



**¡ENVEJECIENDO JUNTOS!
PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO DESDE LOS
DETERMINANTES SOCIALES Y LA SOLIDARIDAD INTERGENERACIONAL EN
EL COMEDOR COMUNITARIO GOVAROVA.**

PRESENTADO POR:

**HURTADO FORERO CATERIN
MORENO ARCE YEIMI ALEXANDRA
MORENO FORERO LAURA YIRLEY**

PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE TRABAJADORAS SOCIALES.

**MODALIDAD
PROYECTO DE INTERVENCIÓN**

**UNIVERSIDAD COLEGIO MAYOR DE CUNDINAMARCA
FACULTAD CIENCIAS SOCIALES
PROGRAMA TRABAJO SOCIAL
BOGOTÁ
2021-II Y 2022-I**



¡ENVEJECIENDO JUNTOS!
PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO DESDE LOS
DETERMINANTES SOCIALES Y LA SOLIDARIDAD INTERGENERACIONAL EN
EL COMEDOR COMUNITARIO GOVAROVA.

PRESENTADO POR:

HURTADO FORERO CATERIN
CORREO: CHURTADOF@UNICOLMAYOR.EDU.CO
TELÉFONO: 3103114861
MORENO ARCE YEIMI ALEXANDRA
CORREO: YALEXANDRAMORENO@UNICOLMAYOR.EDU.CO
TELÉFONO:3114680054
MORENO FORERO LAURA YIRLEY
CORREO: LYIRLEYMORENO@UNICOLMAYOR.EDU.CO
TELÉFONO:3002476436

ASESORA
EDNA VIRGINIA RODRÍGUEZ ACOSTA

UNIVERSIDAD COLEGIO MAYOR DE CUNDINAMARCA
FACULTAD CIENCIAS SOCIALES
PROGRAMA TRABAJO SOCIAL
BOGOTÁ
2021-II Y 2022-I.

TABLA DE CONTENIDO

Introducción	10
Diagnostico social situacional	11
MOMENTOS DEL DIAGNÓSTICO SOCIAL SITUACIONAL	12
1.1. PRIMER NIVEL DE ANÁLISIS	12
1.1.1 Marco referencial teórico	12
1.1.2 Marco Referencial profesional	17
1.1.3 Marco Referencial Institucional	20
1.1.4 Localización	22
1.1.5 Marco Referencial Legal	23
1.2 SEGUNDO NIVEL DE ANÁLISIS	31
1.2.1 Configurar el objeto sujeto de intervención	31
1.2.1.1 Identificación de los Hechos	31
1.2.1.1.1 Matriz de descripción del problema	46
1.2.1.1.2 Matriz de Vester- Análisis estructural	48
1.2.1.1.2 Matriz de Vester- Grado de causalidad	50
1.2.1.2 Análisis de los hechos	48
1.2.1.2.1 Matriz de Vester- Análisis estructural	48
1.2.1.2.2 Matriz de Vester- Grado de causalidad	50
1.3 TERCER NIVEL DE ANÁLISIS	51
1.3.1 Focalización del problema	51
1.3.1.1 Flujograma del árbol de problemas	52
1.4 CUARTO NIVEL DE ANÁLISIS	53
1.4.1 Análisis de participación	53
1.4.1.1 El problema y sus actores	53
1.4.1.2 Antecedentes del problema	55
1.4.1.3 Respuesta Institucional	56
1.4.2 Construcción de la imagen del objetivo	57
1.4.2.1 Imagen objetivo situación deseada (árbol de problemas)	57
1.4.2.2 Planteamiento de alternativas	58
Prognosis	59
1.4.2.2.1 Evaluación EX-ANTE	59
Capítulo II	62
2. Diseño Estructural Del Proyecto	62
2.1 Denominación	62
2.2 Planteamiento y descripción del problema	62

	4
2.2.1 Antecedentes	63
2.2.2. Problema objeto-sujeto de intervención.	64
2.2.3 Objetivos	65
2.2.3.1 Objetivo General	65
2.2.3.1.1 Objetivos Específicos	65
2.2.4 Localización	65
2.2.5 Población	65
2.2.5.1 Caracterización de la población a intervenir:	65
2.2.5.2 Participantes	66
2.2.6 Metas	66
2.2.7 Proceso Metodológico	67
2.2.7.1. Concepción metodológica:	67
2.2.7.2 Estrategias	68
2.2.7.3 Proceso metodológico	69
2.2.8 Tiempo	69
2.2.9 Presupuesto	70
2.10 Seguimiento y evaluación	70
2.10.1 Indicadores de Evaluación o monitoreo	70
2.11 Ejecución o puesta en Marcha	72
2.11.1 Planeación De La Acción	72
2.11.1.1 Módulo 1: Redes sociales de apoyo	72
2.11.1.1.1 Sesión 1 Socialización e importancia de las redes sociales en el envejecimiento activo.	73
2.11.1.1.2 Sesión 2. Desarrollo de redes sociales de apoyo.	75
2.11.1.1.3 Sesión 3. Construcción de redes sociales	78
2.11.1.1.4 Sesión 4. Construcción de directorio institucional	81
2.11.1.2 Módulo 2: Participación desde la solidaridad intergeneracional	83
2.11.1.2.1 Sesión 1. Relaciones positivas con otras personas	83
2.11.1.2.2 Sesión 2. Legados y Experiencias	86
2.11.1.3 Módulo 3: Educación y alfabetización	91
2.11.1.3.1 Sesión 1. Educación y Alfabetización.	92
2.11.1.3.2 Sesión 2. Derechos Humanos	94
2.11.1.3.3 Sesión 3. Habilidades y Potencialidades Sociales	97
2.11.1.3.4 Sesión 4. Propósito y Sentido de Vida	99
2.12 Indicadores de Gestión	104
Capítulo III	105

3. Evaluación Ex Post	105
3.1 Matriz DOFA de evaluación	106
3.1.2 Matriz DOFA en relación con objetivos	107
3.2 Indicadores de Evaluación	108
3.3 Reflexiones desde Trabajo Social	112
3.3.1. Aportes y retos de Trabajo Social	112
3.3.2 Logros	113
Capítulo IV	113
4.CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	113
4.1. Conclusiones	113
4.2. Recomendaciones	116
5. Referências Bibliográficas	117
6. Anexos	121

Cuadros y Figuras.

Índice de cuadros

Cuadro 1. Marco legal - Adulto Mayor	24
Cuadro 2. Matriz de descripción del problema.	48
Cuadro 3. Matriz de Vester	49
Cuadro 4. Actores del proceso	55
Cuadro 5. Oportunidades y Riesgos Identificados.	61
Cuadro 6. Metas	67
Cuadro 7. Indicadores de monitoreo	72
Cuadro 8. Módulo 1 - Sesión 1 Diagnóstico de redes	74
Cuadro 9. Módulo 1- Sesión 2 Desarrollo y construcción de redes sociales	76
Cuadro 10 Módulo 1 - Sesión 3 Construcción de Redes Sociales.	79
Cuadro 11. Módulo 1 - Sesión 4 Construcción de Directorio	82
Cuadro 12. Módulo 2 - Sesión 1 Relaciones positivas (Búsqueda de redes).	85
Cuadro 13. Módulo 2 -Sesión 2 Legados y Experiencias	87
Cuadro 14. Módulo 2 -Sesión 3 Autoaceptación	80
Cuadro 15. Módulo 3-Sesión 1 Educación y Alfabetización	93
Cuadro 16. Módulo 3 -Sesión 2 Derechos Humanos	95
Cuadro 17. Módulo 3 -Sesión 3 Habilidades y potencialidades	98
Cuadro 18. Módulo 3 -Sesión 4 Propósito y sentido de vida	101
Cuadro 19. Indicadores de gestión	105
Cuadro 20. Matriz DOFA	107
Cuadro 21. Matriz DOFA en relación con objetivos	108
Cuadro 22. Indicadores de evaluación	109

Índice de figuras

Figura 1. Estructura administrativa general	22
Figura 2. Área donde se realizará el proyecto	22
Figura 3. Georreferenciación Comedor Comunitario	24
Figura 4. Sexo	34
Figura 5. Ocupación	34
Figura 6. Con quién vive	35
Figura 7. Apoyo emocional	36
Figura 8. ¿Con quien comparte espacios de recreación y/o entretenimiento?	36
Figura 9. ¿Pertenece a alguna institución pública o privada?	37
Figura 10 y 11 Salud	37
Figura 12. Condiciones de salud	38
Figura 13. Estado físico y emocional	38
Figura 14. Seguridad	39
Figura 15. Servicios	40
Figura 16. Ingresos económicos	40
Figura 17. Independencia	41
Figura 18. Violencia y abuso	41
Figura 19. Nivel educativo	42
Figura 20. Participación en entidades para el Aprendizaje continuo	42
Figura 21. Participación para fomentar el aprendizaje continuo	43
Figura 22. Tiempo libre	43
Figura 23 y 24. Vinculación y participación en algún programa comunitario	44
Figura 25 y 26. Conocimiento sobre algún programa de adulto mayor y joven.	45
Figura 27. Voluntariado.	45
Figura 28. Espacios de intercambio y aprendizaje entre generaciones	46
Figura 29. Participación en encuentros intergeneracionales	46
Figura 30. Programas intergeneracionales	47
Figura 31. Matriz de Vester- Grado de Causalidad	51
Figura 32. Árbol de problemas	53
Figura 33. Árbol de objetivos	58
Figura 34. Árbol de alternativas	59
Figura 35. Proceso metodológico	70

