



## HALLAZGOS ACERCA DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ. DIFERENCIAS POR GRUPO DE EDAD Y GÉNERO

María Belén Sabatini; Claudia Josefina Arias

Facultad de Psicología Universidad Nacional de Mar del Plata. Argentina

[cjarias@mdp.edu.ar](mailto:cjarias@mdp.edu.ar)

### RESUMEN:

El estudio de las experiencias de fluidez se ha iniciado recientemente y más aún su exploración en los adultos mayores. Estas experiencias corresponden a un estado psicológico que pueden alcanzar las personas durante la ejecución de actividades motivadas intrínsecamente (Csikszentmihalyi, 1998). Las primeras investigaciones al respecto han evidenciado que los adultos mayores tienen experiencias de fluidez en proporciones similares a los más jóvenes. Sin embargo se presentan diferencias entre ambos grupos etáreos en lo que respecta a algunas de sus características específicas (Sabatini & Arias, 2009). Este trabajo presenta los resultados de una investigación cuyo objetivo fue profundizar en el conocimiento de estas diferencias y explorar, además, las que se presentan entre varones y mujeres. A tal fin se administró el cuestionario de experiencias de fluidez (Csikszentmihalyi, 1998) a una muestra intencional de 120 sujetos (60 adultos mayores y 60 adultos jóvenes) de la ciudad de Mar del Plata. Los resultados obtenidos muestran diferencias según grupo de edad y género en lo referido al tipo de actividad en la cual se alcanza esta experiencia y en particular en los motivos que originan, mantienen y dan finalización a la misma.

### ABSTRACT:

The Flow Experience's studies have developed recently, and even more its exploration on old adults. These experiences refer to a special psychological state that people may have while doing intrinsically motivated activities (Csikszentmihalyi, 1998). The first researches about it have proved that old adults have flow experiences in similar proportions to young people. However, there are differences between both groups in some specific characteristics (Sabatini & Arias, 2009). This paper presents findings about age and gender flow experiences differences. The Flow Experiences Questionnaire (Csikszentmihalyi, 1998) was applied to a 120 cases intentional sample (60 young adults and 60 old adults) living in Mar del Plata city. The results show differences -by age and gender- about kind of activity that makes the flow experience occurs, and the reasons that origin, support and finish the experience.

# HALLAZGOS ACERCA DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ. DIFERENCIAS POR GRUPO DE EDAD Y GÉNERO

## **Introducción:**

Durante muchos años la psicología se ha centrado exclusivamente en el estudio de la patología y la debilidad del ser humano. Este fenómeno ha dado lugar a un marco teórico de carácter patogénico que ha sesgado ampliamente el estudio de la mente humana. Así, la focalización casi exclusiva en lo negativo ha llevado a asumir un modelo de la existencia humana que ha olvidado e incluso negado las características positivas del ser humano (1) y que ha contribuido a adoptar una visión pesimista de la naturaleza humana (2). Esta tendencia hacia el estudio de los aspectos negativos se ha visto ampliamente acentuada en las investigaciones acerca de la vejez, debido a la existencia de un conjunto de estereotipos y prejuicios que caracterizan a esta etapa vital como un momento de la vida carente de aspectos y emociones positivas. Esta limitada comprensión de la vejez ha contribuido a mantener el imaginario social por el cual se asocia a esta etapa vital con el déficit, el deterioro y la enfermedad.

En los últimos años se han retomado las ideas de la psicología humanista acerca de la necesidad del estudio de los aspectos positivos de la existencia humana y se ha aportado un sólido soporte empírico en este sentido.

El término "psicología positiva" ha sido desarrollado por Martin Seligman, investigador que, habiendo dedicado gran parte de su carrera al trastorno mental y al desarrollo de conceptos como la indefensión aprendida, ha dado un giro radical en su orientación, elaborando y promoviendo una concepción más positiva de la especie humana.

