

**UNIVERSIDAD CENTRAL DE VENEZUELA
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
ESCUELA DE COMUNICACIÓN SOCIAL**



Vivir más

**DISEÑO DE UNA REVISTA
PARA LA TERCERA EDAD**

**Trabajo especial de grado para optar al título de Licenciado en
Comunicación Social**

Tutor: Prof. Atilio Romero

Autoras:

Angulo. M. Desiree

C.I: 18.675.298

Araque .H. Estrella

C.I: 17.303.451

Caracas; octubre de 2007

“Sólo se envejece cuando se abandonan los ideales. Los años arrugan la piel; el pesimismo arruga el alma. Uno es tan joven como su fe, tan viejo como su temor, tan joven como la confianza que tiene de si mismo, tan viejo como su duda, tan joven como su esperanza, tan viejo como su desesperación”.

Frank.

www.cuidadoresdeancianos.com

AGRADECIMIENTOS

Desiree Angulo

- ❖ A Dios y a mi ángel de la guarda porque no me desamparan ni de noche ni de día.
- ❖ Al profesor Atilio Romero por aceptar ser guía del proyecto; y por darme los consejos y conocimientos necesarios para la realización de la investigación.
- ❖ A Salvatore Lo Mónaco por dar la idea clave para comenzar.
- ❖ A Belinda Calderón por abrir las puertas de su casa para cocinar parte de lo que es **Vivir más.**
- ❖ A Osmer Perdigón por colaborar en toda la parte gráfica de la revista.
- ❖ A comunicadores, periodistas, editores gráficos, sociólogos, trabajadores sociales, adultos mayores y demás personalidades que de una u otra manera permitieron poner en marcha este trabajo.
- ❖ Muy especialmente agradezco a mi compañera de tesis. Estrella, sin ti nada de esto hubiese sido realidad; sin ti no hubiese podido.
- ❖ A todas las personas que me apoyaron en la realización del proyecto y que desinteresadamente me dieron las palabras de apoyo y aliento cuando me colmaba de impaciencia.

AGRADECIMIENTOS

Estrella Araque

- ❖ A quienes impulsaron este proyecto y sirvieron de guía y apoyo durante su desarrollo: Salvatore y Belinda, gracias por ser los mejores “jefes” que cualquier periodista pueda desear.
- ❖ Al profesor Atilio Romero, por aceptar este proyecto bajo su tutela, y ayudarnos a hacerlo realidad. Gracias por los consejos.
- ❖ A Osmer, por su creatividad, por su cooperación, porque aceptó ayudarnos sin mayores condiciones y terminó siendo una pieza fundamental en este proyecto. Gracias por darle vida a nuestra idea.
- ❖ A todos los que oyeron esta idea y aportaron algo, los que ayudaron de cualquier forma a que el proceso avanzara. Gracias a nuestros entrevistados.

DEDICATORIA

Desiree Angulo

- ❖ A mis padres, Ana y Marcelo. Este trabajo de ustedes y por ustedes; son motivo de inspiración. Gracias a los dos por ser y estar.
- ❖ A mis hermanas, Jhoanna y Jennifer, porque son parte de mí y yo de ustedes. Caro, tú también entras en este paquete.
- ❖ A Ana Belén, por ser el ejemplo vivo de que querer es poder; y a Mari Aparicio porque es sinónimo de paciencia y fortaleza.
- ❖ A mis abuelos, Maria y Salustriano, como un presente.
- ❖ A mis primos, para que esto les sirva de ejemplo.
- ❖ A la persona que tácitamente me impulsa a ser mejor cada día.
- ❖ Y a Dios sobre todas las cosas, por cubrirme de su manto celestial hoy, mañana y siempre.

DEDICATORIA

Estrella Araque

- ❖ A mi madre, que es mi vida entera, mi amiga, mi guía, mi risa y mi motivo. Porque a ti te debo todo, y sin ti simplemente no habría nada bueno ni bonito. Este es solo uno de muchos logros que se deben en primer lugar a ti.
- ❖ A mis padres, porque la vida quiso que tuviera dos, por ser mi apoyo en todo momento, y guiarme siempre que fue necesario, a ustedes les debo el haber llegado hasta aquí.
- ❖ A mis hermanos: Paula, Armando y Militza, por ustedes quiero ser cada día mejor, son mi orgullo y mi esperanza.
- ❖ A Desi, otra hermana que me dio la vida, te dedico nuestro proyecto porque es la culminación de una etapa que fue hermosa y divertida gracias a ti. Por ser incondicional, única y especial. Gracias por ayudarme a llegar hasta aquí.
- ❖ A mis amigos, los que han estado a mi lado siempre, los que me ayudaron de cualquier manera, los que me hicieron reír y llorar, los que tendieron su mano cuando creía que no podía seguir más. Ustedes son lo mejor que me dejó la universidad.

ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS	3
DEDICATORIAS	5
RESUMEN	10
INTRODUCCIÓN	12
PROYECTO	14
MARCO TEORICO	18
I LA REVISTA Y EL DISEÑO GRÁFICO	19
1.1 Historia de la revista	20
1.2 Revista como medio de comunicación	23
1.3 Fundamentos básicos para el diseño editorial	24
1.3.1 Formato	25
1.3.2 Portada	26
- De rostros	27
- Montaje e ilustración	27
- Anticonvencionalismo	28
- De texto	28
- Titulares de portada	28
- Códigos de barra, fechas y precios	29
1.4 Diseño Gráfico	31
1.5 Fundamentos del diseño	32
1.5.1 Contraste	32
1.5.2 Equilibrio	33
1.5.3 Proporción y Ritmo	34
1.5.4 Color	34
- Cualidades tonales	35
- Clasificación de colores	36
- Factores de la percepción del color	36
- Psicología del color	37

1.5.5 Tipografía	38
- Familias tipográficas	39
II LA VEJEZ	43
2.1 El envejecimiento físico	49
2.1.1 Teoría del debilitamiento del sistema inmunológico	50
2.1.2 Teoría del envejecimiento celular	50
2.1.3 Teoría de las modificaciones del sistema endocrino	51
2.1.4 Teorías genéticas	51
2.1.5 Teoría del desgaste	51
2.1.6 Teoría de los desechos	51
2.1.7 Transformaciones físicas	52
- De apariencia	52
- De estructura	52
- Cambios funcionales	53
2.2 El envejecimiento psicológico	55
2.2.1 Cambios de la percepción	55
2.2.2 Cambios en la rapidez y coordinación	56
2.2.3 La memoria	56
2.2.4 La inteligencia	59
2.2.5 La emotividad	61
2.3 La personalidad de los ancianos	62
III POLÍTICAS PÚBLICAS PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD	66
3.1 Un espacio digno para los adultos mayores	68
3.2 Acciones que hablan por sí solas	70
IV ADULTOS MAYORES EN EL ÁREA METROPOLITANA DE CARACAS	74
4.1 Ciudad emergente vs. Adulto independiente	76

4.2 De lo individual a lo colectivo	77
V MARCO METÓDICO	81
5.1 Nivel de la investigación	82
5.2 Tipo de investigación	83
5.3 Técnicas de investigación	84
5.3.1 Las entrevistas	84
- Especializadas	85
- En profundidad	85
5.3.2 La observación	85
VI LA PROPUESTA: <i>VIVIR MÁS</i>	87
6.1 El diseño del medio y su comunicación	88
6.2 El proyecto editorial	90
6.2.1 Equipo editorial y su organización	90
6.2.2 Presupuesto	90
6.2.3 Comercialización	92
6.2.4 Resultados esperados	93
6.3 Manual Editorial	94
6.3.1 Política editorial	94
6.3.2 Géneros	95
6.3.3 Ética periodística	97
6.3.4 Lineamientos generales	97
6.4 Manual de Estilo y Formas Expresivas	99
6.4.1 La maqueta	99
6.4.2 Criterios formales y expresivos	101
6.4.3 Contenidos y secciones de la publicación	102
6.4.4 Usabilidad y navegabilidad en el medio	105
6.4.5 Mundo referencial	107
CONCLUSIONES	109
ANEXOS	112
BIBLIOGRAFÍA	114

RESUMEN

El surgimiento de medios impresos cada vez más especializados y segmentados por audiencias es una realidad existente en nuestro país. En la búsqueda de cubrir las necesidades específicas de una determinada audiencia, se generan productos editoriales que responden a la demanda de información acerca de un área o tema especial. No obstante, las diversas audiencias se dividen no sólo por intereses sino también por grupos etarios, y en este ámbito no se observan mayores ofertas en nuestro mercado.

Es por ello que hemos decidido proponer como Trabajo especial de grado para optar al título de Licenciado en Comunicación Social la elaboración de una revista impresa especializada, dirigida a un público mayor de 60 años o de la tercera edad.

Consideramos que es un grupo desatendido en éste ámbito, al cual se le puede ofrecer información muy diversa y de gran importancia, además de entretenerles con artículos pensados y escritos según las necesidades de la edad.

Vivir más fue concebida luego de una exhaustiva investigación teórica la cual fue sustentada empíricamente a través de un sondeo de opinión con especialistas en el área y el público potencial. La revista está pensada como una publicación de periodicidad mensual, dirigida a adultos mayores del área metropolitana de Caracas.

Además de atender, entretener e informar a nuestro *target* con un producto final que cumpla con sus expectativas, el propósito de este trabajo es menoscabar los prejuicios existentes en nuestra sociedad, la cual concibe erróneamente esos valiosos años.

Palabras claves: adulto mayor; diseño de revistas; audiencias claves; mercado editorial; sociedad.

RESUME

The emergence of printed media, every day more specialized and segmented based on the different audiences, is a reality in our country and, with the intention of attending certain specific needs of such audiences, editorial products are generated to response to the information requests on a special area or subject.

Nonetheless, readers are divided not only by interest but also by age groups, and this particular area lacks of relevant offers in our market.

That's why we have decided to propose a specialized magazine shaped to men and women who are older than 60 years, as our Special Essay to obtain our Degree in Social Communication

We consider that this particular segment of society is being ignored, and is possible to offer them very important and diverse information, besides stories wrote having in mind their needs as seniors citizens.

Vivir más was designed after an exhaustive investigation, which includes an inquiry with specialists and audience. This will be a monthly magazine, shaped to men and women who are older than 60 and lives in Caracas and its Metropolitan Area

Our final purpose is reduce the prejudices about older people, entertain and inform them, and finally, to show everyone the value of the senior citizens.

Key Words: older people; graphic design; key audiences; publishing market; society.

INTRODUCCIÓN

Vivir más es la propuesta que presentamos en este proyecto, con la intención de ofrecer un producto innovador en un mercado que hasta ahora se ha caracterizado por enfocar su atención en las audiencias jóvenes principalmente.

Al observar nuestro entorno, comprendemos que cada vez son más los adultos mayores que desarrollan una vida saludable, y demuestran interés por formar parte de la esfera social que suele apartarlos, considerando que ya han cumplido sus metas.

La población mundial va envejeciendo de manera importante, y la idea de adultos de más de sesenta años en plena actividad física y con hábitos de consumo regulares constituye una tendencia en aumento.

Se trata de una población demográficamente en crecimiento, con disponibilidad de gasto proveniente de la acumulación de haberes durante su vida productiva, si no es que aún forman parte de la fuerza laboral.

En atención a ellos los productos y servicios para la tercera edad tenderán a ir en aumento, especialmente en lo que consumo de placeres y entretenimiento se refiere.

Como sabemos, nuestra sociedad no atribuye aún valores comerciales ni sociales a los viejos, pero todo indica que nos dirigimos hacia un mundo cada vez más “anciano” –por la baja tasa de natalidad y el aumento de la expectativa de vida-, dónde los jóvenes consumidores de hoy serán mañana adultos mayores acostumbrados al consumo.

Por ello hemos decidido desarrollar esta idea y comenzar a trabajar en este mercado aún desatendido.

Este trabajo se compone de seis capítulos fundamentales. El primero de ellos nos acerca al diseño de revistas y el uso de los elementos gráficos disponibles para complementar y mejorar la información y los mensajes que se quieren transmitir.

Luego, abordaremos el tema de la vejez: sus características, y los cambios físicos y psicológicos que le acompañan. Esta información que fundamentará nuestras ideas durante el desarrollo de la propuesta de revista. Si no conocemos a nuestras audiencias, ni intentamos entender como perciben algunos conceptos, estaríamos prácticamente sin herramientas para desarrollar el proyecto final.

También nos acercaremos a dos temas que consideramos de suma importancia para comprender a los ancianos de nuestro entorno más inmediato. Los capítulos tres y cuatros se refieren por ello a las políticas públicas para personas de la tercera edad, y a los adultos mayores en el área metropolitana de caracas, respectivamente.

Una vez finalizado el análisis teórico de todos los factores que intervienen o afectan el tema que nos incumbe, es decir, la tercera edad en Caracas, presentamos el marco metódico de nuestra investigación, para explicar todos los recursos usados en el transcurso de este trabajo especial de trabajo.

Para cerrar, el capítulo seis está constituido por todos los elementos de nuestra propuesta específica, una revista para la tercera edad: **Vivir más**. Allí se encuentra la descripción del diseño del medio, el proyecto editorial y Manual de Estilo que define lo que será nuestra política editorial y línea informativa.

Nuestro mayor deseo es lograr que gracias a nuestro trabajo, otros comiencen también a interesarse y trabajar en este tema.

PROYECTO

El objetivo principal de esta investigación es diseñar y elaborar el número 0 de una revista impresa especializada para personas de la tercera edad. Para ello hemos desarrollado una investigación acerca de las revistas como medio masivo de comunicación, la tercera edad como posible audiencia para este medio, y la situación del adulto mayor en la ciudad de Caracas, pues es aquí dónde se constituirá nuestro mercado.

El porqué envejecemos ha sido y sigue siendo materia de permanente discusión. Es por ello que han surgido numerosas teorías que pretenden explicar el estado biológico al que, en teoría, todos debemos llegar.

De acuerdo con la revista electrónica www.cuidadoresdeancianos.com, existen diversas conjeturas que explican el asunto:

- Teoría del Reloj Biológico: plantea que el envejecimiento está genéticamente programado.
- Teoría del Agotamiento del Material Genético: expone que los cambios físicos que se producen en el envejecimiento son consecuencia del agotamiento del material genético. Es decir, las canas no se manifiestan por un gen que las desarrolla sino por el agotamiento del gen que las mantiene sin ellas.
- Teoría de los Radicales Libres: según ésta, todas las células se reducen y oxidan, por lo que se generan los ‘radicales libres’, dicho en otras palabras, radicales libres de oxígeno.

Asimismo, el mencionado sitio web destaca los tipos de edades que tiene el ser humano:

- Edad cronológica: es la que tiene el individuo en relación con su fecha de nacimiento.

- Edad biológica: es la que corresponde al estado funcional de los órganos.
- Edad funcional: es la que expresa la capacidad de mantener los roles personales y la integración social del individuo en la comunidad.

De cualquier manera la vejez es un estado biológicamente ineluctable en la vida de los seres humanos, siendo éste un hecho que en muchas sociedades, como la nuestra, se presta para la discriminación y la exclusión porque los consideran inactivos y carentes de ideas y recursos productivos. Lo ideal es proveerles los recursos que armonicen su entorno físico, emocional y social.

Por otra parte, no hace falta hacer un análisis exhaustivo para darse cuenta que el mercado editorial de nuestro país, especialmente el del área metropolitana de Caracas, está bien dotado de productos editoriales que responden a un *target* específico o un área determinada. Sin embargo, no existe, actualmente, publicación alguna que responda a los intereses del público anciano. Es aquí donde cabe preguntarse, ¿Por qué este segmento está tan desatendido en comparación con otros que están sobresaturados? ¿Hacen algo los organismos competentes para llenar este vacío? ¿Por qué ocurre esta situación? Las respuestas certeras se desconocen, por ahora; sin embargo se presume que no les dan el valor que merecen; porque creen que están pobres de actitud y pensamiento; porque son inestables emocionalmente; porque el organismo no les da para sentarse a leer; o quizás porque el reloj biológico se les agota como para terminarlo de gastar en comprar revistas.

Ante este panorama en el que la situación actual está muy lejana de la situación ideal, nuestra propuesta como trabajo final de licenciatura es diseñar y elaborar el número 0 de una revista impresa especializada para personas de la tercera edad que sirva como recurso informativo, de entretenimiento y esparcimiento, puesto que a priori consideramos que es un público con mayor disposición para la lectura (disponen de más tiempo

para leer), y el producto que ofreceremos es un medio tradicional con el cual se sentirán identificados –en contraste con otros, tales como los medios electrónicos.

El propósito es que nuestro público objeto encuentre en la publicación temas como: educación sanitaria, estilo de vida, alternativas de pólizas de seguro, información y control de la pensión, programas turísticos y de distracción, para que se sienta socialmente activo.

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

Objetivo General:

Diseñar y elaborar el número 0 de una revista impresa especializada para personas de la tercera edad.

Objetivos Específicos:

1. Realizar una exhaustiva investigación teórica referencial para conocer los cambios físicos y emocionales de las personas objeto de estudio; así como indagar sobre el marco político social en el cual se desenvuelven.

En principio es necesario abordar minuciosamente todos los cambios biológicos que se encaran al llegar a la tercera edad con el objetivo de saber a ciencia cierta cómo es nuestro *target*, y los pro y los contra que podemos enfrentar al tratar con ellos. Asimismo es indispensable conocer el entorno que proponemos como distribución de la publicación (área metropolitana de Caracas) y cuáles son las condiciones políticas y sociales que la ciudad promueve en pro de ellos. El fin es ubicarnos de lo individual a lo colectivo.

2. Entrevistar a personalidades con prominencia en el área de la Edición de Medios Impresos.

Es imprescindible conocer la visión objetiva y calificada de periodistas, comunicadores y/o editores gráficos que aporten ideas claras y precisas sobre cómo debemos elaborar la revista, entre otros indicativos útiles que definan la orientación de la publicación, siempre tomando en cuenta el abordaje estudiado previamente.

3. Diseñar el número 0 de la revista impresa

Al momento de definir la línea de la revista es igual de importante considerar no sólo un contenido que ofrezca información, entretenimiento y distracción al lector en función de los diversos temas, sino también los elementos gráficos.

4. Escribir los artículos contenidos en la revista

Como parte del reto que implica el desarrollo de este proyecto, además de diseñar gráficamente la revista también desarrollaremos los contenidos periodísticos según los resultados que arrojen nuestras investigaciones previas.

MARCO TEÓRICO

La investigación desarrollada para este Trabajo de Grado comprende cuatro partes: 1) la referida a los fundamentos básicos de la revista como medio de comunicación, 2) el estudio de las personas de la tercera edad, sus características, 3) las políticas públicas gestadas por el estado venezolano para crear las condiciones para una mejor vida para los adultos mayores y 4) la manera en que se relacionan con la ciudad y su entorno.

En el Capítulo I desarrollaremos una introducción a la revista, sus partes y características. Tópicos que nos servirán para luego llevar a cabo nuestro producto final. Es necesario para nosotros conocer las posibilidades existentes y decidir que características definirán a nuestra propia revista.

Luego, en el Capítulo II, entraremos al estudio de las personas de la tercera edad, especialmente los cambios físicos y psicológicos que atraviesan durante el proceso del envejecimiento y una vez considerados como adultos mayores.

Finalmente en el capítulo III y IV intentaremos relacionar a los adultos mayores con la ciudad, la manera en que se interactúan con ella, y la manera en que las políticas públicas cooperan u obstaculizan este proceso. Así lograremos un enfoque más local, centrado específicamente en la situación de los adultos mayores en la ciudad de Caracas, que es en primera estancia nuestro entorno objetivo.

CAPITULO I:
LA REVISTA Y EL DISEÑO GRÁFICO

LA REVISTA

“Mientras podamos pensar en otras alternativas, no estamos perdidos; mientras podamos deliberar juntos y hacer planes juntos, podemos tener esperanza”.

Erich Fromm (1993)

1.1.- Historia

Fijar una fecha exacta que determine el nacimiento de la revista es una tarea en extremo difícil, por no decir imposible. Algunos autores consideran que la Revolución Industrial, a fines del siglo XIX, determinó el inicio de la producción de verdaderas revistas, tal y como ahora las conocemos, y no simples folletines sin mayores diferencias con los periódicos de la época.

El auge de la máquina, y los avances tecnológicos en los procesos de impresión, reproducción masiva y diseño de arte marcaron sin duda las condiciones necesarias para el desarrollo de estos medios.

No obstante, es posible ubicar reseñas históricas que hagan referencia a la aparición de la primera revista algún tiempo antes de que el desarrollo industrial abriera los caminos de la comunicación impresa como sabemos lo hizo.

Según la enciclopedia virtual www.wikipedia.org, la aparición de publicaciones periódicas que no fueran solamente informativas data del siglo XVIII. En esta época se editaban algunas especies de almanaques, semestral o anualmente, en los cuales era posible encontrar datos sobre el clima, las comunicaciones, la población y otros temas informativos, junto con prosa literaria y poemas de breve extensión. La naturaleza de estos almanaques no era meramente informativa, sino que incluía entretenimientos para sus lectores, lo cual marca un precedente para lo que luego conoceríamos como revistas.

Asimismo, durante este siglo nacieron los primeros semanarios, que incluían descripciones de modas y costumbres, acompañadas de crítica social y moral.

Según los colaboradores del mencionado portal electrónico, una de las pioneras fue una publicación alemana llamada *Erbauliche Monats-Unterredungen* (Discusiones Mensuales Edificantes), que apareció entre los años 1663 y 1668. Más tarde, a comienzos de siglo XVIII Joseph Addison y Richard Steele crearon *The Tatler* (1709-1711), otra de las primeras revistas de las que se tiene referencia.

