

Factores protectores de envejecimiento patológico en la cultura aymara . Estudio con personas mayores de la ribera del lago Titicaca en La Paz, Bolivia

*Protective factors against pathological aging in the aymara culture
- A study with elderly persons on the shore of Titicaca lake in La Paz, Bolivia*

Maria Mercedes Zerda Cáceres

RESUMEN: La presente investigación, planteada desde la perspectiva de la psicogerontología latinoamericana, revela factores de la representación social del envejecimiento que tiene el pueblo *aymara*, una de las culturas bolivianas más importantes y distingue elementos que actúan como factores protectores de envejecimiento patológico, entre las personas de esta nación originaria del Estado Plurinacional de Bolivia.

Palabras clave: Envejecimiento; Cultura; Aymara; Representación social.

ABSTRACT: *The present investigation, presented from the perspective of the Latin American psychogerontology, reveals factors of the social representation of aging that the Aymara people have, one of the most important Bolivian cultures and distinguishes elements that act as protective factors of pathological aging, among the people of this nation originally from the Plurinational State of Bolivia.*

Keywords: *Aging; Culture; Aymara; Social representation.*

Introducción

Este estudio, pionero en investigar cómo los pueblos originarios de nuestro continente interpretan el proceso de envejecimiento, es un resumen de la tesis que presenté ante la Universidad Maimónides en Buenos Aires, para obtener el grado de maestría en psicogerontología. La investigación, finalizada el año 2016 en Bolivia con población aymara mayor de 60 años, identifica elementos culturales de este pueblo originario¹ que funcionan como factores psíquicos protectores de envejecimiento patológico, desde la perspectiva de la teoría psicogerontológica.

Se realizó usando una metodología exploratoria de enfoque cualitativo y desde la perspectiva del envejecimiento diferencial, permitiendo confirmar que la cultura a la que pertenece cada individuo es un importante factor que actúa en su subjetividad, favoreciendo la protección o el riesgo psíquico, ante los irreversibles cambios que implica el envejecer. Se abordó el tema a partir de la concepción occidental de envejecimiento normal y patológico, considerando su sustento teórico.

Se identificaron conceptos que desde la perspectiva de las dos culturas participantes del estudio (la aymara que es estudiada y la occidental² que estudia a la primera) son semejantes en su contenido e interpretación. También se identificaron otros que son propios solamente de la cultura aymara, no encontrándose equivalentes en la cultura occidental.

Los resultados nos permiten un acercamiento al significado de seis concepciones de la cosmovisión aymara que son fundamentales en su entendimiento del proceso de envejecimiento: reciprocidad, percepción del tiempo, contextualización, curso de la vida, *Ukhamaw* y *Chuyma*.

¹ En Bolivia, para referirnos de manera general a los pueblos que se desarrollaron en nuestro territorio, ajenos a la cultura occidental, antes de la conquista española y hasta nuestros tiempos, usamos un término compuesto: indígena-originarios, indígenas es como se reconocen los pueblos amazónicos y del chaco selvático y originarios son los que habitaron el altiplano y los valles del país, quienes no aceptan la denominación de indígenas. La nación aymara es originaria.

² Cuando menciono a la cultura occidental, me refiero a la civilización industrializada y eurocentrista que, a partir del siglo XV, conquistó al resto del mundo por su poder bélico y que al presente tiene dominio económico y mediático imponiendo su modelo de desarrollo.

Las categorías que funcionan como factores protectores de envejecimiento patológico, explicadas desde la cosmovisión y la lingüística aymaras, conforman una especie de caparazón cultural de protección psíquica ante algunos de los temores que se enfrentan al envejecer, como quedar sin apoyo al final de la vida, enfrentar la muerte, la incoherencia entre saberse viejo y no sentirse como tal, entre otros.

El Problema Abordado

El Estado Plurinacional de Bolivia, en el censo del año 2012, alcanzaba una población de 10.027.254 de personas, de las cuales el 8,7% eran mayores de sesenta años y aunque la mayor parte de este sector poblacional ha nacido en el área rural y el 75% habla un idioma nativo pues pertenece a un pueblo indígena-originario, actualmente solo el 42% es población rural, lo que indica la gran cantidad de personas mayores indígena-originarias que actualmente habitan las ciudades.

El aymara es el segundo más numeroso de los pueblos originarios, su población actualmente se estima en tres millones de personas que en su mayoría viven en Bolivia, habiendo menor proporción en Perú, el norte de Chile y Argentina³.

El estudio tiene que ver con las personas viejas de este pueblo originario, con el que llevo más de treinta años de convivencia cotidiana en mi trabajo como psicóloga comunitaria y surgió al intentar responder la siguiente pregunta: ¿Existen representaciones del envejecimiento, propias de la cultura aymara, que podrían funcionar como factores protectores de envejecimiento patológico en mujeres y hombres mayores? La pregunta resultó ser muy pertinente ante la falta de conocimiento que tenemos en psicogerontología sobre las culturas indoamericanas.

³ Modernamente, existen importantes grupos poblacionales de aymaras que han migrado desde Bolivia a ciudades como Buenos Aires y Sao Paulo.

Contexto Teórico

No son muchos los estudios de otras culturas sobre el envejecimiento. Tenemos a Ribeiro (1996), que realizó estudios sobre envejecimiento femenino del Pueblo *Ioruba* con personas afro brasileras originarias de Níger; Zerda (2004), que realizó un estudio sociocultural sobre pobreza en los pueblos *Aymara*, *quechua* y *Ayoreode* en Bolivia; y Reyes (2009-2016), que realizó investigaciones socioeconómicas en un ámbito que denominó etnogerontología social, con los pueblos *Zoque*, *Tarahumara*, *Huasteco*, *Otomí*, *Purépecha Maya* y *Zapoteco*, en México.

