UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y PSICOPEDAGOGÍA

TRABAJO FINAL DE CARRERA:

LA EXPERIENCIA TURÍSTICA COMO ESCENARIO DE APRENDIZAJE

"Estudio psicopedagógico sobre la influencia del turismo en el desarrollo de habilidades sociales en adultos mayores."

ESTUDIANTE:

Agrello Andrea Magali

D.N.I.: 32.009.009

TUTOR:

Mg. Berta Rotstein de Gueller

TÍTULO A OBTENER:

Licenciada en Psicopedagogía

Febrero 2026

Índice

Resumen 2

1. 3Relevancia personal 5

PRIMERA PARTE 7

1. 6 SEGUNDA PARTE 12

2. 122.1 Capítulo 1: Psicopedagogía y Aprendizaje 12

2.2 Capítulo 2: Vejez, Tercera edad y Adulto Mayor 17

Vejez 17

Tercera Edad 18

Adulto Mayor 18

2.3. Capítulo 3: Turismo 21

TERCERA PARTE 25

3. Marco metodológico 25

3.1 Tema 25

3.2 Pregunta problema 25

3.3 Objetivo General 25

3.4 Objetivos específicos 25

CUARTA PARTE 26

5. 28Categoría/Dimensiones: Diagrama de categorías. 27

Análisis de datos en diálogo con la teoría 28

QUINTA PARTE 34

6. 36Sugerencias 36

7. 398. 417.1Guión entrevista 40

7.2 Encabezado 2 (entrevistado/a) 42

7.3 Cuadro categorial 69

Resumen

El presente estudio, realizado durante los años 2024 y 2025, tiene como objetivo general analizar cómo las experiencias turísticas influyen en el aprendizaje de las habilidades sociales en adultos mayores.

Metodológicamente, se optó por un enfoque cualitativo de tipo exploratorio-descriptivo, el cual favoreció una aproximación a la comprensión de las habilidades sociales puestas en juego por los adultos mayores en el contexto de experiencias turísticas.

Para la recolección de datos se llevaron a cabo entrevistas semiestructuradas en profundidad a cuatro adultos mayores que concurren al Centro de Jubilados de la localidad de Lanús, Provincia de Buenos Aires. La muestra fue seleccionada de manera intencional, considerando a participantes con trayectorias vitales diversas.

Los resultados obtenidos permitieron establecer que las experiencias turísticas actúan como un factor favorecedor de la reconfiguración personal, ya que las mismas promovieron aprendizajes tanto personales como sociales. Los participantes manifestaron que los viajes y actividades grupales contribuyeron a fortalecer la autoestima, ampliar sus redes de apoyo y desarrollar nuevas habilidades de comunicación y convivencia, aspectos fundamentales para su bienestar integral.

Palabras clave: adultos mayores, experiencias turísticas, habilidades sociales, aprendizaje, enfoque cualitativo, bienestar integral, redes de apoyo, autoestima

1. Fundamentación

El presente trabajo final de carrera tiene como objetivo general identificar cómo influyen las experiencias turísticas en el aprendizaje de las habilidades sociales en adultos mayores. Según la Organización Mundial de la Salud (2025), la fuerte conexión social entre personas de todas las edades, incluyendo adultos mayores, se asocia con una mejor salud física y mental, un menor riesgo de muerte prematura y una mitigación de los efectos del aislamiento social. Por esto, se destaca la necesidad de políticas y programas que promuevan la salud mental y el bienestar en las personas mayores, ya que una buena salud cognitiva es fundamental para la calidad de vida de los adultos mayores y para su capacidad de mantener independencia y participación social. (OMS, 2021).

Atravesar una experiencia turística facilita el aprendizaje y el desarrollo personal, promoviendo una mayor comprensión y aprecio por las diversas culturas y entornos (World Travel & Tourism Council, 2020).

Las experiencias turísticas, entendidas como la realización de viajes y estancias en lugares diferentes al entorno habitual, se presentan como una actividad que no solo proporciona descanso y recreación a quienes participan de estas, sino que también les aportan profundos aprendizajes. Su alcance se extiende más allá del ocio, proporcionando oportunidades para el aprendizaje intercultural y el desarrollo de habilidades, lo que contribuye a una sociedad más inclusiva y resiliente (Banco Mundial, 2018).

Esto implica la exposición a nuevos ambientes, culturas, y situaciones que demandan una adaptación y aprendizaje continuo. Este tipo de estímulos puede contribuir a la neuroplasticidad, es decir, la capacidad del cerebro para reorganizarse y formar nuevas conexiones neuronales en respuesta a nuevas experiencias (Nussbaum, 2013).

Sin embargo, todavía existen dudas acerca del alcance y los efectos del turismo en el desarrollo de las habilidades sociales en los adultos mayores. Por ello, este trabajo busca analizar el siguiente problema: El estudio psicopedagógico sobre la influencia del turismo en el desarrollo de habilidades sociales en adultos mayores.

Para abordar esta problemática desde una perspectiva psicopedagógica, se tendrá en cuenta que nuestra disciplina no se limita al aprendizaje en una edad específica, sino a lo largo de toda la vida. Por lo tanto, la intervención psicopedagógica en los adultos

mayores resulta indispensable para optimizar el bienestar y mejorar su calidad de vida. Además, cabe destacar que la adquisición de conocimientos no solo depende del estudio, también está estrechamente ligada a la experiencia y la práctica (UNIR, 2023). Por lo tanto, resulta relevante comprender que las experiencias turísticas proporcionan a los adultos mayores oportunidades para socializar, siendo crucial para su bienestar emocional y la prevención de la soledad y el aislamiento social (Nimrod, 2008).

Las experiencias turísticas en los adultos mayores están profundamente entrelazadas con el aprendizaje y el desarrollo de habilidades sociales, actuando como un potente mecanismo para fomentar un envejecimiento activo y saludable. Esta relación sinérgica se produce a través de varios mecanismos clave, que se alinean directamente con las categorías (A) Interacción Social, (B) Desarrollo de habilidades sociales identificadas en el análisis de las entrevistas y (C) Bienestar Emocional y Cognitivo.

Así, se destaca la relevancia del presente estudio, ya que centra su enfoque en que más allá de la mera distracción, las experiencias turísticas contribuyen a un envejecimiento activo al mantener a los adultos mayores física y mentalmente ocupados.

Relevancia personal

La decisión de investigar la influencia de las experiencias turísticas en el aprendizaje de habilidades sociales en adultos mayores trasciende el mero interés académico; se arraiga profundamente en una preocupación personal por el bienestar de este grupo etario y en la observación directa de las dinámicas sociales del envejecimiento.

Personalmente, me motiva la convicción de que la etapa de la vejez debe ser un periodo de crecimiento continuo y no de reclusión. He observado en mi entorno cercano —a través de familiares y allegados— cómo el cese de la vida laboral y, en ocasiones, la pérdida de pares puede conducir a un aislamiento progresivo. Esta realidad me llevó a cuestionar qué mecanismos efectivos existen para fomentar la vitalidad y la conexión social en esta etapa de la vida.

El turismo, a menudo visto solo como ocio, emerge aquí como una herramienta fascinante y subutilizada. Mi interés particular reside en la capacidad transformadora de la experiencia turística: cómo un cambio de contexto no solo distrae, sino que desafía y

motiva a las personas mayores a interactuar, negociar espacios y desarrollar empatía y nuevas formas de comunicación; es decir, a aprender nuevas habilidades sociales.

En síntesis, este trabajo tiene una relevancia personal crucial porque busca validar e iluminar un camino práctico para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Lejos de ser un tema abstracto, aborda una necesidad humana fundamental: la necesidad de pertenencia y de propósito. Además, aspiro a demostrar la importancia de incorporar profesionales del campo de la Psicopedagogía en los Centros de Jubilados.

PRIMERA PARTE

1. Estado del arte

Para abordar la problemática del presente estudio, se realizó una búsqueda de investigaciones con un recorte temporal que abarca desde el año 1989 hasta el 2022. De dicha búsqueda, se han seleccionado seis investigaciones que desarrollan y analizan conceptos centrales vinculados a este estudio.

Los estudios de Kaplan y Kaplan (1989) afirman que las experiencias turísticas pueden estimular los sentidos y mejorar la percepción sensorial de los adultos, especialmente cuando se exponen a entornos naturales o culturales diversos. Su investigación se llevó a cabo en la Universidad de Michigan, donde Rachel y Stephen Kaplan se desempeñaban como profesores de psicología ambiental. Si bien la publicación principal data de 1989, la investigación y los estudios que la fundamentan se desarrollaron a lo largo de la década de 1980. Esta línea de trabajo se enmarca en el campo de la psicología ambiental y del bienestar subjetivo, y explora cómo la interacción con ambientes naturales puede influir positivamente en la salud psicológica y emocional de las personas.

Su muestra se ha llevado a cabo con diferentes grupos de participantes adultos —tanto estudiantes universitarios como personas de la comunidad— que fueron expuestos a diversos tipos de entornos: naturales (bosques, parques, senderos, jardines) y urbanos (calles, oficinas, zonas industriales). En algunos casos, también se analizaron percepciones de niños y adultos mayores, buscando comprender si las respuestas restauradoras variaban según la edad o el grado de exposición habitual a la naturaleza.

En términos de instrumentos utilizados, los autores desarrollaron un cuestionario llamado *Perceived Restorativeness Scale* (PRS) o Escala de Percepción de Restauración. Este cuestionario mide la percepción de los individuos sobre la capacidad de un entorno para restaurar su atención y bienestar. La PRS evalúa diferentes componentes del entorno, como la coherencia, la legibilidad, la variedad y la complejidad, los cuales pueden influir

en la capacidad del entorno para restaurar la atención y restaurar la fatiga mental (Kaplan y Kaplan, 1989).

Los resultados obtenidos por Kaplan y Kaplan (1989) demostraron que los entornos naturales poseen un alto potencial restaurador en comparación con los entornos urbanos, ya que promueven la recuperación de la atención dirigida y la disminución de la fatiga cognitiva. Asimismo, concluyeron que la exposición a la naturaleza mejora el bienestar emocional, reduce el estrés y potencia la sensación de vitalidad y conexión con el entorno. Estos efectos se observaron tanto en adultos jóvenes como en adultos mayores, quienes reportaron mejoras en el estado de ánimo, la concentración y la percepción sensorial tras experiencias en ambientes naturales.

Los hallazgos de los autores han sido ampliamente utilizados en el diseño de espacios recreativos, terapéuticos y educativos, así como en estudios sobre turismo y bienestar, al evidenciar que las experiencias turísticas en entornos naturales o culturales diversos pueden estimular los sentidos y favorecer la salud mental.

En relación con aspectos vinculados a la memoria y al aprendizaje de las habilidades sociales, la investigación de Cohen (2011) —realizada en el Museo del Holocausto Yad Vashem— demostró que las experiencias turísticas activas y participativas, como las visitas a sitios históricos o las clases de cocina local, pueden mejorar la retención de información y facilitar el aprendizaje significativo.

Además, evidenció que los adultos mayores que participaron en experiencias turísticas presentaron una mayor retención de información y una comprensión más profunda de la cultura local, en comparación con aquellos que solo realizaron actividades de turismo pasivo, es decir, actividades en las que la persona participa únicamente como observadora o receptora de experiencias. Según el autor, el aprendizaje experiencial es un enfoque educativo que enfatiza el aprendizaje a través de la experiencia directa y la reflexión sobre dichas experiencias. Este enfoque se basa en la premisa de que las personas aprenden mejor cuando participan activamente en el proceso de aprendizaje, en lugar de ser receptores pasivos de información.

El autor empleó un enfoque cualitativo para investigar cómo los adultos aprenden durante los viajes, específicamente a través de la inmersión cultural, mediante entrevistas previas y posteriores a la experiencia turística.

Por inmersión cultural, Cohen (2011) se refiere al proceso mediante el cual una persona se sumerge completamente en una cultura diferente a la propia. Este proceso implica vivir y experimentar la vida cotidiana, las costumbres, tradiciones y valores de la cultura anfitriona de manera directa y personal. Va más allá del turismo superficial, ya que busca una comprensión y participación más profunda en la vida cultural del lugar visitado.

En cuanto al concepto de experiencia inmersiva, el autor destaca que, en el contexto del turismo, se trata de una experiencia en la que el viajero se involucra completamente en su entorno y actividades, sintiéndose parte del lugar y no solo un observador. Estas experiencias suelen ser multisensoriales e incluir actividades prácticas, interacciones significativas con locales y participación en eventos culturales auténticos. Están diseñadas para ser envolventes y transformadoras, proporcionando un sentido profundo de conexión y comprensión del lugar y de su gente.

Algunos ejemplos de inmersión cultural y experiencia inmersiva podría ser los siguientes:

1. **Vivir con Familias Locales**: Los participantes no se alojan en hoteles, sino que viven con familias locales, compartiendo comidas y participando en las rutinas diarias.

2. **Trabajo Comunitario**: Involucrarse en proyectos como la construcción de infraestructuras, enseñanza en escuelas locales, o trabajos agrícolas, proporcionando una comprensión profunda de los desafíos y estilos de vida locales.

3. **Participación en Festividades**: Asistir y participar activamente en festivales y ceremonias locales, comprendiendo su significado cultural y social.

Estas experiencias permiten una comprensión profunda de la cultura local, fomentan un sentido de pertenencia y respeto mutuo y generan un impacto duradero en la percepción y en el desarrollo de habilidades sociales de los participantes (Cohen, 2011).

La literatura ha sugerido que el turismo puede promover habilidades cognitivas como la flexibilidad mental y la capacidad de resolver problemas de manera creativa. Según Pearce et al. (2016) los adultos que participaron en viajes de aventura experimentaron mejoras significativas en la resolución de problemas y la toma de decisiones bajo presión, atribuidas a la necesidad de adaptarse a entornos desafiantes y

cambiantes. Su investigación contribuyó en la comprensión de cómo las experiencias turísticas pueden influir en el bienestar de las personas, ofreciendo información relevante de cómo el turismo puede ser una herramienta para mejorar la calidad de vida.

Para reunir la información, se realizaron encuestas estructuradas, lo cual permitió recopilar datos sobre las experiencias de los participantes en relación con el turismo y su bienestar subjetivo. Para la medición y evaluación de resultados el equipo de investigación utilizó una escala estandarizada y validada para medir el bienestar subjetivo, la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), ya que evalúa los diferentes aspectos del bienestar personal, como la satisfacción con la vida en general, el afecto positivo y negativo experimentado, y la satisfacción con dominios específicos de la vida.

Gu et al. (2016) investigaron la relación entre las experiencias turísticas y la autopercepción de salud en adultos mayores en China. El objetivo fue examinar si la participación en experiencias turísticas se asocia con una mejor autovaloración de la salud. El método utilizado fue un análisis longitudinal con cuatro olas del *Chinese Longitudinal Healthy Longevity Survey* (CLHLS), empleando modelos logísticos multinivel y controles por variables sociodemográficas, de salud previa y comportamentales.