Las revistas modernas nacen, como mencionábamos anteriormente, en medio del auge industrial y vienen de la mano con el surgimiento de una clase educada para la especialización, así como también para una política de masas.

Si bien las revistas tuvieron un nacimiento similar al de los periódicos, éstas se destacaron porque vieron la luz a partir de las iniciativas de una clase intelectual y letrada que intentaba hacer énfasis en ciertos temas de interés, como la cultura y el arte.

A fines de 1800, dadas las nuevas condiciones sociales, se hizo necesaria la producción de medios modernos y masivos. Una población cada vez más instruida y especializada para atender las complejidades de los procesos industriales, demandaba a su vez medios más especializados para atender sus propias necesidades.

Las características diferenciadoras de la revista frente al periódico estuvieron principalmente constituidas por las herramientas de diseño usadas en la primera, que solo pudieron llevarse a cabo gracias a los modernos procesos técnicos desarrollados en la Revolución Industrial.

El recurso gráfico –determinante en este tipo de medios impresos– comenzó a ser ampliamente explorado, debido a la serie de inventos y descubrimientos producto del desarrollo industrial. Según Owen (1991), la

revista “era un nuevo tipo de fuente de información aplicable a los requerimientos de una sociedad altamente estructurada, pero en curso de rápido cambio” (p.12).

Con la reproducción fotográfica y la evolución a la imprenta automatizada se marcaron los hitos para lo que luego conoceríamos como la revista moderna. Así pues, comenzaría la exploración de todo un nuevo mundo de posibilidades para la composición tipográfica y el manejo del espacio en lo impreso.

Hasta la llegada de los procesos industriales, el diseño de revistas se mantuvo en manos de artesanos por lo cual se observaban muy pocas diferencias con los libros tradicionales. Señala Owen (1991) que “la revista sólo se distinguía del libro por su portada endeble y flexible; los titulares se parecían a los encabezamientos de los capítulos; (...) el texto se desarrollaba de arriba abajo en columnas sencillas o dobles, a la manera de un libro” (p 13).

Sin embargo, el desarrollo industrial no significó un cambio inmediato en éstos cánones, al principio la mayoría de los avances tecnológicos se usaban para mejoras en los aspectos más técnicos o de comercialización –incremento de la circulación y mayor rapidez para el manejo de la información- , pero el verdadero cambio en el estilo decorativo simétrico y tradicional solo ocurrió cuando la figura de “redactor de arte” o diseñador desplazó a los tipógrafos artesanales.

El primer “redactor de arte” conocido data de 1894, y fue Aubrey Beardsley, en el periódico *The Yellow Book*. No obstante, a partir de 1920 es que se hace usual y permanente la participación de los diseñadores y directores de arte en la elaboración de revistas.

Debido al origen burgués de las revistas, al comienzo sólo estuvieron dirigidas a públicos exclusivos, se consideraron artículos para ricos y la difusión no fue precisamente masiva hasta superados los obstáculos técnicos que impedían abaratarlas.

Con los avances en la mecanización de los procesos de impresión y fabricación de papel, estas limitaciones fueron superadas y además fue posible un mayor desarrollo en el área de diseño e ilustración.

Al respecto, comenta Owen (1991):

A comienzos del siglo XIX, el grabado de un bloque de madera ocupaba entre un día y un mes, según su tamaño; cien años después, un fotograbado de medio tono se podía preparar en unas horas, y para 1890 revistas como *Berliner Illustrierte Zeitung*, *Harper's* y *Leslie's* hacían uso intensivo de la fotografía.(p.16)

1.2.- La Revista como Medio de Comunicación

La revista es, por mucho, el medio impreso más versátil, pues sus posibilidades gráficas y de contenidos son prácticamente inagotables. Aunque puede definirse como medio con unas características particulares, no es posible clasificar inmutablemente todas sus variantes.

Al no estar supeditada a la inmediatez de un periódico ni obligada con la transmisión de información –en términos periodísticos de lo noticioso- podemos considerarla como un abanico infinito para desarrollar herramientas gráficas y manejar contenidos especializados o variados según nos convenga.

Asegura Owen (1991) que “Las revistas, (...) cubren funciones culturales más nebulosas que la mera transmisión de la noticia escueta: son vínculos sociales de los individuos particulares con los intereses comunes, son volubles adalides de la moda y el consumo, y demandan un lenguaje visual rico”, (p.126).

Las características principales atribuidas a las revistas se refieren a su periodicidad, formato y en algunos casos, la especialización. Una revista permite a sus creadores experimentar en todos los niveles de producción como nunca podría hacerlo un periódico, signado como está por la prioridad de la información sobre la ilustración o el diseño.

No obstante aunque la experimentación gráfica es el motor que le da dinamismo a estas publicaciones, no debe abusarse de ella pues el objetivo final es presentar los mensajes de la manera más efectiva posible, y los “excesos creativos” pueden obstaculizar este objetivo.

En líneas generales los factores que influyen de manera directa en la elaboración de una revista son muchos y muy variados: las necesidades del lector y del mercado, los requerimientos de publicidad, e incluso el papel y los métodos de impresión.

En la actualidad, la intensa fragmentación del mercado permite atacar por todos los flancos. Pueden desarrollarse productos editoriales que abarquen los más infinitos temas en diversos grados de especialización, sin contar que también es posible atender las necesidades de los lectores según su edad o su entorno.

Así, una revista puede estar dirigida a los jóvenes, las mujeres, los ejecutivos o los ancianos; y tocar materias especializadas como tecnología, salud, economía o moda siempre que exista demanda. Incluso, si queremos ir más allá, los publicistas más atrevidos insisten en que es posible crear las necesidades de un sector determinado mientras que se entienda qué es lo que nuestros potenciales lectores podrían estar requiriendo.

1.3.- Fundamentos básicos para el diseño de revistas

El diseño de revistas es un proceso de creación relativamente impreciso. No existe un patrón estándar de juicio para el diseño correcto, y los problemas de producción y comunicación no siempre pueden medirse desde un punto de vista estrecho. No obstante, el mercado editorial es en extremo competitivo. Las publicaciones sólo tienen éxito si sus creadores saben presentar contenidos inteligentes en formatos gráficos atractivos.

Éstos pueden adoptar diversas y sutiles formas, que solo están limitadas por el rectángulo blanco de la página. Existen condiciones en las que puede estar justificada la adopción de métodos de comunicación

indirecta o no racional, es decir ocasiones en que puede ser admisible sacrificar la legibilidad en aras del arte. Estas libertades siempre existen, en mayor o menor grado, dentro de las limitaciones impuestas por la técnica y las intenciones editoriales, y deben ejercerse en armonía y no en contradicción con esas obligaciones.

De cualquier manera hay que tomar en cuenta que “el diseño periodístico debe facilitar el proceso de comunicación atrayendo la atención del lector, en primera instancia, y reteniendo su interés, en segunda, al facilitarle la lectura y el desplazamiento a través de las páginas” (p.15), según destaca Zorrilla (1999). Es por ello que es importante tomar en cuenta una serie de principios para elaborar productos editoriales que satisfaga la demanda de sus lectores.

1.3.1.-Formato: es el área que se utiliza para realizar una composición, para diseñar. Éste determina la identidad gráfica de la revista, y es el primer elemento a establecer a la hora de emprender cualquier diseño, puesto que será el que ayudará a mantener el estilo de la publicación en cada una de sus ediciones.

El formato da armonía al diseño, a la creación de la retícula (divide el espacio en secciones moduladas), determina la tipografía y da orden al espacio. De esta manera ayuda a que cada edición tenga una mejor forma, tanto de diseño (tipografía, texto, imagen); como físico (papel, tamaño, impresión, etc.)

Para las revistas el formato más utilizado es el de 21 x 29,7 cm o A4, porque tienen ventajas de diseño: es lo bastante grande para incluir una cantidad razonable de palabras e imágenes en cada página y lo bastante pequeño para que se pueda leer cómodamente. Sin embargo, y a pesar de que este tamaño es el más común, muchas publicaciones varían las proporciones. Todo depende del concepto editorial y de diseño, aunque es conveniente que una revista cuente con un formato fijo. En tal sentido, Owen (1991), exalta un error que se comete con facilidad y en el que no se

debe caer: “confundir el formato con el diseño, equipar el diseño con la construcción de formas atractivas en la página, y limitar la apreciación del estilo a las cualidades de asociación de ideas” (p. 158).

Ahora bien, se debe aclarar y recordar, según palabras de Owen (1991), que el fin tradicional del formato y de la retícula es el de facilitar la producción y dar coherencia y claridad a la forma. Además, el formato no es de “ningún modo su única expresión de individualidad. (...) Los formatos no son otra cosa que andamiajes sobre los que se construye y en torno a los que se crean variaciones temáticas y gráficas” (p.164).

1.3.2.-Portada: es la pieza fundamental de la publicación. Su función principal es captar la atención y vender ejemplares, a través de sus contenidos, el producto final. Es por ello que la portada es el área del diseño que está sometida a un control más estricto y riguroso, con el objetivo de cautivar al público objetivo. En otras palabras, la portada es la “cara” de cada *magazine* sacado al mercado. Es la carta de presentación del diseñador y del producto editorial que está tratando de venderse.

Ahora bien, hay autores que discrepan de objetivo de la mejor portada. Por un lado, Owen afirma que la mejor portada es aquella que es memorable, es la que se recuerda. Por otra parte, Foges y Jeremy (2000) opinan que la portada es la que vende más. De cualquier manera, la portada de la publicación, al igual que la prensa, debe impactar, enamorar y lograr ser “el gancho” que generará la compra del producto. Además, es importante aclarar que la portada por sí misma no vende si en el interior de la revista el contenido no logra atrapar al consumidor. Es por ello que la primera página debe ser coherente con el contenido, pero siempre tener la autonomía de llamar la atención por sí misma.

La portada debe conjugar varios elementos de forma equilibrada: la foto o imagen principal; los titulares o los contenidos más importantes, novedosos y actuales; el nombre o logotipo de la publicación, que debe tener un diseño fijo; publicidad, si la tiene; y las identificaciones (nombre,

me, número, precio, código de barras y ofertas especiales –en caso de que las haya.

A pesar de que la “página principal” de la revista debe ser llamativa es necesario que sea sencilla. La idea es que no se vea recargada o pesada. “Lo que se requiere de un diseñador para crear una portada es una imagen atractiva y dinámica, recortada para crear fuerza y equilibrio, sentido del color y habilidad para combinar un amplio número de líneas en un espacio pequeño” (p.187), afirma Owen (1991).

Como bien hemos destacado, la portada requiere de un control más riguroso y estricto para que logre cumplir con el objetivo de vender y enganchar a los consumidores. No obstante, los editores y diseñadores siempre van a hurgar en la competencia para tomar los recursos innovadores, para estar a la par, o por encima, de su más cercana competencia.

- **De rostros:** de acuerdo con varios especialistas en el área, las portadas suelen ser de rostros humanos por una sencilla razón: autorreconocimiento o proyección. Además, utilizar caras humanas en las portadas de los *magazines* cumple con una función fundamental: ganar mercadeo.

Independientemente de si la publicación es de música, cine, moda, política o negocios, cualquier cara que esté en boga (por algún hecho en particular) será susceptible de aparecer en la portada de las revistas, y ello generará beneficios importantes; también porque dará la idea al público de que la revista es actualizada. Sin embargo, la explosión constante de este tipo de imágenes visuales tiene el riesgo de caer en cliché.

- **Montaje e ilustración:** pueden ser combinaciones de varias fotos, de varias ilustraciones, de la combinación de las anteriores, solo ilustraciones, solo fotos, etc. No existe una regla específica para su realización ni una fórmula genérica que amerita clasificarlos. Simplemente

son recursos gráficos que deben cumplir con la premisa básica de la portada: impacto visual, transmisión del mensaje y venta de la revista.

- **Anticonvencionalismo:** esta manera de hacer portadas es tan libre que muchas veces permite excluir el logotipo o nombre de la revista, combinar fotos y texto, múltiples textos, múltiples fotos, intervenir obras de arte, deformar rostros y formas, jugar con colores fluorescentes y pasteles en la composición o colocar figuras inentendibles e inconexas y saltarse el formato, entre otras cosas. Este tipo de portada se usa para publicaciones que no dependen de las ventas en quioscos y por este motivo se permite todas las libertades artísticas y de diseño posible.

- **De texto:** este tipo de “primera página” es como un cartel de anuncio; son muy versátiles. Tienen la ventaja de la inmediatez. En ellas, el diseñador se permite jugar con los tamaños, la tipografía y los colores a manera de transmitir con palabras la idea principal de la revista o del tema que se tratará en la edición del momento. No obstante, en este tipo de portada el texto puede interactuar con fotos e ilustraciones creando composiciones limpias y llamativas.

- **Titulares de portadas:** “la principal función de los titulares de portada es atraer a los lectores, persuadirlos para que compren la revista y no la de la competencia” (p.25), según destaca Foges (2000). Para ello, se debe recurrir al artículo que se considere más importante y atractivo, preferiblemente aquel que cuente con actualidad. El diseñador también debe destacar aquellos datos que puedan ser más llamativos para el lector; por ejemplo, la entrevista más larga o el reportaje más “picante”, de manera que sugiera a los lectores por dónde va la revista. Es decir, que es fácil para el lector percibir si los textos son informativos, ingeniosos o sensacionalistas.

- **Códigos de barras, fechas y precios:** en la portada de los *magazines* también se debe incluir cierta información adicional, que no tiene nada que ver con el contenido de la revista, pero que ayuda a que el lector se decida a comprarla. Fecha de salida o número, el precio y el código de barras, son algunos de ellos.

Foges (2000), señala que:

Como esta información no dice nada sobre si la propuesta de la revista es interesante, si será fuente útil de información o si será un entretenimiento agradable, es poco probable que el diseñador quiera destacarlos demasiado. Pero como son elementos obligatorios, deben formar parte del diseño de la portada, y no han de estropear los logros conseguidos con los demás elementos. (p.20)

1.3.3.- Fotografías e Ilustraciones: estos dos componentes se unifican para ser centros de impacto y captar la atención del lector.

De acuerdo con Owen (1991), la fotografía cuenta con una función específica. No se trata sólo de un elemento que sirve para embellecer un texto, al contrario, le da fuerza al contenido. Su uso está sometido a contar una historia, proporcionar información, etc. “La columna vertebral de las revistas ilustradas, y su papel primario es el periodístico: debe colaborar con el texto y dentro de la composición general. (...) También puede servir como textura de fondo, (...) o como unidad de puntuación visual” (p. 22).

La fotografía, a diferencia de las ilustraciones, proporciona información adicional y documental que pocas, o ninguna, ilustración podría lograr. Además, las mismas pueden ser intervenidas con el objetivo de lograr, por medio de recortes, exageraciones, encuadres, cambios de color, etc., un nuevo giro y significado a cada imagen. Recordemos que el avance de la tecnología ha ayudado mucho en ello.

Según Zorrilla (1999), existen cuatro principios que deben regir la selección de las fotografías: oportunidad, impacto, posibilidades de diseño y calidad.

Por su parte, la ilustración es, según Owen (1191), “una forma más individualizada y subjetiva, basada en la experiencia e interpretación personal; su mensaje es por lo general indirecto y retórico” (p. 200). Al ser ésta un recurso más íntimo y personal, se pueden crear imágenes más introspectivas y expresivas para ciertos textos que lo necesiten. No obstante vale recordar que el empleo de la ilustración era utilizado con cierta frecuencia antes de la aparición de la fotografía, pero en la actualidad se emplea cuando se hace referencia a algo abstracto. Este elemento gráfico no cuenta con una forma específica, puede ser rectangular, circular o de cualquier otra característica.

De cualquier manera, lo importante es recordar que la fotografía y la ilustración son recursos básicos y esenciales de cada *magazine*, y que ambos son utilizados para darle énfasis a las palabras escritas.

1.3.4.- A posteriori: la tecnología ha jugado un rol fundamental en la evolución de las revistas, de eso no hay duda. Ésta contribuyó en que la calidad de la imagen se fuera perfeccionando, y más aún, en que la técnica de impresión fuese mucho más rápida. Ahora bien, dentro de este vertiginoso mundo en el que la tecnología se hace cada vez más avasallante, cabe preguntarse ¿Qué le depara el futuro a las revistas?

De acuerdo con Foges (2000), es admisible que en el transcurso de los venideros años haya cada vez más revistas electrónicas, hasta amenazar la supervivencia de las impresas. No obstante, el mencionado autor augura que este panorama es muy poco probable puesto que la impresión tiene algunas ventajas: “puedes coger una revista, leerla en el tren, y luego tirarla. El portátil no te lo puedes quitar de encima tan fácilmente. (...) A los lectores les gustan las revistas impresas porque leer una revista es una experiencia táctil, sensual” (p. 51).

De cualquier manera es obvio que las revistas no escapan de la “era digital”. En este sentido, Owen (1999) destaca que las revistas son digitales desde hace mucho, incluso antes de la creación y popularización de

Internet, pues el diseño muchas veces era asistido por computadoras, a través de *softwares*. Además, la mayor parte de los diseños se hacen primero en ordenadores y luego se pasan a papel.

Los programas de diseño son herramientas fundamentales a la hora de hacer un *magazine*. Entre las ventajas que reportan tenemos: facilidad con la que se integra texto e imagen y como se compone la publicación, la edición en la máquina ha contribuido a que se superen las limitaciones técnicas, sobre todo al permitir ver en la pantalla cómo quedará el producto final antes de imprimirlo en rotativas.

Vale aclarar que en la actualidad el panorama tiene dos vertientes: versiones electrónicas de revistas que ya tienen un formato impreso y las que sólo existen en la web. Con las del primer grupo, los diseñadores se ven obligados a crear páginas de acuerdo con las características de las impresas; mientras que las del segundo, cuentan con mayor libertad a la hora de ser diseñadas.

A pesar del temor que puede existir ante la desaparición de las publicaciones impresa, no se puede negar que el formato digital tiene sus ventajas también: reduce los costos de producción y distribución; no tienen que luchar con otras para atraer lectores, porque éstas no son expuestas en los quioscos y una vez que se publica tiene la misma prominencia de cualquier otra web.

Lo cierto es que, desde sus inicios, la revista ha tenido una capacidad indudable para adaptarse a los cambios que se han producido a través de las nuevas tecnologías durante distintas épocas. Entonces no se pone en duda la posibilidad de que sigan en ese proceso de innovación y evolución.

1.4.- Diseño Gráfico

El diseño en sí –entendido como diseño gráfico– nace como una respuesta a la necesidad de comunicar gráfica y visualmente las ideas, de tal manera que sean más atractivas y entendibles posible. De acuerdo con

la enciclopedia electrónica www.wikipedia.org, el diseño gráfico “es una disciplina y/u oficio cuyo objetivo es comunicar una idea a través del uso de gráficos y el texto”.

Al nacimiento y posterior desarrollo de esta ciencia contribuyeron escuelas como la alemana *Staatliches Bauhaus* (1919), *Schooll of Architecture & Desing* de la Universidad de Yale, el Instituto *Desing* de Chicago y *School of Visual Arts* de Nueva York.

Ahora bien, diferentes especialistas en el área consideran que el término Diseño Gráfico está desactualizado, puesto que son múltiples las tareas que hoy lo definen. La propuesta es cambiar la denominación por la de Diseño en Comunicación Visual porque se refiere a un método de diseño; un objetivo: la comunicación; y un medio: lo visual.

De cualquier manera, lo importante es tener en cuenta que el diseño siempre cuenta con una idea determinada y una expresión creativa visual, que por lo general, va presentada en forma de composición. Pero, ¿Qué es componer? Componer es organizar, provocar una visión, una lectura; suscitar ciertas sensaciones y emociones con el fin de obtener un determinado efecto. En este sentido, la creatividad juega un rol importante debido a que propone nuevas formas para poner en marcha una acción.

En líneas generales, vale aclarar que todo diseño tiene un fin, que no es otro que emitir un mensaje por medio de figuras, valiéndose de varios elementos para que se grabe en la mente del consumidor y lo convenza de que cubre sus necesidades.

1.5.- Fundamentos del Diseño

1.5.1.- Contraste: se refiere al énfasis visual que debería tener el diseño para hacerlo más interesante y lograr un punto de atracción. Según Scott (1975), el contraste es el sostén de la forma.

La percepción de la forma es el resultado de diferencias en el campo visual. Si éste es igual en toda su extensión, lo que ve es una niebla. Es decir, es una mera sensación de luz en el espacio. Claro, sabemos que no

se trata de un hecho muy frecuente, pero existe. Lo ideal es que cuando observamos una forma, haya diferencias en el campo, y cuando hay diferencias hay contraste.

En otras palabras, las diferencias son creadas por la luz (claros o sombras) que se refleje sobre la superficie de las cosas, cuando por medio de la luz se logra que dos o más objetos difieran entre sí, se percibe la forma, se crea el contraste.

1.5.2.- Equilibrio: se dice que hay equilibrio cuando los objetos que componen el trabajo gráfico están ubicados de manera proporcionada, es decir que el peso que hay de eje y eje es similar. El centro de gravedad es el concepto fundamental, pero de manera más subjetiva.

En el equilibrio existen dos aspectos fundamentales que deben ser tomados en cuenta a la hora de realizar una composición: el simétrico y el asimétrico. El primero se refiere a repartir las imágenes de cada lado. “Es el tipo más obvio de equilibrio y, en consecuencia, el más pobre en cuanto a variedad” (p.46), Señala Scott (1975). Por su parte, el asimétrico permite mayor creatividad para jugar con los elementos de forma libre, pero proporcionada.