Esta investigación encuentra su respaldo en los planteamientos teóricos del enfoque del Ciclo Vital, desarrollado por Baltes y Goulet (1970), en (Villar, 2005), que sustenta una visión compleja del desarrollo humano, que no se limita a un determinismo etario ni biológico; sino que otorga fundamental importancia a la cultura a la que pertenece el individuo, a su historia individual y al momento histórico que le toca transitar, complementada por la Teoría del Curso de la Vida (Monk, 1997), que sostiene la importancia de la historia individual reflejada en la edad de la persona; el momento histórico, y el contexto social que compone la *cohorte*⁴ de personas con las que comparte ese periodo con todos los aspectos psicosociales que esto implica.

Se entendió como envejecimiento normal, sobre la base del extenso trabajo de Zarebski (1999), a la capacidad de enfrentar de manera adecuada los desequilibrios internos que producen las pérdidas que se viven como producto de la vejez, desarrollando actitudes de renovación adaptativa; y como envejecimiento patológico a la incapacidad de enfrentar los desequilibrios que producen las pérdidas propias de la vejez, lo que paraliza la adaptación y conserva una representación siniestra de la vejez.

⁴ Una cohorte es un conjunto de personas que comparten un mismo suceso dentro de un cierto período temporal en: <http://definicion.de/cohorte/#ixzz4Dgf7SUb3>.

Envejecimiento diferencial en función a la cultura

El idioma en el que se aprende el mundo, como se aprecia en los estudios de Whorf (Carrol, 1976), determina la manera cómo cada persona percibe y clasifica la realidad. Esta clasificación, que es la base del sistema lingüístico de cada idioma, tiene orígenes diferentes en el castellano y el aymara⁵ por lo que las maneras de entender la realidad son bastante distintas en estas dos culturas⁶.

De esa manera, sobre la base de su idioma materno, las personas van construyendo la realidad dentro de un contexto cultural que determina cómo se ubican dentro de esa realidad y cómo entienden las relaciones con los otros y con la naturaleza, por eso es que atendiendo a diferencias culturales; la manera de entender la vejez, la proyección del propio envejecimiento, el mandato social sobre las personas viejas y el lugar que éstas ocupan en la estructura de la sociedad, estarán determinados por la cultura a la que se pertenece y por el idioma que se habla.

La manera cómo una u otra sociedad entiende el envejecimiento y trata a sus personas viejas, además de tener como base la cultura y el idioma, está definida por las representaciones sociales como fabricaciones colectivas destinadas a interpretar y construir la realidad y que actúan de manera coactiva en los individuos formando las tradiciones, mitos, valores y creencias de cada cultura.

Ignacio Martín Baró señalaba, con relación a la fuerza de esta conciencia colectiva: “Una sociedad mantiene su unidad debido a la existencia de una conciencia colectiva. La conciencia colectiva consiste en un saber normativo, común a los miembros de una sociedad e irreductible a la conciencia de los individuos, ya que constituye un hecho social” (Martín-Baró, 1985, p. 33, en: Mora, 2002).

⁵ El castellano es una lengua Indoeuropea (Bloomfield, 1961), mientras que el aymara, es una lengua jaqi (Hardman, Vasquez, y Yapita, 1988, p. 4).

⁶ En atención a esta marcada diferencia, resulta muy importante la profundización de aspectos psicolingüísticos que se hace en el análisis de los resultados encontrados en el presente trabajo.

Psicología intercultural

El presente estudio evidencia la jerarquía de la cultura en la construcción de la subjetividad de las personas, por eso es importante revisar la investigación psicológica intercultural y encontramos que las diferencias culturales como base de la formación psíquica de las personas, todavía no ha sido muy estudiada por la psicología intercultural que se ha limitado a indagar cómo se presentan en otras culturas las características psicológicas concebidas en la cultura occidental. Irvine (1970) critica esto, afirmando que este tipo de investigaciones imponen un sistema de valores y reglas de comportamiento occidentales, confundiendo el conocimiento dentro y entre culturas.

Existe también, desde el punto de vista de la psicología, una carencia de interpretaciones de lo que es la cultura y su influencia en el desarrollo psíquico de las personas y grupos.

Lo ético y lo émico en la investigación intercultural

Fue el lingüista Kenneth Pike, quien en 1967, acuñó los términos “émico” y “ético” (tomándolos de la fonémica y la fonética) como elementos fundamentales en la investigación intercultural. Lo esencial de estos conceptos está en que describen la perspectiva desde la que se entiende la investigación, pudiendo tratarse de una investigación hecha “desde fuera”, es decir aquella donde el investigador desde su propia cultura intenta entender la otra cultura, buscando lo generalizable que podríamos denominar también universal (perspectiva ética) o puede tratarse de una investigación que intenta entender “desde dentro” aquello que averigua de la otra cultura, es decir, desde su propia cosmovisión (perspectiva émica) sin pretender generalizaciones sino más bien percepciones distintas y novedosas.

Explicando más la diferencia, Pike afirma que se trata de: “[...] creación versus descubrimiento de un sistema: la organización ética, a partir de un esquema mundial amplio e intercultural puede ser creado por el analista. La estructura émica de un sistema particular debe ser descubierto.” (Pike, 1967, en: Santana, 1990, p. 169).