Figura 36. Cronograma de actividades	70
Figura 37. Presupuesto	71
Figura 38. Cartilla Final - Envejecimiento Activo ¡Vejez sana e Inclusiva!	104
Figura 39. Caja de Herramientas envejecimiento activo	105

Nota: El acceso a los enlaces que se encuentran a lo largo del proyecto se pueden habilitar de dos formas: 1. Tecla Ctrl + Clic 2. Clic derecho en opción (Abrir Hipervínculo)

Resumen Ejecutivo

El envejecimiento activo es el proceso de aprovechar al máximo las oportunidades para tener bienestar físico, psíquico y social a lo largo de la vida, es por eso por lo que resulta necesario desde nuestra profesión, trabajar en el fortalecimiento y promoción de este. Por consiguiente, se desarrolló el presente proyecto de intervención con grupo, para esto se identificaron una serie de problemáticas en la vida de los Adultos Mayores y jóvenes pertenecientes al Comedor Comunitario Govarova ubicado en la localidad Rafael Uribe Uribe, dentro de las múltiples problemáticas, se destaca la falta de redes de apoyo, la poca participación social, la ausencia de programas que incentiven el aprendizaje continuo y la carencia de encuentros intergeneracionales que permitan la inclusión de esta población en el sistema social.

En consecuencia, surge el objetivo principal de la intervención, el cual es “Promover el envejecimiento activo desde los determinantes sociales y la solidaridad intergeneracional en adultos mayores y jóvenes pertenecientes al comedor comunitario Govarova durante el período 2021-1 y 2022-2.”. Este proyecto se realizó a partir de las fases que propone la metodología pedagógica de la Gerogogía propuesta por la autora Lourdes Bermejo García, en la que se plantean cinco fases para su desarrollo (presentación, ampliación o diferenciación, búsqueda de soluciones, aplicación de soluciones y evaluación), estas fases fueron la guía que orientó la ejecución del proyecto.

Por último, resulta necesario mencionar que es importante la construcción de procesos y espacios que permitan la integración social, el fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales, las redes sociales de apoyo y el envejecimiento activo en pro de mejorar la calidad de vida.

Palabras claves: Envejecimiento activo, Determinantes Sociales, Gerogogía, Adulto Mayor, jóvenes y relaciones intergeneracionales.

Abstract

Active aging is the process of making the most of the opportunities to have physical, psychological, and social well-being throughout life, which is why it is necessary from our profession, to work on the strengthening and promotion of this. Therefore, this intervention project was developed with a group, for this purpose a series of problems were identified in the lives of older adults and young people belonging to the Govarova Community Canteen located in the Rafael Uribe Uribe locality, among the multiple problems, the lack of support networks, the little social participation, the absence of programs that encourage continuous

learning and the lack of intergenerational encounters that allow the inclusion of this population in the social system stand out.

Consequently, the main objective of the intervention arises, which is "To promote active aging from the social determinants and intergenerational solidarity in older adults and young people belonging to the community dining room Govarova during the period 2021-1 and 2022-2". This project was carried out based on the pedagogical methodology of Gerogogy proposed by the author Lourdes Bermejo García, in which five phases are proposed for its development (presentation, expansion or differentiation, search for solutions, application of solutions and evaluation), these phases were the guide that oriented the execution of the project.

Finally, it is necessary to mention that it is important to build processes and spaces that allow social integration, the strengthening of intergenerational relationships, social support networks and active aging to improve the quality of life.

Keywords: Active Aging, Social Determinants, Gerogogy, Older Adults, Youth, and Intergenerational Relationships.

Capítulo I

Introducción

El presente proyecto tiene como propósito promover el envejecimiento activo desde los determinantes sociales y la solidaridad intergeneracional en adultos mayores y jóvenes pertenecientes al comedor comunitario Govarova durante el período 2021-1 y 2022-2, con el fin de mejorar la calidad de vida de los participantes.

Para el desarrollo del proyecto de intervención se retoma la metodología propuesta por Candamil y López (2004), quienes plantean cuatro niveles de análisis para el desarrollo del proyecto, estos son:

El **primer** nivel, el cual permite definir la perspectiva de análisis, en este se tiene en cuenta, el marco referencial teórico que contiene referentes conceptuales relacionados con vejez, envejecimiento, envejecimiento activo, aprendizaje a lo largo de la vida (educación y alfabetización), redes sociales, proyecto de vida, apoyo social, exclusión social, solidaridad intergeneracional y enfoque de desarrollo humano. El Marco referencial profesional expresa todas las tareas y aportes desde el Trabajo Social hacia el tema central del proyecto y por último el Marco legal en el que se identifican las leyes que protegen y aportan bienestar a la población. El **segundo** nivel detalla la problemática central para poder definir la estrategia de

solución a través de: Los hechos encontrados en el proceso, matriz de descripción de problemas y la matriz de Vester. El **tercer** nivel describe la focalización del problema y el árbol de problemas, que permite analizar de forma objetiva el proceso de intervención a realizar con la población. Por último, **el cuarto** nivel define el análisis de participación, los antecedentes del problema y la respuesta institucional.

Para finalizar el primer capítulo de este proyecto se realiza una evaluación ex-ante que tuvo como objetivo conocer qué tan factible sería la ejecución del proceso.

El segundo capítulo presenta la **formulación** del proyecto, objetivos, justificación, población, localización, metas, proceso metodológico e indicadores de evaluación que orientan la viabilidad de las alternativas de solución propuestas.

En el tercer capítulo se presenta la **ejecución** del proyecto a partir de la metodología de la Gerogogía guiada por la autora Lourdes Bermejo, se proponen dos (2) módulos de trabajo que contienen las respectivas sesiones a desarrollar, entre los temas centrales se encuentran: 1. Construcción y apropiación de Redes de Apoyo para la convivencia e inclusión. 2. incentivar el aprendizaje Continuo a partir de sesiones en donde se trabajaron los siguientes temas: legados y experiencias, educación y alfabetización, proyecto de vida, habilidades y potencialidades, etc.

El cuarto capítulo desarrolla la **evaluación** del proceso de ejecución permitiendo observar que tan eficaz es la aplicación de las alternativas propuestas al problema central desde Trabajo social partiendo del objetivo general y establecer las conclusiones y recomendaciones para este proyecto de intervención.

Diagnostico social situacional

Según Aguilar y Ander (2001) citado en el documento de Candamil y López el Diagnóstico Social

Es un proceso de recolección, análisis, interpretación y sistematización de información que implica conocer y comprender problemas y/o necesidades dentro de un contexto determinado, teniendo en cuenta las causas y su evolución, así como factores condicionantes y de riesgo, permitiendo la discriminación y focalización de problemas para establecer prioridades y estrategias, que requiere de recursos y medios así como de fuerzas y actores sociales (...) cuyas funciones son: Informar, explicar, identificar recursos, determinar prioridades, establecer estrategias y contextualizar”.(Aguilar y Ander, 2001).Citado por (Candamil y López, 2004).

La intervención en el Trabajo Social retomada desde Carmen Barranco (s.f) es entendida como: “La acción organizada y desarrollada por los trabajadores sociales con las personas, grupos y comunidades, cuyos objetivos están orientados a superar obstáculos que impiden avanzar en el desarrollo humano y en mejorar la calidad de vida de la ciudadanía”. Barranco, C (s.f).

Esta intervención se basa en fundamentos que permitan brindar un acompañamiento que responda a las necesidades que la población manifiesta a partir de fundamentos éticos, epistemológicos y metodológicos de la disciplina de Trabajo Social desde la pluralidad, lo global y la calidad.

Para entender la globalidad desde esta intervención dirigida hacia el adulto mayor y jóvenes, es fundamental reconocer el aumento de vida de esta población; por tanto, se retoman datos estadísticos del Ministerio de Salud quien refiere:

El envejecimiento poblacional muestra un aumento evidente de la población adulta mayor, especialmente el porcentaje de los más viejos: mientras la población general incrementa 1.9% promedio anual (en el período 1990-2003), la población mayor de 80 años crece a una tasa promedio anual de 4%. Es importante destacar que Colombia cuenta actualmente con 4450 centenarios (personas de 99 y más años), lo cual equivale al 0.011% del total de la población; con un claro predominio, al igual que en el resto del mundo, del sexo femenino: 61.9%. - Min Protección Social & Fundación Saldarriaga Concha. (2007).

Respecto a lo anterior es importante reconocer la realidad social que está enfrentando el adulto mayor con quien se realizaran los procesos de intervención desde Trabajo social, por tanto, es relevante tener un acercamiento que permita visualizar qué problemáticas están presentes en esta población, con el objetivo de generar estrategias que mitiguen las condiciones que impiden el desarrollo del bienestar y calidad de vida.