Visualmente la composición está equilibrada cuando cualquier intento de distribución o redistribución de los elementos es imposible sin alterar la esencia de la misma. Esta cualidad del diseño tiene tres variantes a saber, según Scott (1975), equilibrio axial, equilibrio radial y equilibrio oculto.

✓ Equilibrio axial: se refiere “al control de atracciones opuestas por medio de un eje central explícito, vertical, horizontal o ambos”. Éste depende en gran medida a la asimetría entre todas las partes de la composición.

✓ Equilibrio radial: está determinado por la rotación o soporte de la figura alrededor de un punto central, el que puede ser un área positiva del esquema o un espacio vacío.

✓ Equilibrio oculto: es la igualdad de ambas partes del campo de la composición mediante el control de las fuerzas opuestas presentes en la misma. Éste se diferencia de los dos anteriores en que es muy relativo al carecer de ejes focales centrales y al mostrar elementos contrarios muy disímiles entre sí.

1.5.3.- Proporción y Ritmo: son conceptos muy similares que resultan difíciles de definir. Sin embargo, se hace indispensable hacerlo.

Proporción es la relación en magnitud, cantidad, o grado de uno con otro; razón. Mientras que Ritmo es el movimiento marcado por una recurrencia regular; periodicidad, de acuerdo con Scott (1975).

En otras palabras, el primero se refiere a la relación de un elemento con otro reflejado en cantidad, tamaño o fuerza. Para ello, es necesario tomar en cuenta las dimensiones de la composición. Por su parte, el ritmo se logra mediante la repetición ordenada de cualquier elemento y este, a su vez, interactúa con la proporción.

1.5.4.- Color: Isaac Newton estableció que el color es una sensación que se produce en respuesta a una estimulación nerviosa del ojo, causada por una longitud de onda luminosa. El ojo humano interpreta colores diferentes de acuerdo a las distancias longitudinales.

El color ha sido estudiado por científicos, físicos, filósofos y artistas. Cada uno en su campo y en estrecho contacto con éste llegó a diversas conclusiones, muy coincidentes en algunos aspectos y muy divergentes en otros.

Por ejemplo, Aristóteles definió que todos los colores se conforman con la mezcla de cuatro colores, y además otorgó un papel fundamental a la incidencia de la luz y la sombra. Estos colores que denominó como básicos eran los de tierra, el fuego, el agua y el cielo.

Siglos más tarde, Leonardo Da Vinci definió el color como propio de la materia. Adelantó un poco más al definir la siguiente escala de colores básicos: primero el blanco puesto que permite recibir a todos los demás colores. Después el amarillo para la tierra; verde para el agua; azul para el

cielo; rojo para el fuego; y negro para la oscuridad, debido a que es el color que nos priva de todos los anteriores. Concluyó que con la mezcla de estos colores se obtienen los demás.

Finalmente, la ‘estocada’ la dio Isaac Newton. Estableció un principio que hasta nuestros días es aceptado: “la luz es color”. Él logró refractar la luz solar en el prisma óptico y se dio cuenta que se dividía en varios colores conformando un espectro. Es decir, consiguió descomponer la luz en los colores del espectro. Básicamente, estos colores son: azul violáceo, azul celeste, verde, amarillo, rojo anaranjado y rojo púrpura.

No obstante, y más allá de las teorías existentes, el color es un factor fundamental en las comunicaciones humanas, pleno de diversas interpretaciones, combinaciones y expresiones que desembocan en igual número de reacciones físicas, químicas, psicológicas y culturales. Es por ello que el uso “correcto” del color no existe, lo que a la larga provee de mayor riqueza a la comunicación visual.

- **Cualidades tonales:** el color perceptivamente se define por su matiz –se refiere a la longitud de la onda-, su luminosidad –referido a la amplitud de la onda-, y por su saturación -entendida a la pureza del espectro de la luz. Estas tres características son las llamadas cualidades tonales y se relacionan con la capacidad reflectante de las superficies. En este sentido definimos:

- ✓ Matiz: es el color propio del objeto, iluminado con la luz y sin colores yuxtapuestos.
- ✓ Luminosidad: se refiere a la cantidad de luz capaz de reflejar un elemento coloreado. Sin embargo, Scott (1975) lo define como “el grado de pureza de la sensación del matiz que nos produce un tono dado”. De cualquier manera, todos los tonos tienen luminosidad - incluso el blanco y el negro.

- ✓ Intensidad o Saturación: es la fuerza/pureza que posee un color. Vista como una escala, ésta puede aumentarse o disminuirse añadiendo blanco o negro.

- **Clasificación de los colores:** existen varias clasificaciones pero la más utilizada es la vinculada a los pigmentos puros. En este sentido, tenemos:

- ✓ Colores primarios o fundamentales: son el amarillo, cian y magenta. Se llaman primarios porque estos no se obtienen a partir de ninguna combinación previa. Al contrario, a partir de ellos se crean composiciones nuevas.
- ✓ Secundarios o binarios: son los formados de la mezcla de dos colores primarios. Ejemplo: el verde, hecho a partir de dos partes iguales de amarillo y azul.
- ✓ Terciarios o intermedios: son los resultantes de la combinación entre un color primario y cualquiera de los secundarios. Esta mezcla, no necesariamente es hecha en partes iguales.
- ✓ Análogos o semejantes: son los colores cercanos en el círculo cromático. Entendido este como: sistema circular en el que se representan y clasifican los colores primarios, secundarios y terciarios.
- ✓ Opuestos o complementarios: son los cromas que tienen un contraste tonal muy alto. También son conocidos como opuestos a los colores primarios en relación con el color secundario que no lo contiene. Ejemplo: el rojo es opuesto al verde.

- **Factores de la Percepción del Color:** la percepción del color cambia cuando se modifica la fuente de luz, claro está. No obstante, existen otros factores que contribuyen a que los cromas sean percibidos de manera distinta. En tal sentido, Ramos y Rodríguez (2005), hacen una clasificación para explicar el asunto:

- ✓ Físico: es la percepción biológica del color. Fisiológicamente la retina es estimulada por la luz y la apreciación de los matices se da de acuerdo a las ondas longitudinales.
- ✓ Sensomotor: vinculada con la posición del cuerpo frente a la composición. Horizontalmente los colores se notan más pesados si están sobre una base clara y soportan el peso si están debajo de ella. Esto da una sensación estática; en cambio, verticalmente el conjunto parece inclinarse hacia el lado en el que se encuentre el color más oscuro, esto da una sensación dinámica.

- **Psicología del color**: el ser humano tiene sus propias ideas sobre apatías o simpatías, gusto o desagrado sobre un determinado color. Sin embargo, de manera general, todos percibimos una reacción física ante la sensación que produce un color; como por ejemplo, la de frío en una habitación pintada de azul, o la de calor en una habitación pintada de rojo.

A pesar de que estas determinaciones son subjetivas y debidas a la interpretación personal, la mayoría de las investigaciones en el área han demostrado que son recurrentes en la mayoría de los individuos, y están determinadas por reacciones inconscientes de estos, y también por diversas asociaciones que tienen relación con la naturaleza.

Es por ello que puntualizamos:

- ✓ El amarillo sugiere luz de sol, alegría, acción, oro, arrogancia, voluntad, poder, ciencia, espiritualidad y dinamismo. También representa ira, cobardía, envidia e impulso irreflexivo.
- ✓ El naranja es estímulo, acción y entusiasmo, pero mezclado con negro es engaño, conspiración, sordidez y opresión.
- ✓ El rojo insinúa calor, fuego, corazón, excitación, pasión, actividad, sangre, fuerza, impulso, peligro, rabia, crueldad y revolución. Si se combina con el blanco forma el rosa, que significa inocencia y frivolidad.

- ✓ El azul infiere infinitud, inteligencia, frío, recogimiento, paz, descanso, confianza, liberalismo, seguridad y languidez. También puede significar desesperación y nobleza.
- ✓ El violeta representa aflicción, tristeza, penitencia, misticismo, profundidad y misterio. Si se mezcla con negro, sugiere desesperación, deslealtad y miseria. El púrpura es realiza, dignidad y suntuosidad; también melancolía y delicadeza.
- ✓ El blanco significa reposo, limpieza, pureza, inocencia, virtud y castidad.
- ✓ El negro representa tinieblas, muerte, duelo y destrucción
- ✓ El gris: resignación y neutralidad.

Vale aclarar que estos efectos tienden a cambiar cuando son mezclados entre sí. Por ejemplo: si se combinan con blanco se hacen más claros y fríos; mientras que si la mezcla es con negro ocurre todo lo contrario. De aquí que existan los colores fríos y cálidos.

Esta cualidad es llamada temperatura del color, que en el sentido meramente físico se refiere a la temperatura en que un color (partiendo de las longitudes de onda de la luz blanca) debe vibrar para reflejarse. Así tenemos que el color rojo está entre longitudes o frecuencias altas y el azul entre frecuencias bajas: el primero es cálido y el segundo frío.

Los colores cálidos –que van desde el amarillo hasta el rojo, pasando por el naranja- aparenta cercanía y pesadez. Los colores fríos –que van desde el verde hasta el morado, pasando por el azul- aparentan lejanía y liviandad.

Ahora bien, estos principios del color son aplicados a toda composición, sea artística o, como en nuestro caso, meramente comunicativa.

1.5.5.- Tipografía: Zorrilla (1999) la define como “la disciplina que estudia las diferentes categorías de letras, así como las familias y recursos tipográficos y su incidencia en la legibilidad” (p. 108). Por su parte, para

Turnbull (1990) es “todo símbolo visual visto en la página impresa” (p.75). Éstos se denominan caracteres e incluyen letras, números, signos de puntuación y otros.

De cualquier manera, la tipografía es el arte o técnica de reproducir la comunicación mediante la palabra impresa; transmitir con habilidad, elegancia y eficacia las palabras. El término también describe la mejor manera de construir una página determinada y, por ende, del conjunto total de una publicación. De hecho, esta técnica contribuye enormemente a la identidad gráfica de los *magazines*.

Ahora bien, los primeros en emplear las letras fueron los egipcios. Eso fue aproximadamente cuatro milenios antes de la era cristiana. Sin embargo, debido a la inexistencia de un alfabeto, eran empleadas algunas figuras, conocidas como jeroglíficos.

El abecedario tuvo sus inicios de la mano de los fenicios, 1300 años antes de la era actual. Estaba basado en una escritura de lectura complicada puesto que era formada por consonantes casi en su totalidad. Luego de 400 años, los griegos fueron completando con vocales los signos que empleaban los fenicios. De esta manera ofrecieron la posibilidad de reproducir los sonidos de su idioma.

En el devenir del tiempo, el alfabeto llegó a Italia. Los italianos se encargaron de formar al abecedario romano, conocido desde el año 600 antes de Cristo por su belleza insuperable. Su diseño sirvió de base a una nueva evolución de letras. De allí que se le diera origen a ciertos estilos de letras, como fue el caso de la manuscrita, que de acuerdo con su trazo variaba su diseño, originando otras formas, las cuales reciben nombres distintos.

- **Familias tipográficas:** aunque la clasificación más utilizada es la de letras de palo seco, egipcias, romanas, góticas (o de escritura), y de fantasía, son varios criterios de clasificación empleados, entre ellos el respectivo a su uso. Por ejemplo, hay letras que sirven para cuerpos de

texto (*text typefaces*) y las que se usan como decoración en textos cortos o títulos (*decorative non-continuous text typefaces*). Por ahora, sólo nos remitiremos a la clasificación más recurrente.

- ✓ De palo seco o sans serifs: son letras sin trazo terminal, de palo. Sus rasgos son de igual grosor y carecen de remates decorativos. Helvética, Univers, Franklin Gothic, Avant Garde, Futura, Gill Sans, Frutiger, Bodega, Bauhaus, Eurostile, Copperplate, Arial, Endangered, Eras, Dom Casual y Hobo, constituyen ejemplos muy utilizados de esta familia.
- ✓ Egipcias: tienen remates, pero a diferencia de las romanas sus rasgos son de idéntico grosor. Éste está en armonía con el de la letra, de manera que resulta muy uniforme. Algunas de las familias pertenecientes a esta categoría son: Lubalin Graph, Rockwell, Memphis, Quórum, Courier, Setter Gothic y Beton.
- ✓ Romanas: sus rasgos son de distinto grosor y están llenas de remates o *serifs*. De ellas se distinguen dos grupos: *romana moderna y romana antigua*, con rasgos más diferenciados y *serif recto* y rasgos muy uniformes y *serif triangular* y cóncavo, respectivamente. Times New Roman, Goudy, Albatros, Aster, Palatino, Garamond, Century, Bodoni, Baskerville, Benguiat, Bookman, Americana Typewriter, Century Clearface, Present y Souvenir, son ejemplos muy utilizados de este grupo.
- ✓ Góticas: son aquellas que imitan la caligrafía clásica y la tipografía usada en los primeros libros impresos o las que imitan la escritura o “letra corrida”. Pertenecen a este segmento: Linotext, Old English Text, Cloister Black, Goudy text y Regency Script, entre otras.

La tipografía cuenta con variedades de familias, y esta se va a diferenciar de los otros tipos debido a su amplitud, peso y posición. La variación se refiere a la condensación y la expansión de las letras. Los estilos tipográficos tienen también ciertas variaciones en su apariencia, que pueden ir desde lo más delgado a lo más grueso, elementos que

cambian el espectro de la letra normal. Éstas pueden ser superfinas (*extralight*), seminegras (*médium*), negras (*bold*), extranegras (*extrabold*), condensadas o expandidas. También se desprenden:

- ✓ Redondas: son perpendiculares respecto a la base del texto. Son más fáciles de leer que otras, porque ofrecen buen contraste en grandes masas de texto.
- ✓ Cursivas: se inclinan hacia la derecha sobre la base del texto. Son muy útiles para ser usadas en sumarios, pies de foto o ladillos porque ofrece un alto contraste. También para mencionar palabras en otro idioma.
- ✓ Mayúsculas: son todas de gran e igual tamaño y totalmente uniformes entre ellas. Con estas lecturas se hace más lenta y difícil por el escaso contraste que ofrecen.

Sea como sea, lo importante es tener siempre presente que la fuente debe ser la indicada para la lectura clara y fluida, y que un tipo grande no necesariamente es el más legible –aún en mayúsculas. La idea es que la tipografía sea un mero objeto de transmisión de información.

Asimismo, dentro de la adecuada elección de la fuente también se debe tomar en cuenta el interlineado y el espaciado. Si éstos son muy amplios pueden dar la sensación de que las palabras o letras son de diferentes grupos de texto. No obstante, si por el contrario son escasos puede confundir al lector que observa dos letras individuales como una sola, o bien dos palabras. Además está sujeto a separar las mismas, lo que agota más rápido la vista.

Ahora bien, una vez comprendido estos aspectos fundamentales del diseño y elaboración de una revista, se hace necesario abordar a continuación el estudio de la población geronte, especialmente los cambios físicos y psicológicos que atraviesan durante el proceso del envejecimiento. El objetivo es conocer a ultranza nuestro *target* para entender qué les interesa y cómo podemos cubrir sus necesidades como lectores, para

equiparar estos hallazgos con los principios teóricos ya entendidos en este primer capítulo.

CAPITULO II:
LA VEJEZ

LA VEJEZ

“Desde el antiguo Egipto hasta el Renacimiento, el tema de la vejez ha sido tratado casi siempre de manera estereotipada; las mismas comparaciones, los mismos adjetivos. Es momento de cambiar percepciones”.

Simone de Beauvoir (1970)

La vida es un proceso de cambio continuo. Es erróneo tratar de ordenar sus diversas etapas por su amenidad, importancia o utilidad. Es por ello que en este capítulo abordaremos la vejez tomando en cuenta sus ventajas peculiares y recompensas, así como sus propias penas y problemas, siempre tomando en cuenta que la edad no limita y que el envejecimiento depende de la actitud (un sujeto alegre vivirá más), la actividad física y mental (ejercitar el cerebro como si fuera un músculo, por ejemplo, es otro de los factores que intervienen para retardar esta etapa de la vida), el ambiente (a menos tóxicos, más años), y la nutrición (alimentación balanceada y con menos calorías de las acostumbradas).

En Venezuela, según las estimaciones del Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía, CELADE, la esperanza de vida creció a partir de los años noventa para ubicarse entre 70 y 75 años. Este índice es significativamente positivo puesto que en la década de los cincuenta era de 55 años. Por otra parte, de acuerdo con las proyecciones del Instituto Nacional de Estadísticas, INE, la población mayor de 60 años crecerá en 50%, aproximadamente, para el 2015 (ver anexos. Cuadro 1).

Los teóricos ya han comenzado a denominar a una nueva “etapa” de la vida como la “cuarta edad”, y ubican en este segmento a las personas mayores de 80 años. En los tiempos que corren, llegar a cumplir un siglo de vida ya no es tan inusual como solía ser, pues distintas variables como los avances de la ciencia y la tecnología, han incrementado considerablemente la expectativa de vida.

En nuestro país, hoy día, viven más de 2 millones de personas mayores de 60 años, de los cuales más de 200 mil pertenecen a esta nueva categoría, es decir, han cumplido más de 80 años. En 2015, entre los tres millones de abuelos venezolanos, se contarán más de 300 mil que sobrepasen la barrera de las ocho décadas.

Según, Sanhueza, (2007, Mayo 13), “a la hora actual se considera a los 80 años como el punto de partida de los cambios físicos y psicológicos otrora iniciados a los 65”.

Cathalifaud (2007 citado en Sanhueza, 2007), Director del Observatorio de Envejecimiento de la Universidad de Chile indica que el mayor impacto del aumento de la expectativa de vida “se proyectará en seguridad social y sanitaria, mientras que la estructura familiar pasará en unos años a conformarse de cuatro generaciones” (p.34).

Ante este panorama surgen varias interrogantes, ¿Qué es realmente la vejez? ¿Cuándo se llega a viejo? ¿Qué quiere decir ser viejo o vieja? ¿Es la vejez un estado de espíritu o se trata de un estado físico?

En primer lugar es muy importante destacar que habitualmente existe el estereotipo de que los cambios que se producen en la vejez son exclusivamente negativos. Es decir, que consisten fundamentalmente en ir perdiendo el conjunto de habilidades y capacidades que se adquirieron durante la juventud y la edad adulta. A continuación enumeramos, en un intento de aproximarnos a la realidad venezolana, los prejuicios más frecuentes en Estados Unidos y que recoge Vega (1996).

- ❖ La senilidad acompaña inevitablemente a la edad.
- ❖ La mayoría de las personas mayores tienen mala salud.
- ❖ Las pensiones son la principal causa del déficit de la seguridad social.
- ❖ Los trabajadores mayores son menos que productivos que los jóvenes.
- ❖ Las personas mayores se jubilan a causa de su mala salud o de la proximidad a la muerte.

- ❖ Los viejos no tienen ni capacidad ni interés en las relaciones sexuales. (p.19)

Estar de acuerdo con cualquiera de los anteriores enunciados refleja una concepción equivocada sobre las personas mayores y sobre el proceso de envejecimiento. De hecho, a continuación veremos que ciertamente son diversos los cambios que se dan durante esta etapa de la vida, pero que no necesariamente están relacionados a la incapacidad de las funciones físico y mentales porque hoy por hoy vivimos en sociedades muy modernas, donde la ciencia y la tecnología han contribuido fundamentalmente en las mejoras de los individuos y su entorno.

Ahora bien, aclarado ese punto tenemos que la vejez y el porqué se envejece ha sido y sigue siendo materia de permanente discusión. Son muchos los autores que han intentado explicar desde las características propias de las disciplinas que profesan el estadio biológico al que, en teoría, todos debemos llegar.

En algunas especialidades médicas consideran que el envejecimiento en los humanos consiste en un conjunto de transformaciones que ocurren en el organismo de tal manera que modifican el estado de salud, incapacitan y limitan las facultades físicas y psíquicas de la persona. Según este criterio, el envejecimiento es un cambio degenerativo que se verifica a lo largo de la vida.

Desde la perspectiva de las Ciencias Sociales es el resultado de los cambios experimentados por el hombre a través de las edades en lo que respecta a las actitudes, capacidad biológica y las influencias del tiempo y el ambiente. Es decir, para los autores de esta ciencia, el envejecimiento es un proceso largo y complejo de cambios actitudinales que se inician con el binomio hombre/entorno sociocultural.

Asimismo, los psicólogos fijan posición al respecto y consideran que la vejez es un concepto complejo de definir, porque agrupa muchas variables, y el cual suele atribuirse a toda persona que se encuentre en el último periodo de su vida. Argumentan que los seres humanos transitan

por cuatro etapas fundamentales: infancia, adolescencia, edad adulta y vejez.

Vale aclarar que la hipótesis esgrimida por este campo es contraria a lo que cree mucha gente puesto que aseguran que la vejez no está necesariamente relacionada con la edad del individuo y que son muchos otros factores los que influyen, como: sentirse útil o inútil, pérdida de la ilusión por la vida, deterioro físico y mental, y las presiones y limitaciones a las que están sometidos por algunos estamentos sociales.

Ahora bien, lo anterior fue sólo un abre boca para indagar sobre las diversas teorías que han surgido en torno el tema.

De acuerdo con Mishara (1986), es posible considerar el envejecimiento desde cuatro puntos de vista: cronológico, psicobiológico, psicoafectivo y social.

