del Valle. Lo más hermoso de ese lugar, es observar el grandioso Nevado de Toluca. Incluso hoy día, este y los bosques más cercanos nos permiten respirar aire limpio, sin contaminación, situación escasa o nula en el Distrito Federal, lugar donde actualmente radico.

Mis padres vivían al cobijo de los abuelos paternos, pues la situación económica del pueblo en aquel momento les impedía valerse por sí mismos y costear una vivienda. Mis abuelos vieron culminar la Revolución de 1910, cuyas consecuencias fueron mucha pobreza, lo que

se profundizaba con la actividad de mi padre, que era la ordeña de vacas pues, la mayoría de los hombres se dedicaban a realizar objetos de madera para su venta como juegos, muñequitos, trompos, yoyos, carritos, esferas, etc., oficio que no le gustaba a mi padre y le ponía en desventaja.

Mis padres decidieron casarse cuando él tenía apenas 17 años y mi madre 15, la nueva pareja carecía de medios económicos por lo que primero, se ampararon bajo el cobijo familiar paterno y por mucho tiempo vivieron en suma pobreza. Según el testimonio de mi madre, ella venía de una familia adinerada, sin embargo, el mal manejo de los bienes, por parte de un familiar cercano a ella, provocó un cambio radical en su vida y pasó a ser parte de los pobres del pueblo. La mención de aquella desgracia la hacía recordar que en otros tiempos tuvo hasta caballerango.

En la pareja, también hubo diferencias físicas y de origen. Ella era alta, delgada y de tez morena. Su físico le provocó baja autoestima. Decía que era feíta porque, a diferencia de ella, mi padre tenía el porte de un español: guapo, alto, güero de ojos claros, pero pobre.

En la casa de los abuelos nacieron mis dos hermanos mayores, ellos vivieron poco tiempo en Santa María Rayón. Cuando la familia empezó a crecer más, mis padres decidieron emigrar a la Ciudad de México, en aras de tener una mejor calidad de vida para todos.

Aunque guardo recuerdos agradables de mis abuelos, sé que solían ser muy exigentes, lo que provocaba violencia intrafamiliar. Mi padre nos contaba que tenían reglas de conducta muy estrictas. Una de ellas era no llegar tarde a casa. Cuando eso ocurrió, ya casado, la abuela lo encerró en su recámara, encendió un brasero, lo colgó de unas vigas del terrado (así era llamada la parte más alta del hogar que les servía como desván para guardar sus utensilios), lo amarró de las manos y le roció venas de chile en el anafre prendido, dejándolo encerrado por un tiempo. El afán era que entendiera que no se desobedecían las reglas familiares. En la casa de mí abuelo el mando lo llevaba la mujer. Mi abuelo no solía exigir tanto a sus hijos.

Uno de los recuerdos de mi niñez avista el patio trasero de esa casa en el pueblo. Ahí, en el solar tenían una pequeñísima tierra para siembras y un pesebre con dos vaquitas. Cuando

llegábamos mi abuelo decía que las iba a ordeñar y, entonces, nosotros sentados a su lado veíamos como sacaba leche de sus animalitos para compartirla con nosotros y también para ayudarse un poco con la economía familiar. La leche tibia y los calostros eran un delicioso manjar porque, con tantos problemas económicos en nuestra vida, no alcanzaba para adquirir productos básicos, como la leche.

Cuando era pequeña, mi padre encontró trabajo como machetero de un camión que se dedicaba a repartir el maíz para el nixtamal que se utiliza para las tortillas, pero, aun así, los ingresos eran insuficientes para proporcionar una adecuada y balanceada alimentación a la familia. Vivíamos con unos parientes de mi padre en una pequeña construcción de láminas de cartón, donde carecimos de lo mínimo elemental, pero, como alrededor crecían muchas plantas comestibles, mi madre solía ocuparse en su recolección para alimentarnos.

Pensando en esta condición y cómo me llevó a convertirme en cuidadora creo que, desde que tengo uso de razón, he podido ver la necesidad como algo cercano y las mujeres de mi alrededor, han sido siempre las responsables de solucionarlas, quizá eso se les presente a otras mujeres, a mí me sucedió y lo asumí como una obligación y, sin pensarlo, ya estaba yo atendiendo a otros, resolviendo y apoyando en sus necesidades. Primero fue como un juego, pero al ir creciendo, las circunstancias me llevaron a ejercer el cuidado de manera más consciente y me convertí paulatinamente en una mujer que debía cumplir con esos roles de educadora y cuidadora por excelencia.

Conforme fui creciendo las responsabilidades crecieron también, primero fui cuidadora de mis hermanos, ante la ausencia de la protección maternal que debía ocuparse de alimentarnos y siendo la mayor, asumí automáticamente esa responsabilidad que, al correr del tiempo empezaron a pesar, pero que ello no disminuyera el amor con el que las llevaba a la práctica.

Al principio sin pensarlo y sin estar preparada me fui colocando en todo lugar que necesitaran de mí y eso, me permitió ir desarrollando dicha habilidad, la educación y el cuidado se convirtieron en actos cotidianos que asumía con responsabilidad y empatía.

Afortunadamente esta tarea de asumirme como cuidadora, me ha facilitado las relaciones interpersonales, pero no contar con apoyo de otras personas, ni con las herramientas necesarias a nivel personal y psicológico, ha traído consecuencias emocionales que han llegado incluso a la depresión debido a las cargas que representa, lo que me ha dejado claro que el cuidado requiere de una formación permanente, acompañada del apoyo de familiares para lograr el equilibrio entre la responsabilidad, el tiempo y la calidad de cuidados.

Sigo pensando si es que será cualidad o habilidad la que se desarrolla para llegar a convertirse en cuidadora, eso algún día llegaré a descifrarlo pero por el momento creo que fue más una acción automática, derivada principalmente de mi formación de género pues, al ser mujer, se me involucró y lo asumí de manera casi natural, me acostumbré a ver las necesidades, a ofrecer información y apoyar a las personas que se acercan a mí y juntos tratamos de ver cómo cambiar sus circunstancias adversas, pero cuando toca actuar en carne propia resulta más difícil, tomar decisiones muy drásticas en el cuidado de mi padre y de un tío que estuvieron a mi cargo y sin poder contar con alguna persona que sugiera qué camino tomar resulta una carga muy pesada que, con frecuencia, he debido remontar muchas veces sola.

#### **2.4 Reconociendo los roles de género y el cuidado como centro de la vida de las mujeres**

Tiempo después de nuestro arribo a la Ciudad de México, un hermano de mi padre lo ayudó económicamente y pudimos mudarnos a Copilco, el Bajo, colonia que empezaba a poblarse por su cercanía con Ciudad Universitaria. El lugar era pequeño, contaba con dos habitaciones: en una dormían los hombres, en la otra nuestros padres, mis hermanas menores y yo dormíamos, en petates a un lado de mis padres, no gozamos de una cama hasta mucho tiempo después. Si la situación nos favorecía les prestaban a mis padres un espacio para elaborar nuestros alimentos. Aun así, podíamos considerar que había cambiado nuestra situación económica, lo que obedeció también a la incorporación de otros miembros de la familia a actividades remuneradas.

Mi hermano mayor, que en aquel entonces tendría entre diez u once años, decidió acudir al mercado Melchor Muzquiz, ubicado en San Ángel en la delegación Álvaro Obregón, para cumplir “su deber” de género como hijo y ofrecer sus servicios a las señoras adineradas para cargar las canastas con las compras que realizaban, se ausentaba todo el día, pues durante las mañanas trabajaba para apoyar con los gastos de la familia y por las tardes se iba a la escuela. Sin embargo, al poco tiempo, dejó la escuela porque le era más conveniente andar en el mercado por la gratificación económica que estudiar.

Con la inocencia propia de su edad, su poca experiencia y las condiciones de la misma época, mi hermano no tenía conocimiento de sus derechos y no defendió su derecho a ir a la escuela por apoyar la economía de la familia pues, aunque mi padre trabajaba todo el tiempo, la mayor parte del dinero que ganaba lo dilapidaba con otras mujeres y en vino. Ante esta falta, mi mamá se vio en la necesidad de salir también a buscar el sustento, actividad que ya la ocupaba todo el día.

Con frecuencia mi padre no llegaba a casa en varios días y finalmente regresaba sin que nadie se atreviera a interrogarle para saber qué había sucedido y conocer el motivo de sus ausencias. La mejor respuesta de mi madre ante esa posibilidad era que él era el hombre de la casa, motivo por el cual no se le debía cuestionar nada de sus ausencias ni actividades, las cosas que él dijera se acataban y ya.

Esto me hizo madurar, pero también responsabilizarme de un rol estereotipado. Si se mira desde una perspectiva sociológica: la familia puede ser considerada como una célula social cuya membrana protege en el interior a sus individuos y los relaciona al exterior con otros organismos semejantes (Estrada, 2003). Sin embargo, es en ella donde ocurren más actos de violencia, donde también se ha estigmatizado a los dos sexos. En mi caso particular, por ser mujer tanto las obligaciones como la violencia iban a ir recayendo en mí.

La mejora económica contribuyó a que los miembros de mi familia siguieran creciendo, estaba cumpliendo los doce años cuando mi madre quedó embarazada de mi última hermana. Sin embargo, su cuerpo ya resentía nuestra precariedad alimentaria y a los cinco meses de gestación tuvieron que internarla en el hospital porque estuvo a punto de abortar, lo que me convirtió en la *cuidadora* de mi familia (Barry, 2008).

Hice auténticas peripecias para ir a verla al hospital, el primer día de visita los policías me negaron la entrada arguyendo mi corta edad, me dijeron que me fuera a mi casa, que los adultos de la familia deberían estar al pendiente del diagnóstico médico. Ante la negativa, salí preocupada de que mi madre hubiera muerto; corrí de regreso a casa para esperar a mi padre y comunicarle lo que me habían informado. Me quede dormida. No fue hasta el día siguiente que muy temprano mi padre me despertó y le platiqué lo que me había sucedido. Recibí, de su parte, una gran reprimenda por no ser consciente de las consecuencias de ir tan lejos. A lo cual le hice notar mi preocupación; él respondió que trataría de pasar con ella después del trabajo.