La psicología positiva tiene como objetivo mejorar la calidad de vida y prevenir la aparición de trastornos mentales y patologías. Mientras que la concepción centrada en lo patológico apunta a corregir defectos y reparar el daño, la psicología positiva, por el contrario, insiste en la construcción de competencias y en la prevención, ampliando el foco tradicional de las investigaciones. Estas ideas ya estaban presentes con anterioridad a la Segunda Guerra Mundial cuando los objetivos principales de la psicología eran: curar los trastornos mentales, hacer las vidas de las personas más productivas y plenas e identificar y desarrollar el talento y la inteligencia de las personas. Sin embargo, tras la guerra, diferentes eventos y circunstancias llevaron a la psicología a olvidar dos de esos objetivos y a centrarse exclusivamente en el trastorno mental y el sufrimiento humano (1).

De la misma manera, podemos encontrar claras tendencias a incluir los aspectos positivos en la corriente humanista de la psicología, floreciente en los años 60 y representada por autores como Carl Rogers, Abraham Maslow o Erich Fromm (1).

En esta búsqueda de lo mejor del ser humano, las Experiencias de Fluidez pueden ser definidas como un especial estado psicológico que alcanzan las personas cuando ejecutan actividades motivadas intrínsecamente. Durante ese momento de experiencia "óptima" existe un equilibrio entre la habilidad que se tiene y el reto que se plantea, la actividad se ejecuta de forma automática, están muy claros los objetivos y el feedback, existe una concentración total, un sentimiento de control y

## HALLAZGOS ACERCA DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ. DIFERENCIAS POR GRUPO DE EDAD Y GÉNERO

confianza, el sujeto se olvida de sus preocupaciones y dudas y el paso del tiempo se percibe de manera diferente, consiguiendo una experiencia satisfactoria y gratificante, que se desea repetir (3). Sin embargo, no todas las personas tienen la misma habilidad para poder experimentar este estado, de hecho hay sujetos con una mayor disposición a experimentarlo, y no solamente debido a condiciones innatas, sino al aprendizaje logrado a lo largo de su vida (4). Asimismo, es posible acercarse a estados óptimos de experiencia los cuales no pueden ser denominados estrictamente como experiencias de fluidez, por no reunir todas las características mencionadas anteriormente. A este tipo de experiencias las hemos denominado experiencias incompletas para diferenciarlas de aquellas que denominamos completas (5).

En los primeros estudios que hemos realizado se exploró la relación entre este constructo y el Capital Psíquico, entendido como el conjunto de habilidades y recursos que permiten generar fortalezas personales así como aprender a protegerse y sobrevivir. Los resultados mostraron que los adultos mayores que tienen Experiencias de Fluidez obtienen puntuaciones superiores -siendo estas diferencias estadísticamente significativas- en el puntaje global del Capital Psíquico y en tres de sus dimensiones: emocional, cognitiva y cívica (6). Asimismo se exploró la relación entre las Experiencias de Fluidez y el Bienestar Psicológico, en este caso se encontró que los adultos mayores que referían tener experiencias de fluidez obtenían puntuaciones más elevadas en todas las dimensiones del bienestar psicológico: aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos, así como en el puntaje global. Entre dichas diferencias las correspondientes a bienestar psicológico global y a la dimensión proyectos fueron estadísticamente significativas (5).

También se exploró la presencia y características de las experiencias de fluidez en adultos mayores y adultos jóvenes. La comparación de las mismas en estos grupos etáricos mostró similitudes en lo que respecta a la presencia de experiencias de fluidez. Sin embargo, se hallaron diferencias en cuanto al tipo de actividad que las genera y por lo tanto en el origen atribuido a la misma (7). Asimismo, en otro estudio en el que se exploraron las experiencias de fluidez en adultos mayores de ambos sexos, las diferencias se acentuaban al efectuar comparaciones por género, en particular en lo referido al tipo de actividad generadora, la mayor o menor profundidad en la que las experiencias de fluidez eran vivenciadas así como en el origen atribuido a la misma y los motivos de finalización. Estos resultados han evidenciado que los estados de fluidez se presentan en condiciones diferentes en varones y mujeres adultos mayores (8).

A partir de los hallazgos mencionados, el presente trabajo pretende continuar profundizando en el estudio de las Experiencias de Fluidez su presencia o ausencia, sus características y las diferencias en estos aspectos entre grupos de edad y género.