Según el primer punto, la manera más simple de definir la vejez consiste en contar los años transcurridos desde el nacimiento. En términos genéricos, las estadísticas venezolanas sobre los ancianos fijan su comienzo en los 60 años. Es así, como se puede decir que un anciano es aquel que tiene 60 años o más. También puede definirse, según Vega como “la estimación de la posición actual de un sujeto con respecto a su potencial biológico del ciclo vital” (p. 42). Sin embargo, cabe preguntarse, ¿cuándo comienza uno a darse cuenta del paso de una edad a otra? “A menudo en el momento de la pubertad, que señala el comienzo de la adolescencia” (p.20), afirma Mishara (1986). Es que es en la adolescencia cuando se empiezan a notar los cambios físicos notables, como la aparición del vello pubiano, el comienzo de las menstruaciones y el aumento progresivo de los senos –en el caso de las hembras. Mientras que los varones comienzan a tener las primeras eyaculaciones y el tono de la voz se le hace más agudo, por ejemplo. Estas modificaciones físicas dependen en gran parte del ‘reloj biológico’; no obstante, también están determinadas por factores diversos, como la alimentación y la ejercitación.

En nuestra sociedad, el segundo paso importante viene a la edad de los 18 años cuando la persona –según el terreno jurídico- comienza la maduración y la adquisición de responsabilidades con su entorno y la sociedad. A partir de ahí los otros pasos significativos están dados por el final de un decenio y el comienzo de otro; así como la aparición de la menopausia –en el caso de las mujeres-, que marca una etapa importante puesto que genera la ausencia total de la menstruación.

En síntesis “la edad cronológica viene generalmente acompañada de un fenómeno de identificación con los estadios tradicionalmente reconocidos como constituyentes de la juventud, la edad madura y la vejez” (p.23), según Mishara (1986). Por otra parte, distintas investigaciones indican que los estadios anteriormente señalados no dependen exclusivamente de la edad del sujeto sino también de su estado de salud y raza. También influye la clase socioeconómica y la instrucción.

De cualquier manera, no cabe duda que existe una relación entre la edad cronológica y la serie constituida por los acontecimientos de la vida.

Otros criterios que pueden servir para entender este complejo tema son los cambios físicos y biológicos.

El envejecimiento físico es progresivo, por lo que resulta imposible precisar el momento en que una persona es físicamente vieja. Las modificaciones graduales se aprecian cuando alcanzan un umbral crítico que provoca un cambio; por ejemplo, cuando comienzan a tornarse grises los cabellos. Según Mishara (1986), incluso cuando las personas saben que las transformaciones físicas declinan muy pronto al comienzo de la edad madura, la mayoría no toman conciencia del hecho sino en el momento en que se ven afectadas sus actividades cotidianas.

Lo cierto es que la palabra envejecimiento evoca, tarde o temprano, cambios físicos que resultan un tanto desagradables, dependiendo de la actitud del sujeto ante ellos. Pero también vale aclarar que todos los individuos no envejecen de la misma manera; muchas personas de edad

tienen mejor salud que otras más jóvenes; no son nefastos todos los cambios de la edad madura y de la vejez: los resfriados, alergias y dolores crónicos de cabeza, por ejemplo, tienden a disminuir o a desaparecer a medida que se envejece; recordemos que en cualquier edad, la enfermedad puede proceder de un entorno y de condiciones sociales independientes de las voluntades del sujeto.

En este punto también debemos enfatizar en que los cambios pueden estar relacionados con los factores económicos, sociales y culturales, así como los hábitos de higiene del sujeto. No obstante, será más adelante donde se profundizará sobre este apartado fundamental.

Retomando otro de los puntos que enumeró Mishara (1986), la vejez puede estar dada por la edad social. Según el autor antes mencionado, ésta designa los papeles que se puede, se debería, se pretende, se desea o han de desempeñarse en la sociedad.

“La edad social está impregnada de las expectativas y roles que suelen ser ‘normativos’ para cada sociedad y/o grupo de referencia social. Estos roles y normas van desde ir vestido con un determinado tipo de ropa, modelos o colores, a asumir un determinado tipo de normas o criterios morales, o a tomar determinado tipo de decisiones en la vida como casarse, tener hijos o iniciar un trabajo”(p.44) , afirma Vega (1992).

En otras palabras, ciertas variables sociales evolucionan con la edad, pero sin seguir necesariamente a la edad cronológica.

2.1.- El Envejecimiento Físico

Tal como anteriormente hemos indicado, el envejecimiento físico es gradual e irreversible, y sus rasgos esenciales son el cambio de la forma y su destrucción. Para Wolterreck se resume en que “ambos se engranan entre sí durante toda la vida” (p. 31). Sin embargo, cabe preguntarse, ¿Cuáles son las causas de la maduración física que conlleva el envejecimiento?

Este t3pico tambi3n ha sido controversial y de constante discusi3n. Seg3n Mishara (1986), fueron varias las teor3as sobre las ‘causas del envejecimiento’ presentadas y comparadas en el Congreso de la *American Association for the Advancement of Science*, celebrado en 1974. Tales causas ser3an:

- ✓ Disfuncionamiento del sistema inmunol3gico.
- ✓ Unos mecanismos de envejecimiento inherentes a la c3lula.
- ✓ Alteraciones del sistema endocrino.
- ✓ Desencadenantes gen3ticos.
- ✓ Teor3a del desgaste.
- ✓ Teor3a de los desechos.

Grosso modo, est3 lista engloba los principales modelos que explican el envejecimiento f3sico. No conforme con esto, buena parte de los especialistas en el 3rea creen que la vejez tambi3n se encuentra asociada al tipo de entorno en el que vivimos, as3 como a nuestra manera de vivir: calidad y cantidad de alimentos que ingerimos, la presencia o la ausencia de ejercicio, etc.

2.1.1.- Teor3a del debilitamiento del sistema inmunol3gico: seg3n 3sta, el sistema inmunol3gico de los seres humanos destruye ciertas partes sanas del cuerpo. As3, el sistema de defensa del cuerpo parece volverse contra s3 mismo y atacar algunas de sus partes, como si fueran invasores extranjeros. Adem3s, con el tiempo este sistema se vuelve menos eficaz en su lucha contra la enfermedad. Por consiguiente, cabe la posibilidad que el sistema de defensa ya no sepa distinguir entre las partes sanas del organismo y los invasores.

2.1.2.- Teor3a del envejecimiento celular: 3sta mantiene que la vida de un individuo viene determinada por los procesos que tienen lugar en la c3lula. Para Vega (1996) “Parece ser que el l3mite m3ximo de la vida de una especie se encuentra programado gen3ticamente, l3mite m3ximo que ha podido estar sujeto a un proceso de selecci3n natural” (p.77).

Sin embargo, las diversas teorías biológicas difieren en la forma en que el envejecimiento se encuentra genéticamente programado en las células, por lo que resulta importante destacar que los programas de funcionamiento del ADN no son las únicas causas de la muerte celular. La acumulación de desechos en las células y la reducción de la tasa de oxidación celular provocan igualmente una pérdida de función y la muerte celular. Es así como se evidencia una duplicidad entre la teoría celular del envejecimiento y la de la acumulación de desechos.

2.1.3.- Teoría de las modificaciones del sistema endocrino: de acuerdo con este planteamiento, el ‘declive biológico’ puede ser el resultado de una modificación de la producción o de la liberación de los cuerpos químicos en el organismo. El ejemplo más exacto que podemos exponer es el caso del debilitamiento de los ovarios, los cuales, tras la menopausia, dejan de producir estrógeno. Igualmente resulta difícil precisar si las modificaciones endocrinas son la causa o el efecto.

2.1.4.- Teorías genéticas: los autores que apelan por esta hipótesis exponen que para comprender la vejez es preciso entender el código genético que determina la longevidad. “Pero en los seres humanos resulta difícil, si no imposible, distinguir entre los factores genéticos y el estilo de vida”, según afirma Mishara (1986, p. 42).

2.1.5.- Teoría del desgaste: señala que las partes del cuerpo acaban sencillamente por desgastarse. Sin embargo cabe acotar que la constante actividad y los ejercicios físicos pueden influir en la salud y en la longevidad ya que ejercen un efecto sobre la duración de las partes del cuerpo.

2.1.6.- Teoría de los desechos: según ésta, el funcionamiento normal, que implica producción de desechos y su eliminación, quedaría debilitado por la acumulación de subproductos inútiles emanados de nuestras propias funciones corporales.

Ahora bien, estos planteamientos que encaran las posibles causas de la vejez también pueden atestiguar que muchas personas que transitan en la séptima, octava e incluso novena década de su vida son sumamente eficientes, vivaces y creativas. De hecho, la historia está poblada de personajes que lo certifican. Picasso, Mao, Sir Adrian Boult, Arthur Askey y Harriet Chick son representantes de grandes logros en sus campos. Lo que pasa es que al indagar detalladamente sobre los cambios fisiológicos que ocurren en la vida, aumenta la tendencia a describir estos cambios en los términos más técnicos que resultan confusos e incurrir en lo peyorativo. No obstante, los fundamentos científicos expuestos anteriormente son fundamentales para poder entender las transformaciones físicas que sobrevienen con la edad, bien sea en la apariencia, en la estructura o en el funcionamiento del cuerpo.

- **De apariencia:** estos cambios se producen lentamente y el sujeto no puede percibirlos con tanta facilidad.

- ✓ *Modificaciones del Sistema Piloso:* las transformaciones de este sistema afectan la distribución, el color, el espesor y la fuerza del vello y los cabellos. La mayoría de las personas advierten un cambio en el color de sus cabellos, los cuales se tornan progresivamente grises o blancos. Éstos pueden también cambiar de apariencia y se vuelven menos espesos, menos fuertes o poseer menos cuerpo.
- ✓ *Cambios de Estatura:* los huesos se vuelven más porosos (osteoporosis), se acentúa la curva natural de la columna vertebral (cifosis), y la cavidad torácica disminuye de volumen, mientras que las costillas se desplazan hacia abajo y hacia delante. De la misma manera, el repliegue del cuerpo sobre sí mismo reduce la talla, por lo que se altera radicalmente la apariencia.

- **De estructura:** con el paso de la edad el cuerpo experimenta transformaciones en su estructura metabólica y celular, así como en la distribución de sus diversos elementos. En el nivel de las células y de los

tejidos, por ejemplo, se da una pérdida de ciertos componentes como el ADN y un aumento de los tejidos grasos y fibrosos, a expensas de los tejidos delgados. A pesar de que se sabe que tales cambios están ligados al régimen alimenticio, al entorno y al ejercicio, los especialistas no han logrado determinar a ciencia cierta las causas de estos cambios.

- ✓ *Modificaciones del sistema de los tejidos orgánicos o sistema histológico:* en el plano estructural, la aparición de las arrugas en la piel está ligada a ciertas modificaciones de los tejidos grasos subcutáneos así como una pérdida de la elasticidad, la cual está asociada al aumento de las proteínas fibrosas, la lipofuscina y el colágeno.
- ✓ *Modificaciones de los huesos:* los huesos conservan generalmente su forma, pero se tornan menos sólidos. Cuando la osteoporosis ha alcanzado un estadio avanzado, ciertos traumatismos ligeros como los estornudos pueden provocar lesiones benignas de los tejidos óseos, muy especialmente los de la columna vertebral. De hecho, las fracturas de cadera o de la pierna en las personas de edad pueden ser la causa, más que el resultado de una caída.

- **Cambios funcionales:** probablemente para muchas personas la apariencia no tiene mayor importancia. Ante todo, lo realmente relevante es el buen funcionamiento de los órganos y de los miembros. Es por ello que a continuación abordaremos los siguientes aspectos fundamentales:

- ✓ *Alteraciones de la vista:* según los especialistas, con la vejez la córnea del ojo pierde una parte de su elasticidad y de sus capacidades de enfoque. Esta anomalía es conocida bajo el nombre de presbiopía. Ante esta situación, la solución es el uso de lentes bifocales. Por su parte, las cataratas aumentan con la edad. Esta afección es causada por el amarillento o la decoloración de la córnea que reduce proporcionalmente la cantidad de luz que alcanza la parte sensible de la retina, falsea los colores y torna más difícil la

visión y la percepción precisa de las cosas. No obstante, vale aclarar que la mayoría de las dificultades oculares son detectadas y corregidas a partir de los 20 años.

- ✓ *Alteraciones del oído:* la exposición continua a sonidos intensos provoca la pérdida permanente del oído y a medida que pasa la edad ésta se acentúa. Las fuentes de ruido se clasifican en dos categorías: fuentes voluntarias o involuntarias. Los ruidos industriales entran en el primer punto, mientras que la exposición muy amplificadas de música entran en el segundo, por ejemplo. A su vez esto genera que se modifique el tono de voz, siendo más elevada la altura de las consonantes que la de las vocales. Es interesante subrayar que Sir Adrian Boult celebró su vigésimo cumpleaños hace 70 años y, ¿Hay alguien que lo considere incompetente para dirigir la orquesta del Albert hall?
- ✓ *Alteración de la motricidad:* los movimientos motores globales se tornan más lentos, los músculos se fatigan más rápidamente y se recuperan de una tensión con mayor lentitud. Los movimientos de motricidad fina se vuelven también más lentos y menos precisos. Se recomienda que para retardar estos trastornos, es conveniente llevar un régimen alimenticio adecuado, así como hacer ejercicios apropiados.

Aunque, como hemos dicho, década tras década la piel de la gente pierde su elasticidad, su pelo se vuelve gris, su agudeza visual disminuye y su campo visual se vuelve más restringido, raya en la frivolidad afirmar que debido a estos cambios es menor la capacidad de la persona de edad para contribuir a lo que es valioso en el mundo, o para disfrutar de los placeres de la vida. El adulto mayor no se empequeñece por llevar anteojos o usar bastón, por ejemplo.

2.2.- El Envejecimiento Psicológico

En la última etapa de la vida del hombre, se suceden –en conjunto con los cambios físicos- una serie de cambios o variaciones en lo que respecta a la conducta y las relaciones con el entorno. Para efectos de esta investigación, a esa serie de cambios la denominaremos cambios psicológicos.

2.2.1.- Cambios en la percepción

El proceso físico que experimenta el hombre en el transcurso de su vida trae consigo diversos cambios en su fisonomía que originan nuevas necesidades, además que modifican la manera en que interactúa con el medio que lo rodea.

A consecuencia del envejecimiento se observa una reducción en la capacidad de recibir y de tratar las informaciones concernientes al entorno, pues los sentidos suelen verse disminuidos. Son comunes en los ancianos las afecciones del oído y la visión, por ejemplo.

No obstante, diversos mecanismos permiten hoy en día, y con mayor éxito cada vez, compensar este tipo de déficit.

La pérdida de la agudeza visual podría suponer una menor participación en la vida social y el interés por ciertas actividades, aunque no debe olvidarse que cada individuo reacciona diferente ante las situaciones adversas.

La lectura, por ejemplo, se vuelve difícil si los caracteres son pequeños o existe una mala iluminación, pero como sabemos, prácticamente todas las dificultades visuales asociadas al envejecimiento pueden corregirse o dar lugar a unos mecanismos de acomodación, para que las actividades cotidianas puedan llevarse a cabo sin mayores inconvenientes.

Al igual que en el caso de la visión, el avance de la tecnología facilita hoy día la superación de las deficiencias auditivas. Mediante la utilización

de prótesis y otros procedimientos, es posible facilitar la interacción del anciano con su entorno.

La historia nos muestra innumerables casos de personas que, aún perteneciendo a la tercera edad, continúan sus vidas sin mayores contratiempos e incluso cuentan entre sus años más productivos precisamente ésta etapa de la vida. En modo alguno, podría considerarse que los ancianos son personas incapaces de leer, escuchar o crear.

2.2.2.- Cambios en la rapidez y coordinación

De la misma forma en que se ven afectados los sentidos con la edad, las capacidades de respuesta ante ciertos estímulos también sufren cambios. En general, puede observarse pérdida en la velocidad de respuesta, disminución de la coordinación y pérdida gradual de la masa muscular, lo cual ocasiona debilitamiento.

Debido a ello es posible que a medida que se envejece se vea afectada la capacidad de realizar algunas actividades que exijan esfuerzos físicos. Siempre cabe la posibilidad que se vea perturbada la realización de tareas cotidianas u ordinarias, pero dichos inconvenientes pueden prevenirse con la planificación y preparación del individuo. Como suele suceder, todo dependerá de la manera en la que se enfrenten estas adversidades, así como de los antecedentes de cada individuo y su modo de vida.

2.2.3.- La memoria

En los humanos, las investigaciones sobre el envejecimiento y la memoria dan cuenta de un modelo de la misma que define tres etapas diferenciadas: la entrada de datos, la memoria a corto plazo y la memoria de largo plazo.

En primera instancia, en la última etapa de la vida las pérdidas más importantes parecieran referirse a la etapa de entrada de datos.

Algunos investigadores, como Eisdorfer, Axelrod y Wilkie (1963, citados en Mishara, 1986), concluyeron que esto sucede principalmente por la velocidad con que son expuestos algunos datos a la muestra durante los diversos tests usados para estudiar esta variable. Como ya dijimos, la velocidad de respuesta en los individuos disminuye con el paso del tiempo debido a la variaciones físicas y mentales ocurren durante el envejecimiento.

La mayoría de los cambios “normales” que ocurren en nuestra memoria o cognición (definida por el Centro de Información de la Salud de Cleveland como el proceso de sabiduría que incluye conocimiento y juicio) tienen poca importancia pues no interfieren con la vida diaria ni con la calidad de vida.

El Instituto Nacional del Envejecimiento de los Estados Unidos [NIA, por sus siglas en inglés], en su portal www.nia.nih.gov, ha señalado que “antes se creía que la pérdida de la memoria y la confusión eran parte normal del envejecimiento. Sin embargo hoy los científicos saben que la mayoría de las personas se mantienen alerta y en buen uso de sus facultades a medida que envejecen”.

Por su parte, y en contraste, investigadores como Casanova Sotolongo y Casanova Carrillo (2004) han señalado lo siguiente:

Tanto en el envejecimiento normal como en el patológico, la disfunción amnésica es la alteración cognoscitiva más común con detrimento de la calidad de vida y de la capacidad de nuevos aprendizajes y en la evocación de información valiosa. El deterioro de la memoria asociado con la edad describe una declinación en la memoria sin otra causa que lo explique. Se ha sugerido que es un fenómeno normal en los ancianos más que una etapa inicial de demencia u otra enfermedad. (s/p)

En algunos casos, los factores emocionales influyen significativamente en la dificultad para recordar. La depresión, ansiedad o tristeza con la que se ven afectados los ancianos que se enfrentan a la jubilación o a la muerte del cónyuge, por ejemplo, pueden generarles confusión u olvidos. Estos problemas emocionales pueden aliviarse con la

ayuda de la familia y el médico, y en ese caso desaparecer junto con las afecciones de la memoria.

Existe entre quienes estudian los cambios en la memoria en la vejez, un acuerdo en el hecho que el envejecimiento normal pueda traer como consecuencia problemas en el aprendizaje de materiales nuevos o una mayor exigencia en la cantidad de tiempo requerido para recordar lo aprendido. Pero, a pesar de los cambios cognitivos a los que hemos hecho referencia, existe en los ancianos una compensación efectiva basada en una actitud serena y una adecuada capacidad de juicio, en la mayoría de los casos.

Casanova y Casanova, (2004), describen lo que catalogan como el “Deterioro de la Memoria Asociado con la Edad” o DEMA E.

“Es un trastorno relativamente benigno, común por el hecho de estar vinculado con el envejecimiento normal y el evidente incremento de la expectativa de vida en el ámbito mundial (...) y el consecuente aumento de enfermedades crónicas, propias de este segmento poblacional”, señalan.

El DEMA E, es un estado clínico caracterizado por una declinación de la función mnésica (cognitiva) vinculada con el envejecimiento, en personas con más de 50 años, que perciben una sensación subjetiva de pérdida de memoria.

No obstante, la calificación de esta afección como “normal” sería dudosa, pues existen ancianos que no presentan ningún tipo de trastorno.

Persisten Casanova y Casanova (2004) en la misma aclaratoria encontrada en otros estudios revisados: “no sería correcto identificar el DEMA E como una consecuencia natural del envejecimiento. La opinión que prevalece actualmente es que no se debe considerar el olvido como inevitable y propio de la edad avanzada”.

Afirma Sánchez (1990):

No hay mejor modo de mantener la mente clara que mantenerla activa. No teman la pérdida de la memoria. La memoria es cuestión de atención. Hay que disciplinarse en prestar atención, en saber escuchar, en concentrar la

mente en lo que se está haciendo. Está probado que el cerebro se mantiene activo y puede mantenerse en perfecta salud hasta los 85 años por lo menos. (p. 115)

2.2.4.- La inteligencia

La inteligencia, tal como se define con el empleo de tests o pruebas de coeficiente intelectual, disminuye con la edad. Sin embargo, los resultados arrojados por dichos tests no pueden considerarse como absolutos, sobre todo si nos remitimos, una vez más, a los innumerables casos que la historia misma nos ofrece de grandes pensadores e intelectuales que sólo parecieron aumentar sus capacidades con el paso de los años, influenciados por el cúmulo de sus experiencias.

Las personas de edad no pueden ni deben considerarse como disminuidos mentales, pues ha sido comprobado que las diferencias apreciadas en los resultados de las evaluaciones aplicadas a sujetos jóvenes y de más edad están ligadas a factores externos.

Entre estos factores externos susceptibles de afectar los resultados de los tests, podemos contar: la diferencia de escolarización entre las generaciones, la rapidez de las respuestas en los tests cronometrados, la falta de hábito con los tests, y los déficit sensoriales, entre otros.