Estos dos conceptos son relevantes en esta investigación porque en el análisis de la información obtenida resultó ser muy importante la distinción entre los datos de índole ética y émica, para distinguir claramente aquello que tenía una interpretación propia de la cultura aymara y que se concreta en los hallazgos fundamentales de este estudio. Para lograr esto fue primordial la perspectiva psico lingüística en el análisis.

Objetivos y Metodología

Objetivos

Explorar y categorizar ideas, creencias y prácticas que forman parte de la representación en torno al envejecimiento, que tienen hombres y mujeres adultos mayores de origen aymara habitantes de las riberas del lago Titicaca en Bolivia.

Identificar cuáles de ellas podrían funcionar como factores protectores de envejecimiento patológico desde un abordaje psicogerontológico occidental.

Metodología

Estudio cualitativo de alcance exploratorio descriptivo sobre una temática que no ha sido abordada antes, basado en la Teoría Fundamentada de Glaser y Strauss (1967) mencionada en Hernández (2010, p. 492), como orientación teórico-metodológica para el análisis de los datos.

a) Muestra: 53 personas de entre 60 y 89 años, 26 hombres y 27 mujeres de origen aymara que viven en comunidades campesinas, cuyo idioma materno y habitual es el aymara;

b) Instrumentos: Un cuestionario sociocultural para identificar características generales de la muestra y el Cuestionario “Mi Envejecer” (Zarebski, 2014) en su versión

para mayores de 60 años (CME-VM), que fue la herramienta psicogerontológica fundamental del estudio.

c) Traducción y adaptación del instrumento: Este fue un intenso y largo proceso a través del cual fuimos confirmando la importancia psicológica de las características lingüísticas del idioma aymara en la formación de las representaciones sociales sobre el envejecimiento que tiene esta cultura.

d) Procesamiento de datos: En este proceso, las 48 preguntas del CME-VM⁷ se clasificaron en tres grupos:

- **Excluidas**, las que fueron desechadas del proceso por la imposibilidad real de valorarlas, por ejemplo, se decidió retirar una pregunta cuya respuesta implicaba el uso del dibujo, pues los participantes no están familiarizados con expresiones gráficas como el dibujo ya que la mayor parte son personas analfabetas.

- **Tabuladas según los criterios del CME-VM**, las que eran equivalentes en aymara y castellano, de modo que se pudo usar la guía del CME-VM.

- **Especiales**, las que por distintas razones su tabulación no expresaba con validez lo que el CME-VM indaga. Estas preguntas especiales se subdividieron en:

EV (Varias respuestas). En preguntas de opción múltiple no eligen una sola alternativa, eligen varia y a veces eligen todas.

ER (Contexto rural). No son pertinentes al contexto rural de los participantes.

ET (Especial traducción). Por deficiencias de traducción no podían ser valoradas por la guía del CME-VM.

EA (Conceptos aymaras) En las respuestas aparecen nuevas categorías y distintas dimensiones teóricas que podemos atribuir a la cultura aymara.

EC (Contradictoria) Una pregunta en la que todas las respuestas de los sujetos presentan factor de riesgo psíquico según la guía del CME-VM, lo que implica que hay un factor cultural que hace que todos respondan así. (En el cuadro 1 se puede ver el análisis de las respuestas a esta pregunta.)

También se hizo una caracterización transcultural de las preguntas y respuestas, definiéndolas como:

⁷ Las preguntas del CME-VM, que aparecen en este trabajo, no son literalmente las del original; son las que habiendo sido traducidas y adaptadas al aymara se expresan en el tipo de castellano usado por los aymaras bilingües que se logró luego de hacer la traducción inversa.

- **Éticas**, las preguntas que pudieron ser adaptadas al aymara y en cuyas respuestas se encontró equivalencia conceptual con el castellano.

- **Émicas**, las preguntas cuyas respuestas indicaban que las ideas que se estaban entendiendo y expresando contenían singularidades propias de la cultura aymara.

- **Diferente connotación**, las preguntas que a nivel lingüístico significaban lo mismo en ambos idiomas, pero, no había equivalencia connotativa, es decir que la abstracción o sentido metafórico del castellano no era equivalente en aymara.

e) **Análisis de las respuestas:** El análisis de los datos tomó en cuenta: las dimensiones teóricas del CME-VM, las dificultades de traducción y adaptación al aymara, la valoración de porcentajes en las respuestas (si eran preguntas tabuladas o especiales), la presencia de nuevas categorías y la caracterización transcultural de las respuestas.

Para ejemplificar el proceso de análisis que se hizo con cada una de las preguntas tenemos la siguiente:

Pregunta 11 CME. *En su interior, ¿Ud. se siente viejo/a? ¿Por qué?*

La manera más adecuada de traducir la pregunta fue usando el concepto *chuyma* que normalmente se traduce como corazón, pero que implica el sentido de introspección que contiene la pregunta del CME.

Pregunta 11 adaptada al aymara. *Dentro de tu corazón, ¿te sientes vieja/o? ¿Por qué?*

Tabulación de la pregunta:

Nº	DIMENSIÓN TEÓRICA	DIFICULTAD EN LA TRADUCCIÓN	FP	TABULACIÓN	CARACTERIZACIÓN TRANSCULTURAL	NUEVA CATEGORÍA
11	Sensación de vejez: sentirse viejo	NO	2%	EC (Especial contradictoria)	ÉMICA	Chuyma Ukhamaw

Esta pregunta es la única que fue tabulada como Especial Contradictoria (EC), debido a que cuando se empezó a vaciar las respuestas desde las grabaciones, se encontró que 52 personas daban respuesta afirmativa, resultando que tanto hombres como mujeres respondían implicando, según la guía del cuestionario, un alto Factor de Riesgo Psíquico.