# HALLAZGOS ACERCA DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ. DIFERENCIAS POR GRUPO DE EDAD Y GÉNERO

## Metodología

A fin de indagar la presencia/ausencia de experiencias de fluidez y las características de las mismas se realizó un estudio descriptivo. Se seleccionó una muestra intencional de 120 sujetos de la ciudad de Mar del Plata (60 adultos jóvenes de 30 a 45 años -30 varones y 30 mujeres- y 60 adultos mayores de 60 a 75 años -30 varones y 30 mujeres-). La media de edad para el grupo de adultos jóvenes fue de 36,7 y el desvío de 5,3; para los adultos mayores la media fue de 67,8 y el desvio de 4,5. Con respecto al nivel de instrucción, dentro del grupo de adultos jóvenes 6 poseían primaria completa, 21 poseían secundaria completa, 28 terciario o universitario completo y 5 universitario incompleto. Con respecto al estado civil, la mayoría estaban casados (31), 21 solteros y 8 separados. Con respecto al grupo conviviente, 36 vivían con sus familias, 13 con pareja, 10 solos y 1 con un amigo.

En lo referido al grupo de los adultos mayores 2 no habían completado el nivel primario, 24 poseían primaria completa, 25 secundaria completa y 9 habían alcanzado el nivel terciario o universitario-2 de ellos sin completarlo. 36 de ellos eran casados, 10 separados y 14 viudos. Con respecto al grupo conviviente 26 vivían con su pareja, 17 con familia y 17 solos.

En la recolección de datos se administraron, de manera oral e individual, los siguientes instrumentos:

1- Cuestionario de datos sociodemográficos que, mediante preguntas abiertas y cerradas, exploraba: género, edad, nivel de instrucción, jubilación, tipo de hogar y actividades principales que desarrolla.

2- Cuestionario de Experiencias de Fluidez (Csikszentmihalyi & Csikszentmihalyi, 1998) que indaga si la persona ha tenido este tipo de experiencias, qué actividades se encontraba haciendo en ese momento y qué dio origen, mantenimiento y finalización a las mismas. Por último, incluye una lista de afirmaciones descriptoras del estado de fluidez y una escala que permite indicar el acuerdo o desacuerdo con tales afirmaciones (en el caso que la persona haya tenido la experiencia).

Los datos fueron analizados de manera cuantitativa mediante la aplicación de paquetes estadísticos para Ciencias Sociales.

## Resultados:

El análisis de los datos permitió comprobar que un elevado porcentaje de las personas entrevistadas tenían experiencias de fluidez, el 41,7% de manera completa, el 34,2% incompleta y el porcentaje más bajo, 24,2% correspondió al grupo que no las tenían. Efectuando una comparación por grupo de edad se observó que los adultos jóvenes refirieron en mayor porcentaje la presencia de experiencias de fluidez completas, pero si tenemos en cuenta también las incompletas, el grupo de adultos mayores supera el porcentaje alcanzado por el primer grupo. Realizando una comparación por género puede observarse que mientras que el porcentaje de mujeres que han tenido estas

## HALLAZGOS ACERCA DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ. DIFERENCIAS POR GRUPO DE EDAD Y GÉNERO

experiencias es mayor, si consideramos la experiencia completa el de los hombres es superior al alcanzado por las primeras.

Tabla Nº 1 Presencia de Experiencias de fluidez según grupo de edad

Grupo de edad	Presencia de experiencias de fluidez:							
	No		Si - Incompleta		SI- Completa		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Adultos jóvenes	18	30,0	15	25,0	27	45,0	60	100,0
Adultos mayores	11	18,3	26	43,4	23	38,3	60	100,0
Total	29	24,2	41	34,2	50	41,6	120	100,0

Tabla Nº 2 Presencia de Experiencias de fluidez según género

Género	Presencia de experiencias de fluidez:							
	No		Si - Incompleta		SI- Completa		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Femenino	13	21,7	24	40,0	23	38,3	60	100,0
Masculino	16	26,7	17	28,3	27	45,0	60	100,0
Total	29	24,2	41	34,2	50	41,6	120	100,0