Es posible conjeturar que si se aumentara el tiempo de aplicación de las pruebas en las personas de más edad, considerando que se ve disminuida su velocidad de respuesta, podrían desarrollarse otras aptitudes adquiridas con la edad, tales como la reflexión, la prudencia y la experiencia, que elevarían sus resultados, y generarían una mejora en los niveles de respuesta.

Señala Sánchez (1990) que “la edad afecta más cuánto se hace que cuán bien se hace” (p, 96), y cita además a un par de investigadores americanos, Kerr y Halstead (1983, citados en Sánchez 1990), quienes concluyeron mediante sus investigaciones que “cualquier declinación de

los poderes mentales con la edad es probablemente el resultado de que el cerebro está trabajando muy poco, en vez de demasiado” (p 98).

Por su parte, algunos teóricos como Schaie y Baltes (1974, citado por Mishara 1986) han hecho aparecer diversos estudios sobre la evolución de la inteligencia durante el envejecimiento. Los trabajos de estos autores tratan de distinguir la influencia del grupo, del momento de la recolección de datos y de la edad propiamente dicha, como variantes metodológicas que influyen en las investigaciones destinadas a evaluar la naturaleza de las diferencias evolutivas.

Schaie emplea entonces un test de inteligencia que presenta la ventaja de haber sido diseñado con técnicas estadísticas del análisis factorial, de modo que mide diversos aspectos de la inteligencia relativamente independientes unos de otros. Este investigador, demostró de esta forma que los tests cronometrados otorgaban a los ancianos unos resultados más débiles mientras que la causa de la caída en los niveles no dependía de la inteligencia sino de la velocidad de respuesta.

La conclusión más importante de sus investigaciones es sin duda la que señala que resulta posible aprender durante toda la vida. Los niveles elevados obtenidos por adultos mayores en los tests que se calculan sumando el nivel de razonamiento al nivel verbal multiplicado por dos (como el usado por Schaie) indican que conservan la capacidad de aprender hasta una edad avanzada.

Respecto a esta capacidad de aprendizaje, existen algunos referentes en Venezuela que siguen la misma línea a la que apuntaron las investigaciones de Schaie.

Adolfo Alcalá (2001), doctor y profesor de la Universidad Nacional Abierta, señala que existen diversos aspectos que favorecen el proceso de aprendizaje de los adultos mayores.

Por lo general el adulto de edad avanzada tiene una actitud muy abierta en su relación con las personas. La cooperación, los deseos de

participar, la aceptación de los demás, las actividades de relación y la creatividad solidaria, son factores de mucha importancia para lograr un aprendizaje andragógico.

Asimismo agrega Alcalá (2001), “Las grandes organizaciones se administran con experiencia, reflexión, prestigio, equidad, juicio y sindéresis; estas cualidades se acrecientan en la edad avanzada; las características mencionadas permiten a esos adultos, ser exitosos en actividades relacionadas con su crecimiento educacional” (s/p).

La persona que está envejeciendo puede usar sus conocimientos adquiridos para transferirlos a las situaciones actuales, positiva o negativamente.

De forma positiva, comparado con alguien más joven la persona mayor revela más sabiduría. Pero cuando la situación requiere una nueva visión de las cosas y la adquisición de nuevas técnicas, el individuo anciano puede aparecer como rígido o inflexible. Es más difícil olvidar lo que ya se ha aprendido para aceptar nuevos enfoques.

Se plantea una transformación o evolución de las capacidades para la resolución de problemas (lo que consideramos la “inteligencia”) que echa por tierra la creencia de que el intelecto disminuye con la edad. Gracias al paso de los años, usamos nuestras aptitudes de manera distinta: al principio de la vida nos valemos de nuestra capacidad de adaptarnos al cambio; y al final, usamos la experiencia adquirida, no solo por el tiempo vivido sino también por las ventajas de las que hayamos podido beneficiarnos.

2.2.5.- La Emotividad

Respecto a los cambios en las emociones de las personas de edad avanzada podemos remitirnos a la observación de nuestro entorno. Como en todos los seres humanos, sin distinción de edad, raza o nivel de instrucción, resulta casi imposible categorizar de manera absoluta una

posición ante la vida que los señale como entusiastas o depresivos, alegres o irritable.

Algunos sucesos típicos de la etapa final de la vida –como el retiro de las actividades laborales, la muerte de la pareja o el sufrimiento de alguna enfermedad- requieren de una disposición especial para aceptar los cambios y aprender a desarrollar una nueva vida con ellos.

Dice Sánchez (1990) que, especialmente el retiro “exige como condición esencial la preparación psicológica anticipada” (p. 90). Es de considerar que el individuo en la tercera edad por fin tiene el tiempo disponible que siempre había deseado (en líneas generales), así puede dedicarse a hacer lo que quiera: viajar, leer los libros que nunca leyó o aprender algo que desde siempre quiso aprender.

Es notable la ausencia de investigaciones que indaguen más profundamente en el campo de la afectividad y de su expresión en los ancianos, por lo que resulta casi imposible separarnos de las meras apreciaciones.

Una vez más, como en el resto de las personas, la variabilidad es infinita y depende de muchos factores tanto externos como internos, que son finalmente los que determinarán la actitud de cualquier sujeto ante su entorno.

2.3.- La Personalidad de los Ancianos

La personalidad de los ancianos se caracteriza por una mayor complejidad que la de los jóvenes, en principio explicada por la amplitud de sus experiencias y un mejor manejo de los impulsos, al colocar la racionalidad por encima de la emoción en la mayoría de los casos.

Con el paso de los años, los roles de la vida cambian en cada individuo, por la transformación o disminución de sus capacidades.

Al considerar que las personas de edad tienen una experiencia mayor que los jóvenes, y han sufrido una mayor cantidad de cambios a lo

largo de sus vidas, resulta fácil suponer que sus personalidades están marcadas por diferencias más singulares que las de los jóvenes.

Mishara (1986), logra citar algunas categorizaciones de autores precedentes a él, respecto a las posibles personalidades típicas de los ancianos.

En primer lugar, hace referencia a Reichard y Cols (1962, citados en Mishara 1986), quienes definen cinco tipos generales de personalidades (tres adaptadas y dos no adaptadas), a partir de un análisis referido a 86 hombres de edades comprendidas entre los 55 y los 84 años.

La otra tipología, proviene del denominado Grupo de Chicago, Neugarten, Havinghurst y Tobin (1986, citados en Mishara 1986) quienes distribuyen la clasificación de personalidades en cuatro grandes clases que se subdividen en categorías.

A continuación presentaremos sus clasificaciones al lector:

Personalidades según Reichard y Cols

Madura	Es constructiva en sus interacciones y en sus relaciones con otros. Los sujetos aceptan igualmente bien su situación pasada y presente. Parecen tener buenas relaciones interpersonales y presentan escasos o nulos rasgos neuróticos.
Casera	Pasiva, tiende a considerar la tercera edad como desprovista de toda responsabilidad. Sus relaciones con los demás se hayan caracterizadas por la dependencia.
Blindada	Son rígidas. Recurren constantemente a mecanismos de defensa, a fin de mantener su adaptación. Los sujetos son bastante rígidos a pesar de que prosigan una vida activa.
Descontenta	Caracterizada por la amargura, la agresividad y la depresión. Son extrapunitivos, es decir, castigan a los demás.
Autofóbica	Caracterizada por la amargura, la agresividad y la depresión. Son intrapunitivos, es decir, se castigan a sí mismos.

Personalidades según el Grupo de Chicago

<p>Tipo A o Reorganizado Personas activas que han sabido reemplazar las antiguas formas de actividad por otras nuevas, sin aferrarse al pasado o tratar de sustraerse de l presente</p>	<p>Focalizada: Abandona parte de las actividades anteriores para centrarse en un número restringido de roles. No busca nuevos papeles sino que se consagra a algunos de los que antiguamente desempeñaba como ocio</p> <p>Retraído: Renuncia a las actividades ligadas a sus papeles, pero sigue estando satisfecho de su vida</p>
<p>Blindado-defensivo Personas defensivas en su orientación</p>	<p>Conservador: Trata de retener los papeles y los modos de actividad de su madurez a través de un coste personal a veces elevado</p> <p>Contraído: Tiende a retirarse de ciertos papeles, evitando así enfrentarse directamente con sus pérdidas, pero sin hacer el esfuerzo necesario para anticiparlas o evitarlas</p>
<p>Pasivo-dependiente Poseen una combinación compleja que reúne varios tipos de personalidades. Son dependientes</p>	<p>Llamada de socorro: reclama activamente ayuda y apoyo, son dependientes pero sin satisfacciones personales</p> <p>Apatía: se torna completamente pasivo y se deja dominar, en vez de buscar situarse como dependiente de otro</p>
<p>Desorganizados</p>	<p>Comportan un grado débil de actividades y satisfacción.</p>

Como debemos suponer, todos los individuos que son considerados como adultos mayores, ancianos, viejos o personas de la tercera edad no necesariamente deben acoplarse en alguna de las categorías antes definidas.

Las investigaciones gerontológicas tanto experimentales como teóricas, desarrolladas para obtener dicha clasificación, tratan principalmente los aspectos comunes de la población y dejan de lado las diferencias individuales, lógicas entre seres humanos.

En cada individuo cambia la forma en la que se percibe al mundo, pues los valores, la instrucción e incluso la raza o la clase social son factores que influyen inevitablemente sobre dicha percepción.

Comenta Mishara (1986), “La motivación del sujeto, sus preocupaciones y sus expectativas del momento determinan su percepción, y el cambio percibido (más que el cambio objetivo) es lo que

explicará el comportamiento, manifiesto o implícito, que adoptará el sujeto” (p. 125).

Para finalizar esta parte de nuestra investigación creemos conveniente citar a Alcalá (2001) quien resume lo aquí expuesto de la siguiente manera:

El concepto de vejez aún no está definido claramente ni para la gente común ni para los hombres de ciencia y profesionales que indagan en este campo; es decir, puede afirmarse que no existe una edad determinada en la que con mucha frecuencia ocurran hechos concretos y significativos que hagan al ser humano ingresar a la categoría de adulto viejo. (s/P)

Ahora bien, ciertamente llegar a la tercera edad es un proceso complejo en el que influyen muchas variables ya sean físicas o psicológicas, de acuerdo a lo visto en este capítulo; también aclaramos que esta etapa de la vida difieren muchos factores de individuo a individuo porque tiene que ver mucho el entorno y la calidad de vida a la que está sometido el sujeto en cuestión. Es por ello que a continuación abordaremos cómo las políticas públicas venezolanas actuales cooperan u obstaculizan el adecuado desenvolvimiento de este sector de la población.

CAPITULO III:
POLÍTICAS SOCIALES

POLÍTICAS SOCIALES VENEZOLANAS PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

**“La Patria buena que anhelamos la podremos tener cuando nos
decidamos a luchar por ella”.**

Anónimo

La estructura de la población en los países en vías de desarrollo está cambiando y la proporción de las personas ancianas está creciendo rápidamente. Venezuela no escapa de este fenómeno. De hecho, ya aclaramos que efectivamente la expectativa de vida va en ascenso y que para el 2015 los adultos mayores se duplicarán; aunado a que la tasa de natalidad desciende. Los grupos de edades jóvenes tienden a bajar, y los de 30 y más se incrementan. Ante este panorama se hace necesario contar con políticas sociales que ayuden y garanticen la calida de vida de este sector tan importante.

Ciertamente, nuestro país durante la historia no ha sido garante de ello. Sin embargo, debemos reconocer que actualmente en Venezuela existe una clara intención de brindar ayuda y atención a la población geronte. En la teoría, la Constitución Bolivariana de Venezuela (1999), especifica en su artículo 80:

El Estado garantizará a los ancianos y ancianas el pleno ejercicio de sus derechos y garantías. El Estado, con la participación solidaria de las familias y la sociedad, está obligado a respetar la dignidad humana, su autonomía y les garantizará atención integral y los beneficios de la seguridad social que eleven y aseguren su calidad de vida. Las pensiones y jubilaciones otorgadas mediante el sistema de seguridad social no podrán ser inferiores al salario mínimo urbano. A los ancianos y ancianas se les garantizará el derecho a un trabajo acorde a aquellos y aquellas que manifiesten su deseo y estén en capacidad para ello.

En la práctica, gobierno y organizaciones públicas y privadas ejecutan programas dirigidos a la protección social, asistencial y de infraestructura; así como se desarrollan programas recreativos, de capacitación y educación. Sin embargo, se debe reconocer que aún hay mucho camino por recorrer en este ámbito puesto que, según estudios gerontológicos y políticas sociales de atención al adulto mayor en Venezuela, existe una baja correspondencia entre los programas que se ejecutan con las necesidades y problemas de éstos.

No obstante, vale aclarar que el fin de esta investigación no es analizar/criticar la eficiencia o deficiencia de las políticas actuales para los ancianos, sino acercarnos a lo que se está haciendo en pro de la calidad de vida de este sector creciente de la población.

3.1.- Un espacio digno para los adultos mayores

Las políticas que hoy se siguen en el ámbito gubernamental son las de seguridad social y asistencial, ejecutada a través del Instituto Nacional de Servicios Sociales (INASS) y sus órganos adscritos.

El INASS es lo que antes se conocía bajo el nombre de Instituto Nacional de Geriatria y Gerontología. Se le cambia el nombre de acuerdo al artículo 69 de la Ley de Servicios Sociales, publicada en la gaceta oficial n° 38.270 del 12 de septiembre de 2005, el cual reza:

Con la finalidad de adecuar a una nueva estructura administrativa, se le cambia el nombre al Instituto Nacional de Gerontología y Geriatria, creado mediante Ley del Instituto Nacional de Geriatria y Gerontología, publicada en la Gaceta Oficial de la República de Venezuela n° 2.303 del 1° de septiembre de 1978, por el de Instituto Nacional de Servicios Sociales, para la ejecución de las funciones y competencias que le asigna esta Ley y la Ley Orgánica del Sistema de Seguridad Social. El Instituto Nacional de Servicios Sociales está adscrito al ministerio con competencia en materia de servicios sociales al adulto y adulta mayor y otras categorías de personas.

Se entiende por adulto(a) mayor “a la persona natural con edad igual o mayor a sesenta años de edad”. Mientras que ‘otras categorías de personas’ son, valga la redundancia, “las personas naturales menores de sesenta años de edad, con ausencia de capacidad contributiva para cotizar al Sistema de Seguridad Social, que se encuentre en estado de necesidad y, no estar amparadas por otras leyes, instituciones y programas”. También es importante señalar que el INASS opera bajo articulación con el Ministerio de Participación Popular y Protección Social y todos sus entes adscritos. Instituto Venezolano de los Seguros Sociales (IVSS), Fundación para el Desarrollo de la Comunidad y Fomento Municipal (FUNDACOMUN), Instituto Nacional de la Mujer (INAMUJER), Instituto Autónomo Fondo Único Social (IAFUS), Fundación Centro de Estudio sobre Crecimiento y Desarrollo de la Población Venezolana (FUNDACREDESA) y Misión Negra Hipólita, entre otras.

De acuerdo con declaraciones de la doctora Dolores Penas, directora de la Unidad Geriátrica Dr. Joaquín Quintero Quintero, “el objetivo del INASS y todas las políticas públicas que se llevan a cabo es, incorporar de forma efectiva a todos los adultos mayores, porque es una población creciente que está ganando espacio y estatus en la sociedad”.

Penas recordó que la pirámide de la población se invirtió. “Ahora tenemos una tasa de natalidad en descenso que coadyuva a que el porcentaje de personas de la mal llamada tercera edad crezca”, sentenció. Por ello, no dejó de reconocer que Venezuela es un país joven donde muchas de las políticas están orientadas a este sector de la población. Sin embargo, “la idea es que Estado, sociedad civil y familia unan esfuerzos al justo derecho de la población envejeciente del país”.

A su modo de ver, el principal problema es la familia. “Muchas familias llegan aquí solicitando ayuda para sus abuelos. Una vez que la tienen se olvidan de ellos. Se podría decir que los tiran al abandono. Lo idóneo es que colaboren con su asistencia y bienestar”, agregó Penas.

3.2.- Acciones que hablan por sí solas

Para cumplir con parte de lo planteado en el artículo 69 de la ley y satisfacer las necesidades de los adultos mayores se ejecutan los siguientes servicios:

- ✓ Asignaciones económicas: hasta setiembre de 2006 se le otorgaban 60.000 bolívares a cada uno de los adultos mayores adscritos en el Instituto Nacional de Servicios Sociales y que nunca cotizaron en el IVSS. Con la Ley de Seguros Sociales se hizo un reajuste para incrementar el monto en 410%, ubicándose así el monto en 307.395 bolívares mensuales, que corresponde al 60% del salario mínimo.
- ✓ Atención preferencial.
- ✓ Tarifas preferenciales o gratuitas en los espectáculos, cines y teatros; museos y parques públicos.
- ✓ Tarifas especiales o gratuitas para el transporte público en general.
- ✓ Asientos preferenciales en los medios masivos de transporte público.

Asimismo, el INASS planifica regularmente operativos especiales orientados a la recreación y el esparcimiento. Para ello, la institución trabaja con la alianza de Clubes y Fundaciones de Ancianos. “Regularmente organizamos paseos a la playa, a los museos; se efectúan verbenas especiales, que cuentan con atención médica integral, comilonas, conciertos y espectáculos. Son medidas que la sociedad como tal no ve pero sí se hacen”, aclaró el licenciado Raúl Peralta, coordinador de Trabajo Social de la Unidad Geriátrica Dr. Joaquín Quintero Quintero.

Por su parte, la Alcaldía de Chacao, en concordancia con lo establecido en la Ley de Servicios Sociales, ofrece el PROAIAM, que no es otra cosa que el Programa de Atención Integrada al Adulto Mayor. Éste tiene como objetivo, según palabras de su coordinadora, la licenciada Karina Monsalve, “contribuir al mantenimiento de las capacidades psicofísicas y psicosociales de los adultos mayores (...) a través de acciones

de carácter preventivo, formativo y asistencial que respondan a las necesidades del adulto mayor del municipio”.

El vértice de este programa es la Casa de la Juventud Prologada, que es un espacio concebido en el 2002 para el disfrute y la integración social de sus miembros o personas de la tercera edad. Para ello cuenta con:

- ✓ Sala de juegos: tiene una variedad de juegos de mesa, cuyo objetivo primordial es mejorar la salud mental y emocional de los participantes.
- ✓ Sala de lectura: en ella se encuentra una biblioteca temática para el desarrollo de las capacidades cognitivas y ejercicio de la memoria.
- ✓ Sala de usos múltiples: concebida para promocionar la enseñanza e intercambiar conocimientos a través de charlas, conferencias, foros, seminarios y talleres prácticos.
- ✓ Atención médica asistencial: a través de este departamento se coordinan y atienden los tópicos gerontológicos y geriátricos, higiene personal, mental e implicaciones bio-psicosociales del envejecimiento.

En este centro asistencial se llevan a cabo cursos de diversos temas de interés: lencería, manualidades, vitrales, pastas caseras, entre otros. También se desarrollan actividades físico-recreativas. Taichi, bailoterapia, gimnasia terapéutica, son algunas de ellas.

Para ingresar a este programa, las personas mayores de 55 años sólo tienen que consignar: constancia de residencia en el municipio, 2 fotos tipo carnet, fotocopia de la cédula de identidad y una evaluación médica.

Mientras que la Alcaldía de Baruta, por otra parte y en igual sintonía con la ley, tiene disponible una Unidad de Atención a las Personas Mayores. De acuerdo con declaraciones de Benjamín Chávez, coordinador del departamento, “la finalidad de este programa es dar respuesta a las diferentes necesidades de esta población tan vulnerable”.

Para el cumplimiento de este objetivo se crearon 12 clubes de atención para personas mayores de 55 años que están desplegados por todo el municipio y en los cuales se desarrollan actividades deportivas: bailoterapia, taichi, natación, bolas criollas y caminatas; culturales: grupo de teatro y de coral.

En la parte educativa se realizan cursos de computación, con la ayuda de dos instituciones: Casa de la Cultura (Infocentro) y CEBA Monseñor Lucas Guillermo Castillo. No obstante, Chávez reconoce que la población geronte del municipio le da mucha más importancia a las actividades físicas. Cuenta que ellos mismos se organizan para asistir puntualmente a las clases de bailoterapia, por ejemplo.

El valor agregado que ofrece la alcaldía a las personas de la tercera edad es un carnet de identificación para casos de emergencia. “El carnet tiene información valiosa en caso de situaciones inesperadas. Ahí se indican las enfermedades que padece el infortunado, si sufre de algún tipo de alergia, grupo sanguíneo y números telefónicos donde puedan ubicarse familiares”, agregó Chávez.

Ahora bien, como hemos señalado existe una evidente intención de darle apoyo a la población geronte. Sin embargo, también es evidente que aún falta camino por recorrer. Es importante una adecuada articulación entre Estado, sociedad civil y familia. Como bien lo señaló la Dra. Pena, se dan los casos en que la familia se desentiende por completo de sus abuelos. Además, la misma sociedad se ha encargado de descalificar y marginar a los abuelos, lo que a su vez provoca desajustes psicológicos en ellos.

Es por ello que a continuación trataremos de acercarnos lo más fidedignamente posible a la interacción del anciano en la ciudad y cómo ésta está dotada con los servicios necesarios que responden a los intereses del adulto mayor. Claro, no por ello dejamos de obviar el hecho de que nuestro enfoque local está centrado en el área metropolitana de Caracas,

siendo ésta la capital del país y por ello el epicentro de la mayor fuerza demográfica y laboral del país.