MOMENTOS DEL DIAGNÓSTICO SOCIAL SITUACIONAL

1.1. PRIMER NIVEL DE ANÁLISIS

1.1.1 Marco referencial teórico

El siguiente apartado trata de definir aquellos conceptos, nociones doctrinales o filosóficos que permita tener un soporte teórico desde donde sea posible el análisis de las variables que intervienen en la situación, por consiguiente, se plantean conceptos centrales e importantes que guiarán el proceso, estos son: vejez y envejecimiento, envejecimiento activo

y sus pilares , determinantes sociales, aprendizaje continuo, participación, redes sociales, proyecto de vida, proceso intergeneracional, jóvenes, exclusión social y enfoque de desarrollo humano.

Vejez y envejecimiento

Siendo el envejecimiento el tema central del proceso de intervención, es importante partir del concepto de “**Vejez**”, que es considerado como la etapa del ciclo vital que empieza alrededor de los 65 años y que finaliza con la muerte, según el Ministerio de Salud (2019):

“La vejez representa una construcción social en el último momento del curso de vida humano, que constituye un proceso heterogéneo a lo largo del cual se acumulan, necesidades, limitaciones, cambios, pérdidas, capacidades, oportunidades y fortalezas humanas”. Para seguir fortaleciendo esta definición, se retoma el autor Ham (2003), quien propone que la condición de vejez y sus grados “Se determinan por ciertos signos que son condicionantes o eventos biológicos, psicológicos, sociales y/o económicos, que varían en sentido y relevancia de acuerdo con las épocas, las culturas y las clases sociales”.

Consiguiente a las claridades sobre la vejez, se hace necesario retomar uno de los temas que orientan el proyecto referido al envejecimiento, con el propósito de hacer una diferenciación y claridad en el uso de estos términos, por tanto, es definiendo el:

Envejecimiento según Castanedo (s.f) como: “El conjunto de transformaciones y/o cambios que aparecen en el individuo a lo largo de la vida; es la consecuencia de la acción del tiempo sobre los seres vivos; los cambios son bioquímicos, fisiológicos, morfológicos, sociales, psicológicos y funcionales”; por tanto, es visto como un proceso natural e inevitable que pasan todos los seres vivos.

De acuerdo con las claridades que se ofrecen, se retoma el envejecimiento de una forma integral, por tanto, se retoma el envejecimiento activo como pilar fundamental del proyecto, a través del cual se pretende incentivar al adulto mayor a mejorar su calidad de vida dentro del contexto que habita, este concepto refiere que:

Envejecimiento activo

Retomado desde el planteamiento de la Organización Mundial de la Salud (2015) es definido como: “El proceso de optimización de oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen”(p.18). Para poder trabajar desde la integralidad que propone el envejecimiento activo es fundamental hacer énfasis en los pilares que permiten cumplir este objetivo, estos son:

Pilares del envejecimiento activo

-**Salud**, reconocida universalmente como requisito indispensable para la calidad de vida, que adopta el objetivo de mejorar la salud de las poblaciones y reducir las desigualdades sociales en salud para potencializar el ciclo vital

-**Aprendizaje continuo a lo largo de la vida**, es importante no solo para la empleabilidad sino también para reforzar el bienestar, es un pilar que da apoyo a otros pilares del envejecimiento activo. En relación con lo anterior, la Comisión Europea define el aprendizaje continuo como:

El desarrollo del potencial humano a través de un proceso sustentador continuo que estimula y faculta a los individuos para adquirir todos los conocimientos, valores, destrezas y comprensión que requieran a lo largo de toda su vida y aplicarlos con confianza, creatividad y gozo en todos los roles, circunstancias y entornos». (Comisión Europea, 1995).

-**Participación**, respalda la salud positiva y brinda compromiso o flujo de experiencias que son intrínsecamente satisfactorias transmitiendo un sentido del propósito y la oportunidad de **relaciones positivas**.

- **Seguridad**, es la más importante de las necesidades humanas, ya que en su ausencia no se podría desarrollar el potencial ni envejecer activamente.

El envejecimiento activo depende de una diversidad de **determinantes** que rodean a las personas, las familias y las naciones; dependiendo de su cultura y sexo; comprender estos escenarios permite el desarrollo de políticas y programas que generen bienestar en la población, estos determinantes son: económicos, sociales, entorno físico, personales, conductuales, sanidad y servicios sociales.

El presente proyecto de intervención retoma tres de los seis determinantes sociales del envejecimiento activo, estos hacen referencia al **apoyo social, la educación y la exclusión social**.

En primera medida, se hace alusión al **Apoyo Social**, que según Kaplan (1974), es un patrón de lazos continuos o intermitentes que desempeñan una función notable en el mantenimiento psicológico y físico del individuo en el transcurso del tiempo. En el apoyo social se encuentran inmersas las redes de apoyo sociales, estas pueden brindar apoyo emocional, reforzar comportamientos saludables y mejorar el acceso a los diferentes recursos.

Las **Redes sociales** Según Chadi (2000), están definidas como los lazos que conectan cada sistema social y que integradas constituyen la trama de las redes sociales, que se construyen cruzando de un extremo al otro de los ámbitos, estableciendo de ese modo una

comunicación que genera intercambio e interconexión. Además, la autora define las redes sociales desde una perspectiva sistémica relacional, donde clasifica las redes sociales en primarias, secundarias e institucionales, invitando a pensar la importancia de movilizarlas y visualizarlas para la praxis profesional del Trabajo Social. En concordancia con lo anterior, es necesario para el presente proyecto de intervención, traer a colación la definición de redes sociales proporcionada por Elkaim (1989), quien define las redes sociales como un grupo de amigos y vecinos capaces de aportar ayuda a un individuo o familia. Con base en las experiencias de trabajo en red que documenta, se encuentra el trabajo con familias en conexión con sus redes barriales.

Ambos autores proponen que las redes sociales se dividen en: **Redes de apoyo primarias**, en las que se encuentra la familia nuclear, familia extensa, amigos o vecinos. **Redes de apoyo secundarias** que son los diferentes grupos recreativos, religiosos o culturales, y por último **las redes terciarias** o redes apoyo institucionales que son entidades públicas o privadas que aportan al desarrollo de vida.

De acuerdo con lo anteriormente expuesto, resulta importante mencionar que como trabajadoras sociales será necesario trabajar en pro de tejer, construir y fortalecer las diferentes redes sociales de los jóvenes y adultos mayores de la comunidad. Así como lo menciona Chadi (2007), desde nuestra profesión se debe asumir un rol de artesano social bajo el cual se pueda avanzar en el ejercicio de recomponer el lazo social que se ha ido fragmentando, lo anterior por medio de acciones comunitarias que evidencien prácticas de apoyo, acompañamiento desde lo cotidiano. De igual forma, como lo propone Carvajal (2009), se deben visibilizar estas redes, fortalecer y gestar redes transfronterizas que luchen contra la exclusión social, la precarización del trabajo, la decadencia de las políticas públicas, la destrucción del medio ambiente y la biodiversidad.

Las redes sociales de apoyo son fundamentales para la construcción y ejecución del proyecto de vida de los jóvenes y adultos mayores, permitiendo la participación e inclusión en los diferentes escenarios de la sociedad, de acuerdo con lo anterior es relevante conocer la definición de **Proyecto de vida**, que definido por D'Angelo (1994) es:

La estructura que expresa la apertura de la persona hacia el dominio del futuro, en sus direcciones esenciales y en las áreas críticas que requieren de decisiones vitales. De esta manera, el proyecto de vida, por su naturaleza, origen y destino está vinculado a la situación social del individuo, tanto en su expresión actual como en la perspectiva anticipada de los acontecimientos futuros (p.7).

Dando continuidad a los determinantes sociales, en segunda instancia para el presente proyecto se retoma el determinante social **Educación**, que según la OMS (2002), es un factor que se debe enfatizar a lo largo de la vida, es decir “aprendizaje continuo”, aunque aprender en la madurez tiene un impacto positivo en la autoestima, en la confianza, en la participación, en los niveles de actividad física, en el entorno laboral y en la salud.

A partir de esta concepción se plantea necesidad de construir un **Aprendizaje colaborativo** entre el adulto mayor y jóvenes, según Resnick (1991): “cada individuo es responsable de su aprendizaje, así como del aprendizaje de los demás miembros del grupo por medio de estrategias que propicien el intercambio de significados y hacen posible el desarrollo de habilidades individuales y grupales”. Por ende, se incorpora la relación que tiene el aprendizaje continuo del envejecimiento activo y la educación dirigida netamente al adulto mayor, es por esto por lo que se retoma el planteamiento de la UNESCO, la cual dice que:

Es un componente básico del derecho a la educación y el aprendizaje a lo largo de toda la vida. Comprende “todas las formas de educación y aprendizaje cuya finalidad es lograr que todos los adultos participen en sus sociedades y en el mundo del trabajo. Designa el conjunto de todos los procesos educativos, formales, no formales e informales, gracias a los cuales personas consideradas adultas por la sociedad a la que pertenecen desarrollan y enriquecen sus capacidades para la vida y el trabajo, tanto en provecho propio como en el de sus comunidades, organizaciones y sociedades. UNESCO (2015).