Sin embargo, la negativa de los policías me había motivado a buscar alternativas. Quizá, hasta me empoderé, les pedí a las vecinas más cercanas unos zapatos de tacón y maquillaje de dama y, de esa forma, no sólo aparentar verme más grande, sino entrar ahí mostrando espíritu y carácter cuyos atributos de personalidad me han caracterizado desde ese entonces. De cierta forma, ir a ese lugar tan lejano de mi hogar, me hizo adulta. Cumplí mi objetivo: llegué, pedí entrar y lo hice sin mayor obstáculo.

Sin prácticamente darme cuenta ya llevaba el pase en las manos. Quedé asombrada de entrar a un hospital. Seguí con mi camino y gracias a la guía de unas personas supe dar con la zona donde estaba mi madre. Ella se sorprendió de verme ahí. Le comuniqué que había ido a saludarla, a saber, de ella porque mi padre no me decía nada de su estado de salud y las razones por las cuales se encontraba en el hospital. Mi madre me respondió que “Dios” nos había mandado otro hermanito y que por tal motivo debía estar con él, la increpé: nosotros éramos más y ese escuincle era lo que impedía que estuviera con nosotros. Le dije que nos hacía falta, que no sabía qué hacerles a mis hermanos y a mi papá, pues no les gustaba la sazón de mi comida. Además, este último me reclamaba mi forma de llevar el gasto. Le pedí que regresara, pues no podía hacer el quehacer de la casa, luego ir a la escuela y a ese lugar tan lejano. Ella se negaba porque el bebé tenía que nacer ahí. Le pregunté enojada qué había en este lugar que no tuviéramos en la casa, que cuándo saldría porque ese lugar olía muy feo.

La falta de conocimiento de sus derechos sexuales, una frágil salud y la ideología religiosa marcaban a las mujeres mexicanas de ese tiempo. Mi madre fue un claro ejemplo de ello, en ese embarazo desarrolló preclamsia, diabetes, insuficiencia coronaria y, además, el bebé padecía de anemia. Los médicos intervinieron para interrumpir el embarazo a los seis meses y el resto del tiempo mi hermana lo pasó en una incubadora. De esta forma, mi madre menos pudo estar con nosotros, la chiquita tenía que comer a sus horas y ella pasaba en el hospital todo el día y parte de la noche.

En cuanto a mí, no vislumbraba que el rol implicaba no solo adquirir esas responsabilidades sino también la fuerte carga psicosocial que traían consigo. No hubo forma de que estuviera preparada cuando lo que más deseaba era la protección, el amor, la comprensión y la ayuda de mi madre. Y, sin embargo, todo cambió. Mis cuadernos escolares se llenaron de hojas inconclusas mientras que aumentaban rápida y sigilosamente mis nuevas obligaciones domésticas. Todo se mermó: mi aprendizaje mi estado de salud y, sobre todo, mi ánimo.

Así llegó mi adolescencia, en esa época todavía no sabía nada de la menstruación porque era un tabú. Mi madre no me había informado acerca de los cambios biológicos que mi cuerpo sufriría y yo los ignoraba por completo. Cuando empezó a crecerme el busto me daba mucho miedo y pena. Siempre andaba muy tapada vistiendo colores oscuros, vestidos largos con blusas de manga larga y mi suéter abrochado hasta arriba para esconder el desarrollo de mi busto.

Viví de parte de mi familia situaciones que me provocaban baja autoestima. Se la pasaban diciéndome día a día que era campeona de nado. Al preguntarles por qué me decían eso, me contestaban que era porque era como una tabla nada de nada. Me comparaban físicamente con la hermana que me sigue: ella con una cintura pequeña, cadera protuberante, busto prominente y cabellera larga.

Mi mamá, sin saberlo, nos estaba estigmatizando porque a ella la vestía a la moda mientras que yo, según ella, era una machorra: me gustaban los juegos rudos, el trompo, las canicas, estar con los hombres, con mis hermanos y con sus amigos en la calle después de cumplir con mis tareas. Usualmente, me ponía “al tú por tú” con ellos. Y, por consiguiente, me hice ruda en mis actos.

Esto fue motivo de que mi madre me diera grandes palizas, pero yo no lloraba. Sentía que esto la molestaba. Y entonces la retaba, le contestaba que, aunque me pegara no lloraría, que ni me dolían los golpes, cuando en realidad sí lo hacían. Furiosa hasta me golpeaba con el cable de la plancha y ni así lograba su cometido. Por supuesto, no iba a darle gusto. El dolor físico no prevaleció tanto tiempo como el psicológico. Hoy, después de mucho tiempo, al recordar esos episodios todavía me causan derramar lágrimas de dolor, rabia e incompreensión por no tener los elementos necesarios para entender las acciones de mi madre.

La violencia es la expresión de un malestar social cuyo "componente" esencial es sociocultural, es decir, que se reproducen desde la ideología y educación de cada contexto, pero en la mayoría prevalecen los mismos tipos, que no sólo deja "huellas" en el cuerpo, sino también emocionalmente en quienes la viven o la toleran (Unicef, 2013). En mi caso, la violencia vivida durante la adolescencia forjó mi carácter indomable, recio e inquebrantable, también me educó para la vida, para enfrentar los retos y sobreponerme, hasta la fecha no me dan miedo los problemas que enfrento.

Por su parte, las ideas de mi progenitora acerca de la sexualidad también me marcaron, era considerado algo pecaminoso y eso no me permitió disfrutar ese aspecto de la relación con mi esposo, ahora con la metamorfosis que he enfrentado, medito cuánto me contuve de gozar lo maravilloso de la sexualidad: la forma de conducirme, la satisfacción corporal y de mis emociones que quedaron relegadas debido a los mitos y construcciones socioculturales que contribuyen negativamente en la construcción del imaginario la sexualidad de las personas adultas mayores tal y como se expresa en (Diario Judío de México, 2013 pp. 1)

Lo recuerdo como si fuera hoy, en el año 1963, cerca de cumplir los quince años edad, nos dirigíamos a Guanajuato a una boda a la cual mi madre había sido invitada por la casera. No fuimos todos los miembros de la familia por falta de recursos económicos. Yo llevaba puesto un bonito vestido de raso color rosa —mi madre nos elaboraba nuestras prendas de vestir y ese era talle imperio, corte que me fascinaba — y en el camión, casi al llegar a la estación de nuestra cita, sucedió algo inesperado. No estaba preparada para afrontar dicha situación y fue todavía peor porque íbamos acompañadas de uno de los hijos de la casera.



Él era mi amor platónico, tenía treinta años; con estatura bajita, tez morena clara, cabello rizado y ojos verdes. Sí, era guapo, pero sobre todo estaba soltero y despedía un agradable perfume varonil que me subyugó. Por la obvia diferencia de nuestras edades me llevaba la delantera en todo.

Él, discretamente, me dijo que me sentara porque me había manchado el vestido. Me asusté mucho. Me preguntó que si estaba menstruando. Ya estaba llorando de rabia y dolor sin saber nada. Respondí inocentemente: “¿qué es eso?”, perturbado volvió a indagar que si mi madre no me había hablado al respecto. No lo había hecho, era tanta la ignorancia con que nos educaban en esos tiempos que no se acostumbraba a hablar de esos temas y, además, no sentí los clásicos síntomas, lo que provocó que manchara aquel hermoso vestido rosa.

Él trató de calmarme. Caballerosamente me cubrió con su saco e informó a mi madre lo que había ocurrido. Nos dejó solas para que ella me explicara lo que me había sucedido. Solo pude manifestar rabia hacia mi madre por no haberme preparado, pero más que una explicación de su parte, recibí una advertencia: “Rosa, de ahora en adelante, debes de tener mucho cuidado, que ningún hombre se te acerque, ni que te bese porque quedarías embarazada. Esto te ocurrirá cada mes”, yo quería saber por qué. No recibí respuesta.

Gracias a mi experiencia poco a poco he transformado la imagen que tenía de la sexualidad y lo importante que es para el desarrollo a lo largo de la vida de todo ser humano. No obstante, existen muchos tabúes y estereotipos negativos que provocan malestares e imprevistos, como me ocurrió a mí.

Transcurrió un año y mi madre me dejó salir con él, participaba como entrenador de un equipo de voleibol le pidió permiso a mi madre para que yo formara parte de dicho equipo. Ella sabía que él estaba ahí y por eso accedió. Solo de esa forma pude tratarlo. Gracias a la convivencia y la comunicación entre ambos fue naciendo el amor. Este sentimiento siguió creciendo día a día y vivimos un romance. Él me trataba como no me habían tratado en mi hogar y nunca se sobrepasó conmigo. Me enamoré perdidamente de él y reconozco que fue mi primer amor, dejó en mí un sentimiento sublime que sigo añorando.

A pesar de la diferencia de edad pensamos en unir nuestras vidas, pero los prejuicios sociales nos lo impidieron, además los medios económicos influyeron. La toma de decisión en nuestras vidas se marca por la educación cultural y familiar, tanto él como yo reprodujimos comportamientos aprendidos, no logrando romper las barreras sociales. Esto me provocó una fuerte desilusión amorosa que, desde entonces ha sido y seguirá siendo muy importante en mi vida.

### **Capítulo 3. De la condición de adulta mayor a la formación como educadora de adultos en la UPN**

Al terminar la licenciatura en educación de adultos de la UPN, hice un receso en el camino y para retomar, decidí inscribirme en el diplomado Prácticas Educativas con Adultos Mayores, en el cual, una de las primeras y más importantes consignas era escribir. En lo personal, solo bastó confianza y el apoyo profesional para iniciar esta sistematización de mi experiencia, la cual en palabras de Morin (2011), me ha permitido continuar con mi aprendizaje, sin dejar de lado la posibilidad de dejar salir las emociones encontradas en el proceso.