Entre los motivos que dieron origen a la experiencia, el gusto por la actividad fue mencionado en todos los grupos en primer lugar y la concentración, en segundo lugar. Otros motivos como la libre elección de la actividad, el buen manejo en la ejecución de la misma y la creatividad fueron también mencionados pero menos frecuentemente que los anteriores. Los dos primeros motivos, fueron predominantemente informados por el grupo de adultos mayores como explicación a este especial estado. En relación al género, el gusto por la actividad fue mencionado en mayor medida por las mujeres y la concentración por los varones.

## HALLAZGOS ACERCA DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ. DIFERENCIAS POR GRUPO DE EDAD Y GÉNERO

Tabla N° 3: Motivos que dieron origen a la experiencia de fluidez por grupo de edad.

Origen de la experiencia de fluidez	Adultos jóvenes				Adultos mayores			
	SI		NO		SI		NO	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Gusto por la actividad	20	47,6	22	52,4	41	83,7	8	16,3
Libre elección	6	14,3	36	85,7	2	4,1	47	95,9
Manejo de la actividad	2	4,8	40	95,2	1	2,0	48	98,0
Creatividad	4	9,5	38	90,5	2	4,1	47	95,9
Concentración	11	26,2	31	73,8	16	32,7	33	67,3

Tabla N° 4: Motivos que dieron origen a la experiencia de fluidez por género.

Origen de la experiencia de fluidez	Femenino				Masculino			
	SI		NO		SI		NO	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Gusto por la actividad	33	70,2	14	29,8	28	63,6	16	36,4
Libre elección	3	6,4	44	93,6	5	11,4	39	88,6
Manejo de la actividad	2	4,3	45	95,7	1	2,3	43	97,7
Creatividad	4	8,5	43	91,5	2	4,5	42	95,5
Concentración	12	25,5	35	74,5	15	34,1	29	65,9

Entre los motivos que dan finalización a las experiencias de fluidez, el fin de la actividad en la cual se experimentaba fue el más mencionado por todos los grupos, siguiéndole, en orden decreciente, el comienzo de una actividad obligatoria que impide la continuidad de la anterior y por último la distracción que aparece muy escasamente. En relación a las diferencias por grupo de edad, los adultos mayores refieren en mayor medida el fin de la actividad y le sigue con mucha menor frecuencia el comienzo de otra obligatoria, en cambio, entre los adultos jóvenes si bien el fin de la actividad es también el motivo predominante, el comienzo de una actividad obligatoria se presenta también en porcentajes altos. Esta tendencia para el grupo de adultos jóvenes se observa también en el grupo de mujeres, en el cual el comienzo de una actividad obligatoria es mencionado en un elevado porcentaje para explicar la finalización de las experiencias de fluidez.

## HALLAZGOS ACERCA DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ. DIFERENCIAS POR GRUPO DE EDAD Y GÉNERO

Tabla Nº 5: Motivos que dieron finalización a la experiencia de fluidez por grupo de edad.

<b>Motivo de finalización de la experiencia de fluidez</b>	Adultos jóvenes				Adultos mayores			
	SI		NO		SI		NO	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
El fin de la actividad	23	54,8	19	45,2	34	69,4	15	30,6
El comienzo de otra actividad obligatoria	17	40,5	25	59,5	9	18,4	40	81,6
La distracción	4	9,5	38	90,5	5	10,2	44	89,8

Tabla Nº 6: Motivos que dieron finalización a la experiencia de fluidez por género.

<b>Motivo de finalización de la experiencia de fluidez</b>	Femenino				Masculino			
	SI		NO		SI		NO	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
El fin de la actividad	24	51,1	23	48,9	33	75,0	11	25,0
El comienzo de otra actividad obligatoria	18	38,3	29	61,7	8	18,2	36	81,8
La distracción	6	12,8	41	87,2	3	6,8	41	93,2

Las experiencias de fluidez informadas por los entrevistados se originaban fundamentalmente a partir de actividades recreativas (n=34), físicas (n=30), artísticas (n=20), laborales (n=16) y deportivas (n=16). Con menos frecuencia se refirieron actividades sociales (n=4), de estudio (n=4), domésticas (n=1) y religiosas (n=1).