El tercer determinante social que se retoma es **la exclusión social**, que según Castel (1995), “la exclusión, más que de un estado, se trata de un recorrido: el paso de una zona de vulnerabilidad o precariedad en el empleo y en las relaciones sociales, hasta una zona definida por la ausencia de trabajo y el aislamiento social”. El adulto mayor ha pasado a verse como sujeto frágil y dependiente que le impide realizar cualquier tipo de actividad de la vida cotidiana, por tanto, es de suma importancia trabajar este determinante social con el fin de que el adulto mayor pueda recuperar la confianza en sí mismo y pueda volver a participar de los diferentes espacios de la comunidad con la ayuda de los jóvenes.

En consecuencia, es necesario decir que desde el envejecimiento activo y sus determinantes sociales se puede fomentar la **solidaridad intergeneracional** que definida por Beltrán y Rivas (2013), es un encuentro e intercambio entre personas y grupos de diferentes generaciones, constituye el objeto de teorías, investigaciones y prácticas orientadas a fundamentar e impulsar espacios para la colaboración entre las generaciones que converjan

en solidaridad, a través de encuentros, que pueden o no, enmarcarse en individuos con lazos familiares y comunitarios. En similitud, la Junta de Andalucía, 2010, sustenta que el intercambio y la solidaridad entre todas las generaciones tienen resultados positivos a la hora de envejecer de forma activa; siguiendo por la misma línea, resulta necesario aclarar la relación entre la solidaridad intergeneracional y el envejecimiento activo, para esto se retoma a Walker (2006), quien propone que el mantenimiento de la solidaridad intergeneracional es un factor importante en un enfoque moderno de este concepto de envejecimiento, el autor plantea que el envejecimiento activo es de carácter intergeneracional: se refiere al futuro de todos y no solo al de las personas mayores. Todos somos parte interesada en esta tarea porque todos queremos vivir una vida larga y saludable.

En resumen, uno de los principales propósitos del envejecimiento activo es promover una sociedad para todas las edades, por lo cual la solidaridad entre generaciones debe ser fomentada por diversos individuos, sin importar su rango de edad.

Como profesionales en formación, debemos darle un enfoque al presente proyecto, por tanto, este se enmarca en el **enfoque de desarrollo humano**, entendido según Sen (1998):

Como el proceso de ampliación de las opciones de las personas y mejora de las capacidades humanas, es decir, la diversidad de cosas que las personas pueden hacer o ser en la vida, y las libertades para que estas puedan vivir una vida larga y saludable, tener acceso a la educación, a una vida digna y el derecho a participar en la vida de su comunidad y en las decisiones que los afecten. (Sen, 1998).

Este enfoque busca la universalidad, en relación con el envejecimiento activo ambos comparten similitudes tales como el bienestar humano, el aumento de capacidades, la ampliación de las libertades, la inclusión social, participación comunitaria y la garantía de derechos. Además, ambos apuntan directamente a contribuir a la mejora de la calidad de vida.

La anterior contextualización teórica permitirá orientar el proceso que se llevará a cabo con los adultos mayores y los jóvenes pertenecientes al salón comunal Govarova, con la finalidad de construir participación entre ellos por medio de experiencias y conocimientos que puedan aportar a su vida cotidiana generando inclusión social del adulto mayor y los jóvenes en los distintos contextos de la realidad.

1.1.2 Marco Referencial profesional

En el siguiente apartado se da una contextualización sobre el actuar profesional en el ámbito gerontológico, es por eso por lo que primero se retoman de código de ética del

trabajador/a social: **las funciones, tareas, principios y valores del profesional;** posteriormente se habla del **enfoque diferencial**, dando paso al **Trabajo social Gerontológico**, su objetivo, funciones y retos.

Para iniciar la contextualización respecto a nuestro actuar profesional con adulto mayor, primero es necesario retomar el Código de Ética del Trabajo Social (2019), donde se menciona que el profesional debe actuar bajo el compromiso ético teniendo en cuenta valores como honradez, responsabilidad, lealtad, tolerancia, espíritu de servicio, sentido de pertenencia, prudencia y humildad; no obstante, también se estipulan siete principios fundamentales bajo los que se rige el profesional; estos son: *principio de justicia*, en el cual se busca promover que cada persona reciba lo que le corresponde y a su vez haya reconocimiento de la diversidad étnica y cultural, *el principio de dignidad* que es inherente a la persona y se incentiva el respeto de las relaciones de los sujetos; *principio de libertad* donde prima la autodeterminación de las personas en la toma de decisiones y acciones sin afectar los derechos del otro; *principio de igualdad* que permite validar el derecho a oportunidades sin discriminación para tener el goce efectivo de los mismos; *respeto*, donde se reconocen los derechos, opiniones, diferencias culturales y diversas miradas de la realidad social; *principio de solidaridad* en el que se destaca la capacidad como profesionales de direccionar procesos y movilizar recursos para atender las problemáticas de la población y por último *el principio de confidencialidad* en el que la información suministrada debe ser llevada de forma privada por respeto a la población.

Además, se menciona el Código de Ética del Trabajo Social (2019), que profesional entre sus funciones y tareas debe contar con la habilidad de relacionarse con la población, tener la capacidad de solucionar conflictos y reconocer las características sociales de la población, lo anterior con el fin de reconocer las problemáticas y necesidades de cada individuo, grupo o comunidad, y así mismo elaborar un plan de acción acorde a lo que se requiere.

De acuerdo con el párrafo anterior, se puede decir que el Trabajador/a Social debe tener un trato con enfoque **diferencial** hacia cada miembro de la población, este enfoque según la Alcaldía Mayor de Bogotá (s.f) se identifica como: Un método de análisis, actuación y evaluación, que toma en cuenta las diversidades e inequidades de la población, para brindar una atención integral, protección y garantía de derechos, que cualifique la respuesta institucional y comunitaria. Centrándonos en el papel del Trabajador Social con las personas mayores, éste realiza la valoración de la demanda y diseña la intervención en función de las necesidades existentes y de los recursos disponibles.

En coherencia con lo anteriormente expuesto, se destaca el Trabajo social Gerontológico, sin embargo, para entender esta rama es importante mencionar y entender el concepto de gerontología, para esto se retoma a Pina (2004), quien define la **gerontología** como una ciencia que analiza el proceso de envejecimiento en todas sus dimensiones: biológica, psíquica, económica, política, educativa y social, en otras palabras, se trata del estudio de la vejez desde un enfoque interdisciplinario. Ahora bien, el **Trabajo Social gerontológico**, definido por el mismo autor, se concibe como un campo de acción que apunta a potenciar el capital social, individual, familiar, grupal y comunitario de los adultos mayores, mejorando la calidad de su vida social y su desarrollo humano, a través de una intervención social basada en enfoques epistemológicos, teóricos y metodológicos.

Con referencia al **objetivo** del Trabajo Social gerontológico, se retoma a Molina y Romero (2001), quienes proponen que dicho objetivo es conocer y transformar la realidad del adulto mayor, para lograr el bienestar en todos los ámbitos. Por consiguiente, la intervención de Trabajo Social desde una perspectiva gerontológica se debe comprender integralmente ya que debe partir de la realidad social cambiante y dinámica.

Siguiendo en la misma línea del Trabajo Social gerontológico es necesario conocer las funciones de este, por tanto, se trae a colación la autora Cristina Llamas, quién menciona que las funciones del trabajador en gerontología comprenden tantas funciones de atención directa como atención indirecta. Según Llamas (2018), dentro de las funciones directas se encuentran **funciones preventivas** que consisten en la detección precoz y prevención de los problemas sociales que dificultan la integración social, **función promocional** o aumento de la capacidad de la persona mayor y promoción de la utilización de recursos para satisfacer sus necesidades, **función asistencial** desarrollo de las capacidades naturales para prevenir o paliar su problemática social, fomentando su participación activa, **función rehabilitadora** reinserción social de aquellos que han sufrido algún tipo de disminución física, psíquica o social y la última **función informativa** sobre derechos y recursos sociales para las personas mayores, así como asesoramiento ante las demandas planteadas.

Por otro lado Llamas (2018) se refiere a las funciones indirectas, estas son: **Coordinación** que se encarga de la optimización de recursos y planificación de alternativas de intervención, **Trabajo comunitario** que consta de la potenciación de recursos de la comunidad, la resolución y prevención de problemáticas sociales y gestión orientada a los recursos, **documentación** elaboración y cumplimentación de los diferentes instrumentos propios del trabajo social (ficha social, historia social, informe social, etc.) y la última función indirecta es planificación y evaluación que se enfoca en el diseño de planes,

programación, y políticas sociales, la formación, docencia e investigación, y dirección, planificación y organización de centros de mayores .

Sin duda alguna, el trabajo social gerontológico implica un arduo trabajo para el profesional, además implica enfrentarse a ciertos retos como lo menciona Filardo (s.f), quien refiere que dichos retos radican en que los profesionales deben perseguir conocer y transformar la realidad de las personas mayores, contribuyendo en todo momento al bienestar de las personas y a la promoción de sus potencialidades, previniendo y detectando de manera precoz la existencia de problemas sociales que dificulten o impidan la integración social de las personas mayores y son precisamente estos retos a los que nos enfrentamos al llevar a cabo el presente proyecto.