Además, no solo el conocimiento y las emociones juegan un papel importante en mi práctica, sino también las creencias que nos hacen pensar que las cosas son siempre como nos las dicen y que no hay manera de cambiarlas. En estos momentos estoy actuando para poder llevar una buena práctica que cambie mi presente y con ello dejar de encerrarme en una sola idea.

En ese sentido, busco que el análisis de estos pasajes de mi vida me permita adquirir conciencia de cómo mi proceso formativo me ha permitido lograr mi transformación y la de otras adultas, erradicar el maltrato que se repite en la mayoría de las familias que no han permitido el acceso a la educación a las mujeres, y que se refleja en su poco o nulo *empoderamiento*, entendido como la búsqueda de “poder y control sobre sus decisiones. Por ello, el término ha sido significado como potenciación, apoderamiento o atribución de poder Cowger (1994)” (citado en Lacub y Arias, p. 27)

La educación es el recurso que me permitió empoderarme, forjarme como sujeta de derechos, reconstruirme para llegar a una transformación y, por ende, alcanzar una buena práctica como educadora de adultos en mi familia y en mi comunidad. La sistematización, a través de la autobiografía, me llevó a ordenar mi vida en importantes momentos, muchos de los cuales, viví e interpreté desde la subjetividad. Provengo de un hogar donde se manifiesta la superioridad del género, en la que predominaba la figura masculina. Me decían: ¿para qué estudias?, si te van a mantener. En el fondo enmascaraba la negativa de mi derecho y el de mis hermanas a seguir estudiando, pero me sobrepuse a eso y hasta la

fecha, sigo ávida de aprendizaje. Mi paso por la UPN en la licenciatura y luego con el diplomado, ha sido el camino para realizar un anhelo reprimido por años. El de ser una profesional en la materia para que pueda acompañar en su proceso de aprendizaje a otras personas adultas mayores.

### **3.1 Rompiendo roles de género y la experiencia de una familia propia**

Un día lluvioso nos visitó por primera vez un amigo de mis hermanos. A primera vista, un hombre de estatura baja, delgado, moreno, de trato atento. Mi hermano a bocajarro le preguntó cuál de nosotras le interesaba. Él se sonrojó, por la vergüenza. Yo cursaba el segundo año de la secundaria y mi amor platónico ya me había dicho que lo nuestro no podía ser.

El amigo continuó con sus visitas. En principio porque a mi hermano le habían comprado su primer automóvil y él era mecánico por lo que lo llamaban para hacerle reparaciones al coche. Luego, porque murió su madre a causa del cáncer y quedó a cargo de una hermanita de siete años, motivo por el cual siento que se afianzo a mí. Me pidió que me casara con él para cubrir el papel de cuidadora de la niña. Le dije que no, porque ni siquiera había terminado la secundaria, consideraba que era pronto y sugerí nos diéramos la oportunidad de conocernos, pues ni siquiera éramos novios (cosa que no le importó). Me dijo que me quería, pero a mí me daba mucho miedo porque no me sentía preparada, todavía no sabía nada de las relaciones sexuales. Mi madre me había intimidado con sus palabras acerca de menstruación y, además, me habían educado para salir casada de mi casa. Y yo creía que si tan solo por ser indomable, ella ya me golpeaba: ¿qué no me haría si salía embarazada?, aun así, al año siguiente decidimos casarnos y formar nuestra propia familia.

Discutí con mi madre porque ella decía que no me iba a casar. Le respondí que no había razón para no hacerlo porque, a diferencia de lo que ella creía, él me había propuesto salir bien casada de casa y yo, inconscientemente me aferré a eso, empeñada en querer salir del yugo y vínculos negativos familiares. Continuamos con los trámites de la boda por el civil.

Muy enojada mi madre siguió haciéndome objeto de violencia. Incluso el día de mi boda por el civil recibí una gran golpiza que no me doblegó.

Nos casamos por las dos leyes que era lo que mi familia deseaba. Con la convicción de que no permitiría una sola humillación ni vejación de parte de mi esposo, quería ser tratada con dignidad y amor, le dije empezaríamos una nueva vida donde nos respetaríamos mutuamente, le puse mis condiciones y aceptó, pero desconocíamos cuál sería nuestro papel ya en la vida conyugal, éramos inexpertos y veníamos de familias tradicionales. Transcurrieron dos meses sin que intimáramos sexualmente, nos veíamos sin saber qué hacer, ni qué decir. Después del tercer mes, iniciamos a explorar nuestra sexualidad aprendiendo uno del otro y de esta forma llegó nuestra hija, la primera de cuatro. Incluso ya casada desconocía aspectos del embarazo para los cuales no estaba preparada.

Si me había cuestionado que no me había casado por amor, creo convincentemente que el amor llegó con la convivencia, gracias a la forma en que me trató antes de caer en el alcoholismo. Hoy con las lecturas y la profesionalización que he ido adquiriendo a lo largo de mi vida, reflexiono que muchos sucesos cotidianos, son realidades sociales estructuradas por la cultura, reforzadas por la educación que recibimos de los contextos en que vivimos y que en la adultez inconscientemente seguimos reproduciendo los mismos patrones.

Y contradictoriamente, estos patrones o estereotipos de género y de la adultez, deben romperse solo con educación también: "para poder desarrollar otras facetas de su vida" dejando atrás los miedos y los modelos aprendidos Debí mentalizarme en que ya no era una niña y realizar tareas por esfuerzo propio para conseguir logros y satisfacciones propias. Tras haber convivido por diez años y ya con cuatro hijos, despidieron a mi esposo del trabajo por su alcoholismo. Esta situación provocó que surgiera la furia indomable que me caracteriza, el descontento se reflejó en la nula comunicación matrimonial y ambos nos vimos en la necesidad a buscar una fuente de trabajo.

No acepté el alcoholismo de mi pareja y eso trajo consecuencias, mi familia decía "el casamiento dura hasta que la muerte los separe porque somos mujeres y debemos de aceptar lo que Dios nos mande". Además, agregaban: "acepta tu suerte como mujer", pero yo poco a poco, provoqué la ruptura que duró quince años durante los cuales viví en pleitos

constantes con él porque no quería pedir ayuda. Hoy sé que viví violencia psicosocial porque, aunque era un ser amoroso y hasta ese entonces responsable, eso fue lo que nos separó.

Vivimos cuarenta años de nuestra vida conyugal juntos. Hoy día cada uno decidió tomar rumbos diferentes. Incluso nuestros hijos se apartaron. Por ello, siento que al verse solo toco fondo y actualmente es alcohólico en recuperación. En algunas ocasiones me han preguntado nuestros hijos si regresaría con él. Esa incógnita me la he hecho en la intimidad contestándome inmediatamente que no, porque para mí mi libertad es lo más importante y no lo cambio por nada, ni nadie. Tengo pleno respeto de mi individualidad la cual merezco como ser pensante. A mi edad, lo importante no es estar con otra persona, sino el estar conmigo, respetándome y valorándome como la dama de la tercera edad que soy.

### **3.2 Reiniciando el camino o una primera oportunidad. El reto de ser madre, trabajadora, estudiante y cuidadora**

Afortunadamente los problemas económicos nunca me han dado miedo. Mis mejores herramientas son mis manos. Desde pequeña me gustaban las manualidades y sin tener conocimiento de ello, ya casada, para ayudar al desarrollo económico de mi familia empecé a tejer prendas para la venta entre mis familiares y con ello, me daba el lujo de ahorrar. Esa actividad no le convencía a mi esposo, pero no me importó.

Después incursioné en varias actividades porque una vez que domino alguna me aburre y busco cambiar. Además, conforme mis hijos iban creciendo me ayudaban a vender, lo que se me ocurriera. He realizado de todo: desde adornos de migajón, vendí comida, fui panadera empírica y confeccioné prendas de todo tipo hechas en una maquina manual. Incluso tenía clientes de los jardines del pedregal. Recuerdo en especial a una señora que le gustaba mi trabajo. Ella solo hacía el boceto de la prenda que quería que le realizara y la hacía. Cada proyecto que me fijado (por ejemplo: el de tener que incursionar en el campo laboral estudiantil y social, etc) tuve el acompañamiento de mis cuatro hijos y aun cuando fui objeto de violencia, no permití que mis hijos fueran violentados, les he enseñado que

tienen derecho a una vida digna, los he defendido como una leona a sus cachorros como muchas otras tantas madres mexicanas que existen en la actualidad.

Además, como madre generé condiciones para que mis hijos tuvieran preparación profesional sin distinción. Una de mis tres hijas es abogada; la otra administradora de empresas, con maestría y la más pequeña, desempeña la maravillosa profesión de la docencia, es licenciada en educación primaria. Desde niña creía que la docencia era algo hermoso y que le proporcionaría mucho dinero. Como comprábamos en abonos, su trabajo en el aula podría proporcionarnos los medios suficientes para nuestra manutención. Y mi hijo, aunque recibió la misma oportunidad, a sus dieciséis años y cursando segundo semestre de bachillerado, me informó que no gastase en su educación pues el estudio no era para él. En ese entonces, mi esposo tenía una combi y él decidió irse a trabajar a su pequeña edad con ella. Aunque no recibí esa decisión con gusto, también se lo agradezco. No defraudo en ningún momento la confianza puesta en él y de esa forma logré buenos ciudadanos.

Yo también quería desarrollarme profesionalmente. Desde entonces, he tenido el anhelo de tener un papelito colgado en un lugar muy especial de mi hogar: mi título profesional. Estando casada traté de reanudar mi escolaridad. Hice exámenes de ingreso para cualquier institución que me permitiera cumplir mi meta, pero ese logro tomó su tiempo.