Lo interesante es que en el análisis general de todas las respuestas, el sentirse viejo/a en su interior no parecería ser un factor de riesgo, más bien podría considerarse un Factor Protector de envejecimiento patológico desde la perspectiva de la cultura aymara. Se hace evidente que la representación social aymara de la vejez, en los aspectos que tienen que ver con esta dimensión teórica, es opuesta a la del CME-VM.

“Hasta mi corazón ya se siente mayor, cada año más y más, así nomás ya será”. (24)

“Sí, ya estoy vieja mi corazón ya es diferente siempre” (16)

“Sí, pero al igual que cuando era joven, no me preocupo de nada” (10)

“Sí, porque antes atendía varias cosas y ahora ya no, tengo que atender una sola cosa, todo me acordaba y ahora algunas cosas ya no. Así no más es” (9)

“Bien viejita me siento en mi corazón, porque ya soy pues viejita” (5)

“Sí, pienso que soy vieja, bien mi corazón sabe que soy vieja, hablo con los muertos” (2)

Las respuestas a esta pregunta también están muy asociadas al concepto de *ukhamaw*, la aceptación natural de la vejez.

Cuadro 1.

Resultados

El cuestionario sociocultural muestra que no tienen educación el 60%, el 83% ha vivido siempre en su comunidad campesina, y el 78% habla sólo aymara o muy poco de castellano.

Los resultados se interpretaron tomando en cuenta dos tipos de categorías:

- a) Las que responden a las dimensiones teóricas del CME-VM
- b) Las nuevas categorías aymaras que se encontraron.

Dimensiones teóricas del CME-VM en la cultura aymara

El CME-VM identifica 25 dimensiones teóricas que permiten evaluar la actitud de las personas frente a diferentes aspectos del propio envejecimiento. En el presente estudio se encontró que las dimensiones teóricas que con mayor frecuencia se presentaron en las respuestas de la población aymara, indicando factores protectores de envejecimiento patológico, desde la perspectiva occidental, fueron:

1ª. *Diversificación de apoyos y de ideales.* Expresando que la alta confianza en el apoyo de la comunidad es un factor fundamental en su expectativa de vejez.

2ª. *Autonomía y dependencia.* Las personas participantes se adaptan con naturalidad a las limitaciones de la vejez y si es necesario, buscan ayuda.

3ª. *Vínculos intergeneracionales.* Por su vivencia comunitaria hay una ubicación adecuada en la cadena generacional, aceptando las diferencias sociales que se cumplen en cada edad.

4ª. *Posición frente al desgaste y el deterioro.* Aceptan el desgaste y el deterioro inherentes al envejecimiento de manera natural y realista.

5ª. *Dialéctica Interno – externo.* Hay equilibrio entre el aspecto exterior y su valoración interior.

6ª. *Posición frente a la muerte.* Se tiene perspectiva natural de la muerte. No se encontró expectativas de longevidad.

Categorías aymaras que funcionan como factores protectores de envejecimiento patológico

Esta es la parte fundamental del estudio, en la que se plantean explicaciones sustentadas por los hallazgos de la investigación como un acercamiento émico (desde su propio punto de vista) a la representación del envejecimiento de la cultura aymara.

Las nuevas categorías que se encontraron expresan características propias de esta cultura, constituyéndose en factores protectores de envejecimiento patológico que funcionan dentro de ese ámbito cultural. Estas categorías son seis:

Contextualización

En el trabajo de campo, los entrevistados tendieron a contextualizar sus respuestas a lo largo de todo el cuestionario, dando más información de la requerida; lo que sirvió para comparar aparentes contradicciones que se explicaron por el contexto que enmarcaba las respuestas, también se notó mucha dificultad para elegir una sola respuesta a preguntas que plantean la elección de una alternativa. Por ejemplo, en la siguiente pregunta: “*Hasta llegar a ser viejo/a muchos cambios hay, ¿Cómo vives esos cambios? ¿Aceptas? ¿Que así sea, dices?, ¿Te enojas? ¿Con angustia piensas?, ¿Sufres?, ¿Tienes miedo?*” La mayor parte de las personas entrevistadas dieron más de una respuesta, explicando que los cambios son sentidos de manera diferente dependiendo de las circunstancias:

“Es una pena, a veces lloro, a veces también tengo miedo y reniego, otras veces se aceptar tranquilamente, “así es”, digo.” (Braulio, 70 años)

“A veces cada una de las cosas que dices es; depende si estamos alegres o estamos enfermos.” (Cristina Choque, 73 años)

La alta contextualización de la cultura aymara (Zerda, M., 1997) hace que los cambios que se dan en el proceso de envejecimiento no puedan ser juzgados sin tomar en cuenta el contexto que los rodea; dependiendo de las circunstancias subjetivas y sociales de

la persona, se vivirán de una u otra manera, así, las dificultades que conlleva la vejez se sienten de diferente manera dependiendo del estado de ánimo de cada momento, y un mismo tipo de cambio se vive de manera diferente dependiendo de la situación.