1.1.3 Marco Referencial Institucional

El marco referencial institucional se presenta con el fin de contextualizar la institución en la cual se encuentra adscrito el presente proyecto de intervención, es por tanto que en el siguiente apartado se encuentra la información necesaria para comprender el funcionamiento de la institución.

Breve reseña histórica de la organización

El salón comunal y la junta de acción comunal Govarova surgió hace 40 años, mientras que el comedor comunitario-cocina popular Govarova, surge del Plan de Alimentación y Nutrición del Distrito Capital 1999-2002 en el cual se proponía integrar acciones dirigidas a poblaciones vulnerables procurando la suficiencia y accesibilidad a los alimentos. Por tanto, el comedor surge como un espacio que da la oportunidad a niños, jóvenes y adultos de tener una alimentación saludable.

Identificación de la misión o finalidad de la Institución

La junta de acción comunal Govarova tiene como finalidad trabajar en pro del bienestar de la comunidad por medio de diferentes programas como la cocina popular que tiene como principal objetivo “*contribuir a la reducción del riesgo de inseguridad alimentaria a través de la entrega de apoyos alimentarios en las diferentes modalidades de atención*”: Comedores Comunitarios-Cocinas Populares, Bonos Canjeables por Alimentos (Proyecto 7745), Canastas Alimentarias y Apoyo Económico Social 7745, dirigido a participantes en situación de pobreza y vulnerabilidad, identificados y localizados por la Secretaria Distrital de Integración Social - SDIS, articulados con procesos de inclusión social, ambiental y productiva, promoción en estilos de vida saludable y vigilancia del estado nutricional.

Principales programas que desarrolla

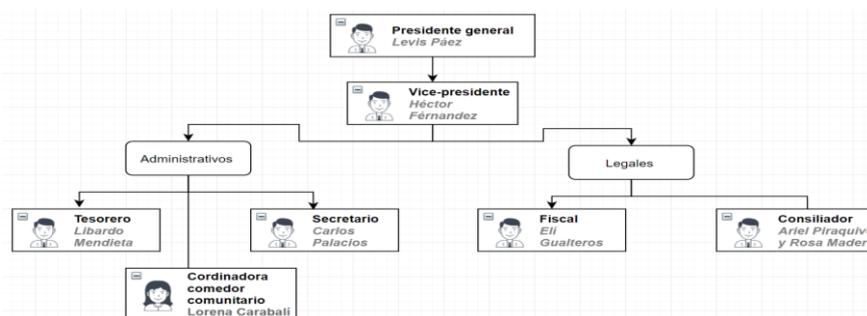
Por medio del comedor comunitario se desarrollan acciones y programas para contribuir a la reducción del riesgo de inseguridad alimentaria, es por eso por lo que se dictan talleres donde se resalta la importancia de una buena alimentación, hábitos alimenticios, autocuidado y prácticas alimentarias.

Por otro lado, en el salón comunal se desarrollan actividades de recreación y deporte para que los niños, jóvenes y adultos puedan ocupar su tiempo libre, se desarrollan programas de aprendizaje, se dictan cursos formativos de inglés, comprensión lectora, escritura, emprendimiento, manejo de programas ofimáticos los cuales están dirigidos para toda la población, también se realizan talleres con madres cabeza de familia y mujeres gestantes sobre la importancia de una crianza respetuosa, además, existe un programa orientado a las mujeres desempleadas, donde se le brinda orientación, asesoría para que estas pueda retomar su vida laboral

◇ ***Estructura administrativa general y estructura administrativa específica del área o programa donde se ubicará el proyecto.***

Figura 1.

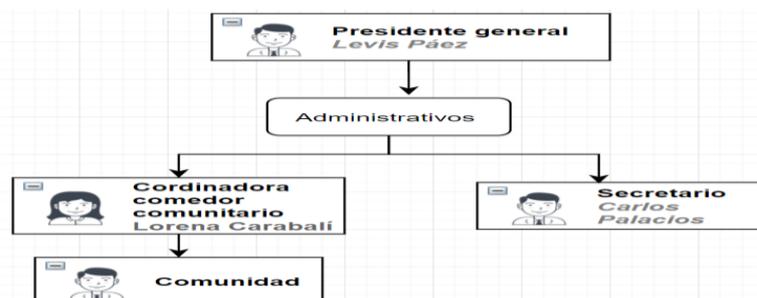
Estructura administrativa general



Fuente: Comedor Comunitario (2022).

Figura 2.

Área donde se realizará el proyecto



Fuente: Comedor Comunitario (2022).

◇ ***Objetivos del área o programa para el cual se realizará el proyecto***

El objetivo principal de la organización está enfocado hacia lo social y desde Trabajo social es brindar oportunidades de mejora y desarrollo para y por la comunidad, se espera poder seguir en la construcción de nuevos programas, además del presente proyecto, se busca conjuntamente poder darle continuidad a los diferentes espacios que le apunten a contribuir con el desarrollo personal y social de cada integrante del barrio Govarova sin importar su edad; se espera para el año 2023 poder ampliar el jardín, establecer un alianza fija con el Sena para ofrecer cursos de formación y capacitación, y crear un gimnasio el cual pueda usar toda la comunidad. Páez (2021) comunicación personal

◇ ***Existencia de equipos interdisciplinarios, recursos humanos, financieros y materiales disponibles***

El salón comunal y comedor comunitario Govarova, tiene un equipo interdisciplinario el cual está conformado por Levis Páez, quien es el líder social y director de la comunidad, Lorena Carabalí quien es la gestora y coordinadora de la cocina popular, y un equipo administrativo, además la junta de acción comunal está conformada por el presidente, vicepresidente, tesorero, coordinadora, secretario, fiscal, conciliadores, docentes, trabajadores del comedor comunitario.

Respecto a los recursos financieros del comedor comunitario, los otorga la alcaldía local de Bogotá al igual que los recursos destinados al jardín, por otro lado, los recursos financieros para cubrir gastos para programas o talleres ofrecidos directamente por el salón comunal y/o comunidad salen de diferentes fondos, bazares, o alquiler del salón para eventos. En cuanto a los espacios y materiales, la organización cuenta con el comedor comunitario, el jardín, una sala de cómputo y un salón para desarrollar las actividades.

◇ ***Algunos aspectos relacionados con el clima y la cultura organizacional***

Al interior de la organización existe un muy buen clima laboral puesto que todos y cada uno de los integrantes están comprometidos con el proceso, además tienen sentido de identidad y valores que les permiten cumplir con las normas, tareas y acuerdos establecidos en pro del bienestar de la comunidad.

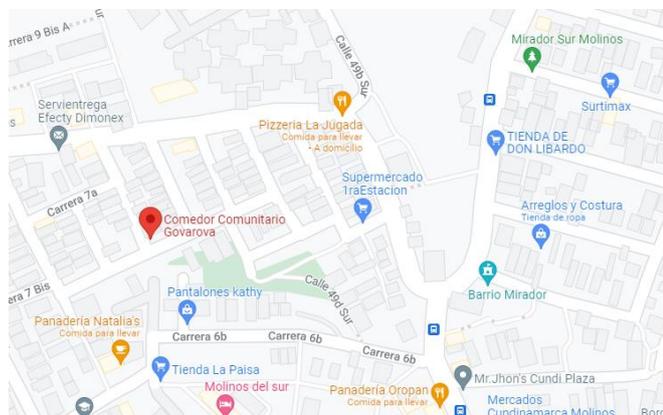
1.1.4 Localización

El presente proyecto se realizará en la localidad 18 de Bogotá, Rafael Uribe Uribe en el Comedor Comunitario -Cocina popular del Barrio Govarova específicamente en la calle 49 f sur # 7, quien actualmente está a cargo del presidente de la junta de acción comunal el señor Levis Páez Hernández, dentro de este salón comunal se encuentra un comedor comunitario, un jardín, y una oficina en donde la comunidad puede acercarse a pedir ayudas

humanitarias como lo son mercados y también orientaciones para poder incluirse en el entorno laboral.

Figura 3.

Georreferenciación Comedor Comunitario Govarova



<https://goo.gl/maps/4NDbZYA3CHbqh3kY8>

Fuente: Google Maps (2022).

1.1.5 Marco Referencial Legal

Este apartado contiene normas y leyes de orden internacional, nacional y local referentes a los derechos, y aquellas protegen y rigen los procesos que se realizan en beneficio del adulto mayor.

A continuación, se plasman en una matriz que permite identificar el objetivo y el aporte que tienen para el proyecto. (Ver Cuadro 1).