En 1982, decidí salir de mi hogar para conseguir un empleo. Uno de mis hermanos ya laboraba dentro de la Universidad Nacional Autónoma de México y le pedí me apoyara a conseguir un empleo ahí, con los conocimientos que había adquirido al concluir mi secundaria con opción a carrera comercial. Se negó: “qué diría mi marido”, le manifesté que no debía decir nada, que era yo quien tomaría mis decisiones. Nuevamente me estaba enfrentando a la discriminación de los hombres de mi familia, bajo el pretexto de que no deseaba ocasionarse problemas porque de por sí, no se llevaban bien con mi esposo, se negaba a ayudarme. Lo tranquilice: “en caso de presentarse un problema, yo le daría solución”, lo convencí.

Un día me buscó con un oficio de presentación para que me realizaran un examen de aptitud. Fue tanta mi felicidad que no vislumbré lo que se me avecinaba, le pregunté cuál

sería el camino por seguir, dijo que sólo tenía que presentarme en el sindicato de la universidad. Ni siquiera sabía cómo llegar a este lugar. Mi hermano dejó en claro que se convertiría en mi tarea investigarlo y que era toda la ayuda que iba a recibir de él. Reiteró que siendo mujer le pidiera permiso a mi pareja. Yo le afirmé que él no tenía nada que objetar de mi decisión

No me rendí. Hice lo mismo que había vivido de pequeña cuando emprendí la búsqueda de mi madre en el hospital: le pregunté a un vecino cercano que ya laboraba en la UNAM. Pese a mis esfuerzos, no aprobé el examen. Me frustré tanto que me auto flageé emocionalmente pensando que esta oportunidad ya no se me presentaría, había desaprovechado esa valiosa oportunidad.

El vecino al que había recurrido me preguntó cómo me había ido y avergonzada, le dije que me habían reprobado. Él me animó a que insistiera, me dijo había una bolsa de trabajo, quizá la suerte me sonreiría y me podía colocar. Me decidí y acudí a preguntar y empecé cubriendo vacantes temporales para los cuales, no se hacía examen. Por fin tuve una retribución económica fija, mis hijos y yo gozaríamos de mayor holgura.

Al término del cuarto interinato, antes de cumplir el año de trabajar, salió una plaza de base de oficial administrativo a la cual me hice acreedora, con lo que además pude acceder a prestaciones sociales. Esto afianzó nuestra economía, pero al mismo tiempo me llevó a tener problemas mucho más fuertes con mi pareja. No me importó, la decisión estaba tomada, mis hijos requerían esos ingresos pues todos estaban en diferentes niveles en la escuela y mi pareja seguía sin un trabajo estable, no podíamos esperar a que su papá reaccionara.

Con el paso del tiempo nos fuimos alejando como pareja. En el hogar actuábamos como dos extraños sin que él reanudase su vida laboral. Yo me hacía pedazos, como cualquier madre mexicana, para proporcionarles a mis hijos de lo que carecí en mi niñez, pero sobretodo, gané seguridad con la estabilidad económica que obtuve con el pago por el tiempo extra, que en ese entonces era mucho.



### **3.3 Mi experiencia como trabajadora y mi ingreso al bachillerato**

Estrada (2003), menciona la importancia de la familia y del acompañamiento que se debe dar a sus integrantes. Este acompañamiento, desde la educación popular implica conducir, guiar, escoltar considerando que el acompañamiento es una relación de intersubjetividad, donde dos sujetos se comunican y reconocen que el acompañamiento y la educación popular exploran intentando cambiar la acción de ambos. Siendo estas relaciones de transformación mutua, en el que el otro cambia al mismo tiempo que él (Riveros. 2011 pp.14).

En ese sentido, la enseñanza popular, de acuerdo con Sarto y Venegas (2009) construye sus raíces en las luchas de los individuos más vulnerables llevándose más allá en la busca de la humanización de los sujetos, que es básicamente social. Los cambios con un suceso social en las estructuras y en las recomendaciones sociales se convierten en un principio fundamental de la educación popular que busque la alternativa de la sociedad, convirtiéndose en agentes de cambio. En la educación popular se observan a las a los individuos como personas potencialmente activas quienes consiguen cambiar la situación social que los rodea

Es necesario, con el acompañamiento, formar espacios para dialogar y construir saberes, problematizar la praxis pedagógica, organizar preguntas, acompañar la búsqueda de distintos elementos metodológicos, comprensibles y prácticos para el bienestar de los adultos mayores. Desde el horizonte de la educación popular, acompañar la evolución de espacios pedagógicos insertos en sectores abatidos que buscan contribuir a la evolución social de su contexto, es una tarea proponer soporte competente y afectuoso para promover el proceso de cambio en las prácticas de los importantes sujetos de la colectividad pedagógica.

Además, este acompañamiento es un paso, vinculante absoluto, que destaca una visión fragmentada y casual, y por ello, debe ser ejecutado en el marco de la formación permanente para favorecer la autonomía eficaz de los grupos. El acompañamiento no resulta nada fácil, pero lo, es más, no encontrar soluciones reales a todos los problemas

sociales que enfrentan en esta sociedad globalizada, sin buscar espacios para la formación y así me sucedió.

Era el año 2000, mis hijos estaban grandes y yo estaba holgada económicamente, cuando retomé esa ilusión de años atrás: estudiar. Solo tenía finalizada la secundaria.

El Sindicato de Trabajadores de la Universidad Nacional Autónoma de México, STUNAM (sindicato del que formo parte) lanzó una convocatoria para que todos los trabajadores, que por circunstancias ajenas a nosotros hubiéramos dejado de estudiar, nos insertáramos al área estudiantil.

El Colegio de Bachilleres había firmado un convenio con ellos para que las actividades se hicieran en las oficinas de dicho sindicato, se trataba de un plan piloto. Me inscribí y fue así como, después de muchos años, retomaba la necesidad de continuar mi proceso educativo, quería profesionalizarme. Como todo alumno me ilusioné muchísimo. Pensaba que como madre había cumplido y que era el momento de pensar en mí. Finalmente, iba a darme esa oportunidad que por tanto tiempo añoré.

Pienso que el sindicato no previó a lo que se enfrentaba, puesto que el proyecto tuvo alta demanda. La persona que teníamos como vínculo entre sindicato y el colegio de bachilleres y que nos proporcionaban los paquetes de cada materia, nos empezó a decir: “traten de leer y hacer su síntesis porque no se les podrá proporcionar asesor”, “los recursos económicos no fueron suficientes y ahora les quieren cobrar más de lo que se había planeado”. Esto motivó a que el sindicato cerrara este proyecto diciéndonos que los exámenes globales eran elevadamente costosos, situación por la cual ya no se podría proseguir con dicho proyecto.

No obstante, nuestra representante administrativa ante ese plan nos informó que quien decidiera proseguir, lo podía hacer por lo que o no desistí, nunca lo he hecho, seguí adelante. Ahora puedo reconocer que mi aprendizaje fue deficiente porque no conté con un asesor que disipara mis dudas, pero con todo y eso, considero también que mi logro fue mayor porque lo había conseguido sola. Concluí con un promedio de siete, pero lo valoré como si me hubiera graduado con un diez, ese proceso había durado cinco años y me sentía fortalecida y motivada para no quedarme con ese cierre de mi educación preparatoria.

Ese gusanito seguía ahí, “tener un título profesional que en su momento no pude realizar”. Yo ya era parte de una grandiosa universidad Latinoamericana como lo es la Universidad Nacional Autónoma de México. Ahora mi deseo estudiantil era formar parte de ella, como estudiante. En dicha institución, cada año, se realizan tres exámenes de ingreso. Los hice durante tres largos años y en cada ocasión no cumplí con los reactivos necesarios.

Mi ilusión era ser licenciada en derecho. Reconozco que mi preparación no fue lo suficiente buena para poder ingresar a dicha institución. Un día, por mera casualidad, en el trabajo, donde contaba con los medios tecnológicos, me dediqué a buscar opciones. Así, encontré en una página de Internet información sobre la Universidad Pedagógica Nacional, de la que, hasta ese momento, solo sabía que quedaba por el rumbo donde vivían mis padres. Era el año 2008 cuando me topé con esa convocatoria que me llamó la atención y me cambió la vida, yo tenía un horario de 7.00 a 17.00 horas y no podía tomar una licenciatura escolarizada, pero ese texto hacía referencia a la modalidad semiescolarizada en la licenciatura de educación de adultos. Todavía ni sabía cuál era el plan de estudios a que se refería cuando supe que esta carrera era para mí. Era la adecuada. Cuando realicé la inscripción fue un momento inolvidable.

Concluí el proceso de admisión y me presenté a la universidad con un millón de inquietudes, nervios, pero con muchas ganas de comenzar una nueva etapa de mi vida, a pesar de la edad, de los comentarios de mi familia y amigos yo decidí seguir adelante y con el pasar de los días a pesar de que yo me daba cuenta de que las materias no eran fáciles, puse todo mi empeño en seguir adelante, me costó trabajo, no voy a decir lo contrario, no estaba acostumbrada a estudiar de esa manera, todo era riguroso y complicado, pero con empeño concluí los cuatro años de la carrera muy contenta de haberme fijado metas y luchar por alcanzarlas, ahora que soy egresada me doy cuenta de todos los aprendizajes para la vida que te brinda una carrera, desde autonomía, libertad de expresión, respeto por la escuela, disciplina, sinceramente me siento muy orgullosa de haber continuado en el camino.

Formarme como educadora de adultos, significo un gran reto, me enfrente a conocimientos, conceptos, tareas, que jamás en mi vida había imaginado, como mencioné anteriormente yo

comencé mi educación ya en una edad avanzada y como todo cambia constantemente descubrí que la manera de enseñar era diferente, me había acostumbrado a los regaños, a las represalias, a quedarme callada sin poder dar mi opinión o expresar mis pensamientos, sin embargo fue muy satisfactorio, poder darme cuenta de que soy capaz de aprender, de desaprender y de transformar la realidad en la que vivo, que lo que aprendía y compartía me hacía mejor persona y que la educación puede ser amorosa, amable, cálida y lo mejor de todo maravillosa, tuve la gran dicha de conocer a personas maravillosas, formamos un grupo bastante rico de manera que habíamos alumnas de todas las edades, compartiendo aprendizajes significativos, historias de vida, todo eso nos formó aún más, me siento agradecida por la decisión que tomé, por lo que aprendí, por todo lo que deje atrás y por la valiosa que me sentía cada vez que terminaba un semestre, es una gran pérdida que la licenciatura haya desaparecido, porque considero que los conocimientos, las materias y los profesores nos ayudaban a comprender cada vez y mejor la importancia de la educación de adultos, esos conocimientos que yo adquirí durante mi formación fueron los que me ayudaron a empoderarme y a motivar a otras personas para que luchen por sus derechos, quizá en mi sangre ya traía lo luchadora pero la educación me libero y me empodero para poder compartirlo.