Proveer de contexto funciona como factor protector porque flexibiliza la manera de interpretar los cambios que acarrea el envejecimiento y puede evitar la formación de concepciones rígidas.

a) **Reciprocidad**

Consideran que todo aquello que se hace en la vida en apoyo de personas viejas será retribuido en la vejez y por ello han tenido interés personal en cuidar y proteger a sus mayores, del mismo modo, el total de las respuestas indican interés por transmitir experiencias a sus menores, aunque algunos personalmente no gozan de relacionarse con ellos, pero lo hacen por reciprocidad, esperando ser atendidos por los más jóvenes.

Además de esta cualidad social, que fomenta la responsabilidad intergeneracional, apareció un elemento nuevo de carácter subjetivo, y es que la clase de vejez que una persona vive es una consecuencia directa de cómo se comportó durante su vida con relación a su familia, su comunidad y la naturaleza. La persona que ha vivido ocupándose del prójimo, cuidando su familia, trabajando para su comunidad y respetando a los espíritus de la naturaleza, interpreta como buena la vejez que está transitando pues ha sido reciprocada por la vida con una vejez sin sufrimiento:

“Aunque ya no puedo caminar, ni oír bien, ni mirar, estoy bien no más, mi corazón está tranquilo porque la gente me tiene consideración.”
(Eleuteria Rojas, 81 años).

En cambio, la persona que no ha cumplido con lo que, desde la perspectiva aymara, se considera buen comportamiento atribuirá sus padecimientos en la vejez a la retribución que le da la vida por no haber cumplido bien sus deberes familiares, sociales y con la naturaleza:

Se podría decir que esta idea de reciprocidad con la vida misma favorece las relaciones de solidaridad. La reciprocidad como característica intrínseca en la manera de entender las relaciones con los demás y con la naturaleza influye en la calidad del envejecimiento y es una cualidad cultural que actúa como factor protector de envejecimiento patológico porque la subjetividad de las personas se construye entendiendo que la reciprocidad es la herramienta con la se consigue el apoyo en la futura vejez, convirtiéndose así en lo que, desde la perspectiva occidental, denominamos estrategia de afrontamiento.

b) Percepción del tiempo

No existe un tiempo futuro real en el idioma aymara; el futuro se expresa como una intención, pero en realidad no existe como categoría gramatical; en cambio el pasado tiene muchas formas de expresión, pues es lo que existió evidentemente y lo que se conoce, de este modo, espacialmente, el pasado se ubica adelante porque es aquello que vemos y de lo que tenemos constancia, en cambio el futuro se ubica detrás porque es lo que no conocemos.

Cuando las personas entrevistadas expresan los sentimientos producidos por la expectativa de su propia vejez usan mayormente un tiempo gramatical de la lengua aymara denominado “presente/ pasado”, se trata de un tiempo que “... *puede incluir lo realizado o lo que se está realizando. Puede incluir todo lo que ... ha sido visto por el hablante. Se considera que el presente o el pasado están delante del hablante: visibles o vistos.*” (Hardman, Vásquez, y Yapita 1988, p. 143). Así, describen su sentir actual o de manera indistinta, el de un pasado del que tienen evidencia directa.

De manera consistente se percibe la dificultad de los entrevistados para proyectar su accionar a largo plazo, solo expresan intenciones realistas sobre posibilidades cercanas en el tiempo:

“Tengo mis ideas (sueños, proyectos), pero cuando uno es joven tiene grandes ideas, a esta edad no tanto, porque ya no vamos a tener tiempo

para cumplir, pero claro que tenemos nuestras ideas.” (Salcedo Ventura, 84 años)

Al contrario, cuando se les pregunta si han hecho un balance de su vida en el pasado y la reflexión que éste genera, todos indican que suelen hacerlo y explican con mucho detalle los hechos que consideran buenos y malos de su vida.

Una percepción temporal en la que el presente puede mezclarse con el pasado y en la que el futuro existe solo como una intención, ubica a los aymaras en una manera de vivir sin mucha preocupación por el porvenir, centrándose en el presente; de este modo, prepararse para la futura vejez no es importante, pues siendo en envejecimiento un proceso inevitable e irreversible, parece ingenuo tratar de esquivar las dificultades que conlleva, más aún cuando todavía no se sabe si se llegará o no a la vejez:

“Si, ya me he preparado. ‘Voy a ser viejo` diciendo nomás; la gente muere entonces yo también enfermaré y moriré.” (Justo Huaywa, 69 años)

“Es difícil, no se puede hacer nada, hay que seguir con los cambios, así no más es.” (Victoria Chipana, 60 años)

“Qué voy a hacer pues, así es, ¿acaso se puede cambiar eso?” (Sabina Mayta, 81 años)

c) Curso de la vida

La representación aymara del envejecimiento tiene semejanzas con las bases que sostienen la teoría del curso de la vida, sus similitudes son: que no se asienta en la edad cronológica, le da mucha importancia a la historia individual, al entorno socio cultural y a la adaptación a los cambios, por ser una cultura de alta contextualización, como se pudo ver en párrafos anteriores.

En el idioma aymara no existe la palabra “vejez” como sustantivo; se puede decir

“envejecimiento” como expresión del proceso; las palabras “*Awkiptaña*” o “*Taykaptaña*” que significan “ir convirtiéndose en hombre viejo o mujer vieja” lo expresan.