Cuadro 1

Marco legal - Adulto Mayor

ENVEJECIMIENTO ACTIVO INTERGENERACIONAL CON ADULTO MAYOR Y JOVEN						
ORDEN	TEMA	NORMA	OBJETIVO DE LA NORMA	APORTE AL PROYECTO	RETOMADO DE	
Internacion al	Decl aración Univ ersal de Dere	Artículo 7	Ideal común por el que todos los pueblos y naciones deben esforzarse, a fin de que tanto los individuos como las instituciones, inspirándose constantemente en ella,	Es importante recalcar esta norma ya que invita a promover la educación en todas las personas sin discriminación alguna y esto tiene relación	https://www.un.org/es/documents/udhr/UDHR_booklet_SP_web.p	

chos Hum anos	promuevan, mediante la enseñanza y la educación, el respeto a estos derechos y libertades, y aseguren, por medidas progresivas de carácter nacional e internacional, su reconocimiento y aplicación universales y efectivos, tanto entre los pueblos de los Estados Miembros como entre los de los territorios colocados bajo su jurisdicción.	con el objetivo primordial de este proyecto de intervención que es la promoción del envejecimiento activo en la población a trabajar en donde se fomentara el aprendizaje continuo intergeneracional.	df
Intern acion al Prim era asa mble a de enve jeci mien to activ o 1982 Vien a	El propósito de la Asamblea Mundial era servir como un foro para iniciar un programa internacional de acción encaminado a garantizar la seguridad económica y social de las personas mayores, así como oportunidades para que estas personas contribuyan al desarrollo de sus países.	El propósito de esta asamblea permite orientar la intervención desde la disciplina social en buscar estrategias que permitan garantizar calidad de vida en la población que se va a trabajar es por ello por lo que tiene un aporte significativo traerlo a colación en este proceso	https://www.un.org/es/conferencias/aging/vienna1982
Intern acion al Segu nda asa mble a de enve jeci mien to activ o Mad rid 2002	“Constituye un nuevo programa para enfrentar el reto del envejecimiento, basado en tres ámbitos prioritarios: las personas de edad y el desarrollo, el fomento de la salud y el bienestar en la vejez y la creación de un entorno propicio y favorable	Promover la salud y el bienestar en la vejez; donde todos y todas son partícipes en la generación de ambientes emancipadores, que permitan el aumento de las oportunidades y el fortalecimiento de capacidades, por medio de la participación e integración de las personas mayores.	https://www.cepal.org/es/eventos/segunda-asamblea-mundial-envejecimiento-paises-aprueban-plan-accion-internacional

Intern acion al	Prin cipio s de las naci ones unid as favo r de las pers onas may ores 1991	Propone el reconocimiento pleno de la independencia, autosuficiencia, participación, autorrealización y dignidad de la persona mayor	Los principios referidos, resultan oportunos ya que se relacionan con la posibilidad que tienen las personas mayores de disfrutar de condiciones de vida óptimas, además de su integración en la sociedad, así como de su participación en las diferentes esferas de la vida social, aprovechando de esta forma las oportunidades para desarrollar su potencial.	https://www.un.org/development/desa/agei/ng/resources/international-year-of-older-persons-1999/principles/los-principios-de-las-naciones-unidas-en-favor-de-las-personas-de-edad.html#:~:text=poder%20vivir%20con%20dignidad%20y,independiente%20de%20su%20contribuci%C3%B3n%20econ%C3%B3mica.
-----------------------	--	--	--	---

Nacional de envejecimiento y vejez. Ministerio de protección social (2019)	Política nacional de envejecimiento y vejez. Ministerio de protección social (2019)	Esta política expresa el compromiso del Estado colombiano frente a una población que por sus características merece especial atención. Se plantea una visión de futuro con el proceso de envejecimiento, y acciones a corto, mediano y largo plazo para la intervención de la situación actual de la población	idear acciones con una proyección hacia el futuro, donde se produzca un mejoramiento y adecuación de la ciudad para facilitar el desplazamiento y la realización de todas aquellas actividades que realiza dicha población, garantizando a la vez espacios saludables para la calidad de vida	https://www.valledelcauca.gov.co/download.php?idFile=306#:~:text=POL%C3%8DTICA%20NACIONAL%20DE%20ENVEJECIMIENTO%20Y%20VEJEZ,-La%20Pol%C3%ADtica%20Nacional&text=Es%20una%20Pol%C3%ADtica%20P%C3%ABlica%2C%20de,en%20el%20periodo%202007%2D2019.
Nacional de envejecimiento y vejez (2015-2024)	Política colombiana de envejecimiento y vejez (2015-2024)	Promoción y fortalecimiento de la participación ciudadana e integración social de los individuos y colectivos de personas mayores	y fortalecer los mecanismos de participación social de las personas mayores, en aras de generar mayor reconocimiento de esta población.	https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/Pol%C3%ADtica-colombiana-envejecimiento-humano-vejez-2015-2024.pdf

Nacio nal	Prot ecc ión Adul to May or	Ley 29 de 1975	Establecer la protección a la ancianidad, creó el Fondo Nacional de la Ancianidad Desprotegida, y se le facultó para promulgar medidas a favor de los mayores de 60 años que carecieran de recursos	Es importante para este proceso de intervención reconocer cuales son las normas que protegen al Adulto mayor enfatizando la no vulneración de los derechos humanos de los Adultos mayores pertenecientes al Salón Comunal del barrio Govarova	https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocum.ent.asp?id=1585711
--------------	---	----------------------	--	---	---

Nacio nal	Adul to may or	Consti tución Polític a (1991) Art. 46	El Estado, la sociedad y la familia concurrirán para la protección y la asistencia de las personas de la tercera edad y promoverán su integración a la vida activa y comunitaria. El Estado les garantizará los servicios de la seguridad social integral y el subsidio alimentario en caso de indigencia”.	Para el desarrollo de este proyecto es importante conocer cuáles son las estrategias que brinda el estado para garantizar en el adulto mayor la integración y envejecimiento activo	https://pd.ba.georgetown.edu/Constitutions/Columbia/columbia91.pdf
--------------	-------------------------	---	---	---	---

Nacio nal	Prot ecc ión Adul to may or	Ley 294 de 1996	Art.42 de la Constitución Política y dicta normas para prevenir, remediar y sancionar la violencia intrafamiliar, no se menciona víctimas de edad avanzada; como en la mayoría de las legislaciones de América Latina, se habla de “cualquier miembro de la familia”, connotación que resulta amplia, en materia de interpretación y más aún de tipificación de infracciones o delitos.	Para este proceso de intervención es importante conocer las normas, y sanciones que favorecen a los Adultos Mayores en caso de Maltrato físico y psicológico esto con el fin de prevenir la violencia que se pueda presentar en algún adulto.	https://nomogram.info/men/docs/pdf/ley_0294_1996.pdf
--------------	---	-----------------------	---	--	---

Nacio nal	Prot ecc ión Adul to may or	Ley 1850 de 2017	Por medio de la cual se establecen medidas de protección al adulto mayor en Colombia, se modifican las leyes 1251 de 2008, 1315 de 2009 y 599 de 2000, se penaliza el maltrato intrafamiliar por abandono y se dictan otras disposiciones. El artículo 6° menciona que el Gobierno Nacional a través del Ministerio de Salud y Protección Social implementará una ruta de atención inmediata y determinará los medios de comunicación.	Esta ley es fundamental para el proceso de intervención, debido a que es la más reciente y contiene las nuevas políticas y leyes que protegen al adulto mayor a nivel nacional, en donde se habla sobre penalizar el abandono, maltrato y exclusión que se ejerza en un adulto.	https://www.asivamosensalud.org/politicas-publicas/normatividad-leyes/promocion-social/ley-1850-de-2017-medidas-de-proteccion-a
Nacio nal	Amp aro a la veje z	Ley 100 De la Seguri dad Social Integra l, de 1993	Artículo 10 “garantizar a la población, el amparo contra las contingencias derivadas de la vejez, la invalidez y la muerte, mediante el reconocimiento de las pensiones y prestaciones que se determinan en la presente Ley, así como propender por la ampliación progresiva de cobertura a los segmentos de población no cubiertos con un sistema de pensiones”	Para este proceso de vital importancia reconocer cuales son las leyes que protegen al adulto mayor y en esta nos muestra las garantías que pueden obtener las personas con el sistema de pensiones	https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-100-de-1993.pdf
Nacio nal	Cent ros de veje z	Ley 687 del 2001	Modifica la Ley 48 de 1986, y que autoriza la emisión de una estampilla pro-dotación y funcionamiento de los centros de bienestar del anciano, instituciones y centros de vida para la tercera edad, se establece su destino y se dictan otras disposiciones	Esta ley nos expone las ayudas que reciben los centros de bienestar para poder brindar un servicio integral para el adulto mayor	https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=14903

Nacio nal	Prot ecc ión al adult o may or	LEY 1850 DE 2017 ART 40. Modifí quese el artícul o <u>230</u> de la Ley 599 de 2000.	Maltrato restricción a la libertad física. El que mediante fuerza restrinja la libertad de locomoción a otra persona mayor de edad perteneciente a su grupo familiar o puesta bajo su cuidado, o en menor de edad sobre el cual no se ejerza la patria potestad, incurrirá en prisión de dieciséis (16) a treinta y seis (36) meses y en multa de uno punto treinta y tres (1.33) a veinticuatro (24) salarios mínimos legales mensuales vigentes, siempre que la conducta no constituya delito sancionado con pena mayor.	Es importante para el equipo reconocer cuales son las sanciones que se pueden dictar en el país si se presenta un caso de violencia contra algún adulto mayor pertenecientes al salón comunal del barrio Govarova	https://www.asivamosensalud.org/politicas-publicas/normatividad-leyes/promocion-social/ley-1850-de-2017-medidas-de-proteccion-al
--------------	--	--	--	---	---