El estudio concluyó que quienes realizaron al menos una experiencia turística reportaron una menor probabilidad de presentar una mala autovaloración de salud. Los resultados mostraron mayor actividad cognitiva, estilos de vida más activos, mayor autoestima y relaciones sociales más sólidas. Esta investigación aporta evidencia consistente de que el turismo puede funcionar como un factor protector en la tercera edad, tanto para la salud física como para la salud social.

Rivera-García et al. (2020) realizaron un estudio exploratorio sobre actividades de recreación turística para adultos mayores en la provincia de Los Ríos, Ecuador. El estudio analizó el perfil de los participantes y el impacto de las experiencias turísticas en su calidad de vida. El objetivo fue describir el perfil del adulto mayor que realiza actividades turísticas y evaluar los servicios complementarios necesarios para garantizar experiencias de calidad que favorezcan su salud y su integración social.

Como método de recolección de datos, se utilizó un diseño mixto (fase cualitativa seguida de fase cuantitativa). En primer lugar, se llevaron a cabo entrevistas en profundidad; posteriormente, se aplicaron encuestas basadas en la información obtenida en la fase cualitativa. Las encuestas fueron administradas a adultos mayores de entre 65 y 70 años, y se realizó un análisis descriptivo de indicadores de participación, preferencias y efectos percibidos.

Los resultados mostraron que los participantes que realizaron actividades turísticas —como visitas a entornos naturales, museos y actividades grupales— ampliaron sus oportunidades de convivencia, revitalizaron su estado de ánimo y mejoraron su calidad de vida. Por ello, los autores recomiendan diversificar la oferta turística y articular políticas públicas y servicios privados para asegurar que todos los adultos mayores puedan acceder a este tipo de actividades.

Este estudio latinoamericano confirmó, desde una perspectiva cualitativa y descriptiva, que el turismo en la tercera edad tiene efectos psicosociales positivos, asociados con mejoras en la interacción social y en la salud mental percibida.

Las investigaciones expuestas presentan diversas aproximaciones metodológicas —estudios cuantitativos, encuestas transversales, estudios mixtos y análisis cualitativos—, evidenciando cómo las experiencias turísticas actúan como catalizadoras de interacción social, aprendizaje experiencial y bienestar psicológico.

SEGUNDA PARTE

2. Marco teórico

2.1 Capítulo 1: Psicopedagogía y Aprendizaje

2.1.1 Revisión histórica

La Psicopedagogía surge en nuestro país, Argentina, a finales del siglo XIX, vinculada primordialmente al ámbito educativo, a partir de la propagación del ingreso masivo de niños de diferentes estratos sociales a las escuelas públicas (Lozano, 2017). Este proceso generó nuevas demandas en el sistema educativo, particularmente en relación con las dificultades de aprendizaje que comenzaban a visibilizarse en las aulas.

La Psicopedagogía en Argentina comenzó a desarrollarse de manera más sistemática durante la década de 1950, influenciada por las corrientes europeas y norteamericanas de la Psicología y la Educación. En sus inicios, se centró principalmente en la evaluación psicométrica y el diagnóstico de dificultades de aprendizaje (Borras, 2000). Por consiguiente, la disciplina tuvo como objetivos iniciales atender los problemas de aprendizaje que se manifestaban en el ámbito escolar y responder a estas demandas mediante técnicas sustentadas científicamente. En este contexto, la Psicopedagogía surge como un perfeccionamiento dentro de la formación docente del sistema educativo.

A lo largo del siglo XX, la Psicopedagogía fue ampliando progresivamente su marco teórico y metodológico, nutriéndose de los aportes provenientes de diversas disciplinas. Entre ellas, se destacan las Ciencias Médicas, en particular la Neurología, que brindó conocimientos fundamentales sobre el funcionamiento del Sistema Nervioso Central como base de los procesos de aprendizaje. Estos aportes se integraron a la pedagogía a través de la Psicología del Aprendizaje, permitiendo comprender cómo se desarrollan las funciones cognitivas y cómo ciertas alteraciones neurológicas pueden incidir en las dificultades de aprendizaje (Lozano et al., 2017).

Esta integración interdisciplinaria posibilitó el desarrollo de modelos neuropsicológicos que aportaron herramientas para la evaluación de las habilidades cognitivas y el diagnóstico de dificultades específicas del aprendizaje. Asimismo, permitió diseñar estrategias educativas e intervenciones más ajustadas a las características y necesidades individuales, favoreciendo un enfoque más integral del sujeto en situación de aprendizaje.

En este proceso de consolidación disciplinar, un hito fundamental se produjo en el año 1984, cuando se definió el rol del psicopedagogo para los ámbitos de la Educación y la Salud mediante la Resolución N.º 2473 del Ministerio de Educación de la Nación. A partir de esta normativa, se aprobaron las incumbencias del Psicopedagogo y del Licenciado en Psicopedagogía, lo que permitió formalizar su inserción profesional en distintos espacios institucionales. En este marco, comenzaron a implementarse en gran parte del país los gabinetes psicopedagógicos como parte de equipos interdisciplinarios en escuelas, institutos y otras instituciones educativas y de salud.

Posteriormente, a partir de la década de 1990, la Psicopedagogía en Argentina experimentó un proceso de expansión y diversificación de sus ámbitos de intervención. Se ampliaron las oportunidades laborales y los espacios de inserción profesional, extendiéndose más allá del ámbito escolar hacia instituciones de salud, organizaciones comunitarias, ámbitos recreativos, laborales y sociales (Martínez, 2021). Este proceso permitió consolidar una concepción del aprendizaje como un fenómeno que se desarrolla a lo largo de toda la vida, incorporando nuevas poblaciones de intervención, entre ellas los adultos mayores, y fortaleciendo el enfoque preventivo y promocional de la disciplina.

2.1.2 Incumbencias profesionales

Con el paso del tiempo y como resultado del proceso de consolidación y reconocimiento disciplinar, la Psicopedagogía fue definiendo progresivamente su campo profesional y ampliando sus incumbencias. A lo largo del siglo XX y, especialmente, en las últimas décadas, logró introducirse en diversos ámbitos de intervención, tales como el educativo, el de la salud, el recreativo, el laboral, el judicial, la orientación vocacional, el ocio, el deporte y el trabajo con adultos mayores, tanto en el sector público como en el privado (Martínez, 2021).

Este proceso de crecimiento disciplinar se vio favorecido por el reconocimiento institucional y normativo a nivel nacional. En este sentido, un hito relevante fue la Resolución N.º 2473 del Ministerio de Educación de la Nación, dictada en el año 1984, mediante la cual se definió formalmente el rol del psicopedagogo en los ámbitos de la Educación y la Salud, y se aprobaron las incumbencias profesionales del Psicopedagogo y del Licenciado en Psicopedagogía.

A partir de dicha resolución, la figura del profesional psicopedagogo se insertó de manera progresiva en los ámbitos socioeducativos, consolidándose su presencia en

instituciones educativas, de salud y comunitarias. En casi todo el país comenzaron a implementarse los denominados gabinetes psicopedagógicos como parte de equipos interdisciplinarios en escuelas, institutos y otras organizaciones, lo que fortaleció su rol en la atención, prevención y promoción de los procesos de aprendizaje.

En la actualidad, las incumbencias profesionales del psicopedagogo se extienden más allá del abordaje de las dificultades de aprendizaje en contextos escolares, abarcando intervenciones orientadas a la promoción del aprendizaje a lo largo de toda la vida, la inclusión social y el bienestar integral de las personas. En este marco, la intervención psicopedagógica con adultos mayores adquiere especial relevancia, ya que permite acompañar procesos de aprendizaje, adaptación y resignificación propios de esta etapa vital.

2.1.3 Rol del Psicopedagogo

El rol del psicopedagogo se ha ido configurando y ampliando a lo largo del tiempo, en consonancia con el desarrollo teórico y práctico de la disciplina. Desde una perspectiva integral, el psicopedagogo no solo interviene frente a dificultades específicas de aprendizaje, sino que actúa como facilitador de procesos de aprendizaje, promotor del desarrollo personal y mediador entre el sujeto y su contexto.

Fernández (1994), en La inteligencia atrapada, aborda el rol del psicopedagogo destacando diversos aspectos fundamentales. En primer lugar, lo concibe como un facilitador del aprendizaje, cuya intervención contempla no solo los aspectos cognitivos, sino también las dimensiones emocionales y sociales implicadas en el aprender. Asimismo, subraya la importancia del diagnóstico psicopedagógico, entendido como un proceso que requiere una comprensión profunda del contexto del sujeto, sus experiencias previas, sus trayectorias vitales y sus potencialidades.

Desde esta perspectiva, el psicopedagogo diseña e implementa estrategias de intervención personalizadas, orientadas a acompañar al sujeto en su proceso de aprendizaje y desarrollo. Estas intervenciones pueden incluir acciones de tratamiento, orientación, asesoramiento y derivación, siempre considerando las particularidades individuales y socioculturales de cada persona.

Otro aspecto central del rol profesional es el trabajo interdisciplinario. El psicopedagogo articula su labor con otros profesionales de los ámbitos educativo, sanitario y social, con el objetivo de brindar un abordaje integral que favorezca procesos armónicos de aprendizaje. Esta modalidad de trabajo resulta especialmente relevante en contextos comunitarios y con poblaciones como los adultos mayores, donde los procesos de aprendizaje se encuentran estrechamente vinculados al bienestar emocional, la participación social y la calidad de vida.

Finalmente, el rol del psicopedagogo incluye una reflexión crítica permanente sobre su práctica, que le permite revisar, ajustar y enriquecer sus intervenciones frente a las demandas cambiantes de los sujetos y de los contextos. Más allá de la resolución de dificultades puntuales, el profesional busca promover el desarrollo integral de la persona, acompañándola en la construcción de su máximo potencial a lo largo de todas las etapas de la vida (Fernández, 1994).

En este sentido, la intervención psicopedagógica en adultos mayores se orienta a la prevención, promoción y fortalecimiento de los procesos de aprendizaje, la autonomía y la integración social, reconociendo que el aprendizaje no se limita a la infancia, sino que continúa a lo largo de toda la vida.

2.1.4 Aprendizaje

El objeto de estudio de la Psicopedagogía es el aprendizaje (Visca, 1990). Es el proceso mediante el cual se adquiere una determinada habilidad, se asimila una información o se adopta una nueva estrategia de conocimiento y acción. Asimismo, es un proceso a través del cual la persona se apropia del conocimiento en sus distintas dimensiones, conceptos, procedimientos, actitudes y valores.

Para el presente estudio, resulta pertinente considerar algunas de las Teorías Cognitivas posteriores a las Conductistas, que surgieron como una respuesta a las limitaciones del conductismo, centrando su atención en los procesos mentales internos como el pensamiento, la memoria, la resolución de problemas, como así también la importancia del contexto socio cultural inmediato del sujeto.

Vygotsky (1978) enfatizó la importancia de la interacción social y la cultura en el desarrollo cognitivo. Introdujo conceptos como la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP), que es la distancia entre lo que un niño puede hacer solo y lo que puede hacer con la ayuda de un adulto o un compañero más capaz. Postula que el concepto de aprendizaje y

el desarrollo de las habilidades sociales ocurren a través de la interacción social y cultural. El autor creía que el aprendizaje no es un proceso individual, sino que se produce en un contexto social y cultural.

Por otra parte, otra de las teorías desarrolladas relevantes para esta investigación es la enunciada principalmente por David Ausubel y, posteriormente, expandida por Joseph Novak. Ausubel (1963), quien introdujo el concepto de aprendizaje significativo. Según Ausubel, el aprendizaje significativo ocurre cuando una nueva información se relaciona de manera no arbitraria y sustantiva con el conocimiento previo que ya posee el individuo. Esto contrasta con el aprendizaje memorístico, donde la información es almacenada de forma aislada y no integrada con el conocimiento existente. El teórico enfatizó la importancia de los organizadores previos, que son estructuras cognitivas que facilitan la integración de nueva información.

Novak (1977), amplió el estudio de Ausubel aplicando sus principios al desarrollo de mapas conceptuales como herramientas de enseñanza y aprendizaje. Los mapas conceptuales son diagramas que representan relaciones entre conceptos, facilitando la organización y estructuración del conocimiento. Novak argumentó que estas herramientas ayudan a los estudiantes a entender y asimilar mejor la nueva información, promoviendo un aprendizaje más profundo y significativo. Destaca la importancia de la relación entre la nueva información y el conocimiento existente, y cómo esta integración facilita una comprensión más profunda y duradera del contenido.

Por último, Cohen (1972) pionero en el estudio del turismo, afirma que el aprendizaje se vincula con la experiencia turística, ya que ésta, es el conjunto de sensaciones, emociones y experiencias, interpretados por el turista, en base a una serie de estímulos durante todas las fases de contacto con el producto turístico, generando nuevos aprendizajes. Según el autor, una experiencia turística se caracteriza por ser una interacción cultural entre el visitante y el entorno visitado, donde se producen intercambios simbólicos, cognitivos y emocionales que enriquecen la comprensión y el aprendizaje mutuo. Por aprendizaje mutuo, Cohen sugiere que el turismo no solo enriquece a los turistas, sino también a las comunidades anfitrionas, resultando en un proceso de aprendizaje bidireccional.

Por lo tanto, dichas teorías permiten comprender y ampliar la mirada acerca del aprendizaje, constituyéndose como la construcción con un otro y con el entorno, trascendiendo la mera adquisición de información en ámbitos formales. El aprendizaje

cobra sentido integrando lo cognitivo, lo afectivo, lo social en un proceso tanto individual-subjetivo, como colectivo.

2.2 Capítulo 2: Vejez, Tercera edad y Adulto Mayor

2.2.1: Conceptualización

Vejez

La vejez es una etapa del ciclo vital que comienza, generalmente, a partir de los 60 años, caracterizada por cambios biológicos graduales (como el deterioro físico) y psicológicos inherentes al proceso de envejecimiento. El Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores de México (INAPAM, 2013) señala que la vejez es la última etapa de vida y forma parte del proceso de envejecimiento.

Zetina (1999, como se citó en Salgado & Wong, 2007) describió que, por lo general, a la vejez se le percibe como una edad de deterioro asociada a la disminución en las capacidades físicas y mentales.

La Real Academia Española (RAE, 2014) la define simplemente como la "condición o estado de viejo" o el "período de la vida de una persona en el que se es viejo".

Tercera Edad

El término "tercera edad" es una locución antroposocial que surgió para referirse a este periodo de la vida de una manera más neutral o eufemística, buscando distanciarse de las connotaciones negativas de la "vejez". Se asocia con una etapa de la vida que, si bien implica el retiro laboral, también puede estar llena de plenitud, actividad, crecimiento personal y nuevas aficiones. Lenoir (1979) ha analizado el surgimiento social de este término y su gestión (como se citó en *Vejez y Envejecimiento: Aportes para la Investigación y la Intervención*, 2013).

La edad de inicio varía, pero comúnmente se sitúa a partir de los 60 o 65 años, dependiendo del país y el contexto específico (TKE Home Solutions, 2021).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) clasifica a las personas de 60 a 74 años como de edad avanzada, de 75 a 90 años como viejas o ancianas, y a los mayores de 90 años como grandes viejos o longevos (como se citó en Vega et al., 2016).