### **3.4 Conflictos laborales y mi rol de estudiante en UPN**

En mi área laboral he sido objeto de discriminación, pues no entienden como a mi edad decidí reinsertarme a la escuela como estudiante. Eso me ha causado grandes problemas, pues efectivamente la edad no cuenta para aprender, pero sí se ha venido deteriorando mi organismo. Esto no es un impedimento porque estoy consciente de querer aprender a lo largo de toda mi vida y esa discriminación de la cual he sido objeto es por tener el valor de realizar mis metas.

Hoy que me reconozco como sujeta de derecho, reivindico la importancia de garantizar el derecho a la educación de toda persona a lo largo de toda la vida y, por ende, de atender tanto a quienes por diversas causas han estado excluidos de los niveles obligatorios del

sistema educativo como a quienes tienen la necesidad de actualizar o adquirir conocimientos para mejorar su calidad de vida

Sin embargo, aunque son contadas las compañeras que dentro de la dependencia donde laboro reconocen en mí a un ser sumamente tenaz, pues tengo fuerzas para realizar mis tareas laborales y continuar con mi decisión de aprender y así poder reeditar a la sociedad lo que estoy conociendo en un *futuro prometedor* no muy lejano. Gracias a la Universidad Pedagógica Nacional podré transmitir todo ese caudal de conocimientos de la educación de personas jóvenes y de personas adultas mayores. Espero saberlo hacer con empoderamiento pleno a todas aquellas personas con las que convivo en la actualidad.

Un aspecto práctico que no quiero dejar de mencionar porque es importante es el analfabetismo digital que tenía y que todavía tengo. Reconozco que he contado con mi familia. Su apoyo me ha permitido llegar a este lugar. Durante el inicio del periodo estudiantil en el bachillerato, me ocurrió que al estar allí debía utilizar una computadora. Me costó mucho trabajo esa adaptación, me he enfrentado con algunos inconvenientes: desde indiferencia, hasta de acoso laboral, pero ahora con el apoyo de mis maravillosas hijas sigo superando esas limitaciones.

A lo largo de la vida me he construido como cuidadora de personas adultas mayores. Gracias a lo aprendido durante mi trayectoria en la Licenciatura de Educación de Adultos sobre la Educación de Personas Jóvenes y Adultos (EPJA) elaboro aquí varias reflexiones al respecto:

Aprendí que se juega un rol importantísimo con el educador/a de personas adultos/as propiciando el vínculo de las relaciones familiares mediante el puente pedagógico andrológico promoviéndose a partir de una educación humanista (basada en valores y derechos humanos) enfocada a la familia donde se debiera de actuar de la mejor forma con los adultos/as mayores para mejorar las relaciones de los integrantes del núcleo familiar. Estrada (2003) menciona es lugar de convivencia de tal suerte que se mejore la calidad de vida familiar entre ellos y sus integrantes.

Durante mucho tiempo pensé que la edad era un impedimento para aprender, después comprendí que uno puede aprender sobre lo que quiera, a la edad que quiera, la educación no solo se da en las aulas, eso lo aprendí muy bien tanto en la licenciatura como en el diplomado, pude comprender que existen distintas maneras de aprender, que las personas tienen intereses distintos y que solo cada uno de nosotros puede elegir la manera en que desea vivir. Poco a poco me di cuenta de que se la educación de adultos está presente en nuestra sociedad de muchas maneras, desde los grupos de apoyo para la mujer, hasta los centros de atención al adulto mayor, son espacios que enseñan sobre diversos temas y con alcances diferentes pero finalmente con la esperanza de generar un despertar de la conciencia, en el camino también descubrí que hay personas que sin tener sus estudios finalizados han logrado tener éxito y que esas experiencias también van llenas de aprendizajes significativos que sucedieron fuera de las aulas.

### **3.5 Mi función como cuidadora de adultos**

Mi padre quedó viudo por casi 18 años, pero un año antes de fallecer, en 2006, por motivos domiciliarios de su clínica de adscripción, decidió tocar la puerta de mi hogar. En esos momentos no me encontraba y la que estaba era mi hija mayor. Ella me habló por teléfono diciendo que mi padre se encontraba ahí. Pedí permiso en el trabajo para ir a ver qué le ocurría, quería volar porque me habían dicho que se encontraba enfermo y lo estaba, pero no sabíamos la gravedad.

Al llegar a casa le cuestioné qué era lo que tenía. Me dijo que tenía una enfermedad en los pulmones y que necesitaba oxígeno por las noches, pero, no podían surtirlo a su domicilio porque estaba viviendo en otra delegación política diferente a la ubicación a su clínica y necesitaba trasladarse a mi domicilio. Sufría de EPOC (enfermedad pulmonar obstructiva crónica), motivo por el cual debía tener el oxígeno día y noche, debía estar con nosotros todo el tiempo.

Mi padre fue un ser fuerte e independiente, pero esa situación lo deterioró emocionalmente porque mis hermanos no comprendieron la decisión de no querer regresar a su último

hogar. Esta decisión provocó distanciamiento entre mis hermanos y yo. Se rompieron los vínculos de solidaridad, comprensión y económicos. Tener a cargo a un adulto mayor en esas condiciones implica para el *cuidador*, un gran desgaste emocional muy fuerte, debe estar preparado e informado además, debe contar con el apoyo de los integrantes de toda la familia para tomar decisiones en conjunto “si el puesto de líder nos llena de orgullo, el cuidado de un enfermo nos obliga a practicar la humildad” (Barry, 2008, p. 35), porque el cuidador escucha los conflictos de todos; los problemas que se avecinaban y tomar decisiones sin compartir, lleva a que con el tiempo llegue “quemarse o a hundirse” (Barry, 2008, p. 37) con la carga emocional y laboral.

Y eso fue lo que ocurrió, el estado psicológico de mi padre empezó a mermar y yo les decía a mis hijos que mi padre en su casa no tenía calor humano, que como cualquier anciano deseaba ser entendido y respetado. En cambio, en casa, en poco tiempo pudimos adaptarnos y él se sintió en familia, él decía que se sintió muy solo después del fallecimiento de mi madre, aunque estaba rodeado de tanta familia, pero su distanciamiento provocó fuertes discusiones con mis hermanos, ellos no entendían que quizá él se sentía más cómodo en mi casa porque mi familia tenía otra forma de convivencia y de vida.

Con dificultad, en los últimos momentos de su vida todavía podía valerse por sí mismo. Sin embargo, cuando mi hijo no podía apoyarnos en su aseo personal las mujeres de mi familia tuvimos que adaptarnos y tuve que ver el cuerpo desnudo de mi padre. Esto a él le provocaba vergüenza por sus valores culturales, pero, aun así, se adaptó y considero que no nos hicieron falta hombres para cubrir esas actividades y que recuperamos los lazos afectivos a través de estas.

A pesar de la actuación de mi padre durante mi niñez no le guardé ningún rencor. La última semana de su vida se agravó su estado de salud, lo que le provocó una angustia terrible, me pidió perdón por la hosquedad con la que me había tratado y añadió que ya no servía para nada y esperaba que “Dios” lo recogiera. Hasta nos dimos un abrazo que aún siento.

Con respecto a mi madre solo puedo decir que le guardaba mucho resentimiento. Pero, incluso así, nos identificábamos como mujeres reprimidas. Ella murió de un paro diabético. Antes de fallecer la escuché cantando y luego me dio un beso de despedida. Me dijo:

“Rosa, vete a descansar con tus hijos. No te preocupes, estaré bien”. Estábamos en terapia intensiva y todos nos responsabilizábamos en cuidarla por turnos. Cinco minutos después de haberme despedido murió. Una de mis cuñadas me lo mandó decir.

Gracias a mi carácter he luchado para empoderarme como sujeta de derechos. Aunque desconocía el significado de la palabra en la práctica ya lo ejercitaba y quizá por ello, no fue difícil convertirme en *cuidadora* de adultos mayores y promover que ellos también se valoren. No había pasado un año de la muerte de mi padre cuando tomé la decisión de cuidar a su hermano, quien había adquirido mal de Parkinson hacía años, era invidente y padecía presión arterial alta.

Víctor, como lo llamaban mis hijos, fue el tío que en mi niñez apoyó a mis padres y siento, que haberlo cuidado fue una forma de redituarse ese apoyo. Vivía con su segunda esposa y no procreó hijos, pero tenía muchos ahijados que siempre concurrían su hogar. Su esposa se enfermó de cáncer y cuando le pregunté cómo afrontarían la enfermedad me dijo; “no te preocupes, hija. Mi mujer y yo nos vamos al terruño, los dos ya habíamos pensado que unos ahorritos que tengo servirán. Soy guarín, pero me fijo. Aquí tengo \$10.000.00 prendidos a mi camiseta con un seguro en un monederito. De estos ahorritos no me he desprendido ni para dormir por mucho tiempo. Y si me faltará, Dios dirá”. Eso me sorprendió, pero, también me provocó incertidumbre y sobresalto, ella falleció y a los tres meses mi tío enfermó. Había estado viviendo con unos sobrinos de su esposa. Quienes me localizaron en diciembre del 2009 para avisarme que se encontraba en el hospital.