Nacio nal	Dere chos fund ame ntale s	Ley 2055 del año 2020	Art.6 Derecho a la vida y a la dignidad en la vejez Los Estados Parte adoptarán todas las medidas necesarias para a la persona mayor el goce efectivo del derecho a la vida y el derecho a vivir con dignidad en la vejez hasta el fin de sus días, en igualdad de condiciones con otros sectores de la población.	Para iniciar con el proceso de intervención con adulto mayor desde trabajo social es fundamental reconocer cuales son las medidas que tiene el Estado para proteger el derecho a la vida y a la dignidad de las personas adultas mayores que se encuentran dentro del país.	https://dapre.presidencia.gov.co/normativa/normativa/LEY%202055%20DE%202010%20DE%20SEPTIEMBRE%20DE%202020.pdf
--------------	---	--------------------------------	---	--	---

Nacio nal	Med idas de capa citac ión	ART 8o. Inclúya se en el artículo 7o de la Ley 1251 de 2008 (Objeti vos de la Política Nacion al de Envejec imiento Vejez)	Incluir medidas con el fin de capacitar a los cuidadores informales que hay en los hogares para atender a sus familiares adultos mayores que se encuentren con enfermedades crónicas o enfermedad mental.	Dentro del proceso es vital conocer como es el cuidado de los adultos mayores y capacitar a las personas cuidadores para mejorar estas condiciones de cuidado y garantizar una calidad de vida para los adultos y sus cuidadores.	https://www.redjuria.com/Documents/ley_1251_de_2008_congreso_de_la_republica.aspx#/
Nacio nal	Red es de Apo yo	LEY 1850 DE 2017	Estado, en cabeza del Ministerio de Salud y Protección Social y las Secretarías Municipales de Desarrollo Social, o quienes hagan sus veces, con la participación de las Personerías, la Defensoría del Pueblo, las IPS-S y la Policía Nacional, impulsarán la creación de Redes Sociales de Apoyo Comunitario a las personas de la tercera edad, con el fin de generar y operar canales de comunicación que brinden la posibilidad de activar alertas tempranas y efectivas para la atención oportuna, ante la ocurrencia de eventos de abandono, descuido, violencia intrafamiliar y hechos similares que pongan en riesgo la integridad física o moral de algún adulto mayor.	Este artículo está relacionado con el propósito de este proyecto ya que este permitirá guiar el proceso que se debe realizar con los adultos mayores generando redes de apoyo y sistemas de comunicación.	https://www.asivamosensalud.org/politicas-publicas/normatividad-leyes/promocion-social/ley-1850-de-2017-medidas-de-proteccion-nal

Convención Interamericana de Derechos Humanos de las personas mayores	Protocisión de los derechos humanos de las personas mayores	Ley 2055 del año 2020	Artículo 1 Promover, proteger y asegurar el reconocimiento y el pleno goce y ejercicio, en condiciones de igualdad, de todos los derechos humanos y libertades fundamentales de la persona mayor, a fin de contribuir a su plena inclusión, integración y participación en la sociedad.	Dentro de este artículo se evidencia la importancia de realizar procesos que incluyan a la persona mayor dentro de la sociedad, tomando como primordial su participación y cumplimiento de derechos humanos y esto es uno de los objetivos fundamentales dentro de este proceso de intervención	https://dapre.presidencia.gov.co/normativa/normativa/LEY%202055%20DEL%202020%20SEPTIEMBRE%202020.pdf
---	---	-----------------------	---	---	---

Nota: Este cuadro muestra las leyes, y artículos que respaldan el cuidado y el envejecimiento digno de la persona adulta Mayor desde el reconocimiento de los derechos.

Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2). A partir de Constitución política, Convención Interamericana y Ampara y vejez, Declaración de derechos humanos y Política Pública.

1.2 SEGUNDO NIVEL DE ANÁLISIS

1.2.1 Configurar el objeto sujeto de intervención

En este apartado se busca determinar de manera precisa cuál será la problemática central que solucionar para plantear las estrategias a seguir.

1.2.1.1 Identificación de los Hechos

Según datos del informe "Perspectivas de la población mundial 2019", para el año 2050, una de cada seis personas en el mundo tendrá más de 65 años, lo que representa el 16% de la población; sin embargo, para el año 2018 las personas de 65 años o más superan en número a los niños menores de cinco años en todo el mundo. Se estima que el número de personas de 80 años o más se triplicará, de 143 millones en 2019 a 426 millones en 2050.

En Colombia y en el mundo el envejecimiento poblacional está en aumento, según el DANE (2018), se identificó que el 9,23% de la población total del país tiene más de 60 años, por otro lado el MINSALUD ilustra al envejecimiento demográfico en un rango de tiempo entre 1951-2020, en este se muestra que frente a la dependencia de los anteriores años en 2020 hay un aproximado de 20,4% de personas mayores de 60 años, considerando a Colombia como el segundo país en Latinoamérica que cuenta con la mayor cantidad de

personas en este grupo etario.

Frente a este crecimiento, el Ministerio de Salud (2020), ha planteado la importancia de fortalecer desde las diferentes entidades del gobierno y sociedad civil, el envejecimiento activo, creando espacios y entornos saludables que posibiliten la recreación y la expresión de la sabiduría de los mayores. Entre las múltiples problemáticas del adulto mayor, se ha identificado: la exclusión, marginación, maltrato en el entorno familiar, laboral y social del adulto mayor, falta de participación en comunidad, ausencia de programas intergeneracionales y ausencia de programas de educación continua en la etapa de la vejez.

En consecuencia, surge la necesidad de promocionar el envejecimiento activo, desde tres de sus determinantes sociales; desde el espacio que brinda el presidente de la junta de acción comunal del comedor comunitario Levis Páez Hernández y en conjunto se halla la necesidad de crear procesos en beneficio de la población de adulto mayor y los jóvenes del barrio Govarova. El líder comunal menciona que “En la junta de acción comunal no contamos con programas específicamente orientados a la promoción del envejecimiento activo, no hay espacios de participación en los que se incluya el adulto mayor ni jóvenes” Páez (2021), comunicación personal. Es por tanto que resulta interesante empezar a gestar un proyecto encaminado a fortalecer el determinante social del envejecimiento activo para que las personas jóvenes y adultos aprendan y adquieran diferentes hábitos y herramientas que les permita desarrollarse en el entorno social en pro de tener una calidad de vida digna y saludable.

Al igual la señora Lorena Carabali coordinadora del Comedor comunitario expresa que “Se hace necesario la creación de espacios que fomenten aprendizajes en el adulto mayor ya que hemos identificado que ellos no realizan ninguna actividad educativa que les permita desarrollar habilidades y competencias, impidiendo generar una vida activa y saludable en cada uno de ellos, además no se evidencia que los adultos mayores sostengan algún tipo de relación intergeneracional, muchas veces las personas mayores no cuentan con redes de apoyo, lo que es preocupante por la etapa en la que se encuentran” Carabali (2021), comunicación personal.

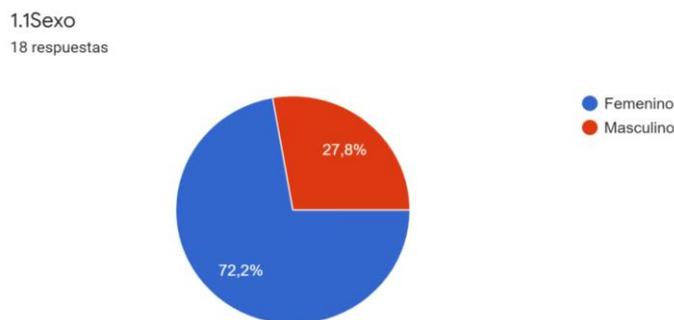
Los representantes de la comunidad mencionan que es necesaria la intervención para el envejecimiento activo, teniendo en cuenta no solo al adulto mayor, sino que también a los jóvenes con el fin de tejer relaciones intergeneracionales.