Adulto Mayor

Este es el término preferido en la legislación, las políticas públicas y las organizaciones internacionales, como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización de las Naciones Unidas (ONU). Es una designación formal y respetuosa que busca reconocer los derechos específicos de este grupo etario.

Internacionalmente, se considera "adulto mayor" a toda persona de 60 años o más. La Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la ONU (2020) establecen este umbral. La Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (OEA, 2015) establece que la edad base para su aplicación no debe superar los 65 años.

El uso de "adulto mayor" o "persona mayor" enfatiza el enfoque de derechos, la autonomía y la participación activa en la sociedad, reconociendo su experiencia y su rol clave en el desarrollo familiar y colectivo (Ministerio de Salud de Chile, 2022).

Mientras que la vejez puede inclinarse hacia una descripción más biológica de los cambios físicos, la tercera edad y adulto mayor son términos sociológicos y jurídicos que buscan un enfoque más digno, activo e inclusivo de esta etapa de la vida.

2.2.2: Características evolutivas

La tercera edad, según Erikson (1982) es conocida como la vejez y se refiere al periodo de la vida humana que sigue a la adultez. Se considera que comienza alrededor de los 65 años, aunque esto puede variar según el contexto cultural y social. Durante esta etapa, los individuos experimentan cambios físicos, cognitivos y sociales significativos. Dicho autor, enunció la Teoría del Desarrollo Psicosocial, en la cual se explican las ocho etapas del desarrollo humano. Cada etapa está marcada por un conflicto central que debe resolverse para un desarrollo saludable.

La etapa correspondiente a la tercera edad es la octava y última, denominada *Integridad del yo vs. desesperación*. En esta etapa, las personas reflexionan sobre sus vidas. El desafío principal es lograr un sentido de integridad personal, es decir, sentir que

su vida ha tenido sentido y valor. Si una persona puede mirar su vida con satisfacción y sin grandes arrepentimientos, alcanza la integridad del yo. En cambio, si predomina el sentimiento de arrepentimiento o de oportunidades perdidas, puede surgir la desesperación.

Además, Erikson desarrolla las características principales de la tercera edad, entre las que se destacan:

- **Cambios físicos**: pérdida de masa muscular y fuerza, afectando la movilidad.
- **Cambios en la piel**: esta se vuelve más delgada, menos elástica y más propensa a lesiones y arrugas, debido a la reducción del colágeno y la elastina.
- **Cambios cognitivos**: es común una disminución en la memoria de trabajo y en la velocidad de procesamiento.
- **Mantenimiento del conocimiento semántico**: a pesar de otras pérdidas, el vocabulario y los conocimientos acumulados suelen mantenerse estables o incluso mejorar, como resultado de la experiencia vital.
- **Cambios emocionales**: los adultos mayores tienden a centrarse en relaciones y actividades que les brindan mayor satisfacción emocional, lo que puede favorecer una mayor estabilidad emocional. Muchas personas desarrollan una mayor apreciación por la vida y un sentimiento de gratitud, contribuyendo a un mejor bienestar emocional.
- **Aumento de la soledad**: la soledad puede ser un problema significativo, especialmente en quienes han perdido a sus parejas o amistades cercanas (Erikson, 1982).

La soledad en los adultos mayores es una realidad que puede verse favorecida por distintos factores. En este sentido, Laforest (1991) identifica tres crisis asociadas al envejecimiento:

1. **Crisis de identidad**: vinculada a las pérdidas que pueden deteriorar la autoestima.
2. **Crisis de autonomía**: relacionada con el deterioro físico y las dificultades para desenvolverse en actividades de la vida diaria.

3. **Crisis de pertenencia**: derivada de la pérdida de roles y grupos de referencia, especialmente tras el retiro laboral o los cambios en las capacidades físicas (Laforest, 1991, pp. 79–173).

2.2.3 Andragogía

Knowles (1980) define a la Andragogía como la ciencia y el arte de ayudar a los adultos a aprender. Este término fue popularizado por dicho autor, quien es considerado el padre de la Andragogía en el contexto educativo occidental.

La Andragogía constituyó las bases para un modelo de educación de adultos, basado en el aprendiente (Knowles, 1984). Este enfoque de intervenciones educativas se centró en los intereses del adulto mayor, a raíz de la acumulación de sus experiencias como papel fundamental para la motivación y el logro de las metas de aprendizaje, para finalmente valorar los nuevos aprendizajes.

Según su modelo, Knowles (1984) sostiene que los adultos y los niños aprenden de maneras diferentes, por lo que describe los principios fundamentales de este enfoque pedagógico:

1. **Necesidad de saber**: Los adultos necesitan saber por qué necesitan aprender algo antes de embarcarse en el proceso de aprendizaje.
2. **Autoconcepto del aprendiz**: A medida que las personas maduran, su autoconcepto se mueve de ser dependientes a ser autodirigidos. Los adultos se ven a sí mismos como responsables de sus propias decisiones y de su vida, lo que influye en su enfoque del aprendizaje.
3. **Experiencia del aprendiz**: Los adultos aportan una vasta cantidad de experiencias a su aprendizaje, lo que puede ser un recurso valioso. Las experiencias previas de los adultos son una base rica para el aprendizaje y deben ser consideradas y utilizadas en el proceso educativo.
4. **Disposición para aprender**: Los adultos están dispuestos a aprender aquellas cosas que consideran necesarias para enfrentarse a situaciones de la vida real.
5. **Orientación hacia el aprendizaje**: El aprendizaje de los adultos se orienta más a la resolución de problemas que a la adquisición de conocimientos

6. **Motivación para aprender**: Aunque los adultos responden a motivadores externos, las motivaciones más potentes son internas, como el deseo de aumentar la autoestima, el logro y la satisfacción personal (Knowles 1980, pp 26-123).

Knowles destaca que la enseñanza de adultos difiere significativamente de la enseñanza dirigida a niños y, por lo tanto, requiere un enfoque distinto. Este modelo propone que los educadores deben crear un clima de aprendizaje adecuado, diagnosticar las necesidades formativas, planificar contenidos y diseñar actividades basadas en estos principios.

En este sentido, resulta pertinente y motivador considerar el turismo como una herramienta pedagógica que permite a los adultos mayores abrir nuevos espacios para sus aprendizajes.

2.3. Capítulo 3: Turismo

2.3.1 Experiencia turística

El turismo es un fenómeno social, cultural y económico que supone el desplazamiento de personas a países o lugares fuera de su entorno habitual por motivos personales, profesionales o de negocios (OMT, Organización Mundial del Turismo, 1999). Es una actividad que proporciona experiencias sensoriales, culturales y sociales. La exposición a nuevos entornos y culturas estimulan la mente, fomentando el aprendizaje. Las experiencias turísticas pueden mejorar la memoria, la atención y otras funciones cognitivas y habilidades sociales ya que proporcionan desafíos mentales y oportunidades para la resolución de problemas (OMT 1999).

Desde una perspectiva sociocultural, el turismo es visto como una experiencia que promueve el intercambio cultural, la comprensión y el aprendizaje entre individuos de diferentes orígenes. Según Urry (2002), el turismo es una forma de consumo cultural en la que los turistas buscan experiencias auténticas y significativas.

2.3.2 Las interacciones sociales y el Turismo

Castaño (2002) afirma que las interacciones sociales desempeñan un papel importante en los viajes y el turismo. Durante un viaje, las personas tienen la oportunidad de interactuar con otras, tanto locales como turistas. Estas interacciones pueden influir en

la forma en que percibimos un destino turístico y en nuestra satisfacción durante el viaje. En esta experiencia promueven conversaciones con otros turistas, interacciones con personas de diferentes culturas, participación en actividades grupales y contacto con residentes locales. Estas interacciones pueden ayudarnos a aprender sobre diferentes culturas, ampliar nuestra perspectiva y fortalecer nuestras habilidades sociales.

Además, refiere que lo antes mencionado tiene grandes beneficios;

- **Enriquecimiento cultural**: Las interacciones con personas de diferentes culturas pueden ayudarnos a aprender sobre sus tradiciones, costumbres y formas de vida.
- **Ampliación de perspectiva**: Al interactuar con personas de diferentes orígenes, podemos ampliar nuestra perspectiva y comprender mejor la diversidad del entorno.
- **Creación de conexiones**: Durante los viajes, podemos establecer relaciones significativas con otras personas, tanto locales como turistas, lo que puede llevar a amistades duraderas.

2.3.3. Habilidades sociales

Castaño (2005) propone que, las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos aprendidos y emitidos por un individuo en situaciones interpersonales, con el objetivo de obtener o mantener refuerzos sociales del entorno, así como para mantener relaciones positivas y satisfactorias con los demás. Estas habilidades se caracterizan por ser observables y medibles, y pueden variar en su complejidad y contexto de aplicación.

Características de las habilidades sociales:

1. **Comportamientos aprendidos**: Las habilidades sociales no son innatas, sino que se adquieren a través del aprendizaje y la experiencia. Este aprendizaje puede ocurrir de manera directa (a través de la instrucción y la práctica) o indirecta (observando e imitando a otros).
2. **Interacción efectiva y asertiva**: Las habilidades sociales permiten a los individuos interactuar de manera efectiva, expresar sus pensamientos y

sentimientos de manera adecuada y respetuosa, y responder a las necesidades y deseos de los demás.

3. **Componentes cognitivos y conductuales**: Incluyen tanto componentes cognitivos (percepción, interpretación y procesamiento de información social) como conductuales (acciones y expresiones observables durante la interacción).
4. **Contexto situacional**: Las habilidades sociales son específicas al contexto, es decir, pueden variar según la situación y las personas involucradas. Lo que es apropiado en un contexto puede no serlo en otro.
5. **Objetivo de refuerzo social**: El objetivo principal de las habilidades sociales es obtener y mantener refuerzos sociales, como la aprobación, el afecto y la colaboración de los demás, lo que contribuye al bienestar emocional y social del individuo.

En consonancia con lo antes mencionado, Caballo (2007 , pp 22-120) menciona los componentes de las Habilidades Sociales:

1. **Habilidades de comunicación**: Incluyen la capacidad de iniciar, mantener y finalizar conversaciones, escuchar activamente, y utilizar una comunicación verbal y no verbal adecuada.
2. **Habilidades de asertividad**: El asertividad es la capacidad de expresar sentimientos, necesidades y derechos de manera directa y apropiada, sin violar los derechos de los demás.
3. **Habilidades de empatía**: La empatía implica la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de los demás, y responder de manera adecuada a sus emociones y necesidades.
4. **Habilidades de resolución de conflictos**: Estas habilidades incluyen la capacidad de manejar desacuerdos y conflictos de manera constructiva, buscando soluciones que sean satisfactorias para todas las partes involucradas
5. **Habilidades de cooperación y trabajo en equipo**: Involucran la capacidad de trabajar eficazmente con otros, compartiendo

responsabilidades, comunicándose claramente y colaborando para alcanzar objetivos comunes.

6. **Bienestar psicológico y emocional**: Las habilidades sociales contribuyen significativamente al bienestar psicológico y emocional, ya que facilitan caballrelaciones interpersonales positivas y satisfactorias.
7. **Adaptación social**: Ayudan a los individuos a adaptarse mejor a diferentes contextos sociales, desde el ámbito escolar y laboral hasta las relaciones personales y comunitarias.
8. **Prevención de problemas psicológicos**: La carencia de habilidades sociales puede estar relacionada con problemas psicológicos como la ansiedad social, la depresión y el aislamiento social. Por lo tanto, el desarrollo de estas habilidades puede ser una medida preventiva efectiva. (Caballo, 2007).

En resumen, las habilidades sociales son fundamentales para una interacción efectiva y satisfactoria en diversas áreas de la vida y pueden ser desarrolladas y mejoradas a través de métodos y técnicas específicas de entrenamiento y práctica, en todas las etapas de la vida. En lo referido, en adultos mayores, pueden contribuir significativamente a su bienestar emocional y social, donde las experiencias turísticas pueden proporcionar un contexto para la práctica y el desarrollo de estas habilidades. A través de actividades grupales, interacciones con personas de diferentes culturas y la resolución de problemas en entornos desconocidos, los adultos mayores pueden mejorar su competencia social y, en consecuencia, su calidad de vida.

2.3.4 Incidencia del turismo en el bienestar emocional y cognitivo en adultos mayores

Diversos estudios coinciden en señalar que las experiencias turísticas no solo impactan en el plano social, sino que también inciden de manera significativa en el bienestar emocional y cognitivo de los adultos mayores. La participación en actividades turísticas implica la exposición a entornos novedosos, la ruptura de la rutina cotidiana y la vivencia de experiencias significativas, aspectos que favorecen estados emocionales positivos y estimulan funciones cognitivas.

Desde una perspectiva emocional, el turismo promueve sentimientos de disfrute, motivación, vitalidad y autoestima. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021;

2025) destaca que la participación social y la conexión con otros se asocian a una mejor salud mental y a la reducción del aislamiento, factores especialmente relevantes en la adultez mayor. En este sentido, las experiencias turísticas grupales favorecen la construcción de vínculos, el sentido de pertenencia y el bienestar subjetivo.

En relación con el bienestar cognitivo, la exposición a nuevos contextos y situaciones durante los viajes estimula procesos como la atención, la memoria, la resolución de problemas y la adaptación a lo inesperado. Nussbaum (2013) señala que este tipo de experiencias contribuye a la neuroplasticidad, entendida como la capacidad del cerebro para reorganizarse y generar nuevas conexiones neuronales a partir de estímulos novedosos.

Asimismo, Kaplan y Kaplan (1989) sostienen que los entornos naturales y culturales poseen un efecto restaurador, favoreciendo la disminución del estrés, la recuperación de la atención y la mejora del estado de ánimo. Estos aportes permiten comprender cómo el turismo actúa como un contexto que integra dimensiones emocionales, cognitivas y sociales, potenciando aprendizajes significativos en los adultos mayores.

Desde una mirada psicopedagógica, el bienestar emocional y cognitivo se encuentra estrechamente vinculado con los procesos de aprendizaje a lo largo de la vida. Las experiencias turísticas, al involucrar emociones, interacción social y estimulación cognitiva, se configuran como escenarios privilegiados para el desarrollo personal, la autonomía y la adaptación social en la adultez mayor.

TERCERA PARTE

3. Marco metodológico

3.1 Tema

"Estudio psicopedagógico sobre la influencia de las experiencias turísticas en el desarrollo de habilidades sociales en adultos mayores."

3.2 Pregunta problema

¿Cómo influyen las experiencias turísticas en el desarrollo de las habilidades sociales en los adultos mayores?

¿Puede apreciarse alguna relación entre la Interacción Social y el aprendizaje de Habilidades Sociales?

3.3 Objetivo General

Comprender cómo la interacción social incide en el aprendizaje y desarrollo de habilidades sociales del adulto mayor en situación de experiencia turística.