CAPITULO IV:
ADULTOS MAYORES EN CARACAS

ADULTOS MAYORES EN EL ÁREA METROPOLITANA DE LA CIUDAD DE CARACAS

**“Un viejo nunca se siente viejo. Mi vejez no es entonces algo que de
por sí me enseñe algo, como sí lo hace la actitud de los demás
respecto a mí”.**

Jean Paul Sastre (1973)

Atrás quedaron los tiempos en que la abuela se postraba en una silla mecedora a tejer a ganchillo los escarpines para los nietos, mientras que los fieles gatos se acurrucaban a sus pies y por los ventanales se colaban los aromas florales del campo. Ahora no es así. El panorama cambió. En primer lugar porque hay una suerte de movimientos migratorios del campo a la ciudad que responden a la necesidad de cubrir expectativas de vida, y en segundo lugar, porque, aunque suene un poco redundante, la urbe está dotada de programas y servicios, sobre todo recreativos y de esparcimiento, que generan interés. Además, el ser humano siempre ha visto el traslado a los suburbios como sinónimo de progreso.

Ahondando en el asunto tenemos que, en busca de mejoras asistenciales, educativas, comunicacionales; de higiene; de transporte, el hombre migra. Aquí, dependiendo desde la óptica o situación social en que se les mire, el adulto mayor es visto como un ser vergonzoso, indecente, del cual nos damos cuenta solo cuando por su lento caminar sobre las estrechas aceras obligan al apurado transeúnte disminuir su acelerado andar.

En gran parte esto sucede porque las personas que se dejan embriagar por el orgullo de la juventud se limitan a creer que durante esos años todo es penuria y decrepitud, cuando sabemos que no es así por múltiples razones, anteriormente expuestas. Se dan muchos casos en que

la actitud del mayor es absolutamente prospera, acelerada y positiva. Encaran nuevos proyectos de vida y no se minimizan ante presiones absurdas y burlas de la sociedad, mayoritariamente joven, como es el caso de nuestra ciudad capital, Caracas.

Ante situaciones como la anteriormente señalada y como manera de garantizar la mayor autonomía posible para este sector de la población, el gobierno venezolano estableció en el artículo 66 de la nueva Ley de Servicios Sociales (2005):

- ✓ La construcción, ampliación y reestructuración de edificios de propiedad pública y privada cuyo uso implique concurrencia de público.
- ✓ La planificación y urbanización de las vías públicas, parques y jardines, para que resulten accesibles y utilizables a los adultos y adultas mayores y personas con discapacidad.
- ✓ Programas en los proyectos de viviendas, alojamientos diseñados arquitectónicamente para facilitar el acceso y desenvolvimiento adecuado de personas adultas mayores y personas con discapacidad.
- ✓ Promulgar, por parte de los estados y municipios, leyes, ordenanzas y las disposiciones necesarias para adecuar las vías públicas, parques, jardines y edificios a las normas generales.

4.1.- Ciudad emergente vs. Adulto independiente

Caracas es una ciudad industrializada, que cuenta con 2.085.488 habitantes, de los cuales 176.980 son personas de 60 años o más, según datos del Instituto Nacional de Estadísticas (INE).

La también llamada “Sultana del Ávila”, es una ciudad emergente, en vías de desarrollo, y principal motor financiero, administrativo, comercial y cultural de la nación. Sin embargo, estas características podrían conspirar para que la sociedad se fragmente y actúen de forma contractual más que emocional. En este sentido, Donoso Salinas comenta

(2003), “esto trajo aparejado un cambio fundamental en todas las instituciones sociales, entre ellas la familia, que paso de extendida (abuelos, padre, madre, hermanos numerosos, hijos y nietos), a la familia nuclear, que se compone, generalmente, del padre, la madre y dos o tres hijos, dejando a un lado a los abuelos”, (p. 3).

Es mucho lo que se ha escrito sobre la inhumanidad de la ciudad, pero, como todo producto humano, es un fiel reflejo de la sociedad que la produjo y la sigue produciendo. Empero hay una realidad que tampoco es negable: la dependencia de los habitantes que alcanzan el sexagenario de vida.

Esta dependencia está enmarcada por las facilidades que provee la ciudad. Equipamiento urbano, acceso al transporte público con tarifas y asientos preferenciales, ergonomía de las innovaciones tecnológicas en comunicación, atención especializada en servicios públicos y privados, son algunas de las facilidades que destacan en Caracas y que, algunas de ellas, están sujetas a la Ley de Servicios Sociales (2005).

4.2.- De lo individual a lo colectivo

En un extremo/medio de la escala social, nuestro público objeto, el sujeto de 60 años, que antaño fue un trabajador activo y tuvo una vida organizada, sistemática y familiar, actualmente se encuentra con un programa de actividades diferentes y menos compulsivas.

Se levanta más tarde de lo que acostumbraba, saca al perro a dar una vuelta; camina hasta la esquina, donde esta un quiosco, para comprar la prensa diaria y aprovecha para hablar con un amigo que está en una situación similar a la suya; regresa a casa y se sienta en su sillón favorito para empaparse de los últimos acontecimientos noticioso; y toma la comida. Luego de una pequeña siesta, en la tarde se organiza con sus amigos del vecindario para ir al club a tomar clases de taichi o bailoterapia; otros, en cambio, lo hacen pero para ir al bingo, al teatro o para asistir a juegos de *bowling*. Las actividades que durante el período

económicamente productivo de la vida se desarrollaban en los momentos en que no se trabajaba, ahora se convierten en los sucesos más importantes del día. El cambio es la recompensa de todos los años de trabajo y sacrificio.

De acuerdo con Pyke (1980), este estilo de vida ha sido prosa de muchas discusiones dentro de la disciplina de la sociología y muchas de ellas han justificado que sea así.

Por un lado está la escuela 'funcionalista', que se basa en la suposición de que la función principal de la vida del hombre es aumentar al máximo la productividad industrial de la comunidad, (...). Existe otra escuela de pensamiento sociológico que apoya el sentir general actual a favor de la jubilación de los ancianos, (...). 'Hipótesis de la separación' propone que el individuo que envejece se separe de su trabajo, de sus compañeros de trabajo, y conforme pasa el tiempo, de toda la vida de la comunidad. (p. 76-77)

Ninguno de estos planteamientos ha sido universalmente aprobado. Según Pyke (1980), "quizá la teoría del retiro ha sido la más vigorosamente atacada" (p.77). Y es que, ¿Por qué alguien ha de molestarse en encontrar una ocupación sustituta para los ancianos si la teoría del 'retiro' implica que la reducción de los intereses y la separación de los asuntos ordinarios de la vida es un proceso natural y parte inherente del envejecimiento?

De cualquier manera, es el sujeto en cuestión el que decide escoger, de cuerdo a sus capacidades, a qué quiere dedicarse, si al trabajo o al descanso.

Como ya hemos dicho, las políticas sociales actuales del gobierno venezolano están orientadas al bienestar de la población geronte. Por otra parte, también debemos reconocer que éstos, obviando, sin querer o queriendo, el marco legal, construyen una nueva identidad social con símbolos propios (independencia y bienestar), y valores compartidos que

son reconocidos entre ellos mismos a través de los espacios de interacción social.

A manera de conclusión, el envejecimiento es un estado biológicamente inevitable en la vida de los seres humanos al que en teoría todos debemos llegar, siendo éste un hecho que en muchas sociedades como la nuestra se presta para la discriminación y exclusión porque consideran a los ancianos inactivos, carentes de ideas y recursos productivos. Sin embargo, debemos reconocer que los paradigmas están cambiando. Actualmente atravesamos por una etapa muy prospera en este sentido. Es por ello que se hace necesario recordar varios puntos anteriormente expuestos:

- ✓ La pirámide de la población está cambiando. La expectativa de vida en Venezuela va en ascenso. Se estima que para el 2015 los adultos mayores se duplicaran, aunado a que la tasa de natalidad descende. Es decir que los grupos de edades jóvenes bajarán y los de 30 y más años se incrementarán.
- ✓ En nuestro país existe una clara intención de brindar ayuda y atención a la población geronte. Para muestra un botón: se reajustó el marco legal que los ampara y beneficia. Bajo el artículo 69 de la Ley de Servicios Sociales, publicada en la gaceta oficial n° 38270 del 12 de septiembre, se le cambió el nombre al Instituto Nacional de Geriatria y Gerontología. Ahora se llama Instituto Nacional de Servicios Sociales. Este organismo beneficia y atiende a los adultos mayores y a otras categorías de personas. Lo fundamental de este cambio es que de ahora en adelante todos los poderes públicos, llámense gobernaciones alcaldías, etc., deben ajustar sus programas sociales en pro del bienestar de las personas mayores de 60 años. Es por ello que ahora tenemos asientos preferencial en el transporte público, tarifas con descuentos, entre otros beneficios ya expuestos.

Asimismo debemos recordar que el enfoque de nuestro Trabajo de Grado cobra mayor pertinencia debido a que:

- ✓ La revista es un medio de comunicación muy accesible y amigable puesto que no se requiere de un gran presupuesto para contar con ella ni de habilidades especiales para manejarla.
- ✓ La fuerza editorial que hay en el país es abrumadora. En el mercado se ven todo tipo de publicaciones, muchas segmentadas por audiencias, otras por tópicos específicos. Aún así tenemos la ausencia de un producto dirigido a la población envejeciente. Consideramos que éste es un grupo desatendido, al cual se le puede ofrecer información muy diversa y de gran importancia, además de entretenerles con artículos pensados y escritos según las necesidades de la edad.
- ✓ Vale aclarar que la realización de estos contenidos serán cuidadosamente trabajados en la parte gráfica con los principios técnicos ya estudiados; siempre tomando en cuenta el formato más adecuado para la mancha (A4), el uso de la tipografía más óptima para que la lectura sea de fácil comprensión, el cuidadoso manejo de las fotografías y recursos visuales, así como el idóneo color –con pocos colores fríos, mas sí cálidos-, entre otros aspectos que serán detallados más adelante y los cuales fueron avalados por opiniones calificadas.

CAPITULO V:
MARCO METÓDICO

MARCO METÓDICO

Para el adecuado y efectivo cumplimiento de los objetivos planteados al momento de comenzar un trabajo de orden científico se hace necesario contar con una metodología o pasos a seguir. Es por ello que a continuación trataremos los siguientes puntos: nivel, tipo y técnicas de investigación.

En primera instancia es importante dejar por sentado que la metodología empleada para la realización de esta investigación es meramente cualitativa de tipo directo por medio de entrevistas en profundidad y especializadas.

5.1 Nivel de la Investigación

Se refiere al grado de profundidad con que se aborda un fenómeno u objeto de estudio. Este estudio respondió a la investigación de nivel Exploratorio y descriptivo.

La investigación exploratoria sirve fundamentalmente para tener conocimiento preliminar, concretar hipótesis y confirmar ideas que el investigador se plantea someramente, por las escasas fuentes o falta de conocimiento real que hay sobre el tema. Como afirma Sabino (1992): “son las investigaciones que pretenden darnos una visión general y sólo aproximada de los objetos de estudio. Este tipo de investigación se realiza especialmente cuando el tema elegido ha sido poco explorado, cuando no hay suficientes estudios previos y cuando aún, sobre él, es difícil formular hipótesis precisas o de cierta generalidad”. De esta manera podemos afirmar que la siguiente investigación es exploratoria puesto que estamos tratando un tema -ciertamente muy explotado (revistas)- bajo un enfoque inédito (para personas que alcanzan la tercera edad).

Por otra parte, el estudio realizado también responde al Nivel Descriptivo porque para poder recrear los antecedentes, situación actual y futura, fue prescindible describirlo; es decir, empezar por su

conceptualización. Como señala Sabino (1992) al respecto de este Nivel, “su preocupación radica en describir algunas características fundamentales conjuntos homogéneos de fenómenos (...) Esta diseñada para describir las características de una población o fenómeno”. Afirmación que creemos acertada para los objetivos que se persiguen con el presente estudio.

5.2 Tipo de Investigación

El presente trabajo fue realizado bajo una investigación de tipo documental y de campo.

Investigación Documental (bibliográfica y electrónica): se refiere al arqueado de fuentes a través de documentos, ya sean impresos o digitales, entre los que destacan: libros, revistas, ensayos, periódicos, expedientes, entre otros. El objetivo es la recolección de información valiosa basada en datos confiables que respalden la investigación o den indicios para crear nuevos conceptos sobre los hallados.

Las referencias bibliográficas consultadas para la elaboración del presente Trabajo de Grado se encuentran más adelante, y vale aclarar que su utilización fue de gran ayuda y utilidad ya que permitieron abordar ideas, aclarar dudas, sustentar o desechar hipótesis, y arrojar resultados confiables.

Investigación de Campo: se fundamenta en la obtención de datos confiables directamente del objeto de estudio para obtener de una forma más empírica la información; sin embargo la utilización de este tipo de investigación necesita de una inversión importante en recursos humanos, materiales, monetarios y físicos, las cuales representan su limitación más importante.

No obstante, es preciso aclarar que la investigación se fundamenta de diferentes técnicas para recolectar la información. Entre ellas se encuentra la de tipo experimental, post facto, observacional, los paneles

por entrevistas, cuestionarios y otras de orden cualitativo como el Focus Group, historias de vidas, entre otras.

Para los efectos de nuestro estudio utilizamos fundamentalmente técnicas de tipo observacional, historias de vidas y paneles de entrevistas debido a que no contamos con los suficientes recursos físicos ni económicos, menos intangibles (disponibilidad de tiempo) para hacer *Focus Group*, por ejemplo.

5.3 Técnicas de Investigación

No son más que los instrumentos que emplean los investigadores para recolectar datos e informaciones de interés para su investigación. En otras palabras son recursos de los que se vale un investigador para acercarse al fenómeno a estudiar y con ello obtener la información y/o resultados.

En este caso las herramientas empleadas para alcanzar y dar respuesta a nuestros objetivos fueron:

5.3.1 Las entrevistas que a su vez se dividieron en: especializadas y en profundidad.

5.3.2 La observación.

5.3.3 Historias de Vida.

5.3.1 Las entrevistas

“Una entrevista es una conversación entre dos personas, en la que una de ellas intenta conocer más a fondo la información, el pensamiento las creencias o el criterio de lo otra personas sobre un asunto”, según Ronderos y otros (2002).

Esta es una de las técnicas más antiguas para el levantamiento de información, además representa un recurso vital para las ciencias sociales y es complemento ideal cuando se desea indagar detalles que sólo una voz experta, con experiencia comprobada o pertinente al caso puede hacerlo.

Las entrevistas fueron aporte clave para la realización de esta investigación puesto que de allí se pudo determinar las opiniones y análisis tanto de la muestra que se estudió como de los expertos en materia de diseño y contenidos periodísticos.

- **Especializadas:** son aquellas que se realizan a personas que tengan alguna especialidad o experticia en las materias de interés de la investigación. Este tipo de entrevista se empleo en el presente trabajo para conocer la viabilidad del proyecto a ejecutar.

- **En profundidad:** es el proceso de interacción dinámica de comunicación entre dos personas, entrevistador y entrevistado bajo el control del primero. Para los efectos de este Trabajo de Grado se empleó está modalidad para obtener información de personas calificadas en el tema del diseño, para que pudieran proporcionar sus puntos de vistas acerca de la publicación que planteamos. Al final de este capítulo se encuentra el panel de entrevistados para los efectos de esta investigación.

5.3.2 La observación

Esta es una técnica de recolección de datos que se basa en observar los comportamientos actitudes y situaciones sobre un fenómeno o hecho determinado que tiene relación con lo que se estudia.

A continuación se presenta el panel de entrevistados

Panel de Entrevistados		
Nombre	Especialidad	Experiencia
Salvatore Lo Mónaco	Periodista	Jefe de Redacción de la Revista Dinero
Carmen Riera	Periodista	Editora Gráfica de la Cadena Capriles
Dolores Penas	Trabajadora Social	Directora de la Unidad Geriátrica Dr. Joaquín Quintero Quintero
Raúl Peralta	Trabajador Social	Coordinador de Trabajo Social de la Unidad Geriátrica Dr. Joaquín Quintero Quintero
Karina Monsalve	Sin Especificar	Coordinadora de PROAIAM de la Alcaldía de Chacao
Benjamín Chávez	Sociólogo	Coordinador de la Unidad de Atención para los Adultos Mayores de la Alcaldía de Baruta
Tibisay Lizardo	Administradora	Ejecutiva de ventas del Dto. de Comercialización de la revista Dinero, Producto y PC World.
Belinda Calderón	Periodista	Coordinadora de Redacción de la Revista Dinero

CAPITULO VI
LA PROPUESTA: VIVIR MÁS

PROPUESTA DE REVISTA

El presente capítulo contiene el concepto bajo el cual se desarrollará la revista. Dicho desarrollo conceptual se fundamenta en la investigación exploratoria realizada. En este sentido destacamos que a continuación se abordaran los siguientes tópicos: diseño del medio y su comunicación, proyecto editorial, presupuesto, comercialización, manual y política editorial, géneros usados para la realización de los artículos, ética periodística, manual del diseño, características de la maqueta, criterios formales y expresivos, usabilidad y navegabilidad en el impreso y demás lineamientos generales que servirán de indicativos para conocer de qué trata ***Vivir Más***.

6.1.- El diseño del medio y su comunicación

Vivir más nace con la premisa fundamental de llenar un vacío en la plaza editorial del país, específicamente el que está dirigido a personas de la tercera edad. Consideramos que es un grupo etario desatendido en éste ámbito, al cual se le puede ofrecer información muy diversa y de gran importancia, además de entretenerles con artículos pensados y escritos según las necesidades de la edad. “Creo que hay un gran vacío en ese estrato de la población en cuanto a publicaciones específicas. Además allí hay un *target* interesante, especialmente en la clase media y alta (comerciantes, profesionales, banqueros) que si bien algunos están ya retirados, siguen manteniendo poder sobre lo que construyeron”, aseguró Salvatore Lo Mónaco, Jefe de Redacción de la Revista Dinero.

El diseño del medio estuvo rigurosamente elaborado, tomando en cuenta todo el marco teórico referencial expuesto al principio del presente trabajo, el cual fue sustentado empíricamente a través de un sondeo de opinión con especialistas en el área y su respectiva aprobación del público objetivo.

Vale recordar que la revista por naturaleza es una mezcla de varios elementos que por medio de su capacidad gráfica, creativa e inventiva, ofrece informaciones diferentes, presentadas de forma meticulosa y ordenada que hacen que sus lectores las conserven por mucho más tiempo, caso contrario a lo que ocurre con el periódico.

Así pues, al momento de elaborar un *magazine* es fundamental que exista en primer lugar un público específico: personas de la tercera edad. ¿Por que? Porque existe una demanda. Teniendo en cuenta estas dos premisas claves se procede a indagar sobre cuáles son sus necesidades como personas y futuros lectores. ¿Cómo? A través de su entorno socioeconómico y abordándolos desde lo individual a lo colectivo. Una vez esgrimidas estas interrogantes se hace necesario articular los hallazgos obtenidos con los elementos visuales adecuados.

“La parte gráfica de la revista siempre va a ser clave para que le medio cale o no. Por ejemplo, el uso de las fotografías tiene que ser muy cuidadoso porque el lector se tiene que identificar con ellas. Es decir, si la revista es para ancianos no podemos colocar a una ‘pavita’ como referencia, porque no hay autoreconocimiento. Claro, toda la parte gráfica tiene que ir de la mano con contenidos bien trabajados, que respondan a un público que por su naturaleza/edad pueden ser muy exigentes”, indicó Carmen Riera, editora gráfica de la Cadena Capriles.

De esta manera, lo que se hizo con ***Vivar más*** fue experimentar en todos los niveles de producción, sin abusar de ellos, como nunca podría hacerse con un diario, por ejemplo. No obstante vale mencionar que se tomaron muy en cuenta las consideraciones necesarias hechas por personalidades calificadas, con el objetivo de que los mensajes transmitidos sean claros, precisos y atractivos.

6.2.- El proyecto editorial

6.2.1.- Equipo editorial y su organización

El equipo editorial de *Vivir más* estará conformado por un Jefe de Redacción, y los periodistas redactores a su cargo.

Como en todas las redacciones, el Jefe de Redacción es quien define la pauta de cada edición y asigna los trabajos periodísticos a cada uno de sus redactores.

La diagramación de cada número estará a cargo de un diseñador gráfico, y en la medida en que se incremente el número de páginas de la revista, se incluirá en el equipo las personas que hagan falta para realizar este trabajo.

Para efectos del desarrollo del número cero que presentamos en este Trabajo de Grado, el equipo editorial estuvo conformado por dos periodistas editoras, quienes decidieron en conjunto los temas a tratar en este número y escribieron en partes iguales los artículos que se presentan.

La diagramación estuvo a cargo de un diseñador gráfico, quién guió el desarrollo de su trabajo según las instrucciones recibidas por las editoras.

Finalmente, teniendo en cuenta las posibilidades futuras para esta publicación, consideramos necesario incluir dentro del equipo a un encargado en ventas, que se acerque a los posibles anunciantes para presentar el producto, y así cumplir los objetivos comerciales que cualquier empresa mantiene.

6.2.2.-Presupuesto

Al desarrollar un proyecto editorial, uno de los puntos clave a considerar es la relación de costos de producción y cantidad de anunciantes, pues es sabido que el precio de los diarios y revistas sólo justifica los gastos de impresión en la mayoría de los casos.

Vivir más se ofrecerá al público por un precio de 6 mil bolívares, este monto significa una ventaja competitiva pues otras revistas similares oscilan entre 6 mil y 8 mil bolívares.