Volví a revivir lo que había ocurrido con mi padre. Por fortuna pude estar con él las 24 horas del día pues me encontraba de vacaciones. Los sobrinos, que estaban viviendo a expensas de él, se desobligaron argumentando que no contaban con dinero para desplazarse a dicha clínica. Después supe lo habían desplazado y arrinconado en un cuartucho de tiliches del que, para ir al baño tenía que pasar por corrientes de aire. Eso le provocó bronconeumonía. Nuevamente reafirmo los vínculos afectivos con mis hijos porque lo problemático vino al darlo de alta. El 25 de diciembre de 2009 fue una fecha memorable para mí.



Todas estas experiencias de vida forman parte de mi aprendizaje, se confirma nuevamente que el aprendizaje es durante la vida y para toda la vida porque las personas nos volvemos más fuertes y resilientes con el paso del tiempo, son las experiencias de vida las que nos forman como seres de conocimiento, por eso es importante compartir lo que sabemos con las nuevas generaciones, de esta manera podemos establecer vínculos intergeneracionales con la finalidad de mantener presentes los saberes. Desde mi campo de acción trato de compartir lo que sé con mi familia, mis nietas y por supuesto con otras personas de mi edad.

Sustento lo anterior de acuerdo con Delors (1994), y sus cuatro pilares de la educación:

Aprender a conocer: Es desde mi punto de vista permitirse conocer sobre el otro, ver el mundo que nos rodea y tomar lo mejor de eso.

Aprender a hacer: implica retomar los aprendizajes, para continuar en el camino, el aprender hacer incluso nos da libertad.

Aprender a convivir: implica establecer relaciones cordiales con los que nos rodean, la manera en la que nos vinculamos con el resto de las personas es importantísimo para nuestro día a día, lograr una buena comunicación para compartir aprendizajes, a partir de los principios de tolerancia, inclusión y respeto a las diferencias que nos enriquecen.

Aprender a ser: está ligado con el autoconocimiento, tenemos que ver a la educación como un medio para reencontrarnos con nosotros mismos.

Con base en lo anterior reitero que en la educación de adultos los aprendizajes se dan a lo largo de la vida, continuar aprendiendo ayuda a mantener ejercitado nuestro cerebro y mantener nuestras relaciones, además creo firmemente que algo que me ha ayudado a valorar aún más lo aprendido es que lo he compartido con otras personas que están a mi alrededor como mencione anteriormente, y es que como Educadora de Adultos me siento con la vocación de poder compartir lo que ya sé y de esa forma contribuir socialmente,

porque siempre he pensado que nuestra existencia tienen sentido a partir de la relación con nuestros semejantes y justamente por eso, la educación no debe verse como un cúmulo de conocimientos sino como una formación para la vida y la convivencia con quienes nos rodean.

## **Reflexiones finales**

En este momento tan importante del cierre de uno más de mis proyectos de vida que es la titulación para lograr ser educadora de adultos, me enfrento a encontrar lo que apporto socialmente como profesional a las personas con las que convivo e interactúo, ¿Cómo profesionalista qué hago? y ¿cómo mi formación me lleva a generar espacios de concientización y formación acerca de diferentes temas de interés para el grupo de adultos mayores en el que trabajo e incluso para instructoras y coordinadoras?, la posibilidad de reflexionar sobre eso, llevo a mí por la retroalimentación de una mis lectoras del trabajo de titulación.

Al respecto, una parte importante de mi quehacer como educadora de adultos, participante de un grupo de personas adultas mayores, es promover que dejen de vernos como unos niños o niñas incapaces de valerse por el mismos para enfrentar su realidad cotidiana en la familia, en trabajo y la comunidad, al contrario nuestro valioso bagaje de experiencias acumuladas a lo largo de la vida, pueden apoyar a las generaciones más jóvenes y por eso invito a que busquemos espacios compartiendo ambas generaciones sus conocimientos y esto a su vez lleva a construir aprendizajes conjuntos, útiles para que lleguen a una vida plena en la sociedad.

Además, tener estos encuentros intergeneracionales y la formación de las personas adultas mayores en diferentes temas como salud, economía, educación ambiental, derechos humanos, prevención de violencia, entre otros, ayuda a que los hijos de estos sujetos no vivan con esas problemática en un futuro y a que estén preparados, no para ser papas de su padres, sino que simplemente los entiendan, respete sus derechos y les den libertades para seguir viviendo su vida, si aún estos se encuentran sanos solo reconocer simplemente en el ciclo en el que se encuentran y que puedan disfrutarla dignamente hasta llegar a la muerte pero felices.

Así, como profesional promuevo formación y sensibilización en los temas que aquejan en México y en todo el mundo a las personas adultas mayores, hablamos de discriminación, violencia, exclusión social, problemas económicos, salud etc., aspectos en los que el estado ha incluido políticas públicas, la mayoría de las cuales son paternalistas y se limitan a

recreación y ocio, al igual que las instituciones no gubernamentales, que al querer salvaguardar los derechos ofrecen apoyos compensatorios, sobre todo económicos que si bien mejoran condiciones de vida, no toman en cuenta otras metas y necesidades para favorecer que estos sujetos mantengan el control de sus recursos y sus vidas, lo que es necesario hacer para atender las problemáticas actuales, pues esas políticas y acciones han rebasado las necesidades de los sujetos debido a la pirámide demográfica, que hace cada vez más insuficientes los insumos para poder atender a la proporción de adultos mayores, que sigue aumentando.

Y en este camino, estoy convencida que la educación es un aspecto primordial, en lo que debemos seguir trabajando, no solo desde el Estado, sino desde todos los espacios, incluidos los informales como en el que yo participo, a fin de resguardar todos los derechos de este sector tan olvidado, porque la educación de adultos se sigue pensando como un aspecto formal que con las personas adultas, se cumple si se certifican en el ámbito de la primaria y la secundaria, olvidando que hay muchos otros aspectos que se necesitan atender y sin ver todo el potencial que tenemos las personas adultas mayores en nuestras historias de vida, lo que queda fuera de esas políticas dichas, solo están fijadas en adultos jóvenes.

Considero que esta es mi contribución como educadora de adultos en el contexto en el que me desenvuelvo actualmente, ya que aprendí a darle valor a mi vida y mis conocimientos en todo mi trayecto, incluida mi formación universitaria, a fin de acompañar en el mismo proceso a otras personas que, como yo, en su momento dejaron de seguir preparándose por diferentes circunstancias (económicas, edad, etc.) y en este momento, puedan encontrarse nuevamente ese deseo y necesidad de desarrollo humano que como se menciona en nuestra Constitución es un derecho a la educación para que ellos a su vez puedan seguir participando activamente en el desarrollo social y en el crecimiento de nuestro país.

Hoy me reconozco como una persona con derechos y reivindico la importancia de garantizar el acceso a la educación de toda persona a lo largo de toda la vida y, por ende, de atender tanto a quienes por diversas causas han estado excluidos de los niveles obligatorios del sistema educativo como a quienes tienen la necesidad de actualizar o adquirir conocimientos para mejorar su calidad de vida.

Las primicias de este trabajo educativo en lo personal me dejan claro que la inserción profesional de las mujeres hoy en día, en todos los ámbitos y especialmente en el campo educativo refleja una constante de discriminación que se mantiene en alguna medida, a pesar de los logros de las revolucionarias feministas que buscaron su incursión a la escuela y la legitimidad académica (Scott, 1998). Actualmente las mujeres siguen siendo discriminadas socialmente por querer desarrollar actividades que no fueran las propias a su sexo. Hoy se cosechan los frutos para nosotras como educadoras de personas adultas mayores, y todas y cada una de las mujeres que deseen continuar con su educación tanto formal como informal para insertarnos en los ámbitos sociales existentes, actualmente sin discriminación y restricción de género porque es bien sabido que hombres y mujeres somos libres de ejercer como ciudadanas nuestros derechos a una educación y realizarse plenamente sin represión alguna realizar las tareas con equidad e igualdad para ambos.

Reflexionar que como educadores de personas adultas mayores se tiene una labor titánica para poder promover en las familias una pedagogía humanista prevaleciendo la conciencia y la responsabilidad social de los seres humanos consigo mismos, con otros seres y con el entorno natural, basado siempre en el respeto de los derechos humanos, teniendo como eje rector la emancipación del hombre y de las mujeres, la igualdad y equidad de género. Se busca desarrollar en las y los educandos la capacidad de reflexionar e investigar a fondo los misterios del mundo y de la vida como propios, con el fin de transformar su propia realidad en pro de una mejor calidad de vida (Fernández, 1999).

Al respecto, es fundamental reflexionar sobre la exigencia de la práctica educativa para destacar que se trata de una tarea profundamente reflexiva basada en los derechos humanos.

El papel del educador y educadora es garantizar a las personas adultas mayores una mayor integración en su entorno, motivándolos a desarrollar sus propios recursos personales, para lo cual son importantes tanto las técnicas de trabajo grupal como individual. Otro nivel de actuación muy significativo es el trabajo familiar, el cual procura que la familia cumpla un rol socializador, incidiendo sobre las pautas educativas y desarrollo de estilos de comunicación más eficaces, relaciones de ayuda y expresión de la afectividad.

Actualmente soy miembro de un círculo de personas de la tercera edad, en el centro deportivo Villa Olímpica, en este lugar asisten varias personas que viven en condiciones similares, la primera de ellas es que son personas de la tercera edad, la mayoría jubilados y la más preocupante, triste y alarmante para mí, es que viven violencia por parte de sus familiares, una violencia que no se reconoce, ni se expresa como tal, es decir la viven a diario pero han llegado al punto de normalizar las diferentes manifestaciones de violencia que reciben por parte de los miembros más cercanos de su familia, hijos, y nietos.