3.4 Objetivos específicos

- Identificar cuáles son las categorías de interacciones sociales percibidas por los adultos mayores como preferidas.
- Identificar cuáles son las categorías de habilidades sociales que los adultos mayores perciben haber adquirido o mejorado en las experiencias turísticas.
- Analizar cómo las experiencias turísticas fortalecen las habilidades sociales de los adultos mayores

3.5 Metodología

El presente estudio se desarrolló a partir de un enfoque cualitativo, de tipo exploratorio–descriptivo, con un diseño no experimental. Este tipo de diseño resulta pertinente cuando se busca comprender fenómenos sociales desde la perspectiva de los sujetos, sin manipular variables, atendiendo a los significados que los participantes atribuyen a sus experiencias.

Las unidades de análisis estuvieron conformadas por adultos mayores que participan de actividades en un centro de jubilados de la localidad de Lanús, Provincia de Buenos Aires, específicamente aquellos que realizan de manera regular experiencias turísticas grupales organizadas por la institución.

La población de referencia estuvo constituida por personas adultas mayores concurrentes al centro de jubilados mencionado, mientras que la muestra fue seleccionada mediante un muestreo no probabilístico, de tipo intencional o por conveniencia. Se seleccionaron cuatro participantes con trayectorias vitales diversas, considerando criterios tales como edad, situación personal y experiencia en actividades turísticas, con el objetivo de enriquecer el análisis desde distintas perspectivas.

La técnica de recolección de datos empleada fue la entrevista semiestructurada en profundidad, ya que permite acceder a los relatos subjetivos de los participantes, favoreciendo la expresión de vivencias, percepciones y significados vinculados a las experiencias turísticas y a sus interacciones sociales. Para ello, se utilizó una guía de preguntas orientadoras, flexible, que posibilitó profundizar en aquellos aspectos que emergieron durante el relato de cada entrevistado.

Las entrevistas se realizaron de manera individual, en un contexto que garantizó la confidencialidad y el respeto por los participantes. Los datos obtenidos fueron analizados mediante un proceso de categorización temática, estableciendo categorías y subcategorías emergentes, las cuales fueron puestas en diálogo con el marco teórico desarrollado en el presente trabajo.

De este modo, la metodología empleada permitió abordar el fenómeno de estudio desde una perspectiva integral, favoreciendo la comprensión del impacto de las experiencias turísticas en el aprendizaje de las habilidades sociales en adultos mayores.

CUARTA PARTE

1. Categoría/Dimensiones: Cuadro de categorías.

Categoría/Dimensiones: Diagrama de categorías.

Dimensión	Categorías emergentes	Subcategorías
EXPERIENCIAS TURÍSTICAS EN ADULTOS MAYORES Cohen – Turismo como experiencia / Psicopedagogía del aprendizaje a lo largo de la vida)	**Interacción Social** □ Vygotsky – aprendizaje en interacción / Castaño – turismo e interacción social)	• Iniciación de contactos sociales • Ampliación de redes sociales • Ruptura de la rutina y apertura al encuentro • Mitigación del aislamiento en la vejez
	Desarrollo de habilidades sociales flexibles (Aprendizaje significativo – Ausubel / Andragogía – Knowles)	• Aprendizaje de la convivencia grupal • Flexibilización de roles sociales rígidos • Desarrollo de la empatía y la tolerancia • Comunicación, cooperación y cesión de control • Adaptación social a contextos novedosos
	Incidencia en el bienestar emocional y cognitivo (Kaplan & Kaplan – restauración / Nussbaum – neuroplasticidad / OMS – bienestar)	• Bienestar emocional y vitalidad percibida • Fortalecimiento de la autoestima • Sentido de pertenencia e identidad colectiva • Estimulación cognitiva (memoria, atención, adaptación) • Fortalecimiento de la autoeficacia

En la Fig. 1 se observan las categorías y subcategorías resultantes del análisis de las entrevistas



En la Fig. 2 se observa el diagrama de categorías y subcategorías resultantes del análisis de las entrevistas.

Análisis de datos en diálogo con la teoría

El análisis de los datos obtenidos permite comprender cómo las experiencias turísticas se configuran como escenarios significativos de aprendizaje en la adultez mayor. A partir de los relatos de los participantes, se observa que la participación en viajes y actividades grupales favorece procesos de interacción, apertura social y resignificación de los vínculos, los cuales inciden directamente en el desarrollo de habilidades sociales. Estas experiencias, lejos de limitarse al plano recreativo, se constituyen como espacios donde se ponen en juego aprendizajes vinculados a la convivencia, la comunicación, la empatía y la adaptación social, en diálogo permanente con el marco teórico psicopedagógico desarrollado

El Aprendizaje como motor de cambio en los adultos mayores

El marco teórico define el aprendizaje como el "proceso mediante el cual el sujeto adquiere, modifica o refuerza conocimientos, habilidades, actitudes y valores, a partir de la interacción con el entorno y las experiencias vividas" (Visca, 1990).

La Psicopedagogía, como disciplina, estudia estos procesos a lo largo de toda la vida, favoreciendo la integración social y el desarrollo personal.

Los datos de las entrevistas ilustran cómo la jubilación y la viudez/divorcio generan una "situación de aprendizaje" forzosa, donde los sujetos deben readaptarse a un nuevo entorno vital. La teoría de la Andragogía cobra relevancia aquí, ya que los adultos mayores son protagonistas activos que parten de sus propias necesidades para iniciar un nuevo ciclo.

Los cuatro entrevistados describen un período de "achicamiento" de la vida social o una rutina previa muy absorbente por el trabajo. E1 relata su motivación inicial como una necesidad de "no quedarme encerrado en casa". E2 buscó "cosas que me llenen ese tiempo". E3, acostumbrada a un entorno "reglado" y con "doble escolaridad", encontró en el centro un espacio de "democracia" y "flexibilidad". E4, por su parte, se dio cuenta de que "necesitaba salir un poco del encierro y conocer gente nueva".

El aprendizaje que buscan no es meramente cognitivo (aunque asisten a talleres de memoria y aprenden "la historia, la geografía y esas cosas" en los viajes), sino emocional y social. Las experiencias turísticas son el dispositivo que facilita este

aprendizaje. E1 aprendió a "soltarse" y a "tener paciencia"; E2, a "adaptarse a ser compañera" y a "salir de mi individualidad"; E3, a "delegar"; y E4, a "hablar más" y a "escuchar las historias de los demás".

Estos aprendizajes prácticos son fundamentales para el bienestar. E2 menciona que estas experiencias "hacen bien a mi bienestar. Yo me siento cargada de energía. Me siento bien. Me siento más alegre". E4 coincide: "Dan alegría", "Me cambia el ánimo". Estos testimonios se alinean con los aportes de la Neurología mencionados en el marco teórico, que conectan el estado de ánimo (endorfinas, alegría) con el funcionamiento del Sistema Nervioso Central y la salud integral. E3 también lo resume como "es sanador" y "nos rejuvenece el poder pasear".

Las Habilidades Sociales en Acción: De la individualidad a la vincularidad

El objetivo general de la investigación es identificar cómo influyen las experiencias turísticas en el aprendizaje de habilidades sociales. Las narrativas de los cuatro entrevistados proporcionan ejemplos concretos de cómo se adquieren, refuerzan y modifican estas capacidades para interactuar y establecer vínculos interpersonales.

Ruptura de la Individualidad y Adaptación

Un aspecto central que emerge de las entrevistas es el paso de una vida individualizada a una vida socialmente conectada.

E2 relata un mecanismo pedagógico interesante implementado por la coordinadora del centro: la asignación aleatoria de compañeros de habitación en los viajes. "La coordinadora... lo que hace es, por ejemplo, ponernos no siempre con las mismas del grupo porque si no, no te abrís a otra gente". Esta estrategia fuerza la adaptación y la interacción con personas nuevas, un ejercicio deliberado de aprendizaje de la convivencia.

E1 y E4 experimentaron algo similar, ambos compartiendo habitación con un desconocido en viajes a Mar del Plata y Córdoba, respectivamente, lo cual culminó en amistades duraderas ("terminamos haciéndonos amigos y todavía nos juntamos a tomar café"). Esto demuestra que las experiencias turísticas generan un contexto de inmersión social que acelera la formación de vínculos.

E3, acostumbrada a dirigir, tuvo que aprender a ser parte de un grupo "más democrático, más flexible". Esto implicó un aprendizaje de la horizontalidad, esencial

para las habilidades sociales maduras: "te hace ponerte en el lugar del otro, no tener que ser vos la que dirijas todo".

Tolerancia, Comunicación y Confianza

Las habilidades sociales no son solo sobre hacer amigos, sino también sobre manejar la diversidad y el conflicto potencial. E1 lo expresa claramente: "Acá se habla mucho de política y todos pensamos diferente... todo esto me dio más confianza". E4 también destaca la importancia de "escuchar las historias de los demás... a todos nos pasó, o nos pasa algo, y te desahogas".

Este aprendizaje de la tolerancia y la comunicación asertiva se desarrolla en la práctica de la convivencia (durante las comidas, los juegos, las caminatas o las horas en colectivo). La "confianza" que mencionan E1 y E4 es un recurso psicosocial invaluable, que les permite no solo relacionarse mejor, sino también modificar su enfoque ante los problemas cotidianos: "si tenía un problema, lo resolvía solo; ahora me doy cuenta de que está bueno apoyarse en otros".

Las redes de apoyo (grupos de WhatsApp, salidas para tomar café) son una evidencia tangible de que las habilidades sociales aprendidas en la experiencia turística trascienden el evento. El cumpleaños de E2, celebrado por el grupo, y la contención que sintió E4 cuando se descompuso en San Luis ("Me sentí muy cuidado, y eso te hace sentir parte, saber que contamos el uno con el otro"), son ejemplos emotivos de la fuerza de estos nuevos vínculos.

El Rol del Psicopedagogo y las incumbencias en ámbitos no formales

El marco teórico destaca la expansión de la Psicopedagogía en Argentina desde la década del 90 hacia diversos entornos (educativo, salud, recreativo, laboral, etc.) (Martínez, 2021). La Resolución N° 2473 define las incumbencias profesionales a nivel nacional.

El caso de los centros de jubilados y el turismo social para adultos mayores es un ejemplo paradigmático de la aplicación de la Psicopedagogía en ámbitos no formales, específicamente en el área de "salud mental" y "educación" (en su sentido amplio).

Facilitadores del Aprendizaje y Promotores del Bienestar

Aunque no haya un "psicopedagogo" con título visible en el centro, las acciones que se llevan a cabo (organización de viajes, talleres, bailoterapia) cumplen con el rol de "facilitador del aprendizaje" y "promotor del desarrollo integral" descritos por Fernández (1994).

La "coordinadora" mencionada por E2 y E3 actúa como una mediadora pedagógica. Su decisión consciente de mezclar a los grupos y la flexibilidad en la planificación ("normas que se iban cambiando") son estrategias de intervención social que fomentan el aprendizaje de habilidades sociales y la democracia participativa.

El rol del psicopedagogo, en este contexto, no se limita al diagnóstico de dificultades de aprendizaje en niños (como era el enfoque inicial de la disciplina en Argentina, según Borras, 2000), sino que se expande a la "prevención y promoción en adultos mayores" (Resolución N° 2473). Las acciones destinadas a "promover procesos armónicos de aprendizaje" se logran al ofrecer estos espacios de socialización y recreación, combatiendo el aislamiento, un factor de riesgo en la salud mental del adulto mayor.

Las trayectorias vitales como eje del diagnóstico psicopedagógico

Fernández (1994) enfatiza la importancia del diagnóstico psicopedagógico a través de "una comprensión profunda del contexto del individuo, sus experiencias previas y sus capacidades” . Las entrevistas semiestructuradas, que exploran la trayectoria vital de los participantes, permiten esta comprensión.

Al conocer la vida previa de E1 (mecánico, viudo), E2 (dentista, divorciada), E3 (directora, casada) y E4 (empresario, viudo), se comprende mejor el impacto transformador de las actividades. Antes, el trabajo estructuraba sus vidas; después, el centro de jubilados y el turismo llenan ese vacío, ofreciendo un nuevo guión vital. E1 y E4 pasan de "resolver solo" a "apoyarse en otros"; E3 pasa de "dirigir todo" a "elegir democráticamente". El análisis demuestra que la intervención psicopedagógica (o la actividad que cumple esa función) debe ser contextualizada y basada en las trayectorias vitales del adulto mayor.

El análisis de las entrevistas con cuatro participantes del centro de jubilados permitió construir tres categorías principales: (A) Interacción Social; (B) Desarrollo de habilidades sociales; y (C) Incidencia en el bienestar emocional y cognitivo. A

continuación, se amplían los hallazgos y se corrigen imprecisiones, alineándolos con la literatura pertinente.

(A) Interacción Social

En esta categoría, el turismo grupal emergió como un catalizador fundamental para combatir la soledad y romper patrones de interacción previos, a menudo rígidos o limitados. Los participantes describieron el centro no solo como un lugar de encuentro, sino como "una segunda casa", un espacio de referencia y contención social. Las salidas y viajes grupales trascendieron la actividad recreativa puntual, funcionando como el motor inicial para establecer nuevos contactos sociales que perduraron en el tiempo (ej. mediante grupos de WhatsApp), demostrando la creación de redes de apoyo social duraderas. Estos hallazgos se alinean con la literatura internacional que destaca cómo el turismo social facilita la expansión del capital social y reduce el aislamiento en la tercera edad, proporcionando nuevas oportunidades para la integración comunitaria.

(B) Desarrollo de Habilidades Sociales

Se observó una transición notable desde roles sociales rígidos hacia una interacción de mayor paridad, tolerancia y empatía. Participantes que en su vida laboral o familiar habían ocupado roles de autoridad o liderazgo, reportaron una experiencia de "soltarse" y de aprender a convivir con distintas opiniones, cediendo control y adoptando posturas más horizontales. Este proceso de adaptación social, o desarrollo de habilidades sociales, es crucial en la tercera edad para una integración social exitosa. Remite a la capacidad de ajustar las interacciones a diferentes contextos y personas, un aspecto central en las teorías sobre el envejecimiento exitoso y la inteligencia social en la etapa vital.

(C) Incidencia en el Bienestar Emocional y Cognitivo

La categoría C mostró cambios percibidos significativos en la vitalidad, la alegría y el sentido de pertenencia. Los preparativos del viaje y los rituales grupales (ej. festejo de cumpleaños) se describieron como prácticas que refuerzan la identidad colectiva y las redes sociales del grupo. Los hallazgos obtenidos se alinean con la literatura internacional y regional en los relatos sobre “rejuvenecimiento” y recuperación de energía, apuntando a los efectos restauradores de los entornos visitados.

Asimismo, la evidencia de que las experiencias activas e inmersivas favorecen el aprendizaje remite a las propuestas de Cohen (2011), quien postula que la participación

en actividades novedosas y desafiantes estimula procesos cognitivos y emocionales, fortaleciendo el sentido de autoeficacia y la capacidad de adaptación social en los adultos mayores. El turismo activo, por tanto, no solo restaura, sino que también funciona como un entorno de aprendizaje continuo.