El tiraje inicial será de 3 mil ejemplares, considerando que será distribuida sólo en el área metropolitana de Caracas, y que el público objetivo de la publicación no representa la mayoría de la población caraqueña.

Según nuestra investigación, los costos de impresión, para una revista como la que queremos ofrecer al mercado, se promedian en 2400 bolívares por ejemplar.

Por su parte, la distribución del producto, que se hace con las mismas empresas distribuidoras de periódicos a nivel nacional, tiene una tarifa estándar que no varía según la cantidad de ejemplares o los sitios de distribución, ésta equivale al 50% de lo cuesta la revista en el mercado. O lo que es lo mismo, el 50% del valor que está impreso en la tapa de la revista.

Esto significa, para el caso específico de **Vivir Más**, que el valor de la revista para los lectores cubriría los gastos de impresión y distribución, y la publicidad representa la ganancia que se espera de cualquier empresa. Obviamente, la administración de un medio de comunicación o cualquier otra compañía no se resumen a operaciones tan básicas como las aquí descritas pero para efectos de la investigación, sirven como muestra.

Considerando las tarifas que se manejan actualmente en el mercado, hemos elaborado nuestra propia tabla de tarifas publicitarias en **Vivir más**. En nuestro caso, las páginas destinadas a publicidad nunca superarán el 30% del total de páginas de la edición. A continuación las tarifas por las cuales se regirán las pautas publicitarias del *magazine*:

	INDETERMINADA	IMPAR	PREFERENCIAL (*)
1 Página	6.000.000,00	7.000.000,00	8.000.000,00
1/2 Página Hztal./ vert.	5.000.000,00	5.500.000,00	6.000.000,00
1/3 Página Horizontal (CINTILLO)	3.500.000,00	4.000.000,00	4.500.000,00
Paginas Centrales Enfrentadas	13.000.000,00		
Contraportada	12.500.000,00		
Reversos	10.000.000,00		

* Se define como página preferencial la que el Cliente elige según su interés. Precios en bolívares.

El número 0 que se elaboró para este trabajo de grado contiene ejemplos de publicidad. En este caso, las páginas usadas en publicidad representan 20% de la cantidad total de páginas, y tendrían un valor de 40 millones de bolívares, según nuestra tabla de tarifas.

6.2.3.- Comercialización

Como estrategia de comercialización consideramos determinante el fortalecimiento de las relaciones entre nuestra revista y las empresas y organismos claves para nuestra audiencia.

Parte del plan de comercialización consiste en garantizar la distribución de ejemplares de cortesía entre dichos organismos y empresas, tales como:

- Cadenas de Supermercados y Farmacias
- Bancos
- Agencias de Viajes
- Aseguradoras
- Empresas de Consumo Masivo y Cuidado Personal
- Cosmetología
- Alcaldías y Gobernaciones

- Clínicas
- Cines
- Teatros
- Salones de juegos de Azar

De esa manera nos aseguramos que ellos conocen nuestra oferta, y saben que nos estamos dirigiendo a un público determinado que a ellos también les interesa abordar. Es necesario acercarnos luego a estas empresas e instituciones para recibir sus comentarios y opiniones, para saber si se sienten interesados en participar del proyecto y anunciar sus productos y servicios en nuestras páginas.

Como herramienta básica, las personas que servirán de puente entre nuestra revista y dichas compañías y entes deben preparar un material que ilustre de manera clara nuestro objetivo como empresa editorial y nuestras ventajas. Número de ejemplares, sitios de distribución, *target* de la revista, etc.

También debe desarrollarse un plan de comunicaciones para dar a conocer el producto final a través de los medios. Una gira de radio por los programas más reconocidos por nuestro público es una opción válida y de mucha utilidad. De igual manera, es posible lograr entrevistas para televisión y prensa en la un vocero principal presente el proyecto y describa sus cualidades, anunciando así la salida de **Vivir Más** a las calles de Caracas.

Una correcta planificación de Relaciones Públicas es fundamental para dar a conocer el proyecto y puede brindar excelentes resultados como herramienta de apoyo para la comercialización.

6.2.4.- Resultados esperados

Queremos llegar con nuestros mensajes informativos y de entretenimiento a un grupo determinado de nuestra sociedad que hasta

ahora no ha sido incluido en la oferta de productos editoriales como lo han sido otros segmentos: niños, jóvenes y adultos jóvenes. El proyecto está pensado para iniciar con un tiraje de cinco mil ejemplares, y luego crecer, según la respuesta del mercado, en número de impresiones y sitios de distribución.

Sabemos que es posible ofrecer a las personas de la tercera edad, que están entrando al retiro profesional pero no por ello salen de la esfera social, una revista que les informe sobre los temas que ellos quieren conocer desde una perspectiva positiva. Podemos hablarles sobre su salud sin caer en el pesimismo, y ellos podrán enterarse de lo que les ofrece nuestra ciudad ahora que sus vidas toman un rumbo diferente, sabiendo que no están en el final de las mismas sino en el comienzo de una nueva etapa.

Esperamos que nos reciban con entusiasmo, y que apoyen esta iniciativa pensada especialmente para ellos, considerando que cada vez son más las personas que conforman el segmento de la tercera edad, y hasta ahora casi nadie parece percatarse de ello.

Si nuestros objetivos se cumplen, posiblemente iniciemos una tendencia que incite a otros productores a pensar en este público, y será posible que crezcamos como empresa y así obtengamos beneficios propios y para nuestra sociedad.

6.3.- Manual Editorial de *Vivir Más*

6.3.1.- Política Editorial

Vivir más es una publicación independiente, que no responderá a los intereses de ningún organismo público o empresa privada. La objetividad y veracidad de todas las informaciones aquí publicadas será garantizada por cada uno de los que labora para esta revista.

Todas las informaciones serán verificadas antes de publicarse, y todas las fuentes consultadas serán comprobadas y citadas respectivamente según corresponda el caso.

Ninguno de los empleados y colaboradores de **Vivir más** se pronunciará a favor o en contra de algún organismo o de algún particular, es decir, no se expresará favoritismo o aversión hacia personas, empresas u organismos.

Respecto a la identificación del autor, se incluirán todos los nombres de los redactores que escriben en cada edición en los créditos de la misma. Solo llevarán firma dentro del texto, aquellos artículos escritos por colaboradores ocasionales de la revista.

6.3.2.- Géneros

Por la naturaleza de nuestra publicación, el género periodístico predominante será el reportaje. Sin embargo las secciones fijas de la publicación incluyen una entrevista, hecha a algún personaje de interés para nuestro público clave; así como también noticias y reseñas, principalmente ligadas a la cultura y el entretenimiento.

Reportaje: Como sabemos, el reportaje combina información e investigación, y en su contenido se solapan géneros como la entrevista, la encuesta y el artículo de opinión.

En **Vivir más**, los reportajes estarán enfocados hacia los temas de mayor interés para los lectores de la tercera edad, a saber: bienestar y estilo de vida, salud, cultura y entretenimiento, entre otros.

Es importante recordar que por lo amplio de su definición, el reportaje plantea algunas dificultades teóricas en su análisis. Según el autor Martín Vivaldi, (s/f, citado en Enciclopedia Microsoft Encarta 2007) “en sentido amplio, reportaje equivale a información. Todo trabajo informativo que no sea la estricta noticia, el artículo literario o de opinión o la crónica, es reportaje”.

El reportaje debe desarrollarse dinámicamente en todos sus párrafos, siguiendo una estructura sencilla pero no monótona. Es necesario el uso de recursos como fotografías, infografías y cuadros de

textos, así como la inclusión de datos, anécdotas, citas, ejemplos y entrevistas para enriquecer los textos.

Entrevista: además de su utilización como soporte de los reportajes, será incluida como género aparte en **Vivir más**, como sección fija en cada número.

La entrevista de personalidad tendrá protagonismo en nuestra revista. A través de ella, el periodista debe mostrar al personaje público de una manera distinta a lo usual, para explorar aspectos de su personalidad que de otra forma serían desconocidos para el lector, en la medida de lo posible.

Noticia: Debe ser breve, expositiva, secuencial y no debe incluir la opinión del autor. No debemos olvidar la regla básica del periodismo clásico, preguntar: qué, quién, cuándo, dónde y cómo.

Aunque sabemos que la estructura clásica de la noticia es titular, entrada y cuerpo, en el caso de **Vivir más**, éste género no será predominante. Serán desarrollados artículos informativos de noticias, llamados breves, que son mucho más cortos, en este caso su estructura es una fusión de la entrada y de la información piramidal.

Reseña y crónica: la reseña no tiene una estructura fija, pero sí unos elementos particulares.

El título del artículo debe señalar directamente lo que se reseña, si escribimos sobre crítica literaria, lo primero que debe aparecer es la ficha bibliográfica del libro, y si es sobre una exposición de pintura, citarse el nombre del pintor, la galería de arte donde expone, la ciudad, las fechas y horario de visita.

El tema debe ser de actualidad. En el caso de **Vivir más**, las crónicas y reseñas se usarán principalmente en las secciones destinadas a la agenda cultural y de entretenimiento.

Infografía: Consideramos necesario incluir a la Infografía en esta descripción de los géneros periodísticos que se encontrarán en nuestra revista, porque a pesar de que aún no se le incluye dentro de las categorizaciones clásicas de los géneros periodísticos, se hace cada vez más evidente que representa una nueva y eficaz herramienta en la transmisión de información.

6.3.3.- Ética Periodística

Vivir más se guiará según unos lineamientos fundamentales: veracidad, responsabilidad, credibilidad y objetividad.

Entendemos que en cualquier medio de comunicación social son necesarios estos valores para garantizar el objetivo de informar, entretener y educar a nuestra audiencia.

Nuestro público objetivo demanda informaciones útiles y bien fundamentadas, y nuestro compromiso será ofrecerles un producto final de calidad, con credibilidad y que atienda sus intereses.

Ninguno de los empleados o redactores de esta redacción cederá ante los intereses de otras instituciones, sin importar las circunstancias.

La credibilidad es el principal activo de cualquier publicación que desee establecerse con seriedad y responsabilidad en el mercado editorial.

De encontrarse ante una situación de conflicto de intereses, el periodista deberá acudir al jefe de redacción para plantear su situación, y en conjunto –periodista y jefe- buscarán la manera de solucionar el impasse.

6.3.4.- Lineamientos generales

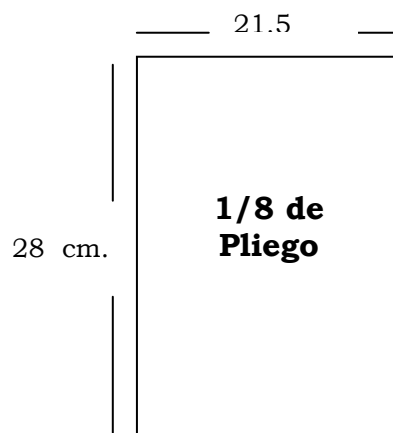
- Los títulos, subtítulos y antetítulos deben escribirse en presente, y mantener en lo posible la sencillez gramatical en el sentido: Sujeto, Verbo y Predicado.
- En los casos que lo ameriten, los títulos y antetítulos pueden escribirse en otro tiempo verbal que no sea el presente.
- Las fotografías, infografías y cuadros de texto deben estar identificados con su respectiva leyenda y fuente, en el caso que sea necesaria.
- Todas las fuentes consultadas para la redacción de un reportaje, noticia, crónica o reseña serán identificadas correctamente.
- Todas las veces que se escriba el nombre de la revista, se hará en itálicas y negritas: ***Vivir más.***
- La primera vez que se haga referencia a instituciones, se escribirá el nombre completo y en paréntesis las siglas. A partir de la segunda mención, no es necesario repetir el nombre completo, con las siglas bastará para identificar a la institución.
- Nombres propios de instituciones, organismos y lugares se escribirán siempre en mayúscula.
- De ser necesaria la inclusión de palabras en otro idioma que no sea el español, éstas se escribirán en itálicas.
- Las palabras se dividirán silábicamente siguiendo las normas básicas del español.
- Debe evitarse el uso incorrecto del gerundio.
- Puede escribirse indistintamente “por ciento” o “%”. Los porcentajes no llevan artículos ni preposiciones.
- Las cifras y datos económicos deben expresarse en bolívares. En algunos casos que lo ameriten pueden expresarse en dólares, tratando siempre de acompañar dicha cifra por su equivalente en bolívares: “el trato cerró con un contrato por 80 mil dólares, unos 170 millones de bolívares aproximadamente”.

- Lo mismo aplica para el sistema métrico decimal, es necesario hacer la conversión aunque sea aproximadamente. Excepto que se trate de medidas necesarias en algunas disciplinas deportivas.
- Los números menores a 11 deben escribirse en letras, los mayores deben escribirse en números. Y si se trata de cifras muy grandes, puede escribirse en números y letras, para facilitar su lectura: “150 millones de usuarios”.
- Cuidar los dequeísmos.
- Cuidar los verbos en plural: se escribe “había”, no “habían”.
- Cuidar el uso de verbos ya generalizados pero que sin embargo no existen: “aperturar” por “abrir”, o “accesar” por “acceder”.
- Consulte todas sus dudas en un diccionario o enciclopedia, recuerde que es mejor tomarse un tiempo y consultar, para no cometer fallas.

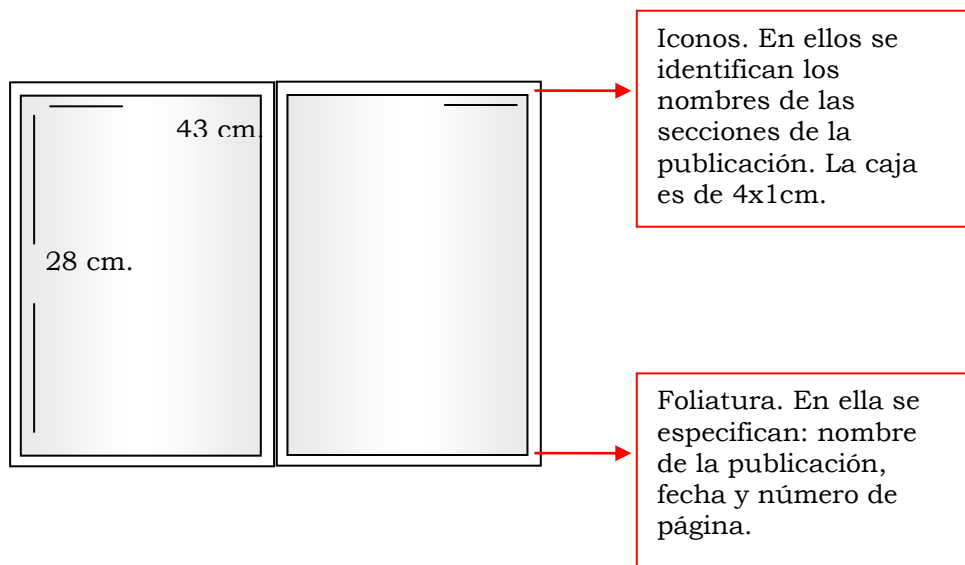
6.4.- Manual del Diseño y Formas Expresivas de *Vivir Más*

6.4.1.- La maqueta

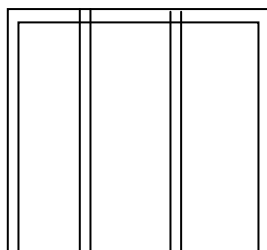
- ✓ Soporte: La portada de ***Vivir más*** se elaborará en papel glasé de 200 gramos, y sus páginas internas serán elaboradas en papel glasé de 150 gramos.
- ✓ Formato: el formato de esta publicación será de 21.5 centímetros de ancho por 28 centímetros de alto o A4.

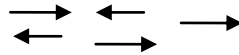


- ✓ Mancha: el tamaño final de la mancha será de 21.5 centímetros de ancho por 28 centímetros de alto, en cada página. El área de impresión o mancha abarca todo el formato de la revista, puesto que la misma contiene imágenes, foliatura, iconos, etc. Todos estos elementos van sangrados, es decir, culminan en las líneas de corte final tanto en la parte superior como en la parte inferior.



- ✓ Módulos: se empleará una retícula mixta, de dos o tres columnas dependiendo de la página, ya que éstas permiten jugar más con el espacio de la mancha y combinar los textos y recursos gráficos con la finalidad de que las informaciones sean más vistosas. El tamaño de las columnas es de 8.2 mm de ancho y el espacio entre una columna y otra es de 1.2 mm. No obstante, algunas secciones (Agenda, Mis Nietos, En Forma y Destinos Dorados) pueden tener sus propias especificaciones, ajustadas al contenido de las mismas.





- ✓ Tripa: la revista debe estar constituida siempre por un número de páginas de tripa que sea múltiplo de ocho, pues de lo contrario significaría una pérdida de papel y dinero durante el proceso de impresión. Este número está sujeto a las pautas publicitarias y al alcance que vaya adquiriendo la publicación. Es prudente dejar por sentado que la tripa se refiere al contenido interno del *magazine* con exclusión de portada y contraportada.

6.4.2.- Criterios formales y expresivos

- ✓ Descripción del Logotipo Principal: el logotipo que identificará a la revista ocupará una caja de 10.5 centímetros de ancho por 4.2 centímetros de alto. Esta caja identificadota debe llevar siempre el nombre, fecha y edición de la publicación, todo en conjunto, de tal manera que sea móvil y de acuerdo a estrategias preestablecidas sea muy vistosa. A continuación una muestra del logotipo creado, especificando la tipografía empleada:



La palabra 'Magazine' debe ir siempre en cursivas por estar en otro idioma Está en TW Cent Italic a 22 puntos.

- ✓ Fuentes empleadas: de acuerdo con las recomendaciones de la editora gráfica de la Cadena Capriles, Carmen Riera, es adecuado usar para el tipo de publicación que estamos planteando fuentes de la familia 'Palo Seco' o 'Sans Serifs' puesto que son letras sin trazo terminal, de palo seco; tienen igual grosor y carecen de remates decorativos. Es por ello que la tipografía empleada en nuestra revista es Helvética en su variación condensada y fina (HelvCondensed y HelvLight); también su uso TW Cent MT para la portada, sumarios y subtítulos de recuadros. Para los cuerpos de texto se empleó Helvética Condensed a 11 puntos, igual aplicó para las leyendas. Como muestra:

VIVIR MAS

- ✓ Uso del color: siguiendo con las sugerencias de Riera, en nuestro *magazine* predominarán los colores cálidos. “Cero colores estridentes - destacó la editora gráfica -. Preferiblemente con predominio del naranja y amarillo”. Recordemos que según la psicología del color el primero sugiere estímulo, acción y entusiasmo; mientras que el segundo representa alegría y acción. Es por ello que nuestra editorial estará enmarcada en estas tonalidades, con un porcentaje que oscilará entre 80% y 100%. A los colores fríos, que por ser atractivos se usaron para identificar algunas secciones, se les bajó el

patone para darles sutileza. A continuación el círculo cromático donde se apreciará mejor el enfoque que le dimos a los colores:

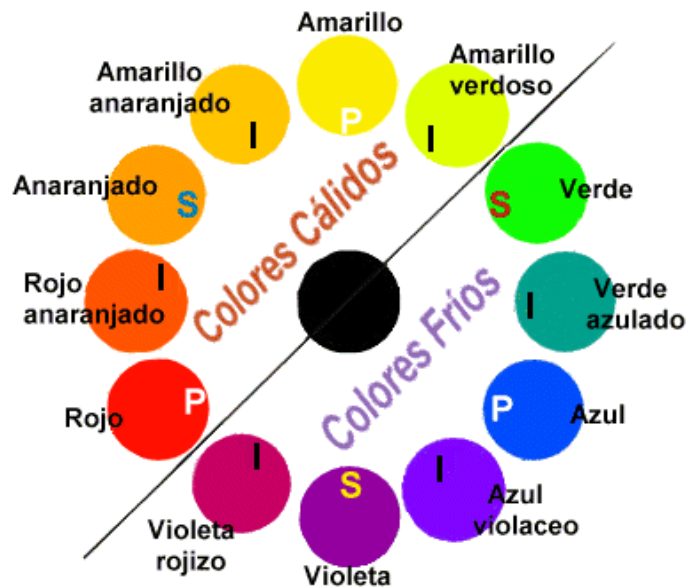


Imagen obtenida de www.xtec.es

- ✓ Fotografías e ilustraciones: los recursos ilustrativos que se hallarán en **Vivir Más** tendrán como función fundamental el autorreconocimiento. A excepción de la sección 'Mis Nietos' las fotos que usaremos estarán siempre dirigidas y enfocadas en nuestro *target*. La idea no es solo embellecer el texto sino darle fuerza al contenido.
- ✓ Publicidad: fundamentalmente todo aquella que esté dirigida a promocionar bienes, servicios y/o productos que sean de interés y están abocados al bienestar de los adultos mayores.

6.4.3.- Contenidos y secciones de la publicación: los contenidos se centraran en: alternativas de viajes, turismo, esparcimiento y recreación; hábitos de ejercitación y/o alimentación; cuidados de salud; temas de economía, pensiones o presupuesto. Asimismo se abrirá un espacio dedicado al intercambio de ideas con el público objeto, el cual también servirá para recibir propuestas o comentarios de éstos.

Las secciones fijas que arropan estos contenidos son:

En Profundidad

Reportaje central de la revista, en donde se desarrolla el tema principal destacado en portada. Se tratarán temas de interés para los adultos mayores, sobre cualquier área desde salud hasta entretenimiento pensado especialmente para ellos.

Saber envejecer

Información sobre la mejor manera de manejar los problemas que atañen a esta etapa de la vida, especialmente enfocada hacia la estética y la salud.