Esta manera de entender el envejecimiento es coherente con la conciencia de gradualidad como un factor protector de envejecimiento patológico. Insisten en que se toma conciencia del envejecimiento poco a poco a medida que transcurre la vida:

“No es de repente que envejecemos, primero somos niños, poco a poco uno va llegando a mayor, con los años que pasan uno se va dando cuenta que va envejeciendo. No es como un accidente, sino que (paulatinamente) va cambiando la piel, el cuerpo y los pensamientos, la piel cambia, y con (los cambios del) pensamiento más cosas sabemos, cada día más aprendemos...” (Eusebio Illa, 64 años)

Se entiende el curso de la vida como un proceso cíclico, del modo en que se da la producción agrícola en la naturaleza. Un gran porcentaje de las personas entrevistadas afirman estar convirtiéndose en *wawas* (niño/as pequeño/as) y como estas respuestas aparecieron ya en las primeras entrevistas, se pudo indagar más a medida que avanzaba el trabajo de campo hasta que resultó claro que entienden el curso natural de la vida como un proceso donde se nace, crece, madura y se vuelve a la niñez, para después morir y convertirse, literal y metafóricamente, en abono para continuar la vida y perpetuar la cultura. Para los aymaras, volverse como niño implica requerir mayores cuidados y atención, sin que por esto se pierda la autoridad de ser una persona anciana:

“Al envejecer nos convertimos en wawas (bebés) y como nos cuidaban nuestros padres, ahora nos cuidan nuestros hijos.”

(Félix Choque, 69 años)

“Más viejita me voy convirtiendo, más adelante me convertiré como wawa pequeña.” (Marina Huaywa, 73 años)

Cabe preguntar si este entendimiento podría ser una estrategia de afrontamiento ante la demencia (que podría no ser una enfermedad sino un tipo de envejecimiento). Esta manera de entender el curso de la vida ayuda a percibir la gradualidad del envejecimiento y

su paulatino tránsito hacia la muerte y naturaliza todo el proceso; de modo que disminuye el estrés de enfrentar la vejez y la muerte.

d) *Chuyma*⁸

Este concepto, que es propio de la cultura y el idioma aymaras, se posiciona como uno de los más importantes en la autoconciencia del envejecimiento, marcando una importante función psíquica difícil de concebir desde la cultura occidental y el idioma castellano. *Chuyma* es la unidad de pensamiento y sentimiento, se traduce como corazón, pero es en realidad un centro “sentí-pensante” que se ubica en medio de la cavidad torácica y es la cuna de la subjetividad, donde sucede la conciencia de estar envejeciendo. Mendoza (2015, p. 93) nos indica: “En ese sentido, *chuyma* representa un centro psicológico, el lugar donde radica la conciencia en sus aspectos intelectuales, emocionales, volitivos etc.”

El concepto surgió como categoría en la investigación ante la siguiente pregunta: *En su interior ¿Ud. se siente viejo/a? ¿Por qué?* Las personas entrevistadas, respondieron afirmativamente indicando que dentro de sí — en su *chuyma* — se sienten viejas, lo que según la guía del CME-VM es considerado como factor de riesgo psíquico,

Interpretando las respuestas desde una comparación intercultural, es claro que en la representación social aymara de la vejez hay completa coherencia entre reconocerse o saberse viejo y sentirse viejo, mientras que en la cultura occidental no es así: hay una incongruencia entre el ámbito cognitivo en el que las personas pueden reconocer su vejez, mientras su sensación interna es la de no sentirse viejas, debido a que desde el punto de vista psíquico, sentirse viejo está asociado a sensaciones de pérdida de ánimo y de ilusiones que culturalmente se han internalizado como estereotipos socialmente vigentes.

Esto indica en primer lugar, que los aymaras entrevistados tienen la capacidad de “sentipensarse” viejos aludiendo a su *chuyma*, y en segundo lugar que la representación aymara del envejecimiento no está necesariamente asociada con factores de riesgo psíquico

⁸ La palabra *Chuyma*, según el diccionario de lengua aymara, escrito por Ludovico Bertonio en el siglo XVII: “Esta palabra significa corazón o pulmones y metafóricamente casi todo lo interior de nuestra alma y muchas cosas interiores del cuerpo”. (Bertonio, 1612, p. 62, citado por Mendoza, 2015 p. 93).

como sentirse “entregado”, “sin ánimo” o “sin ilusiones”.

Por supuesto que hay personas viejas aymaras que se sienten sin ánimo y sin ilusiones; pero esas sensaciones no están asociadas directa o solamente con la vejez:

“Hasta mi corazón ya se siente mayor, cada año más y más, así nomás ya será.” (Angélica López, 81 años)

“Bien viejita me siento dentro de mi corazón, porque ya soy pues viejita.” (Victoria Chipana, 75 años)

No habiendo incongruencia entre saberse viejo/a y sentirse viejo/a, los aymaras expresan unidad entre lo racional y lo emocional reuniendo estos dos ámbitos en una sola entidad psíquica que en su idioma se asocia con *chuyma*, palabra que también alude a la sabiduría, al equilibrio psíquico y a la experiencia que se adquiere con la edad, pues en aymara, las personas más ancianas son llamadas *chuymani* que literalmente significa “persona que posee *chuyma*”, es decir sabiduría.

e) **Actitud *ukhamaw***

La revelación más importante del estudio es la que he denominado “actitud *ukhamaw*” (porque no he encontrado en castellano un término que exprese a cabalidad lo que el concepto aymara implica) que se refiere a la capacidad que tienen las personas aymaras de aceptar los cambios del envejecimiento de manera natural, con más tranquilidad y menos temor que en la cultura occidental.