QUINTA PARTE

2. Conclusión

El presente estudio permitió analizar las interacciones sociales que se generan entre adultos mayores a partir de su participación en experiencias turísticas grupales. A través de las entrevistas realizadas, se observó que los viajes y actividades compartidas favorecen espacios de encuentro, diálogo y convivencia, en los cuales los participantes ponen en juego habilidades de comunicación, escucha, empatía y cooperación.

Las interacciones que se desarrollan en estos contextos trascienden lo meramente recreativo, ya que promueven vínculos significativos y sostenidos en el tiempo. Los relatos de los entrevistados evidencian que, las experiencias turísticas, contribuyeron a fortalecer la autoestima, ampliar las redes de apoyo, y favorecer el bienestar emocional al tiempo que se estimularon procesos cognitivos como la atención, la memoria y la adaptación a nuevas situaciones.

Del análisis de los datos surge que existen diversos factores que inciden de manera directa en la calidad y profundidad de las interacciones sociales. Entre ellos, se destacan el carácter grupal de las experiencias turísticas, la convivencia prolongada durante los viajes, la necesidad de adaptación a nuevos contextos y la participación en actividades compartidas.

Asimismo, el cambio de entorno, la ruptura de la rutina cotidiana y la exposición a situaciones novedosas favorecen una mayor apertura social. Estos factores estimulan la flexibilidad, la tolerancia a la diversidad de opiniones y la disposición al encuentro con otros, facilitando el aprendizaje de nuevas formas de vinculación y convivencia.

A partir de la descripción de las interacciones y de los factores que las favorecen, se pudo establecer que las experiencias turísticas contribuyen de manera significativa al aprendizaje y fortalecimiento de las habilidades sociales en adultos mayores. El turismo se configura como un contexto de aprendizaje experiencial, en el cual los sujetos aprenden haciendo, compartiendo y reflexionando sobre sus propias vivencias.

Desde una perspectiva psicopedagógica, estas experiencias promueven aprendizajes significativos, ya que se vinculan con la trayectoria vital, las emociones y

las necesidades actuales de los adultos mayores. En este sentido, el aprendizaje de habilidades sociales no se presenta como un proceso formal, sino como una construcción continua que se da en interacción con otros y con el entorno.

El principal hallazgo de esta investigación es que las experiencias turísticas funcionan como un escenario privilegiado para el aprendizaje en la adultez mayor. Lejos de constituir únicamente una actividad recreativa, el turismo se revela como un dispositivo pedagógico y social que favorece la apertura social, la construcción de vínculos, el fortalecimiento de la autoestima y el bienestar integral, entendido como la articulación entre el bienestar emocional, el bienestar cognitivo y la participación social activa en la adultez mayor.

En conclusión, se puede afirmar que las experiencias turísticas influyen de manera positiva y transformadora en el desarrollo de habilidades sociales en los adultos mayores. Estas experiencias permiten resignificar esta etapa de la vida como un tiempo de aprendizaje continuo, participación activa y crecimiento personal, reafirmando la importancia de promover espacios y prácticas que favorezcan el envejecimiento activo desde una mirada psicopedagógica.

Sugerencias

La investigación no solo demuestra los beneficios de las experiencias turísticas, sino que proporciona la evidencia necesaria para justificar por qué es crucial contar con el psicopedagogo como experto en procesos de aprendizaje en los centros de jubilados, transformando estos espacios de meras áreas recreativas en centros activos de promoción de la salud mental y el desarrollo personal.

3. Referencias

Ausubel, D. P. (1983). *Psicología educativa:* Un punto de vista cognoscitivo. Editorial Trillas.

Bauman, Z. (2015). *Modernidad líquida*. Fondo de Cultura Económica.

Bisquerra, R. (2006). *Psicopedagogía: Orientación e intervención*. Editorial Paraninfo.

Borras, M. C. (2000). *La Integración de Estudiantes con Discapacidad en los Estudios Superiores*. Universitat de Valencia Estudi General (Servei de Publicacions).

Caballo, V. (1993). *Relaciones entre diversas medidas conductuales y de autoinforme de las habilidades sociales. Psicología Conductual*, 1(1), 73-99.

Caballo, V. (2007*). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Siglo XXI., 22*-120.

Castaño, M. (2005). *Desarrollo de habilidades sociales*. Editorial Científica.

Cohen, E. (2005). *Neuropsicología y aprendizaje: Un enfoque clínico*. Editorial DEF.

Cohen, J. (2011). Aprendizaje experiencial durante los viajes: Un estudio de caso de inmersión cultural. *Journal of Educational Travel, 1*(1), 25–34

Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed* (El ciclo de vida completado). W. W. Norton & Company.

Fernández, A. (1994). *La inteligencia atrapada: Diagnóstico y tratamiento de niños con problemas de aprendizaje*. Editorial Paidós.

Gu, D., Zhu, H., Brown, T., Hoenig, H., & Zeng, Y. (2016). *Tourism experiences and self-rated health among older adults in China. Journal of Aging and Health,* 28(4), 675–703. https://doi.org/10.1177/0898264315609906

Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *La experiencia de la naturaleza: Una perspectiva psicológica*. Cambridge University Press.

Knowles, M.S. (1984), *Andragogía en acción: aplicación moderna en los adultos que aprende.* Jossey-Bass

Laforest J. *Introducción a la gerontología. El arte de envejecer.* Barcelona: Herder 1991. pp. 79-173.

Lorenzo, V. (2014). *Propuesta de un programa de intervención para la mejora de las habilidades sociales en adolescentes (Tesis de maestría).* Universidad Jaume I.

Lozano, R., Merrill, M. Y., Sammalisto, K., Ceulemans, K. y Lozano, F. J. (2017). Connecting Competences and Pedagogical Approaches for Sustainable Development in Higher Education: A Literature Review and Framework Proposal. *Sustainability*, 9(10), 1-15. doi.org

Nimrod, K. (2008). Retired women as tourists: Examining their great trip experience. *Journal of Tourism Analysis, 10*(1), 11-23.

Novak, J. D. (1988). *Teoría y práctica de la educación*. Alianza Editorial.

Nussbaum, P. D. (2013). *Brain health lifestyle*

Organización Mundial de la Salud. (2025). *La conexión social está vinculada a la mejora de la salud y a un menor riesgo de muerte temprana.* https://www.who.int/groups/commission-on-social-connection/report 25

Pearce, M. T., Zaidel, D. W., Vartanian, O., Skov, M., Leder, H., Chatterjee, A., & Nadal, M. (2016). *Neuroestética: La neurociencia cognitiva de la experiencia estética*. Perspective son Psychological.

Piaget, J. (1950). *La psicología de la inteligencia*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Losada

Rivera García, C., Cifuentes Rodríguez, A., & Cachipuendo, J. (2020). *Actividades de recreación turística para adultos mayores.* Conciencia Digital, 3(4), 90–101. https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v3i4.1427

Riviere, E. P. (1980). *Teoría del vínculo.* Buenos Aires, Argentina: Editorial Nueva Visión.

Urry, J. (2002). *The tourist gaze* (2ª ed.). Sage Publications.

Visca, J. (1990). *Psicopedagogía: Nuevas perspectivas*.

Vygotsky, L. S. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Editorial Crítica.

4. Anexos

7.1Guión entrevista

Introducción: Se le explica al entrevistado/a el tema a investigar y el acuerdo de confidencialidad.

Primera parte:

Se propone al entrevistado que primeramente se explaye a partir de las siguientes consignas:

1) Me gustaría saber o que me cuente acerca de usted. (ocupación, con quién vive, etc.)
2) ¿Me puede contar cómo es su día a día, un día de semana de su vida?
3) ¿Cómo era su rutina y sus relaciones antes de participar en las actividades del centro o de las salidas turísticas?

Segunda parte:

Posibles preguntas (se realizarán de acuerdo a lo que el entrevistado vaya contando) para indagar más acerca de la experiencia turísticas, cambios en la vida personal y experiencias con otros.

1. ¿Cómo llegaste al centro de jubilados? ¿que lo motivo sumarte al centro?
2. ¿Qué actividades realizas habitualmente en el centro y cuáles disfrutas más?
3. ¿Hace cuánto realizás las actividades propuestas y con qué frecuencia?
4. Contame un poco acerca de las salidas que comparten. ¿Cree que esas experiencias enriquecen su vida diaria?
5. ¿Podrías contarme una anécdota o momento especial que hayas vivido en una salida turística?
6. ¿Notaste algún cambio en tu manera de relacionarte con otras personas desde que participás en estas actividades?
7. ¿Qué experiencias compartidas recuerda más y por qué?
8. ¿Qué sentís que te aportan esas experiencias en tu vida diaria?
9. ¿En qué situaciones vio cambios personales…a partir de la realización de los viajes y de las salidas turísticas?

10. ¿Podrías contarme una anécdota o momento especial que hayas vivido en una salida turística?
11. Qué aspectos de tu personalidad sentís que te ayudan a la hora de emprender el viaje y te permiten convivir con el grupo, ¿cuáles destacarías?
12. Si comparas tu vida social antes y después de participar en las salidas, ¿qué diferencias encontrás?
13. ¿Querés contarme o agregar algo más?

Encabezado 1 (alumna)

Apellido y nombre del alumno: Agrello, Andrea Magali

Problema ¿Cómo influyen las experiencias turísticas en el aprendizaje de las habilidades sociales en los adultos mayores?

Objetivo General: Identificar cómo influyen las experiencias turísticas en el aprendizaje de las habilidades sociales en adultos mayores.

Conceptos clave del TFC:

Psicopedagogía: disciplina que estudia los procesos de aprendizaje a lo largo de la vida, favoreciendo la integración social y el desarrollo personal.

Aprendizaje: proceso mediante el cual el sujeto adquiere, modifica o refuerza conocimientos, habilidades, actitudes y valores, a partir de la interacción con el entorno y las experiencias vividas.

Tercera edad: personas de 65 años o más, con trayectorias diversas, que se encuentran en proceso de envejecimiento activo.

Adultos Mayores: Persona de 60 años o más

Habilidades sociales: capacidades para interactuar, comunicarse y establecer vínculos interpersonales.

Andragogía: disciplina que estudia los procesos de enseñanza-aprendizaje en adultos, partiendo de sus necesidades, intereses y experiencias previas, reconociéndolos como protagonistas activos de su formación.

Experiencias turísticas: vivencias significativas que se generan a partir de la participación en actividades turísticas, las cuales involucran aspectos emocionales, sociales y culturales, y que pueden impactar en el bienestar, la memoria y el aprendizaje de los participantes.

7.2 Encabezado 2 (entrevistado/a)

Fecha: Agosto 2025

Lugar: Lanús

Entrevistado: Toni, jubilado, viudo. Mecánico.

Edad: 72.

Fecha: septiembre 2025

Lugar: Lanús

Entrevistado: Silvia, jubilada, divorciada, Dentista.

Edad: 70

Fecha: septiembre 2025

Lugar: Lanús

Entrevistado: Chuchi , jubilada, casada, directora de Colegio.

Edad: 70

Fecha: octubre 2025

Lugar: Lanús

Entrevistado: Jesús, 77 años, jubilado, Viudo. Empresario textil.

Primera entrevista Toni 30 de Agosto 2025.

Magalí: Primero que nada, muchas gracias por su tiempo.

Como le comenté, esta entrevista formará parte de mi trabajo final integrador para finalizar la carrera, de la Licenciatura en Psicopedagogía. Aprecio demasiado su ayuda.

Para empezar, me gustaría que me cuente acerca de usted, su ocupación, con quién vive, ese tipo de cosas.

Toni: Bueno, me llamo Toni Ramírez, tengo 72 años.

Soy viudo, hace unos cinco años, y ahora vivo con mi hija mayor y con mi nieto, que tiene 15. Toda mi vida trabajé como mecánico, tuve mi propio taller durante casi treinta años. Me jubilé a los 65, y al principio me costó bastante dejar de trabajar porque estaba acostumbrado al ritmo diario del taller.

Magalí: ¿Cómo es su día a día, un día de semana en su vida?

Toni: Ahora estoy bastante tranquilo: me levanto temprano, miro el noticiero, preparo el mate y después suelo salir a caminar. A veces ayudo a mi nieto con algunas cosas de la escuela, y me ocupo de arreglos en casa. Antes de entrar al centro de jubilados, mis días eran mucho más rutinarios, y me costaba relacionarme, ya que sentía que mi vida se había achicado al espacio de mi casa.

Magalí: ¿Cómo llegó al centro de jubilados? ¿Qué lo motivó a sumarse?

Toni: Llegué al centro de jubilados por un amigo del barrio que ya participaba. Yo al principio no quería, me daba vergüenza, pero me insistió para ir a un baile y terminé enganchándome. Lo que más me motivó fue la posibilidad de no quedarme encerrado en casa, ya eso me pesaba.

Magalí: ¿Qué actividades realiza habitualmente en el centro, y cuáles disfruta más?

Toni: En el centro hago varias actividades: juego al truco, participo en talleres de memoria y gimnasia suave. Lo que más disfruto son las salidas que organizamos, porque es ahí donde realmente uno comparte de otra manera, nunca antes había viajado sin mi señora o familia. Esto es algo realmente nuevo para mí.

Magalí: ¿Hace cuánto participa de las actividades y con qué frecuencia?

Toni: Hace cuatro años que participo, y voy dos o tres veces por semana.

Magalí: Contame un poco acerca de las salidas que comparten. ¿Cree que esas experiencias enriquecen su vida diaria?

Toni: Sí, sin dudas. Con las salidas tratamos de ir al menos tres veces por año, a distintos lugares turísticos. Una de las que más me gustó fue un viaje a Córdoba, donde visitamos las sierras y compartimos varias caminatas en grupo. Para mí esas experiencias son muy enriquecedoras porque me hacen sentir vivo, acompañado, y me sacan de la rutina. Me siento más ágil también.

Magalí: ¿Notó algún cambio, en su manera de relacionarse con otras personas, desde que participa en estas actividades?

Toni: Sí, noté muchos cambios. Antes era más cerrado, me costaba hablar con gente desconocida. En los viajes aprendí a soltarme, es decir, a tener paciencia, a compartir con personas que piensan distinto. Acá se habla mucho de política y todos pensamos diferente (se ríe), pero todo esto me dio más confianza para entablar conversaciones nuevas, y compartir con distintas personas.

Magalí: ¿Podría contarme una anécdota o momento especial que haya vivido en una salida turística o en el centro?

Toni: Recuerdo un viaje a Mar del Plata, donde compartí habitación con un compañero que recién conocía, al principio pensé que iba a ser incómodo, pero terminamos haciéndonos amigos y todavía nos juntamos a tomar café cada semana. Hoy parece que nos conociéramos de toda la vida…

Magalí: ¿Qué siente que le aportan esas experiencias en su vida diaria?

Toni: Me aportan alegría, tengo motivos para despertarme. Me enseñaron a no quedarme solo y animarme a probar cosas nuevas. Antes, sí tenía un problema, lo resolvía solo; ahora me doy cuenta de que está bueno apoyarse en otros, es más divertido y te hace sentir mejor…los días son diferentes ahora…

Magalí: ¿Qué aspectos de su personalidad, siente que lo ayudan a la hora de emprender el viaje y convivir con el grupo?