Al efectuar una comparación por grupos de edad, las actividades recreativas y físicas fueron mencionadas en primer lugar por ambos grupos, aunque en mayor medida por los mayores. En cambio, para el grupo de adultos jóvenes, las actividades laborales se presentaron en el mismo porcentaje que las físicas mientras que en el grupo de adultos mayores estos porcentajes fueron inferiores. En tercer lugar, para ambos grupos, se mencionaron las artísticas y en cuarto lugar las actividades deportivas. Las actividades domésticas y religiosas fueron mencionadas solo por el grupo de adultos mayores, las relacionadas con el estudio se refirieron en la misma medida para ambos

## HALLAZGOS ACERCA DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ. DIFERENCIAS POR GRUPO DE EDAD Y GÉNERO

grupos y las sociales fueron predominantes en el grupo de adultos mayores. En cuanto a las diferencias por género, las actividades físicas, recreativas, artísticas y laborales fueron las más mencionadas por las mujeres; en cambio los varones refirieron las actividades recreativas, deportivas y físicas como aquellas en las cuales se experimentaba fluidez predominantemente. Las actividades artísticas y laborales fueron escasamente mencionadas por este grupo así como las deportivas en el grupo de mujeres. Por último, las actividades sociales y de estudio, si bien aparecieron escasamente en ambos grupos, han sido mencionadas con mayor frecuencia entre las mujeres. Finalmente las actividades domésticas y religiosas solo han sido referidas por este último grupo.

Tabla 7: Tipo de actividad que origina experiencia de fluidez por grupo de edad.

Tipo de actividades que originan fluidez	Adultos jóvenes				Adultos mayores			
	SI		NO		SI		NO	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Físicas	11	26,2	31	73,8	19	38,8	30	61,2
Recreativas	14	33,3	28	66,7	20	40,8	29	59,2
Artísticas	10	23,8	32	76,2	10	20,4	39	79,6
Laborales	11	26,2	31	73,8	5	10,2	44	89,8
Deportivas	9	21,4	33	78,6	7	14,3	42	85,7
Domésticas	0	0,0	42	100,0	1	2,0	48	98,0
Sociales	1	2,3	41	97,7	3	6,1	46	93,9
Estudio	2	4,8	40	95,2	2	4,1	47	95,9
Religiosas	0	0,0	42	100,0	1	2,0	48	98,0

# HALLAZGOS ACERCA DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ. DIFERENCIAS POR GRUPO DE EDAD Y GÉNERO

Tabla 8: Tipo de actividad que origina experiencia de fluidez por género.

Tipo de actividades que originan fluidez	Femenino				Masculino			
	SI		NO		SI		NO	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Físicas	18	38,3	29	61,7	12	27,3	32	72,7
Recreativas	16	34,0	31	66,0	18	40,9	26	51,1
Artísticas	14	29,8	33	70,2	6	13,6	38	86,4
Laborales	10	21,3	37	78,7	6	13,6	38	86,4
Deportivas	1	2,1	46	97,9	15	34,1	29	65,9
Domésticas	1	2,1	46	97,9	0	0,0	44	100,0
Sociales	3	6,4	44	93,6	1	2,2	44	97,8
Estudio	3	6,4	44	93,6	1	2,3	43	97,7
Religiosas	1	2,1	46	97,9	0	0,0	44	100,0