Ukhamaw en aymara literalmente significa “así es” y muchas veces es traducido como “resignación”, pero no tiene la connotación de esta palabra castellana que implica “conformarse con una adversidad”. *Ukhamaw* es la confirmación de algo que se constata en la propia experiencia, es la aceptación de algo externo al individuo, como algo que es natural o que nos consta que existe. Implica aceptación de algo que puede ser bueno o malo, de modo que los cambios están en el ámbito de lo indiscutible y son aceptados sin oponer resistencia

Es un concepto que ha aparecido como hilo transversal en toda la investigación a medida que avanzaba el análisis como una actitud permanente de aceptación, sostenida por

las personas entrevistadas frente a los cambios irreversibles que implica envejecer.

Las respuestas a las preguntas sobre si se han preparado para envejecer, muestran que *ukhamaw* podría ser una manera de prepararse; es decir que aún sin llegar a vieja, una persona que toma conciencia de la inevitabilidad de la vejez y la acepta, se está preparando para cuando ésta llegue, de modo que el pensar anticipado pareciera suponer un “aceptar anticipado” de las limitaciones que se vivirán en la vejez.

Sobre lo que se puede hacer ante los cambios que implica el envejecimiento, cómo se los vive y cómo se los enfrenta, son altos los porcentajes de respuestas que expresan actitud *ukhamaw*, afirmando que ante los cambios sólo se puede constatarlos y de manera natural conformarse adaptándose a ellos. Es extraña para los entrevistados, la actitud occidental de tratar de retrasar los cambios que implican envejecer:

“No puedo hacer nada para enfrentar esas dificultades; así poco a poco voy a tener que avanzar, sé que poco a poco ya no voy a poder caminar ni cuidar a mis animales así no más va a ser.” (Donato Wara Wara, 73 años)

Cuando expresan lo que piensan sobre qué es ser viejo, prevalecen las ideas asociadas a la disminución de la energía física, de la agudeza de los sentidos, el cansancio y la lentitud en las acciones, mostrando que en la representación aymara del envejecimiento se destaca el desgaste y el deterioro. Esto podría entenderse como una peculiaridad cultural que determinaría un alto factor de riesgo, desde nuestra perspectiva; pero como las respuestas implican la actitud *ukhamaw*, su entendimiento no es negativo como la resignación, pues aunque el desgaste y el deterioro impliquen dificultades y hasta sufrimiento, al ser naturales no causan necesariamente angustia ni estrés, de modo que la actitud *ukhamaw* se constituye en una estrategia de afrontamiento, que también aparece recurrentemente cuando se indaga sobre su expectativa de longevidad y sobre el posicionamiento que tienen ante la muerte. Las respuestas a todas las preguntas en las que se ha encontrado la categoría *ukhamaw* presentan un panorama de pasividad que, desde el punto de vista occidental, parecería una especie de indiferencia; pero entre los aymaras participantes del estudio se asemeja más al concepto de contemplación de las culturas

orientales que al de la pasividad occidental. Es la aceptación de aquello que no se puede y no se debe cambiar.

Mientras reflexionaba sobre este asunto, no dejaba de pensar en la comparación que hace D.T. Suzuki entre la manera en que dos poetas, uno occidental y otro del lejano oriente, expresan los sentimientos que les despierta la visión de una flor silvestre (Suzuki, y Fromm 1998, pp. 2-5).

Poema de Basho, el poeta japonés del siglo XVII:

Cuando miro con cuidado
¡Veó florecer la Nazuna
junto al seto!

Poema de Tennyson, el poeta inglés del siglo XIX:

Flor en el muro agrietado,
te arranco de las grietas;
te tomo, con todo y raíces, en mis manos,
florezilla, pero si pudiera entender
lo que eres, con todo y tus raíces y, todo en todo,
sabría qué es Dios y qué es el hombre.⁹

En los poemas se puede observar la actitud contemplativa y podría decir hasta pasiva del poeta japonés en su relación con la flor y la manera que tiene de entender su naturaleza, en contraposición de la manera proactiva del poeta inglés que para entender la naturaleza de la flor tiene que proceder activamente, arrancándola para examinarla y no limitarse a su contemplación.

Conclusiones

El estudio ha permitido identificar ideas, creencias y prácticas que forman parte de la representación que las personas mayores aymaras tienen del envejecimiento, lográndose

⁹ Traducción de Julieta Campos.

un acercamiento a esta cultura y diferenciando sus características émicas y éticas.

Se ha logrado hacer una caracterización de los factores protectores de envejecimiento patológico, desde la perspectiva occidental, que se encuentran en la cultura aymara. Estos son: la adaptación a la pérdida de autonomía, el soporte familiar y comunitario, además de la responsabilidad intergeneracional y el afrontamiento a la idea de la muerte.

Lo más importante del estudio fue descubrir, desde la perspectiva aymara, los factores que son protectores de envejecimiento patológico en esa cultura. Se trata de seis categorías nuevas que permiten el surgimiento de dimensiones teóricas propias de la cultura aymara y que nos acercan a un entendimiento novedoso del proceso de envejecimiento.

Estas categorías son: la **contextualización** de cómo viven el envejecimiento dependiendo de las circunstancias permanentemente cambiantes, lo que flexibiliza la percepción de los cambios; la **reciprocidad**, que determina la calidad del envejecimiento en función de cómo se ha transitado todo el camino de la vida y favorece la responsabilidad inter generacional; el **curso de la vida** natural y cíclico; la **percepción del tiempo** que privilegia el pasado sobre el futuro y permite vivir el presente con mayor conciencia; **chuyma**, como la entidad psíquica que une lo racional y lo emocional de modo que no hay incongruencia entre saberse viejo y sentirse viejo y, finalmente, la **actitud ukhamaw** que permite aceptar los cambios del envejecimiento como parte del proceso natural de la vida.