En este círculo compartimos experiencias diarias, recuerdos, vivencias, y realmente siento que es gratificante tener una red de apoyo, un lugar en donde podamos salir de casa y compartir con otras personas y otros espacios, es importante mencionar que en este lugar contamos con apoyo psicológico, se trabaja de manera individual y grupal, en las sesiones grupales es cuando yo he identificado con mayor facilidad la cantidad de actos violentos que comente la familia en contra de las personas que somos de la tercera edad, se da todo tipo de maltrato desde el psicológico, cuando los familiares hacen sentir a las personas de la tercera edad, pena, angustia, miedo por medio de las palabras que le dicen, violencia económica, he escuchado más de un par de veces como los familiares se apropian de las pensiones o apoyos que otorga el gobierno para comprar artículos familiares con el pretexto de que son artículos para el hogar y que de esa manera las personas de la tercera edad pueden apoyar, pero no se les consulta, en casos más extremos me ha tocado escuchar que se les quitan propiedades, como casas y autos. Otra forma de maltrato es la que tiene que ver con los medicamentos, cuando a las personas se les quita su dinero, de pensiones o apoyos ya no cuentan con los recursos para comprarse los medicamentos o cuando se le asignan diferentes tareas en la casa como la limpieza, el cuidado de los nietos u otras responsabilidades no pueden acudir en tiempo y forma a sus diferentes citas médicas, mismas que se dan en periodos muy alargados y que son estrictas es decir si no se asiste a las citas médicas pasaran varias semanas incluso meses para que te vuelvan a dar una cita y el impedir que las personas compren sus medicamento o dejen de asistir a sus citas también es una forma de violentarlos, el abandono familiar y la violencia física llámense, empujones o jalones, son otras de las cosas que más me asombran.

Sin embargo, este tipo de actos no solo provienen de la familia sino también de la sociedad, ya que las personas de la tercera edad, suelen ser víctimas de delitos, como fraudes y rechazo social.

En muchos casos las personas del círculo se niegan a identificar estas acciones como actos violentos desde mi punto de vista considero que estamos negando esa condición de maltrato por parte de nuestras familias, quizá por miedo, por pena o porque no deseamos ser un estorbo en la vida de nadie, tenemos una gran demanda de apoyo por parte del marido, los hijos, los nietos, etc. Y nosotros sedemos a dar ese apoyo a pesar de que sabemos ya cumplimos nuestro rol yo sé que está bien que podamos apoyar en lo que podamos, lo que me molesta es que no lo vean como un apoyo sino como una obligación, muchos compañeros y compañeras mencionan que seden porque no desean sentirse inútiles, pero creo que debemos de pelear o hacer notar que tenemos derechos y por supuesto también obligaciones y que si respetaran podríamos vivir en armonía de una mejor manera con nuestras familias.

En estas circunstancias trato como educadora de personas adultas el dialogar con los y las compañeras del círculo, lo primero que hago es tratar de ponerme en sus zapatos para poder comprender por qué siguen permitiendo que se les minimice o utilice, porque como mencioné eso es lo que con frecuencia ocurre por parte de las familias de los adultos mayores, es por eso que yo trato de expresarles mis inquietudes, de orientarlos al conocimiento de sus derechos, de hacerles notar que el envejecer es un proceso natural en donde evidentemente se van deteriorando nuestras habilidades mentales y motoras pero que eso no nos hace menos dignos, o faltos de respeto y de derechos, me esfuerzo por transmitirles seguridad porque sé que eso es importante para poder defendernos, porque a mí también me ha sucedido que mi familia ha tratado de manipularme pero como tengo nociones de la educación de adultos, conozco mis derechos y sé que existen diversas formas de violencia, no me dejo e inmediatamente hablo y les digo que me están violentando entonces si a mí tratan de minimizarme a sabiendas que mi familia sabe lo que estudie y observa como me conduzco por la vida, claro que me puedo imaginar cómo les va a mis compañeros y compañeras que no tienen la misma suerte, es ahí donde trato de

empodéralas y empoderarlos, a decir basta, hasta aquí, con la intención de que sea respetada para lograr una mejor relación familiar y social .

Platico con mucha frecuencia con mis compañeros del círculo, expreso la importancia de los conocimientos que poseemos y de la experiencia y de lo bien que nos sentimos cuando no se nos aísla y se nos toma en cuenta porque así como aportamos también queremos que se nos considere, como educadora de adultos sé que no puedo cambiar el mundo pero puedo comenzar desde mi campo de acción, desde la convivencia con mis compañeros compartiendo un poco de lo que yo sé, y que puede ayudar para llevar una vida más armoniosa con su familia y sobretodo con cómo se sienten con ellos mismos.

Soy una educadora activa, que va de una mano con la otra porque soy adulta mayor y conozco las condiciones por las que pasan personas como yo, como se menciona en algunas lecturas anteriores todos aprendemos de todos en él día a día y eso es lo que hago aprender de los conocimientos de los otros y así poder y tratar de hacerlas ver que somos sujetos de derechos y que caminando juntos, compartiendo nuestras inquietudes, tristezas y alegrías podemos mejorar nuestra condición diaria en esta sociedad tan avasalladora y que incluso la tecnología que para muchas personas de la tercera edad es un desafío puede convertirse en una herramienta de empoderamiento, por medio del celular podemos aprender nuevas cosas, estar informados utilizar los grupos de chat como una red de apoyo para no caer en depresión o sentirnos solos, nos cuesta mucho trabajo el aprender cómo funcionan diferentes tecnologías pero no es imposible, podemos aprender de los más jóvenes a cambio de enseñarles otro tipo de cosas como cocinar y otras muchas más cosas principalmente valores, valores olvidados por esta juventud tan indolente e irrespetuosos a esos abuelos o simplemente al adulto mayor en lo cotidiano

### ***La satisfacción que me ha dejado la práctica como educadora de adultos.***

En ese tema es grandiosa la satisfacción y retos que me ha dejado como educadora de adultos es mi mayor satisfacción de empoderarme en mi vida sin saberlo me ha ido marcando con lo cotidiano me ha hecho más humana y reflexiva en las acciones que deba desarrollar tanto familiar como con los sujetos que interactúo cotidianamente poniéndome los zapatos de los otros y tratar de entenderlos para que ambos podamos salir adelante sin



ofender a otros sabiendo de nuestros derechos humanos con empatía y razonamiento soslayando cada una y poco a poco las adversidades a las que nos enfrentamos diariamente como nos quieren minimizar como los viejos que no tenemos derecho a opinar o a tomar decisiones en nuestra propia persona y que muchos de nosotros lo damos por hecho de que así debe de ser por un adulto mayor en decadencia haciéndonos creer para que los familiares con los cuales estamos traten de decidir por nosotros motivo que no debe de ser .

Hablemos y pongámonos la camiseta de un sujeto hecho y derecho para que nosotros mismos tomemos las riendas de nuestra vida en ese pasaje tan importante de nuestra vida la adultez.

***Lo que me gustaría hacer con la educación de adultos después de este cierre de la licenciatura.***

Me gustaría abrir un círculo de convivencia en mi hogar para redituales a esos viejos como nos dicen a mis compañeros y amigos algo de lo que la tenacidad y mi terquedad me han proporcionado en estos años tan gloriosos así como lo menciono un despertar platinado en estos momentos de juventud porque esos es una juventud no importándonos la edad que tengamos plena y feliz sin preocupaciones de tiempo ni de obligaciones ser un poco más egoístas pensar solamente en el momento vivirlo a plenitud con las herramientas necesarias de cada uno sin faltar el respeto a ninguno solo vivir y dejar vivir .

Ese sería mi sueño guajiro y no debo de pensar en el futuro porque día a día envejecemos y vamos muriendo lentamente pero el presente y el instante disfrutarlos sin remordimientos porque ya en su momento dimos todo de nosotros sin pensar en nuestro bienestar pensando solo en trabajar para proveer a la sociedad y la familia ahora darle vuelo a la hilacha con respeto y amor que la vida se nos va y dejemos una huella en nuestro camino para que alguien que se cruzó en nuestro tren de vida llegue a recordarnos.

Salgamos respiremos los que aún podemos hacerlos en esta ciudad tan grande y contaminada pero también con tanta belleza arquitectónica que en ella se cuenta con tantos edificios emblemáticos que hay en ella gocémoslas con nuestras limitaciones pero no nos encerremos en ese círculo vicioso de minimización no contribuyamos a ello hagámonos

visibles en todas las áreas que podemos existen tantos temas que podemos abordar sin apenarnos sabemos demasiado estas arrugas y esta decadencia visual de nuestro cuerpo nos ha dejado sabiduría de la vida y aprendizajes vivenciales tanto en lo político, social, económico, ambiental etc., y muchos más de los cuales podamos imaginar que somos capaces de actuar y de participar para sentirnos realizados plenamente y sabiamente.

Viajemos conozcamos otras culturas otras personas sociabilicemos con todo el mundo comamos a ese mundo como cuando éramos jóvenes hoy contamos con algo muy importante nuestro tiempo, poco o mucho hay que disfrutar, hay que salir de nuestro entorno de encierro, ya basta de contribuir a invisibilizarnos no contribuyamos a ello mientras estemos lucidos podemos realizar todo lo que nos propongamos para dejar huellas en nuestro caminar adelante a sonreír darle buena cara a las adversidades cotidianas.

## Referencias

Aizpuru, M. G. (2008). *La persona como eje fundamental del paradigma humanista*, en Acta Universitaria (33-40), 18, México, Universidad de Guanajuato.

Barry, J. (2008). *Cuidadores, Una guía práctica para la supervivencia emocional*, México, Paidós.

Canfrán, A. (2017). *Profesor de Educación de Adultos, una buena alternativa*, Recuperado de:  
<https://www.avanzaentucarrera.com/orientacion/profesiones/profesorado/profesor-de-educacion-de-adultos-una-buena-alternativa/>

Cámara de Diputados del H. Congreso de La Unión. (2012, 22 junio). *Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores*.  
Recuperado de: [http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/245\\_120718.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/245_120718.pdf)

Diario Judío de México. (2013, 23 noviembre). *Mitos y realidades sobre amor y la sexualidad en la tercera edad*. Recuperado de:  
<https://diariojudio.com/opinion/mitos-y-realidades-sobre-amor-y-la-sexualidad-en-la-tercera-edad/48596/>

Díaz, A. y Bollain, T. (2012). *La Teoría de la Economía Política del Envejecimiento*. Tijuana, Colegio de la Frontera Norte.