Toni: Creo que lo que me ayuda es que soy tranquilo y me adapto a los demás. También me gusta escuchar, y eso en los viajes sirve, ya que hay muchos momentos en que alguien necesita charlar o compartir algo. Acá todos ya tenemos problemas, o de salud, o la pérdida de un ser querido, pero nos apoyamos y nos hacemos compañía y en los viajes nos ayuda a relajarnos y a unirnos más.

Magalí: Si compara su vida social antes y después de participar en las salidas, ¿qué diferencias encuentra?

Toni: Soy más charlatán.

Magalí: ¿Quiere contarme o agregar algo más?

Toni: Sí, lo que me gustaría decir es que, estas experiencias me devolvieron la confianza en mí mismo. A veces uno cree que la vida se terminó con la jubilación, pero yo siento que estando acá compartiendo, y en los viajes, te das cuenta que aún queda mucho más para vivir, compartir y aprender también.

Segunda entrevista: 3 de septiembre del 2025.

Magali: Hola Toni, ¿cómo estás? ¿Cómo estuviste estos días? Me quedé pensando en nuestra charla del otro día, y quería hacerte nuevas preguntas. Te agradezco por tu tiempo y muy buena predisposición.

Toni: Gracias a vos Magali, me gustó mucho conversar con vos, espero que te vaya bien en tus trabajos, después vamos con los chicos del club el día que te recibas (se ríe)

Magalí: (Se ríe) dale los espero, …bueno empiezo, antes me mencionaste que eras más cerrado y te costaba hablar con desconocidos. ¿Qué situaciones concretas en los viajes te ayudaron a abrirte más?

Toni: Sí, antes me daba vergüenza acercarme a la gente, me costaba empezar una charla. En un viaje a Entre Ríos, me tocó sentarme en el micro al lado de una señora que no conocía**.** Al principio, pensé que íbamos a ir todo el viaje en silencio, pero empezamos a hablar de nuestros nietos, y de a poco la conversación se hizo más fluida. Desde ese momento, me animé más a iniciar charlas, porque vi que todos estábamos ahí para pasarla bien y compartir. Mismo como te había contado, en el viaje a Mar del Plata, que hasta compartí habitación con Gerardo, y nunca antes había hablado con él, hoy es mi gran amigo.

Magalí: Me dijiste también que aprendiste a escuchar más, y a tener paciencia. ¿Podés contarme un momento en el que hayas sentido que pusiste en práctica esa paciencia o esa escucha con alguien del grupo?

Toni: Sí, en el viaje a Córdoba compartimos excursión con una compañera que se quejaba mucho porque tenía miedo de las caminatas. En vez de enojarme, me puse a caminar a su lado, la escuché y la animé. Al final terminó disfrutando, y yo me sentí bien porque comprendí, que a veces lo que el otro necesita es alguien que lo acompañe. Nosotros igual, vamos tranquilos caminando…

Magalí: ¿Entonces se puede decir que sentís que hoy te resulta más fácil entablar una conversación con alguien nuevo? ¿Cómo lo vivís a eso?

Toni: Sí, totalmente. Antes me costaba incluso en reuniones familiares, ahora me sale más natural. Me siento más seguro para presentarme, contar algo mío y preguntar sobre el otro. Eso me da alegría, porque noto que generó vínculos más rápido. Estoy más suelto, me siento más gracioso también, porque en los viajes en micros, hacemos juegos y chistes todo el tiempo, así se nos pasa divertido el viaje.

Magalí: ¿Qué diferencias notás entre cómo resolvías conflictos o desacuerdos antes, y cómo lo hacés ahora en los viajes, o cuando alguien tiene un pensamiento diferente como me contabas de la política?

Toni: Antes, si había un problema, me callaba y me guardaba todo, aunque me molestara. Ahora aprendí a comunicarlo de otra manera. En un viaje hubo un malentendido con las habitaciones, y en vez de quedarme callado, me acerqué a la coordinadora y le expliqué tranquilo lo que pasaba. Sentí que pude defender sin gritar o enojarme de más…ahí casi se arma igual (se ríe)

Magalí: Cuando compartís momentos con otros jubilados en los viajes, ¿qué emociones predominan en vos?

Toni: Lo que más siento es alegría y me dan ganas de seguir viniendo. Me gustan las charlas de sobremesa. También siento gratitud, porque pienso que no todos tienen la posibilidad de viajar y yo puedo hacerlo. Hoy está todo muy difícil…

Magalí: ¿Recordás alguna vez que te hayas sentido apoyado o contenido por el grupo durante una salida? ¿Cómo fue esa experiencia?

Toni: Sí, en el viaje a Córdoba me descompuse un poco por el calor y las caminatas. Varios compañeros me acompañaron, me trajeron agua, se preocuparon por mí. Eso me hizo sentir parte de un grupo de verdad, que no estoy solo.

Magalí: ¿Qué sentís cuando volvés a tu casa después de un viaje? ¿Cómo impacta en tu ánimo y en tu día a día?

Toni: Vuelvo con ganas de contarle todo a mi familia. Mi hija me dice que me ve más animado después de cada salida. Los viajes me dejan recuerdos y me dan ganas de pensar en el próximo.

Magalí: Dijiste que los viajes te devolvieron confianza. ¿En qué momentos concretos sentiste esa confianza renovada?

Toni: Desde el comienzo, sentir que puedo ser yo, que yo sin mi familia ni mi señora, puedo salir y divertirme.

Magalí: ¿Qué aprendizajes sobre vos mismo descubriste a partir de convivir con otras personas en las salidas?

Toni: Descubrí que soy más divertido de lo que pensaba, y que disfruto mucho de escuchar y acompañar. También, aprendí que tengo paciencia, algo que antes no valoraba en mí, ni creo que la tenía.

Magalí: ¿Creés que estas experiencias turísticas te ayudaron a animarte a hacer cosas que antes, no te animabas? ¿Podrías darme un ejemplo?

Toni: Sí, antes nunca me había animado a bailar en público, y lo hice desde la primera vez que vine al centro y desde el primer viaje.

Magalí: ¿Qué habilidades sociales, sentís que crecieron más en vos gracias a las salidas turísticas: la comunicación, la cooperación, la empatía, la confianza…?

Toni: Creo que todas un poco, pero sobre todo la empatía y la comunicación.

Magalí: Contaste que surgieron nuevas amistades en los viajes. ¿Qué importancia tienen para vos esas amistades?

Toni: Son muy importantes, porque siento que son vínculos que nacieron en momentos de alegría compartida. Nos hacemos mucha compañía y eso se siente bien. Estamos muy atentos al otro.

Magalí: Si tuvieras que describir en una frase lo que te aportan los viajes en lo social y en lo personal, ¿qué dirías?

Toni: Diría que me devolvieron la alegría de compartir y la confianza de que nunca es tarde para seguir aprendiendo y conociendo gente y lugares nuevos.

Magali: ¡Muchas gracias Toni, por tu tiempo! ¡Me alegro mucho por todo lo que me contaste!

Toni: Gracias a vos, te esperamos cuando quieras acá en el centro, y quien te dice en algún viaje también.

Entrevista a Silvia. Lanus. 20 de septiembre del 2025

Magalí: Primero que todo, gracias Silvia por tu tiempo. Te comento que yo, ya le estuve haciendo entrevistas a otros compañeros tuyos, porque estoy haciendo la tesina para terminar la carrera de psicopedagogía y como les comentaba a ellos, mi idea es unir mis dos carreras, la licenciatura en turismo y la psicopedagogía, esta última está relacionada con el aprendizaje.

Desde mi parecer entiendo que las experiencias turísticas, uno siempre trae un aprendizaje después de cada experiencia que vivencio, entonces te voy a hacer un par de preguntas para empezar y poder ir respondiendo mi pregunta problema de la tesis.

Silvia, podés decirme y contarme lo que quieras. Si querés para empezar y romper el hielo, podes contarme ¿Cómo es tu día a día? ¿Cómo es un día tuyo de la semana ahora, y cómo era antes de ingresar al centro y jubilarte? ¿Cuántos años tenés?

Silvia: Hola Maga, tengo 70 años. Los cumplí este año. Te cuento, que empecé a ir al centro de jubilados después de que me jubilé, porque antes cuando trabajaba, mi tiempo estaba muy ocupado con mi trabajo y ahora ya no. Entonces empecé a buscar cosas, que me llenen ese tiempo… que me hagan feliz, que me den endorfinas, porque, por ejemplo, cuando voy a bailoterapia, bailo y eso me hace bien pues vengo reconfortada.

Empecé a ir al centro de jubilados, porque soy divorciada…. Por lo tanto, estoy sola. Mis hijos son grandes, ya están con sus cosas con mis nietos….

Entonces me tuve que abrir, a cómo hacer sola, distintas cosas para sentirme bien

Es por eso, que empecé a ir al centro de jubilados. Lo que me hace muy bien sobretodo, son los viajes que hacen los jubilados.

Porque qué pasa… Yo voy sola, cuando llego al hotel ahí me entero recién con quién voy a dormir con quién voy a estar y me tuve que adaptar a ser compañera de esa persona y eso me hace salir de mi individualidad. O sea, soy más de crear amigas, ahora.

Después, me llaman de vuelta para ir a otro viaje, estas nuevas amigas y así voy llenando mis tiempos….

Ahora pienso por ejemplo que podría estudiar algún idioma también…. A través de la computadora

Magali: Esta bueno…. sirve para seguir haciendo viajes más lejos. Y antes, ¿Cómo era tu día a día? ¿Con quién vivías o con quién vivís ahora?

Silvia: Ahora vivo sola, en un momento dado viví con una hija mía, pero ahora vivo sola y me acostumbré a vivir sola.

A cierta hora, me voy a las clases de baile de gimnasia. Mis compañeras También que, como yo, que tienen chicos grandes nietos grandes, van también, y ahora por ejemplo vamos todas juntas a festejar el Día de la primavera. Y bueno, así vamos haciendo cosas…

Magalí: ¿Y hace cuánto tiempo entraste al centro de jubilados o empezaste con los viajes? ¿Antes ya tenías experiencias en viajes sola o con grupos?

Silvia: No porque por mi trabajo, no podía hacer tantos viajes sola y ni tampoco así en grupos.

Magalí: Y algo que me quieras contar… ¿Alguna anécdota? ¿Alguna experiencia, algo que te haya quedado de los últimos viajes o el lugar que más te gustó?

Silvia: El lugar que más me gustó fue las cataratas.

Magali: ¿Y siempre viajan con el mismo grupo?? ¿O van cambiando?

Silvia: Por lo general, hay como dos grupos… un grupo que son nuevas, que se agregan y el otro grupo que ya nos conocemos de antes. Siempre tratamos de ir, pero la coordinadora, lo que hace es, por ejemplo, ponernos no siempre con las mismas del grupo porque si no, no te abrís a otra gente y así vas conociéndote cada vez más con nuevas personas.

Magali: ¿Y eso sentís que te ayuda también a vos a abrirte a nuevas relaciones? ¿Antes eras más cerrada o siempre fuiste sociable?

Silvia: Eso me ayuda a mí, para todas las veces que viajo sola. Además, no solamente están en ese grupito, y quedan en ese viaje, sino que se van formando nuevas amistades.

Magalí: ¿Y después continúan con la relación, se ven otros viajes? ¿Organizan salidas, por ejemplo?

Silvia: Formamos WhatsApp del grupo donde la Coordinadora, es la que lo forma. Después cuando se termina el viaje, la coordinadora lo borra digamos, pero nosotras nos hacemos un nuevo grupo y nos hablamos y decimos, por ejemplo, yo voy a ir a Córdoba, no yo voy a Mendoza.

Magalí: ¿Y sentís, que estas experiencias te aportaron algo para tu vida diaria, para tu bienestar? Algo que hayas sentido….

Silvia: Claro, que sí. Por supuesto, hace bien a mi bienestar.

Yo me siento cargada de energía. Me siento bien. Me siento más alegre.

Me siento bien este bueno aparte leí que el sistema inmunológico, cuando vos más sonrías, y alegre estás, genera endorfina, y eso hace bien a que no te enfermes.

Magalí: Me encanto saber sobre tu experiencia, pareciera que es súper positiva, ¿se la recomendarías a otra gente? ¿Llevaste amigas, algo que te acuerdes que hayas dicho “qué bueno que vine, que me animé”? ¿Antes eras más vergonzosa? Porque se te ve activa y segura de estos viajes. ¿Nunca tuviste miedo?

Silvia: Me preguntas, ¿Sí tuve miedo?,

Magali: Sí. ¿O algo que te tiraba para atrás y no te animas a hacer?

Silvia: Lo que sí… bueno, esto ayuda a que cada vez tenga más grupos de gente amiga, digamos.

Magalí: Claro. ¿Y cuánto tiempo tardaste desde que te jubilaste hasta que tomaste la decisión de ir al Centro de Jubilados? ¿O te llevó alguna amiga, te lo recomendaron?

Silvia: Me llevó una amiga que hace yoga.

Magalí: ¿En el centro también?

Magalí: ¿Y vos hacés yoga en el centro de jubilados?

Silvia: No, bailoterapia.

Magali: Veo que te gusta más lo más divertido como el baile jajjaja.

Silvia: Por ejemplo, en uno de los viajes que fui, también me acostumbré a ir en colectivo porque son.… o sea, por ahí vas de acá a Mendoza y son como no sé cómo doce catorce horas y bueno, al estar en grupo, esas tantas horas te parecen menos. Por más que son las doce horas, pero en grupo vas jugando a las cartas, al burako en el colectivo y se te va pasando…

Magalí: ¡Qué bueno! ¿Y en el mismo micro me imagino que hay de distintos centros, ¿no? ¿Hacen actividades todos juntos?

Silvia: Claro, el micro va por diferentes lados. Está bueno, de la zona sur en la zona oeste. Bueno Panamericana va parando, incluso vas conociendo gente de otro lado. Gente de Rosario también en el micro.

Magalí: Qué bueno. Mirá, me trae recuerdos… a ver aguárdame que se me va a pagar la grabadora, que se lo tengo que grabar para la profe. ¡Perdón!

Lo que me quedaría: ¿desde qué te jubilaste, en qué año te jubilaste hasta que fuiste al Centro de Jubilados? ¿Tu amiga te lo recomendó porque por ahí te veía en tu casa sola? ¿Cuál fue la motivación que tuviste como para ir?

Silvia: Claro mi amiga, como es docente, los docentes se jubilan antes y entonces ella ya iba. Y bueno, y como me vio, que yo estaba sola porque mis hijos, como te comenté ya son grandes. Mis nietos son grandes todos. Bueno entonces, ella me pasa a buscar, por la puerta de mi casa y nos vamos las dos juntas caminando al centro del jubilado.

Entonces de paso caminamos y a la vez vamos al centro del jubilado.