Los hallazgos son un acercamiento que no puede necesariamente generalizarse a otros pueblos originarios ni a poblaciones indígenas que viven procesos de aculturación.

Los resultados del estudio me han permitido verificar una interesante perspectiva sobre el envejecimiento, que contribuye a la descolonización del conocimiento en nuestra región y aporta a la construcción del nuevo paradigma latinoamericano de envejecimiento.

Estos hallazgos resultan ser muy reveladores, pues al estudiar una cultura tan distinta de la occidental encontramos elementos que relativizan el entendimiento que sobre el tema tenemos desde nuestra cultura.

El estudio permite un acercamiento, en términos psicológicos, a nuevas concepciones de lo que significan los cambios que se dan en el proceso de envejecimiento,

haciendo que los resultados obtenidos se constituyan en un aporte al entendimiento intercultural en Bolivia y abran caminos para la investigación gerontológica y la construcción de nuevos paradigmas de desarrollo más adecuados a la configuración social de su población mayoritariamente indígena y originaria, planteando nuevas y más profundas interrogantes sobre temas que emergen desde las entrañas culturales de Latinoamérica.

Para finalizar

Pienso en todas estas *awichas* y *achilas*¹⁰ que quisieron compartir conmigo sus experiencias, en mi interior escucho sus voces que por momentos parecen muy pesimistas al expresar la vejez como difícil y sufrida y que requiere mucho esfuerzo, pero inmediatamente puedo percibir la fortaleza del apoyo mutuo, la retribución con la naturaleza, la confianza que tienen de su rol y empiezo a sentir una paz que paulatinamente se va convirtiendo en el optimismo de disfrutar plenamente cada momento porque es único. Recuerdo sus rostros curtidos, sus manos callosas, sus risas sin dientes, sus miradas tan arrugadas como cariñosas y agradezco a la vida la posibilidad que me ha dado de acercarme a sus corazones y constatar una vez más que no hay conceptos ni generalizaciones definitivas.

Referencias

Hardman, M., Vasquez, J., & Yapita, J. (1988). *Aymara. Compendio de Estructura Fonológica y Gramatical*. La Paz, Bolivia: Gramma Impresiones.

Irvine, S. H. (1970) Affect and Construct: A Cross-cultural Check on Theories of Intelligence. *Journal of Social Psychology*. En: Price, W. D. R. (1980). *Por los senderos de la psicología intercultural*. Breviarios. México: Fondo de Cultura Económica.

Mendoza, J. (2015). *El Espejo Aymara. Ilusiones ideológicas en Bolivia*. La Paz, Bolivia: Plural Editores.

¹⁰ Awichas son las mujeres ancianas y Achilas los hombres ancianos en aymara.

- Monk, A. (1997). *Actualización en Gerontología*. Buenos Aires, Argentina: Asociación Gerontológica Argentina.
- Mora, M. (2002). La Teoría de las Representaciones Sociales, de Serge Moscovici. *Athenea Digital*, n.º 2. Otoño 2002. México: Universidad de Guadalajara.
- Reyes G., L. (2009). La investigación etnogerontológica en México. *Revista Altepepaktli Salud de la comunidad*, 5(10), 28-35.
- Ribeiro, R. (1996). *Alma Africana no Brasil. Os Iorubás*. São Paulo: Editora Oduduwa.
- Santana, P. (1990). *Algunos avatares de la distinción émico/ético*. *Colegio Universitario de la Rioja*. Actas de las primeras jornadas de lengua y literatura inglesa y norteamericana, Logroño, 7, 8, 9 marzo, 18 y 19 de mayo, 1990, ISBN 84-600-7365-3, 167-178. Recuperado en 01 de dezembro, 2018, de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/601413.pdf>.
- Suzuki, D. T., y Fromm, E. (1998). *Budismo Zen y Psicoanálisis*. J. Campos, Trad. México: Fondo de Cultura Económica.
- Villar P. F. (2005). *El enfoque del ciclo vital: Hacia una abordaje evolutivo del envejecimiento*. Barcelona, España: Universidad de Barcelona. Asociación Multidisciplinar de Gerontología.
- Whorf, B. L. (1941). Language, mind, and reality. En: Carroll, J. B. (1976). *Language, thought, an reality. Selected writings of Benjamin Lee Whorf*. Cambridge, Massachusetts: The MIT Press. Massachusetts Institute of Technology.
- Zerda, M. (1997). *Desarrollo autogestionario de grupos culturalmente oprimidos: Experiencia de psicología comunitaria con aymaras urbanos en la ciudad de La Paz*. Tesis de licenciatura en psicología. Universidad Católica Boliviana.
- Zerda, M. (2004). *Vejez y pobreza en Bolivia: La visión de las personas de edad*. HelpAge International. La Paz, Bolivia: Prisa Edit. La Paz.
- Zarebski, G. (1999). *Hacia un buen envejecer*. Buenos Aires, Argentina: Emecé editores.
- Zarebski, G. (2014). *CME Cuestionario Mi Envejecer. Un instrumento psicogerontológico para evaluar la actitud frente al propio envejecimiento*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Recibido en 20/03/2019

Aceptado en 30/03/2019

Maria Mercedes Zerda Cáceres - Psicóloga, magister en psicogerontología. Comunidad Aymaras Urbanos de Pampajasi CAUP - Awicha. La Paz, Bolivia.

E mail: petizerda@hotmail.com