Destinos Dorados

Turismo para adultos mayores. Reportajes acerca de los destinos preferidos por este público, así como información sobre planes especiales para ellos desarrollados por Agencias de Viajes, Hoteles y otras instancias.

Entrevista

Entrevista de Personalidad, a un personaje relevante, mayor de 60 años y de Caracas.

Bienestar

Información especializada sobre los problemas de salud que más afectan a los ancianos. ¿Cómo identificarlos? Y ¿Qué puede hacerse para mejorar?

Mis nietos

Sección dedicada para que los abuelos y sus nietos. Información acerca de las actividades culturales y de entretenimiento que pueden compartir con ellos.

Datos curiosos o información especializada que les ayuden a entender mejor a las nuevas generaciones.

Agenda

Agenda Cultural de Caracas. Para saber a dónde ir y cuáles ventajas presentan algunos sitios de esparcimiento para los adultos de la tercera edad.

6.4.4.- Usabilidad y navegabilidad en el medio: el primer elemento orientador que se encuentra en *Vivir más* es la sección En Esta Edición, que es un panel de tacos que orientan al lector sobre los contenidos que se desplegarán en la publicación. Cada taco debe llevar alineado a la derecha el nombre de la sección a la que pertenece y el respectivo número de página. Del lado izquierdo debe figurar una foto que haga alusión al artículo que se está mencionando. Asimismo cada taco debe explicar brevemente de lo que tratará el tema. Para muestra:



En profundidad/13

¿Es posible el sexo después de los 60?

Los prejuicios y tabúes que manejamos como sociedad son la principal causa de las dudas y temores que sufren los mayores a la hora de desarrollar plenamente su sexualidad. Acostumbrados como estamos a vivir en un país con una población joven, hemos desarrollado unas concepciones erradas que nos muestran a los "abuelos" como seres asexuados, que "ya no están para eso".

Aprende cómo superar estos obstáculos y disfrutar con tu pareja aunque tengas más de 60.



La Osteoporosis: ¿qué hacer si nos toca?

Bienestar/08

La osteoporosis es una enfermedad caracterizada por la disminución progresiva de masa ósea. Gracias a su acción, la susceptibilidad a las fracturas se incrementa debido a la pérdida de sales minerales y de calcio. Sin embargo, es posible tomar medidas que nos ayuden a hacerla más llevadera.



Pedro León Zapata

Entrevista/11

Desde hace más de cuarenta años, los venezolanos sabemos el suceso del momento al abrir las páginas de El Nacional, pero no por los títulos sino por los contundentes Zapatazos.



Relajación y Respiración son la clave

En forma/17

Ante la comprensión de que no se trata de añadir años a la vida sino vida a los años, lo cual se consigue con la práctica regular de ejercicios, en la edición de este mes proponemos una rutina de Yoga como escape a las presiones externas e internas.



La Piel: Nuestra Armadura

Saber envejecer/18

La piel es el órgano más grande del cuerpo y debe cuidarse con la misma dedicación que a otros. Una alimentación adecuada y las medidas de prevención para protegernos del sol son fundamentales para ayudarnos a mantenerla saludable.



Reconversión Monetaria: la duda de los tres ceros

Economía/20

Existen muchas interrogantes sobre la efectividad que tendrá la eliminación de tres ceros al bolívar, ¿su aplicación realmente va a mejorar el poder adquisitivo de los venezolanos o sólo generará un efecto psicológico momentáneo en la población?



Cancún agasaja a los jubilados

Destinos Dorados/22

Tras una vida de sacrificios, la recompensa alcanza la tercera edad. Y qué mejor que aprovechar los logros obtenidos con el placer de conocer las maravillas que nos depara el mundo por doquier, sobre todo si de ofertas y paquetes especiales se trata. Para muestra un botón: Cancún.



Agenda y Mis Nietos/23

Cuando se trata de esparcimiento no hay hora ni fecha en el calendario, mucho menos si los compromisos laborales ya no son el pero que valga. Halle en esta edición algunas alternativas de entretenimiento y diversión para disfrutar a solas o en familia.

Las secciones a su vez estarán identificadas en sus respectivas páginas con una banda de color que estará ubicada en la parte superior de izquierda a derecha para páginas pares y de derecha a izquierda para páginas impares. La tonalidad de la misma estaría dada por la composición de la página correspondiente al artículo. El objetivo es que lector se familiarice con los colores para que conforme vaya adquiriendo la revista, ubique de manera inmediata (por el color) los temas que para su gusto son de mayor interés. Por ejemplo, con las flechas se señala el nombre de la sección y su respectivo color.

Entrevista

Esos compañeros acusaban e informaban de lo que hacían lo demás, y yo los representé en un dibujo. Sucedió que un inspector llegó a la escuela y se interesó mucho por el dibujo, preguntó a que se refería y quien lo había hecho. Le contaron todo y se mostró sorprendido por la situación". Tiempo después supe que el inspector se llamaba Luis Beltrán Prieto.

¿Alguna vez ha sufrido de "bloqueo de dibujante"? ¿Le ha pasado que no sepa como plasmar su pensamiento en una caricatura?

Como es natural, si sufro de bloqueos creativos, pero no me doy cuenta. Pasa lo que pasa tengo que hacer lo mio, sea bueno o sea malo lo que salga, algo tiene que salir para el periódico todos los días. Es una testardez, porque me gusta mucho lo que hago. Creo que podría hacer cinco caricaturas al día.

¿Si tuviera que quedarse con una sola caricatura suya, cual sería? ¿Por qué?

A estas alturas ya he hecho tantas que no se cuál es la mejor ni con cual me quedaría. Es muy difícil escoger una sola, sobre todo porque soy desmemoriado. A veces veo mis trabajos de los años 70 y me parece que es de lo mejor que he hecho, pero ya ni me acordaba de que eso lo había dibujado yo.

¿Sin qué no puede vivir?

Sin la vida.

¿Un sueño recurrente?

Lo más recurrente es que se me olvide.

¿Que haría si le dijera que le quedan 24 horas de vida?

Me contentaría mucho, siempre creo que me queda menos que eso.

¿Un libro indispensable?

Soy poco exigente literariamente, cada libro es indispensable para mí en el momento en el que lo estoy leyendo. Ahora mismo leo Boca solo hay una, y me parece un libro verdaderamente gastronómico.

¿Una película inolvidable?

Voy poco al cine, lo que más veo son las películas en televisión. Hace media hora estuve viendo El Padrino II, y me parece que aunque no es una obra maestra, todo el que la ve simplemente no puede despegarse de ella hasta que termina.

¿Qué le preguntaría a Dios?

Le preguntaría cualquier cosa, solo para que no le de tiempo de preguntarme algo a mí.

¿A cual personaje famoso o histórico resucitaría si pudiera?

A ninguno, porque no hay nada peor que resucitar lo que ya está acabado.

¿A qué le teme?

Soy muy poco original, le temo a la muerte.

Si tuviera que escoger entre entrevistar a Leonardo Da Vinci, Jesucristo o Hugo Chávez ¿a cuál entrevistaría y porqué?

Pues obviamente a Da Vinci. A Cristo no, porque es Dios; y a Chávez tampoco, porque es todo lo contrario.

¿Quién cree que llenará sus exposiciones en El Nacional cuando ya no haga la caricatura diaria?

Lo podría llenar cualquiera, dado que yo lo hice.

¿Piensa en jubilarse alguna vez?

No pienso en jubilarme, porque para mí profesión la jubilación no existe. Eso existe para los toreros, los boxeadores o los galanes. Dejaré de hacer lo que hago cuando me boten o cuando deje de existir. Siempre habrá tema. Siempre habrá imaginación. Siempre habrá ingenio.





Si aún piensas que a los 60 el sexo ya no es parte de la vida, continúa leyendo y desmiente los mitos que nos han acompañado siempre

Juan y Luisa caminan tomados de la mano siempre, y no dudan en demostrarse cariño con un beso o una palabra amorosa aunque estén en público. Algunas veces, la gente los mira con extrañeza, e incluso avergonzados, pero otras veces solo sonríen con ternura cuando los ven pasar. ¿Por qué es tan raro que una pareja sea cariñosos? Lo que ocurre es que Juan y Luisa tienen 65 y 60 años, respectivamente.

Situaciones como la anterior, son muy comunes en la sociedad en la que nos desenvolvemos. Acostumbrados como estamos a vivir en un país con una población joven abrumadoramente mayor que la adulta o anciana, hemos desarrollado unas creencias y tabúes que nos muestran a los "abuelos" como seres asexuados, que "ya no están para eso".

Sin embargo, lo más preocupante no es que los hijos o nietos tengan estas concepciones, sino que los

propios ancianos terminan asumiendo que los otros están en lo cierto y renuncian a su vida sexual cuando aún pueden vivir plenamente en este sentido.

Para Adela Herrera, médico internista y geriatra del Hospital Nacional de Santiago de Chile, citada por la revista Salud en 2004: "el prejuicio social y cultural que existe hacia la sexualidad en mayores de 60 años se debe, en parte, al enorme desconocimiento de los mismos profesionales de la medicina, capacitados para curar el dolor, pero no para promover el placer".

Según los especialistas, la sexualidad es una dimensión de nuestra vida que se desarrolla desde el momento en que nacemos y nos acompaña hasta el final de nuestros días. La cuestión es descubrir y aprender sobre los cambios físicos y psicológicos que nos acompañan en nuestro desarrollo e irnos adaptando con ellos para lograr una vida sexual plena.

Herrera asegura que "es necesario distinguir que en el sexo de los mayores importa más la calidad que la cantidad", en esta etapa de la vida el placer no está necesariamente ligado a los orgasmos o coitos, sino a una serie de manifestaciones más maduras como una mirada o una caricia.

6.4.4.- Mundo referencial: bien hemos aclarado que nuestra propuesta de revista justamente se justifica en el hecho de que en el mercado editorial de nuestro país no existe una publicación dirigida a la población envejeciente. Lo más cercano que hay son revistas que abordan exhaustivamente el tema de la salud y calidad de vida, en las que muchas veces el enfoque está dirigido hacia las personas mayores mas no son el *target* específico. Entran en este caso revistas como: Sala de Espera y +Salud de Locatel.

El mundo referencial de **Vivir más** trasciende fronteras ya que tomamos como ejemplo a seguir las publicaciones de esta índole que se

comercializan en España. Para muestra un botón: Vivir con Júbilo. Este medio es la publicación especializada en este sector más leída, según datos oficiales de la OJD y que se encuentran en el portal electrónico oficial de la misma. Su publicación es bimensual y tiene un costo de 2.50 euros, que al cambio oficial de nuestro país son 12.500 Bs. Según estimaciones internacionales, esta revista tiene una gran penetración en ese mercado y para muchos europeos es la referencia obligada en todo lo que tiene que ver con comunicación y personas de edad avanzada.

Ciertamente tenemos que tomar en cuenta de que estamos hablando de dos sociedades muy distintas, especialmente si consideramos el marco social y demográfico que las separa. No obstante, ya sabemos que en Venezuela hay muchos factores que están mejorando y que son propicios para lanzar un medio como el que se propone.

CONCLUSIONES

Según los objetivos trazados

Una investigación profunda y detallada de todos los elementos que participan en la creación de una revista nos permitió concluir con el diseño de un producto de calidad, que posee verdaderas ventajas para competir con otros productos similares.

Constatamos parámetros teóricos sobre comunicación gráfica, diseño de revistas, la vejez y sus transformaciones físicas y psicológicas, y todos ellos en conjunto fueron piezas claves de conocimiento, que al final coadyuvaron para lograr un producto como el que estamos planteando.

Sólo luego de reafirmar y profundizar todo lo aprendido durante la carrera sobre el diseño de la información, y el uso de los elementos gráficos, fue posible desarrollar cada uno de los elementos que hoy forma parte de la imagen gráfica de nuestra revista ***Vivir más.***

Paralelamente, llegamos a conocer a fondo el público hacia el cual nos dirigíamos, gracias al estudio de sus características sociales, pero siempre entendiendo que como individuos, todos y cada uno de ellos, podrían comportarse o reaccionar de manera distinta ante nuestra propuesta.

Además, incluimos en el proyecto las apreciaciones necesarias para desarrollar los presupuestos de producción y la comercialización del producto, investigando los estándares del mercado en Venezuela y aplicando las nociones que manejamos sobre Relaciones Públicas.

Luego de saber a quiénes nos dirigíamos y con qué herramientas lo haríamos, decidimos poner en marcha nuestra principal fortaleza como comunicadoras: la palabra. Y usando todas las claves aprendidas a lo largo de nuestra formación periodística, decidimos qué les diríamos a los adultos mayores, según las necesidades que identificamos, y redactamos la totalidad de los reportajes y artículos que se encuentran en la primera edición de nuestra revista.

Encontramos que las personas de la tercera edad se interesan por muchos temas que les atañen, y aprendimos que es posible ofrecerles la información que requieren de una manera atractiva y digna.

Decidimos innovar y atrevernos a tocar a una audiencia olvidada, o más bien nunca considerada, intentando identificar sus potencialidades antes que cualquier otro en nuestras fronteras.

Según lo aprendido

Vivir más no fue sólo un trabajo final para optar al título de Licenciado en Comunicación Social. Más que eso, este proyecto fue una verdadera oportunidad para abordar el tema de las revistas, muy enriquecedor pero ya bastante analizado, bajo un enfoque inédito en el país, lo cual significó la verdadera ganancia en este proceso de aprendizaje.

La experiencia de laborar para un público tan exigente y a la vez enigmático fue un placer, porque descubrimos que lejos de ser ‘el estorbo de la sociedad’, los ancianos son fuente de sabiduría y ejemplo a seguir. No en vano reza el dicho: “más sabe el diablo por viejo que por diablo”.

Especial atención merece el aprendizaje que obtuvimos al trabajar en un proceso que posee tantas particularidades, a nivel gráfico y de contenido, que permitieron poner en marcha todos los recursos obtenidos a lo largo de la formación académica en la Escuela de Comunicación Social de la Universidad Central de Venezuela, abriendo un horizonte de oportunidades y una ventana para el ejercicio profesional.

Recomendaciones finales

Es recomendable que para futuros trabajos como el presente se haga un trabajo especial de campo que incluya el levantamiento de información bajo una encuesta que arroje datos enfáticos sobre las necesidades y sugerencias que tienen los adultos mayores como lectores.

Para ampliar más la investigación se recomienda finalmente hacer *focus groups* puesto que esta técnica tiene la cualidad de poner a interactuar a un grupo de personas sobre el tema que se está estudiando, con el objetivo de confrontar sus opiniones, ideas o sentimientos, dirigidos en todo momento hacia los objetivos de la investigación.

La idea principal es abrir las puertas para comenzar a explotar más la interacción con este público objeto, pues consideramos que las posibilidades que ofrece a los comunicadores para desarrollarse son infinitas.

ANEXOS

Población total, según grupo de edad, 1990-2015																
Grupo de edad	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015
Total	24.310.896	24.765.581	25.219.910	25.673.550	26.127.351	26.577.423	27.030.656	27.483.208	27.934.783	28.384.132	28.833.845	29.277.736	29.718.357	30.155.352	30.587.736	31.017.064
0- 4	2.765.557	2.781.218	2.796.840	2.812.381	2.827.936	2.843.098	2.856.707	2.870.240	2.883.672	2.896.873	2.910.131	2.912.647	2.914.825	2.916.641	2.918.015	2.919.110
5- 9	2.722.222	2.726.697	2.731.128	2.735.482	2.739.852	2.743.832	2.759.835	2.775.764	2.791.594	2.807.202	2.822.855	2.837.261	2.851.339	2.865.065	2.878.358	2.891.378
10-14	2.708.630	2.710.530	2.712.386	2.714.165	2.715.961	2.717.359	2.721.953	2.726.474	2.730.895	2.735.101	2.739.346	2.755.888	2.772.112	2.787.995	2.803.455	2.818.621
15-19	2.482.323	2.525.375	2.568.391	2.611.336	2.654.298	2.696.867	2.699.011	2.701.083	2.703.056	2.704.816	2.706.612	2.711.858	2.716.787	2.721.380	2.725.562	2.729.492
20-24	2.253.741	2.295.287	2.336.801	2.378.250	2.419.714	2.460.836	2.503.978	2.547.058	2.590.046	2.632.829	2.675.644	2.678.629	2.681.300	2.683.639	2.685.572	2.687.245
25-29	1.938.557	1.996.962	2.055.341	2.113.665	2.172.003	2.229.999	2.271.616	2.313.175	2.354.653	2.395.943	2.437.246	2.480.862	2.524.202	2.567.236	2.609.876	2.652.255
30-34	1.839.781	1.855.520	1.871.230	1.886.888	1.902.557	1.917.948	1.976.161	2.034.328	2.092.423	2.150.350	2.208.300	2.250.300	2.292.053	2.333.526	2.374.642	2.415.515
35-39	1.693.690	1.718.943	1.744.170	1.769.350	1.794.540	1.819.485	1.835.406	1.851.279	1.867.086	1.882.745	1.898.430	1.956.735	2.014.832	2.072.687	2.130.221	2.187.529
40-44	1.395.172	1.450.685	1.506.179	1.561.634	1.617.100	1.672.350	1.697.633	1.722.873	1.748.052	1.773.092	1.798.146	1.814.496	1.830.638	1.846.556	1.862.193	1.877.648
45-49	1.195.978	1.231.207	1.266.420	1.301.599	1.336.787	1.371.781	1.426.744	1.481.674	1.536.553	1.591.309	1.646.079	1.671.604	1.696.943	1.722.074	1.746.942	1.771.635
50-54	962.662	1.003.783	1.044.891	1.085.972	1.127.060	1.168.000	1.202.803	1.237.577	1.272.307	1.306.936	1.341.579	1.395.985	1.450.247	1.504.337	1.558.193	1.611.895
55-59	715.240	758.076	800.903	843.710	886.524	929.210	969.382	1.009.532	1.049.647	1.089.678	1.129.726	1.164.071	1.198.293	1.232.371	1.266.258	1.300.025
60-64	532.670	561.778	590.879	619.965	649.056	678.055	719.188	760.306	801.398	842.425	883.464	922.415	961.271	1.000.014	1.038.601	1.077.064
65-69	423.244	436.823	450.395	463.956	477.520	491.014	518.392	545.760	573.109	600.411	627.725	666.569	705.350	744.048	782.629	821.125
70-74	324.710	334.634	344.553	354.463	364.376	374.240	386.812	399.375	411.924	424.439	436.968	462.053	487.094	512.078	536.981	561.823
75-79	207.321	220.122	232.921	245.715	258.510	271.283	280.119	288.949	297.768	306.564	315.362	326.595	337.794	348.952	360.056	371.129
80 y más	149.398	157.941	166.482	175.019	183.557	192.066	204.916	217.761	230.600	243.419	256.232	269.768	283.277	296.753	310.182	323.575

Fuente: Instituto Nacional de Estadística (INE)

BIBLIOGRAFÍA

Referencias bibliograficas:

Foges, C. (2000). *Diseño de Revistas*. México: McGraw Hill.

Hernández, R. y otros. (2000). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw Hill.

Mercado, S. (1997). *¿Cómo Hacer una Tesis?* México: Limusa Noriega Editores.

Mishara, B. L y otro. (1986). *El Proceso de Envejecimiento*. Madrid: Ediciones Morata, S.A.

Owen, W. (1991). *Diseño de Revistas*. Barcelona, España: Editorial Gustavo Gili, S.A.

Pyke, M. (1983). *Cómo Disfrutar una Larga Vida*. México: Fondo de Cultura Económica.

Sánchez, E. (1990). *La psicología de la vejez*. San Juan: Editorial de la Universidad de Puerto Rico.

Sabino, C. (1992). *El Proceso de Investigación*. Caracas, Venezuela: Panapo.

Scott, R. (1975). *Fundamentos del Diseño*. Buenos Aires: Editorial Victor Leru.

Turnbull, A. Y otros. (1990). *Comunicación Gráfica*. México: Trillas.

Vega, J. (1996). *Desarrollo Adulto y Envejecimiento*. España: Editorial Síntesis.

Woltereck, H. (1962). *La Vejez, Segunda Vida del Hombre*. México: Fondo de Cultura Económica.

Zorrilla, J. (1999). *Introducción al Diseño Periodístico*. Pamplona, España: EUNSA (Ediciones Universidad de Navarra, S.A).

Referencias hemerográficas:

Sanhueza, M. (2007, Mayo 13). La Cuarta Edad Alarga el Paso. *Revista Dominical*, p.32.

Referencias electrónicas:

www.bvscuba.sld.cu

www.cuidadoresdeancianos.com

www.jubilo.es

www.nia.nih.gov

www.wikipedia.org

Tesis:

Calzadilla, T. (1999): *¿Quién se acuerda de los viejos en sus sitios de olvido?* Tesis de Licenciatura. Universidad Central de Venezuela. Caracas

- Chaurio, L. (1996): *Diagramación de revistas. Propuestas para su elaboración*. Tesis de Licenciatura. Universidad Central de Venezuela. Caracas.
- Pardo, M. (2005): *Diseño de la revista In City*. Tesis de Licenciatura. Universidad Central de Venezuela. Caracas.
- Ramos, E y otros. (2005): *Música, Cine y Televisión: Diseño de una Revista*. Tesis de Licenciatura. Universidad Central de Venezuela. Caracas.
- Subero, L. (2003): *Expresiones: Diseño y creación de una revista dirigida a empleados de la C.A Editora El Nacional*. Tesis de Licenciatura. Universidad Central de Venezuela. Caracas.