Magalí: Bueno, muchas gracias Silvia por contarme tu experiencia, la verdad que fue muy enriquecedora. ¿Me querés contar algo más, algo que te haya pasado en un viaje? ¿Cuáles son tus próximos proyectos?

Silvia: Lo que te quiero contar, es que una vez que fui a un viaje a las Termas de Santiago del Estero, cumplía años, el grupo de mi mesa me hizo mi cumpleaños, compró una torta. Bueno, y ahora todos los años me llaman para pasar mi cumpleaños como ese cumpleaños.

Magalí: Ay, qué lindo. ¡Se nota que están todos unidos, está bueno!

Silvia: Si, en la mesa éramos como 10 personas, y había otras mesas, con otras personas de otros centros de jubilados y empezaron todos aplaudir y todo, ¡fue muy lindo!

Magalí: ¡Qué lindo recuerdo!

Sí, la vida es siempre mejor acompañada, con un otro y festejarla. Me súper alegro por todo lo que me contás. Me recontra ayudaste en esta etapa final de la carrera. Yo creo que ya estaríamos con la entrevista y después cualquier cosa… ¿te puedo volver a molestar otro día?

Silvia: Si, no hay ningún problema. Me podés molestar todo lo que quieras. Además, si mi experiencia le sirve a alguien, bien, me parece bárbaro.

Magalí: Bueno, me alegro mucho. Sí, la verdad que hasta a mí me motiva porque a veces uno cree, que cuando se jubila, que ahí termina todo, y en realidad hay mucho más, mucha más vida por delante. Y a todos, los que voy entrevistando, me demuestran eso, que uno sigue aprendiendo hasta el último día de la vida. Se siguen divirtiendo, disfrutando todavía, queda mucho tiempo y mucho camino para recorrer.

Silvia: Exacto, lo más importante es disfrutar todo el día, a día.

Magali: Sí, me encanta. Creo que ustedes haciendo estos viajes, en conjunto y estas reuniones y festejando y celebrando la vida, como contabas de tu cumpleaños, lo demostras.

Silvia: Si aparte, lo que es lindo es la previaje, digamos, porque nos reunimos en el centro de jubilados. y nos preguntamos, ¿qué vas a llevar en el viaje? Una lleva una pasta frola, otra lleva… no sé, empanadas, o sea los preparativos del viaje, ya son divertidos.

Magalí: Me encanta. Bueno, te súper agradezco, la verdad muy amena la charla con vos.

Silvia: Bueno, gracias.

Magalí: No, gracias a vos. Lo que más me llama, la atención es que te veo que sos una persona alegre, amiguera y demás.

Eso también… ¿tenés muchas amigas de afuera ya desde antes del centro o sentís que te soltaste un poquito, más después de estar acá?

Silvia: Me solté un poco más, por supuesto. Pero sí, tengo amigas del barrio, amigas de la facultad, amigos del secundario. Yo trato de tener varios grupos.

Magalí: Está bueno eso, me gusta. Bueno, creo que por hoy ya estamos. Cualquier cosa te vuelvo a llamar y nos volvemos a encontrar.

Silvia: ¡Gracias!

Magali: ¡Gracias a vos!!!

Silvia: Chau, chau.

Segunda entrevista Silvia:

Magalí: Hola Silvia, gracias por volver a encontrarte conmigo. En la entrevista anterior me contaste un montón de cosas hermosas sobre los viajes, el centro de jubilados, y las actividades que hacés. Ahora necesito que profundicemos un poquito más en cómo vivís vos esas experiencias, qué te generan, y qué significan para vos.

¿Te parece si retomamos desde la bailoterapia? Me habías contado que te hace muy bien, que salís reconfortada. ¿Podés contarme un poco más qué te pasa corporalmente cuando estás bailando?

Silvia: Sí, claro. Cuando bailo siento como una energía distinta, como que me recargo. A veces llego al centro cansada o con la cabeza llena, y cuando empiezo a moverme y escuchar la música, me cambia el ánimo. Además, terminamos todas riéndonos, entonces es como una descarga buena, eso que yo, cuando todas van para un lado, yo para el otro….

Magalí: Qué lindo. Y más allá del cuerpo, ¿qué te genera emocional o mentalmente esa actividad?

Silvia: Mentalmente me despeja muchísimo. No estoy pensando en problemas, ni en nada. Es mi momento.

Magalí: Vos en la primera entrevista habías mencionado que la bailoterapia “te daba endorfinas”. ¿Eso lo habías leído o realmente lo sentís así en el cuerpo?

Silvia: Lo leí, pero también lo siento. Porque hay una diferencia enorme entre un día que voy a bailar y uno que no. Cuando voy, vuelvo contenta, me río, tengo más energía.

Entonces sí, para mí es real, no es solo la teoría, es como hablamos de los viajes también, ambas cosas me hacen bien.

Magalí: ¿Y qué fue lo que te llevó al principio al centro de jubilados? ¿Fuiste porque te sentías sola o más por el deseo de hacer algo nuevo?

Silvia: Fue un poco de las dos cosas. Me sentía sola, sí, porque mis hijos ya no viven conmigo y los nietos están grandes o lejos. Pero también tenía ganas de hacer algo distinto, de no quedarme encerrada. Me costó un poco animarme, pero después que fui la primera vez, no dejé más.

Magalí: Y cuando vas de viaje con el grupo, ¿qué es lo que más te reconforta, te gusta de esas experiencias? ¿Qué te queda después de volver?

Silvia: Los viajes me llenan. Me gusta conocer lugares nuevos, pero lo que más me queda es la gente, las charlas, las risas. Me reconforta sentirme parte de algo, de un grupo. Cuando vuelvo, siento que tengo nuevas historias que contar, que sigo aprendiendo cosas…

Magalí: ¿Y sentís que esas experiencias te cambiaron en algo a lo largo del tiempo?

Silvia: Sí. Ahora me animo más a salir, a hablar, a participar. Aprendí que uno nunca deja de disfrutar y esta bueno conocer espacios nuevos.

Magalí: Qué lindo escucharte, Silvia. Gracias por compartir otra vez tu experiencia conmigo. Todo lo que contás me ayuda un montón…

Silvia: Gracias a vos, Maga. Me encanta poder contarlo, porque a veces una no se da cuenta de todo lo que logre…. escucharlo me hace bien… fue un cambio dejar de trabajar, yo era jefa en mi cargo, tenía bastantes responsabilidades y gente a cargo, y más en la pandemia, no sabes lo que fue… y después te da cuenta que todo pasa y ahora uno está bien, todos acá estamos con las mismas ganas y venimos a disfrutar y hacernos compañía.

Magali: ¡Que lindas palabras, me alegro de lo que me contas! ¡Gracias!

Entrevista 3: Chuchi

Magali: Bueno primero que todo gracias Chuchi por tu tiempo. Te comento, como le hice a otros compañeros tuyos, el fin de esta entrevista, es que estoy llegando a la etapa final de la carrera de psicopedagogía y me encuentro haciendo la tesis. Es por eso que se

me ocurrió unir mis dos carreras la licenciatura en turismo. La misma la termine una vez que termine el secundario y la psicopedagogía. Te cuento que la psicopedagogía, tiene que ver con el aprendizaje. Entonces yo entiendo o es lo que al menos, quiero e intento investigar, corroborar o no la hipótesis de cómo influyen estas experiencias turísticas, en el aprendizaje en los adultos mayores en lo que tiene que ver con las habilidades sociales…

Primero que todo te agradezco el tiempo….. Me querés contar de vos. ¿Cómo es tu día a día? ¿Cómo es tu rutina?

Chuchi: Me llamo María del Carmen. Me dicen Chuchi. Estoy jubilada, hace ya 13 años. Bueno un día a día mío…o "nuestro", porque yo estoy casada. Entonces nos levantamos, desayunámos, tomo mate. Luego vamos hacer algún trámite o hacemos mandados , y luego vamos al centro de jubilados, desde ya hace cinco años.

Después más o menos todos los días, salvo que tengamos los paseos, son así.

Magali: ¿Y a qué te dedicabas antes?

Chuchi: y antes era directora, directora de una escuela, directora única, así que de doble escolaridad, estaba todo el día trabajando. Así que bueno, ahora disfrutando de la jubilación y sobre todo con estos del centro y de la salida

Magali: ¿Cómo llegaste al centro, que te motivó a ingresar?

Chuchi: Me contó una amiga y su pareja, ellos van. Entonces me pareció que podía hacer algo entretenido y me interesó, más que nada por esto de los paseos.

Magali: ¿Y qué actividades realizas en el centro, más allá de los viajes? ¿Cada cuánto hacen? ¿O mismo, haces otro tipo de actividad?

Chuchi: Hacemos el taller de memoria, charlamos mucho, vemos como los hombres juegan el truco y las mujeres planificamos, sobre todo charlamos de nuestras cosas… y planificamos paseos porque justo somos muy paseanderas acá en el centro.

Magali: ¿Cuál actividad te gusta más o a qué destino fueron que recuerdes o algo que te haya quedado, que me quieras comentar?

Chuchi: A Córdoba, a Mar del Plata también, las Termas. Todos son lindos porque como yo trabajaba tanto y mi marido también no teníamos más posibilidades que ir en verano y de vacaciones. Entonces ahora esto de poder, estar en un lugar que no está tan reglado. Viste? ...como son las escuelas…. Este nos hace bien y más porque ya te digo o podemos pasear, disfrutar, compartir, intercalar así paseos con actividades. Eso nos gusta…

Magali: ¿ y antes ya habían participado en experiencias grupales con otra gente o siempre ustedes dos?

Chuchi: Solo nosotros dos, por ahí alguna vez con alguna pareja, pero es distinto, porque en el caso mío, por ejemplo que soy (hace mueca), digo que fui directora, yo estaba acostumbrada que se hacía lo normal, lo reglado. Bueno, ya cuando entre al centro me tuve que hacer a la idea de que era un lugar más democrático, más flexible, con normas que se iban cambiando, o redireccionando a medida que era necesario cambiarlas, de acuerdo al gusto y a los intereses de todos los integrantes.

Magali: ¿Entonces, se podría decir que sentís que esas experiencias turísticas, haber estado en el centro, te moldeó de una manera positiva para relacionarse con un otro digamos?

Chuchi: Y si porque te hace ponerte en el lugar del otro, no tener que ser vos la que dirijas todo, ni la que te mande a decir, como se debe hacer o cómo no se debe hacer. Por ejemplo: ¿A dónde ir? o ¿a dónde no ir?....

Magali: Claro capaz, que antes te costaba también delegar… se me ocurre, que puede surgir esas situaciones, cuando uno es directora…

Chuchi: Claro si si, o compartir responsabilidades, Viste es distinto ,cuando vos salís de paseo, cuando estaba yo trabajando, yo era lo responsable, en cambio así todos nos cuidamos entre todos. Es más fácil. Más lindo más divertido. Te relajas más.

Magali: ¿Y tenés alguna anécdota, de algún viaje? Algo que vos misma te hayas encontrado como diciendo ... .Mira estoy más tranquila, más pacífica o al revés más nerviosa…

Chuchi: Este ... .tal vez si, por ejemplo encontrarme con otra gente, una vez nos encontramos con otro matrimonio. El era profesor y había sido, al igual que mi marido, profesor. La señora había sido docente. Ellos eran de otro grupo, pero a los cuatro nos llamó la atención, que teníamos la misma opinión de, cómo cambiaba la vida de jubilado y sobre todo, para la gente que había trabajado muchas horas, como ser un doble turno. No tenías la posibilidad, por ejemplo de salir en cualquier momento, solamente en verano porque era solamente ahí, en la época en que podíamos salir como docentes a pasear. Entonces encontrarte en las sierras, encontrarte en las termas, en invierno, como que nos cambió la vida decíamos por lo menos a nosotros y eso era lo que me acuerdo. Que compartimos, nos comunicamos con este matrimonio que le pasaba lo mismo…

Magali: Me quedó una duda de antes… ¿Cómo está conformada su familia? ¿Vos tenés hijos? ¿Nietos, viven con ustedes?

Chuchi; Un hijo y dos nietos y viven al lado. Así que bueno, hay que buscarlos a veces a la escuela. Asique esta bueno ir al centro porque entonces uno puede decir no no puedo tengo que ir al club.

Magali: jajjaj lo usas de chivo expiatorio entonces…

Chuchi: claroooooooooooo

Magali: jajaja bueno, hay que darse tiempo para todo.

Chuchi: Claro porque sino disfrutamos ahora, mucho tiempo no nos queda en el caso mío.

Yo tengo 70 años y mi marido 72, así que hay que disfrutar ahora.

Magali: Se te nota jovial cuando hablas. ¿Cuánto tiempo, estuviste en el cargo de directora.?

Chuchi: Estuve 12 años, como vice 5, y como secretaria 4. Y el resto como docente…

Magali: ¿Podes postularte a la dirección del centro del jubilado?

Chuchi: No ya no, ahora me gusto esto de democráticamente elegir…

Magali: ¿Y los viajes en micro ya hacías antes o te fuiste acostumbrando,? ¿Cómo es la relación con los otros?

Chuchi: Uno interactúa, charla y se divierte. Se ríe de las cosas que le ha pasado porque te imaginas que a esta edad, el que no se cae, el que no se resbala…. es cómico… o el que baila y se queda duro (se ríe)…Bueno todo eso, es divertido

Magali: Se van acompañando uno con otros….

Chuchi: Claro acompañándose, cuidándose y divirtiéndose. Es sanador.

Magali: Bueno Chuchi, querés decir unas palabras finales o resumir…

Chuchi: Que me parece bárbaro tú tesis, porque realmente en el caso nuestro. Nos rejuvenece el poder pasear, el poder conocer es poder, conocer otras personas, el interactuar, con otras personas, el conocer lugares. Y bueno, eso es muy valioso porque a veces uno cuando es más joven, trabaja tanto que no tiene tiempo de salir, tanto más que cuando tenés vacaciones estipuladas durante el año y aveces cuando las tenes estipuladas… en ese momento, capaz que no tenés la plata….En cambio, así a través del centro de jubilados uno puede acceder a viajar más económico y más variando, ¿no? porque lo que uno tiene, cuando está jubilado es tiempo.

Magali: Sí.. ¿y cuál crees vos, que es el aprendizaje mayor que te llevas de esas experiencias?.

Chuchi: Es una época de la vida que uno pensaba que por ahí ya iba a ser aburrida. …Te encontrás con que ,,,,,,paseás, interactúas con otras personas, conoces historias de vida y es divertido, lejos de pensar que iba a ser aburrido o que uno iba a extrañar, lo anterior…. Yo igual en el caso mío, no lo extrañe el trabajo… eso es lo que me queda…..Y que quiero seguir disfrutando

Magali: Me encanta. Gracias Chuchi por tu tiempo .

Chuchi: No, gracias a vos, ojala que te recibas pronto.

Magali: Hacemos la fiesta en el club de jubilado jajaj o me voy a un viaje con ustedes.

Chuchi: Seguro te vas a divertir mucho!

Magali: ¡Me imagino!