Escamilla, S. (2009). *Los Derechos humanos y la Educación, una mirada pedagógica en el contexto de la globalización*. México, Universidad Nacional Autónoma de México.

Estrada, L. (2003). *El ciclo vital de la familia*. México, Grijalbo.

Fernández, I. (1999). *Prevención de la Violencia y Resolución de Conflictos*, Madrid, Narcea.

Freire, P. (2005), *Pedagogía del Oprimido 2ª*. México, Siglo XXI.

Flecha, R. y Puigvert, L. (1999). Aportaciones de Paulo Freire a la Educación y la Ciencias Sociales, en *Revista Interuniversitaria*, (21-28), 33.

Fuentes, B. (2009). "La Educación de las Personas Jóvenes y Adultas en el contexto de los enfoques pedagógicos" en *Revista Altyerna Activa (7-11)*, 6 (11), La Paz Bolivia.

PND (2013). *Plan Nacional de Desarrollo 2013-2018*. Recuperado de <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2017/11192.pdf>

Guerra, P. (2009). "Mayores ¿activos o pasivos? La importancia de la educación en la tercera edad" en *Revista Cuestiones Pedagógicas*, (319-332), 19. Recuperado de <http://institucional.us.es/revistas/cuestiones/19/18Guerra.pdf>

Guijosa, M. (2009). *Escribir nuestra vida*. Recuperado de: <https://www.jornada.com.mx/2004/12/03/04an1cul.php>

Gutiérrez F. (2001). *Educación y Formación de Personas adultas*. Cuadernos Pedagógicos No. 9. Guatemala, Olmedo.

Iborra, I. (2005). *Violencia contra personas adultas mayores*. Ariel, Barcelona.

INAPAM (2012). *Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores*, México, Secretaría de Desarrollo Social.

INEA (2017). *Cuarto informe de autoevaluación*, Recuperado de [http://www.inea.gob.mx/transparencia/pdf/INF\\_AUTOEVAL\\_4to\\_trim\\_2017.pdf](http://www.inea.gob.mx/transparencia/pdf/INF_AUTOEVAL_4to_trim_2017.pdf)

INEA (2015). *Reglas de Operación del INEA (1999-2015)*. Recuperado de <http://www.inea.gob.mx/index.php/intranet/nors-nva-nor-sus-op/alias-dir-planea-admon-eval-dif/nornvajurreglasop.html> .

INEGI (2008). *Estadísticas a propósito del Día Internacional de las Personas de Edad. Datos Nacionales*, México, INEGI.

INEGI (2010). *Mujeres y Hombres en México 2010*. Recuperado de [http://www.inegi.org.mx/prod\\_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/integracion/socio-demografico/mujeresyhombres/2010/MyH\\_2010.pdf](http://www.inegi.org.mx/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/integracion/socio-demografico/mujeresyhombres/2010/MyH_2010.pdf)

Lacub, R y Arias, C. (2010). *El empoderamiento en la vejez*. México, Asociación Mexicana de Comportamiento y Salud, A. C.

Laplanche, J y Pontalis, J. (1987). *Diccionario de Psicoanálisis*. Barcelona, Paidós.

Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores. Diario Oficial de la Federación de los Estados Unidos Mexicanos, Ciudad de México, México, 25 de junio de 2002.

Delors, J (1994). "Los cuatro pilares de la educación", Recuperado de: [\[http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS\\_S.PDF](http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS_S.PDF)

Denzin, N. y Lincoln, Y. (Eds) (1998). *Las estrategias de investigación cualitativa*, España, Gedisa.

López-B, y Serrate Ma. L. (Coord) (2002). *La Educación de personas adultas: Reto de Nuestro Tiempo*. Madrid, Dykinson

Martínez, I. (2013). *Las dos edades de la mente*. Vicisitudes del funcionamiento mental, Madrid, Agora.

Membrano, M. (2012). *El proceso del Duelo Bajo el Enfoque Gestáltico y las Auto interrupciones en el Ciclo de la Experiencia*, Recuperado: <http://es.slideshare.net/rosamembrado/el-proceso-de-duelo-bajo-el-enfoque-gestltico>

Miroux, J. (2005), *La autobiografía: las escrituras del yo*, Buenos Aires, Nueva Visión.

Mishara L. y Riedel, R. (2000) *El proceso del envejecimiento*, Madrid, Morata.

Mogollón, E. (2012). “Una perspectiva integral del adulto mayor en el contexto de la educación”. En *Revista Interamericana de Educación de Adultos*, (56-74), 34 (1), Pátzcuaro, México. CREFAL.

Morales, M (2014). *El Analfabetismo en México, viejo problema que se agrava*, Recuperado:[http://www.buzos.com.mx/images/pdf/buzos623/6-13\\_Martin\\_623.pdf](http://www.buzos.com.mx/images/pdf/buzos623/6-13_Martin_623.pdf).

Morin, E. (2011). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. Buenos Aries, Nueva Versión.

ONU (2002). *Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento*, Madrid, Organización de las naciones Unidas.

Narro, J., y Moctezuma, D. (2012). “Analfabetismo en México: una deuda social” en *Revista Internacional de Datos Estadísticos y Geografía*, (5-17) 3. Recuperado: [http://www.http://www.inegi.org.mx/RDE/RDE\\_07/Doctos/RDE\\_07\\_Art1.pdf](http://www.http://www.inegi.org.mx/RDE/RDE_07/Doctos/RDE_07_Art1.pdf)

Narro, J., Martuscelli, J y Barzana, E. (Coord.) (2012) *Plan de diez años para desarrollar el Sistema Educativo Nacional*. México, UNAM, Recuperado: <http://www.planeducativonacional.unam.mx>

ONU Noticias (2018). *Ser libre de discriminación*. Recuperado: <https://news.un.org/es/story/2018/11/1445541>

ONU. (2018, 31 diciembre). *La Declaración Universal de Derechos Humanos*. Recuperado: <https://www.un.org/es/universal-declaration-human-rights/>

Quintanar, F (2011). *Atención Psicológica de las personas mayores. Investigación y experiencias en psicología del envejecimiento*. México, Pax.

Verdugo, M, y Parrilla A, (2009). *Aportaciones actuales a la educación inclusiva*, Recuperado: <http://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:c5bab9a0-9fd4-4bf4-b82b-f3eda8009f9f/re34901-pdf.pdf>

Riveros, E. (2011). *El acompañamiento y la educación popular*. Recuperado: [http://www.feyalegria.org/images/acrobat/ElAcompanamientoEducacionPopular\\_ElizabethRiveros\\_2011.pdf](http://www.feyalegria.org/images/acrobat/ElAcompanamientoEducacionPopular_ElizabethRiveros_2011.pdf)

Rubio, J. (2006). *La política educativa y la educación superior en México*. México: sep-fce.

DOF (2019). *Diario Oficial de la Federación*, Recuperado de: <https://www.sep.gob.mx>

Serrate, L., y Pérez de Guzmán, V. (2005). Educación de personas adultas situación actual y propuestas del futuro, en *Revista de Educación*, (41-57), 336.

Sarto, P., & Venegas, M. (2009). *Aspectos clave de la Educación Inclusiva*. Recuperado: <http://inico.usal.es/publicaciones/pdf/Educacion-Inclusiva.pdf>

Soto, R, (2011). "Estrategias de intervención en adultos mayores", ponencia presentada en la *XII reunión de la Red Nacional de Educación de Personas Jóvenes y Adultas*, Mérida Yucatán, México.

Scott, J (1940). *El género: una categoría útil para análisis histórico*. Recuperado:  
[https://www.fundacionhenrydunant.org/images/stories/biblioteca/derechos\\_economicos\\_sociales\\_culturales\\_genero/El%20Genero%20Una%20Categoria%20Util%20para%20el%20Analisis%20Historico.pdf](https://www.fundacionhenrydunant.org/images/stories/biblioteca/derechos_economicos_sociales_culturales_genero/El%20Genero%20Una%20Categoria%20Util%20para%20el%20Analisis%20Historico.pdf)

Strauss, A. y Corbin, J. (2002.). *La investigación cualitativa y los hechos sociales/la investigación cuantitativa y la realidad física*. Recuperado:  
<https://aulacads.files.wordpress.com/2015/07/3-cualitativo-hechos-sociales-cuantitativo-realidad-fc3adsica-toroparra.pdf>

Tedesco, J. (2003). *Los pilares de la educación del futuro*. Barcelona, Fundación Jaume Bofill, UOC

Torres, R. (2002). *Aprendizaje a lo largo de toda la vida: Un nuevo momento y una nueva oportunidad para el aprendizaje y la educación básica de las personas adultas (AEBA), en el Sur*. Quito, Buenos Aires, Asociación Sueca para el Desarrollo Internacional.

Torres, R., y García, B. (s/f). *La Organización Curricular por Competencias y el Papel de los Docentes*.

Recuperado:<http://www.ses.unam.mx/curso2012/pdf/7-Septiembre-1.pdf>

Warner, K. y Sherry, L. (2003). *Psicología de la Edad Adulta y la Vejez*. Madrid, Pearson.

Naciones Unidas (1948): Declaración Universal de los Derechos Humanos. Adoptada proclamada por la Asamblea General en su Resolución 217 A (iii), de 10 de diciembre de 1948. Recuperado: [http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL\\_ID=26053&URL\\_DO=DO\\_TOPIC&URL\\_SECTION=201.html](http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL_ID=26053&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html)

UNICEF (2013). *El derecho a una vida libre de violencia*. Recuperado:  
[https://www.unicef.org/mexico/spanish/mx\\_168I-A\\_puro\\_golpe.pdf](https://www.unicef.org/mexico/spanish/mx_168I-A_puro_golpe.pdf)



Wehmeyer, M. (2009). *Autodeterminación y la Tercera Generación de prácticas de inclusión*. Recuperado:[http://www.ince.mec.es/revistaeducacion/re349/re349\\_03.pdf](http://www.ince.mec.es/revistaeducacion/re349/re349_03.pdf)