## Conclusiones:

Las experiencias de fluidez, como una vivencia que favorece el desarrollo de las propias habilidades y las emociones positivas, aparecen de manera elevada en adultos jóvenes y mayores, varones y mujeres. Es importante resaltar que la proporción en que las mismas se presentan entre adultos jóvenes y mayores es similar e incluso si tenemos en cuenta las experiencias incompletas y completas los adultos mayores superan a los más jóvenes. Esta misma diferencia se ha presentado por género, en este caso, la proporción de varones y mujeres que tienen experiencias de fluidez es también similar y si tenemos en cuenta ambos tipos de experiencia -incompleta y completa- el porcentaje de mujeres supera al de varones. Si bien, la presencia de una mayor proporción de experiencias de fluidez incompletas en el grupo de adultos mayores y de mujeres merece una mayor profundidad en su exploración para ser comprendida, los resultados en relación a los motivos, finalización y el tipo de actividad en la cual se experimentan, ofrecen algunas líneas para poder pensar estos resultados. La finalización por el comienzo de una actividad obligatoria parece no definir el hecho de que las personas presenten experiencias de fluidez incompletas ya que aunque los adultos jóvenes y las mujeres han mencionado este motivo en mayor medida los primeros presentan mayor cantidad de experiencias de fluidez completas que incompletas. Más bien podría pensarse en factores culturales que contribuyen, tanto en las mujeres como en los adultos mayores para que estos se involucren en actividades que o bien no representan un reto, requiriendo menores

## HALLAZGOS ACERCA DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ. DIFERENCIAS POR GRUPO DE EDAD Y GÉNERO

niveles de concentración, o bien no se involucran durante su ejecución de manera absoluta manteniendo la concentración en otras actividades. De este modo, los niveles de competencia que exige la actividad y las que el individuo posee (indispensable para el logro del flow) podrían no estar en completo equilibrio. Dichas condiciones suelen presentarse en la ejecución de actividades deportivas que han sido referidas en porcentajes superiores por el grupo de varones y el de adultos jóvenes. Este tipo de actividad ha sido el objeto de estudio principal para la comprensión del estado psicológico explorado en el presente estudio, por requerir absorción completa en la actividad y el desarrollo permanente del potencial físico y estratégico propio del deporte. Estos hallazgos deben ser profundizados de manera cualitativa para comprender de un modo más integral las diferencias entre grupos en relación al modo en que estos vivencian las experiencias de fluidez. Asimismo se debe profundizar en el conocimiento acerca de los factores que originan dichas experiencias, su mantenimiento, su finalización y las actividades que favorecen su aparición y desarrollo. Estos hallazgos constituirán aportes valiosos para la planificación e implementación de intervenciones dirigidas al fortalecimiento de estas vivencias. Más aún, considerando que las mismas se relacionan con el bienestar psicológico, las experiencias de fluidez presentan un gran potencial para lograr su mejoramiento.

### **Bibliografía:**

1. Seligman MEP, Csikszentmihalyi M. Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*: 55 (1): 5-14.
2. Gillham JE, Seligman MEP. Footsteps on the road to a positive psychology. *Behavior Research and Therapy* 1999; 37: 163-173.
3. Jackson SA, Csikszentmihalyi M. Flow in sports. Champaign, IL: Human Kinetics 1999.
4. Csikszentmihalyi M, Csikszentmihalyi I. Experiencia óptima: Estudios psicológicos del Flujo en la Conciencia. Bilbao: Desclée de Brouwer; 1998.
5. Sabatini MB, Arias CJ. Experiencias de Fluidez y Bienestar Psicológico. Un estudio con Adultos Mayores. 2º Congreso Internacional de Investigación de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de La Plata; 2009 Nov 12-14; La Plata.
6. Sabatini MB, Arias CJ. Relación entre Capital Psíquico y Experiencias de Fluidez. Un estudio con Adultos Mayores. I Congreso de la Cátedra de Psicología de la Mediana Edad y Vejez; 2009 Sep 12-13; Buenos Aires.
7. Sabatini MB, Arias CJ. Experiencias de fluidez. Un estudio comparativo en adultos jóvenes y adultos mayores de la ciudad de Mar del Plata. XVI Jornadas de Investigación y Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR; 2009 Ago 7-9; Buenos Aires.
8. Sabatini MB, Arias CJ. Características de las experiencias de fluidez en la vejez: Diferencias por

## HALLAZGOS ACERCA DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ. DIFERENCIAS POR GRUPO DE EDAD Y GÉNERO

género. IV Congreso marplatense de Psicología; 2009 Dic 3-5; Mar del Plata.