Sabes lo que me acorde, que cuando yo era chica con mi mamá, iba de viaje con los centros de jubilados…..Bueno ahora me estoy yendo de la entrevista, la profesora capaz que me dice no iba jajaja pero cuando yo me era chica tipo doce o trece años a la edad de mi hija que tiene ahora…..he ido un montón de viajes de jubilados con mi mamá…. íbamos con el centro al que iba mi abuelo, pero nosotras no íbamos con mi abuelo (se ríe),. Íbamos solas y ahí veía que la alegría de la gente que iba en el bus de los jubilados, y no era la imagen social que uno tiene de un jubilado en el sillón, mirando la televisión y la queja constante, es otra totalmente la actitud. Creo que ahora, me estoy dando cuenta, que fue lo que me despertó y entiendo porque estoy haciendo la tesis, un recuerdo que tenia por ahi “olvidado”

Chuchi: claroooo, lo que pasa, es que volvés a como a tener la adolescencia, cuando estás en grupo y sobre todo cuando estas con un grupo divertido, paseándose, ya es toda una situación y una actitud distinta.

Magali: Sí, es una actitud diferente.

Chuchi: La soledad no es buena consejera, no es buena consejera para nadie, siempre estar por otro o estar con otros grupos, va a ser mejor. Así, me parece a mí…

Magali: Sí uno aprende también, con el otro, a convivir con el otro y entender que vivimos en sociedad.

Chuchi: Y además lo lindo , que cuando tratas con personas mayores, quizás por más fanatismo que haya ,al hablar de política, que hablas de la sociedad, donde cada uno tiene su idea, que ya no es como con el ímpetu de cuando sos joven, que puede llegar la

gente joven hasta pegarse o pelear, en cambio cuando sos grande, vos podés conversar, podés tener distintas ideas, por ser de distintos partidos políticos y lo conversás con tranquilidad y cada uno se queda con su idea o la modifica de acuerdo a las distintas fundamentos, pero ahora es otra etapa, uno interactúa de otra forma mucho mejor,

Magali. ¿Más tolerante, no?

Chuchi: Claro, claro ... .es una linda etapa…

Magali: Me alegro que lo veas así …

Chuchi: Claro, todas quieren sus encantos, pero está es más tranquilo (se rie)

Magali: bueno, porque así también decidieron tomársela a ustedes.

Chuchi: claro , clarooo

Magali: Bueno me re alegro, gracias Chuchi por tu tiempo. Después te cuento cómo me fue, a todos les voy a contar.

Chuchi: Bueno gracias, a vos

Entrevista 4: José.

Magalí: Primero que nada, muchas gracias por su tiempo. Como le comenté, esta entrevista forma parte de mi trabajo final integrador para finalizar la carrera de Licenciatura en Psicopedagogía. Le agradezco mucho su ayuda y predisposición.

Para comenzar, ¿podría contarme un poco sobre vos, con quién vivis, tu ocupación anterior, esas cosas?

José: Bueno, me llamo Jose, tengo 77 años. Estoy jubilado hace unos diez años. Trabajé la mayor parte de mi vida en mi empresa de zapatos.. Vivo solo, soy viudo,. Tengo dos hijos: mi hijo mayor vive en Brasil, allá también está mi nieta, que tiene 3 años, y mi otra hija vive en Barcelona. Aunque estamos lejos, hablamos muy seguido por videollamada, y eso me alegra mucho, y los siento cerca.

Magalí: ¿Cómo es su día a día, un día normal en su vida?

José: Me levanto temprano, desayuno y veo un poco instagram. Me gusta salir a caminar por la mañana, anda mucho en bicicleta y después suelo ir al centro de jubilados, donde paso gran parte del día. Antes de ir al centro, mis días eran muy tranquilos. Desde que participo ahí, tengo otra energía. Tengo algo para hacer.

Magalí: ¿Cómo llegó al centro de jubilados? ¿Qué lo motivó a sumarse?

José: Llegué por un amigo del barrio que ya participaba. Yo al principio no quería saber mucho… Pero me invitó a una merienda que hacían los viernes y terminé enganchándome. Al poco tiempo me anoté en los talleres y después en los viajes. Me di cuenta de que necesitaba salir un poco del encierro y conocer gente nueva, eso hace bien, me hizo bien.

Magalí: ¿Qué actividades realiza habitualmente en el centro y cuáles disfruta más?

José: Participo en los talleres de memoria, y también hago algo de gimnasia. Pero lo que más disfruto son las salidas turísticas. Viajar en grupo me cambió mucho, porque es un ambiente distinto, más alegre. Se charla, se comparten historias y se forman amistades muy lindas. En todos los viajes, te vas con amistades nuevas.

Magalí: ¿Hace cuánto participa y con qué frecuencia asiste?

José: Ya van unos cinco años. Voy al centro dos o tres veces por semana, y trato de no faltar. Es como mi segunda casa.

Magalí: Contame sobre alguna salida o experiencia turística que recuerde especialmente.

José: Una de las que más recuerdo fue a Córdoba, a las sierras. El paisaje era hermoso y el grupo estaba muy unido. Hicimos caminatas, comidas compartidas y hasta un fogón a la noche. Para mí fue muy especial, porque hacía mucho que no viajaba desde que mi esposa falleció. Me sentí acompañado, volves a disfrutar de la vida.

Magalí: ¿Notó algún cambio en su manera de relacionarse con otras personas desde que participa en los viajes?

José: Sí… siempre fui de hablar, pero con la gente que yo ya conocía…. En los viajes aprendí a hablar más, a contar cosas mías…. también a escuchar las historias de los demás… a todos nos pasó, o nos pasa algo,....y te desahogas…

Magalí: ¿Podría contarme alguna anécdota o momento especial que haya vivido en una salida?

José: En un viaje a Mar del Plata me tocó compartir habitación con un señor que no conocía, y pensé que iba a ser incómodo. Pero terminamos llevándonos muy bien, nos reíamos mucho, y hoy seguimos siendo amigos y nos juntamos cada tanto…

Magalí: ¿Qué siente que le aportan esas experiencias turísticas a su vida diaria?

José: Dan alegría. Después de un viaje, vuelvo con más ganas de todo: de salir, de hacer cosas, de conectarme con la gente. Me cambia el ánimo, y volves y ya estas pensando en el próximo paseo….

Magalí: ¿Qué aspectos de su personalidad siente que lo ayudan a la hora de viajar y convivir en grupo?

José: Creo que soy una persona tranquila, me adapto fácil, no soy problematico…. En los viajes eso ayuda mucho, porque hay que saber convivir con distintas personas…

Magalí: Si compara su vida social antes y después de participar en las salidas, ¿qué diferencias nota?

José: Antes, mi vida social era muy rutinaria. Ahora tengo mas tiempo para los amigos y salidas. Me siento acompañado, y eso ayuda mucho, en la vida.

Magalí: ¿Recuerda alguna vez que se haya sentido apoyado o contenido por el grupo durante una salida?

José: Sí, una vez en un viaje a San Luis me descompuse un poco por el calor. Mis compañeros se preocuparon enseguida, me trajeron agua, me acompañaron. Me sentí muy cuidado, y eso te hace sentir parte, saber que contamos el uno con el otro.

Magalí: ¿Qué emociones predominan en usted durante los viajes?

José: Alegría, disfrutas del presente. Uno a esta edad ya sabe, que todo pasa….

Magalí: ¿Qué siente cuando vuelve a su casa después de un viaje?

José: Vuelvo contento. Siempre le cuento todo a mis hijos por videollamada, les muestro fotos. Mi hija me dice que me ve rejuvenecido después de cada viaje (se ríe).

Magalí: ¿Cree que estas experiencias turísticas lo ayudaron a desarrollar nuevas habilidades sociales?

José: Sí, sin duda. Aprendí a comunicarme mejor.. También a disfrutar más de las conversaciones, sin apuro.

Magalí: ¿Qué significan para usted las amistades que surgen en estos viajes?

José: Mucho. En esta etapa de la vida, tener vínculos de este tipo, es fundamental.

Magalí: Si tuviera que agregar algo más o contarme, ¿Que me dirías ?

José: Diría que los viajes y las experiencias que te llevas de cada uno, te devuelven la alegría de compartir y aprender ... .porque en los viajes aprendes bastante de los lugares que vas, la historia, la geografía y esas cosas.

Magalí: Muchas gracias, José, por su tiempo y por compartir su experiencia.

José: Gracias a vos, Magalí. Fue un gusto conversar. Y quién sabe, capaz que algún día te sumás a un viaje con nosotros (se ríe).

7.3 Cuadro categorial

A. El Turismo y Apertura Social

Esta categoría se enfoca en cómo los viajes y las actividades grupales fuerzan y motivan el desarrollo de nuevas interacciones y la superación de la pasividad o la vergüenza.

Categoría	Subcategorías (Propiedades)	Evidencia Clave (Conceptos y Citas)
Interacción Social	**A.1. Reapertura vincular:** (Motivación principal para salir y llenar el tiempo).	*E2: "tuve que abrirme a cómo hacer sola cosas para sentirme bien"; "estoy sola... me tuve que adaptar a ser compañera de esa persona."* *E1: "lo que más me motivo fue la posibilidad de no quedarme encerrado en casa, ya eso me pesaba";* *E3: "estar en un lugar que no este tan reglado"; "nos hace bien"* *E4:" desde que participo ahí, tengo otra energía. Tengo algo para hacer". "Es como mi segunda casa".*
	A.2. Estructuras relacionales: (El diseño de los viajes obliga a interactuar con desconocidos).	*E2: "salgo sola... ahí me entero recién con quién voy a dormir"; "la coordinadora lo que hace es por ejemplo ponernos no siempre con las mismas del grupo porque si no te abrís a otra gente."* *E1: "nunca antes había viajado sin mi señora o familia. Esto es algo realmente nuevo para mi"* *E3: "el conocer otras personas, el interactuar, con otras personas",*

		“conoces historias de vida y es divertido” *E4: “salir un poco del encierro y conocer gente nueva, eso hace bien, me hizo bien”. “En todos los viajes te vas con amistades nuevas”.*
	A.3. Construcción y sostenimiento de redes sociales: (Uso de tecnologías y organización de encuentros post-viaje).	*E2: "Formamos WhatsApp del grupo... nos hacemos un nuevo grupo y nos hablamos"; "voy a ir a Córdoba no yo voy a Mendoza."* *E1: “nunca antes había hablado con él, hoy es mi gran amigo”.* *E3: "planificamos paseos porque justo somos muy paseanderas acá en el centro”.* *E4:"Hoy seguimos siendo amigos y nos juntamos cada tanto..”*

B. El Desarrollo de Habilidades Sociales

Esta categoría se centra en el aprendizaje y la modificación de comportamientos sociales, especialmente en el contraste entre el rol laboral previo y el nuevo rol en el grupo.

Categoría	Subcategorías (Propiedades)	Evidencia Clave (Conceptos y Citas)
Flexibilidad Social	**B.1. Modalidades vinculares** (Adaptación de un rol de autoridad a uno de paridad).	*E3: "yo estaba acostumbrada que se hacía lo normal, lo reglado"; "me tuve que hacer a la idea de que era un lugar más democrático, más flexible."* *E2: " yo era jefa, tenía bastantes responsabilidades ... todos acá*

		estamos con las mismas ganas y venimos a disfrutar”
	B.2. Convivencia: (Habilidad para interactuar en un ambiente relajado y con diversidad de ideas).	*E1: “Aprendí a soltarme, es decir, a tener paciencia, a compartir con personas que piensan distinto”. “sentir que puedo ser yo”, “Ahora aprendí a comunicarlo de otra manera”.* *E3: "te hace ponerte en el lugar del otro, no tener que ser vos la que dirijas todo"; "uno puede conversar... podés tener distintas ideas... y lo conversás con tranquilidad."* *E2: “al estar en grupo, tantas horas te parecen menos..” “lo que más me queda es la gente, las charlas, las risas…” “me hace salir de mi individualidad, osea soy mas de crear amiga ahora”* *E4: “pero terminamos llevándonos muy bien…” “hay que saber convivir con distintas personas..”*
	B.3. Interdependencia : (El grupo asume la responsabilidad compartida).	*E3: "todos nos cuidamos entre todos. Es más fácil. Más lindo más divertido. Te relajas más"; "Acompañándose, cuidándose y divirtiéndose. Es sanador."* *E1: “Ahora me doy cuenta que esta bueno apoyarse en otros”. “nos apoyamos, nos hacemos*

		compañía". "Comprendí, que aveces lo que el otro necesita, es alguien que lo acompañe" (...) "se preocuparon por mi, eso me hizo sentir parte de un grupo de verdad, que no estoy solo". *E2: "y ahora vamos todas juntas a festejar (...) y asi vamos haciendo cosas" "eso me ayuda ami, para todas las veces que viajo sola", "entonces ella me pasa a buscar ami y nos vamos las dos juntas"* *E4: "me senti muy cuidado, y eso te hace sentir parte, saber que contamos el uno con el otro"*

C. Incidencia del Bienestar Emocional y Cognitivo

Esta categoría aborda los resultados a nivel personal y de salud que los participantes atribuyen directamente a las experiencias turísticas grupales.

Categoría	Subcategorías (Propiedades)	Evidencia Clave (Conceptos y Citas)
Incidencia emocional y cognitiva	**C.1. Vitalidad:** (Sentimiento de volver a una etapa de diversión y despreocupación).	*E2: "me siento cargada de energía. Me siento bien. Me siento más alegre";* *E3: "volvés a como a tener la adolescencia, cuando estás en grupo"; "te rejuvenecen el poder pasear."*

		E1: "me hacen sentir vivo"; *E4: "mi hija me dice que me ve rejuvenecido después de cada viaje"*
	C.2. Alegría compartida: (Conexión entre el placer y la salud física).	*E2: "buscar cosas que me den endorfinas"; "el sistema inmunológico, cuando vos más este sonríete, alegría estás... genera endorfina."* *E4: "dan alegría, después de un viaje, vuelvo con más ganas de todo", los viajes "dan alegría, disfrutas el presente"; "Tengo otra energía. Tengo algo para hacer"* *E3: "disfrutando de la jubilación y sobre todo de las salidas"; "esto nos hace bien", "uno interactúa, charla y se divierte"* *E1: "me siento más ágil también"*
	C.3.Anticipacion y planificación experiencial: (El valor del proceso de planificación y el compañerismo antes del viaje).	*E2: "lo que es lindo es la previaje... los preparativos del viaje, ya son divertidos."* *E3: "las mujeres planificamos… y planificamos paseos".*

	C.4. Reconocimiento y Pertenencia: (Experiencias de validación emocional dentro del grupo).	*E2: "cumplía el grupo de mi mesa me hizo mi cumpleaños, compró una torta... todos los años me llaman."* *E1: "nos apoyamos y nos hacemos compañía, los viajes ayudan a relajarnos y unirnos más", "eso me hizo sentir parte del grupo de verdad, que no estoy solo".* *E3: "acompañándose, cuidándose y divirtiéndose".* *E4: "te devuelven la alegría de compartir y aprender", "te hacen sentir parte, saber que contamos el uno con el otro".*