Teniendo en cuenta los planteamientos de los líderes de la comunidad, también se requiere un acercamiento a la población, por ende, se elabora un instrumento de caracterización que tiene como objetivo identificar cual es la participación que tiene la

población en los diferentes espacios de la comunidad, además conocer si se fomenta de alguna manera el envejecimiento activo. Este instrumento nos permite realizar un diagnóstico sobre las condiciones y la realidad que están viviendo los adultos mayores y jóvenes del salón comunal, dicho cuestionario se les aplicó a 18 personas entre adultos mayores y jóvenes, a través del planteamiento de diferentes variables: datos personales, composición familiar y redes de apoyo, Salud, seguridad, participación, aprendizaje continuo, solidaridad intergeneracional las cuales se pudo identificar que:

1. Datos personales

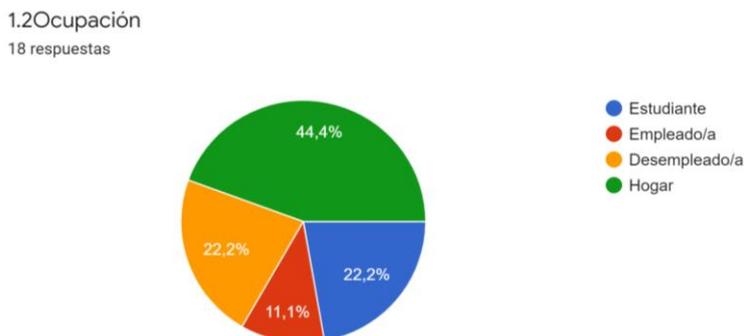
Figura 4. *sexo*



Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Según la OMS (s.f) el “sexo” hace referencia a las características biológicas y fisiológicas que definen a hombres y mujeres”. De acuerdo con esta definición, se puede evidenciar que en el presente proyecto de intervención se trabajará con un grupo donde el 72.2% son mujeres y el 27.8% son hombres. Se puede inferir que tanto adulto mayor como joven predomina la participación del sexo femenino en los espacios que propone el Comedor Comunitario Govarova.

Figura 5. *Ocupación*



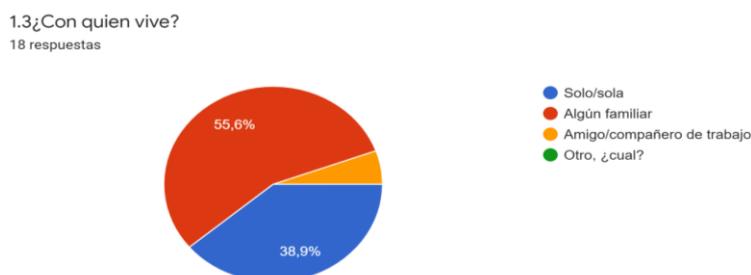
Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Moruno (2002) propone que en la medida en que la implicación de un sujeto en ocupaciones significativas, desde una perspectiva personal (subjetiva), como social y cultural,

favorece el bienestar psicológico. La ocupación puede ser utilizada como un método para la promoción y preservación del bienestar psicológico individual; de acuerdo con lo anterior, la figura nos permite evidenciar que, de la población encuestada, el 44.4% se dedica al hogar, es decir que allí pasan la mayor parte del tiempo. Seguido, el 22.2% se encuentra desempleado, por lo tanto, se infiere que la mayor parte de su tiempo también es dada al hogar, por otro lado, el 22.2% manifiesta ser estudiante, este porcentaje según las respuestas representa a los jóvenes participantes y, por último, el 11.1% manifiesta ser empleado, lo que representa a un total de solo dos personas.

Composición familiar y redes sociales de apoyo

Figura 6. Con quién vive



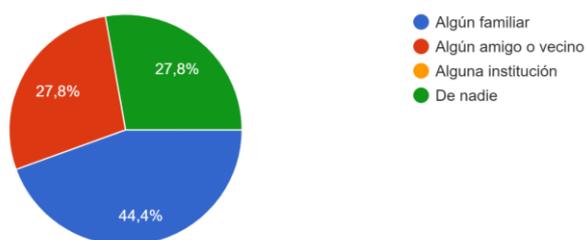
Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Según Bárbara (2012) desde el enfoque del estructural funcionalismo la tipología familiar es una categoría que establece a la vez, la composición: es decir la forma observable del grupo familiar, en cuanto a su tamaño, la forma matrimonial y de parentesco que presenta, la ubicación residencial y el número de generaciones que incluye, el funcionamiento, o sea, la forma en cómo están distribuidos los roles o papeles que cumple los miembros de la familia, como lo son la autoridad, la tareas y la forma como esta distribución influye y es influida por el grupo más amplio por el cual se inscribe la familia (p. 53).

En la figura No.3 se puede apreciar que de la población encuestada el 55.6% vive con algún familiar, es decir cabe la posibilidad de que tengan una familia nuclear, extensa o monoparental; por el contrario 38.9% de la población vive sola/solo, por lo que se infiere que son familias de tipología unipersonal, según las respuestas obtenidas, dicho porcentaje corresponde a 7 personas, todas se encuentran en o próximas a la etapa de la vejez.

Figura 7. Apoyo emocional

1.4 ¿De quien recibe apoyo emocional?
18 respuestas

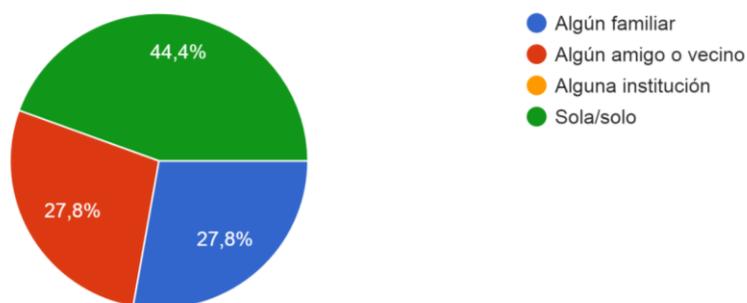


Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Se puede evidenciar que el 44.4% de la población manifiesta no recibir apoyo emocional, según Bisquerra & Escoda, (2007), es el factor principal, que ayuda al desarrollo de las competencias socio-personales en relaciones personales e interpersonales, de esto cabe resaltar la motivación, autoconfianza, autocontrol, control de estrés y asertividad. Se puede inferir que este porcentaje de personas que manifestó no recibir apoyo puede no estar reconociendo cuáles son sus redes sociales de apoyo, o puede definitivamente no contar con ellas, por consiguiente, resulta necesario trabajar en pro del fortalecimiento o construcción o de estas. Por el contrario, el restante, con un porcentaje de 27.8% cada uno, las personas manifestaron recibir apoyo emocional por parte de algún familiar, amigo o vecino.

Figura 8. ¿Con quien comparte espacios de recreación y/o entretenimiento?

1.5 ¿Con quien comparte espacios de recreación y/o entretenimiento?
18 respuestas

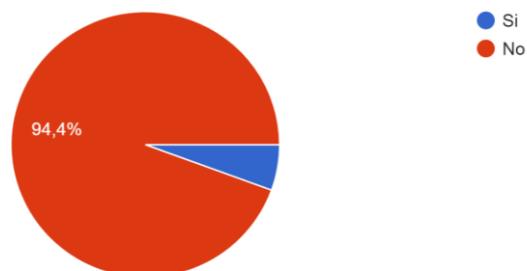


Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Los espacios de recreación y/o entretenimiento, son espacios dados con el fin de liberar tensiones, salir de la rutina diaria y tener un espacio de esparcimiento y diversión. Se puede evidenciar en la gráfica que el 44.4% de la población manifiesta que no tiene a alguna persona para compartir dichos espacios, por el contrario, el 27.8% con igual porcentaje manifiesta compartir dichos espacios con algún familiar o amigo. Por último, ninguna persona mencionó ser partícipe de alguna institución para gozar de espacios recreativos.

Figura 9. *¿Pertenece a alguna institución pública o privada?*

1.7 ¿Pertenece a alguna institución pública o privada?
18 respuestas



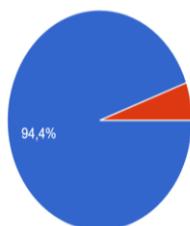
Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Se puede apreciar que el 94.4% de la población manifiesta no pertenecer a ninguna institución, ni de carácter público, ni de carácter privado, mientras que el 1.5% manifiesta pertenecer a alguna institución. De acuerdo con lo anterior se puede inferir que la población no cuenta con redes terciarias institucionales por tanto surge la necesidad de establecer enlaces con algunas instituciones de la localidad para incentivar la participación ciudadana; es importante mencionar que la participación según la OMS (2015), es mucho más que involucrarse en trabajos remunerados, significa comprometerse en cualquier objetivo social, civil, recreativo cultural, intelectual o espiritual.

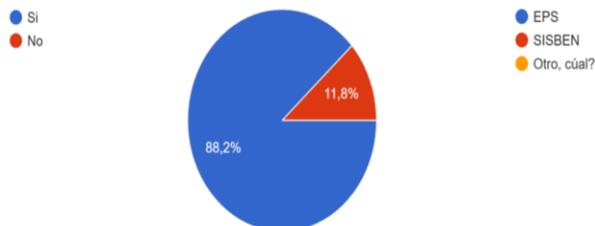
Salud

Figura 10 y 11. *Salud*

2.1 ¿Cuenta con afiliación a salud?
18 respuestas



2.2 ¿A qué entidad de salud se encuentra afiliado/a?
17 respuestas



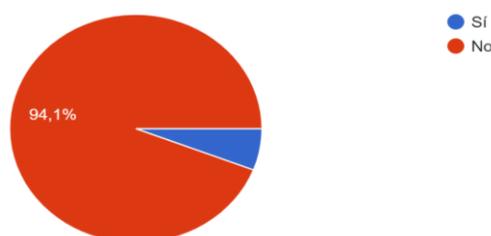
Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Respecto a la variable de salud se realizaron 2 preguntas que responden a sí contaban con su respectiva afiliación y en dado caso que sea afirmativo preguntar en qué entidad están vinculados y cual es esta entidad, por tanto los resultados arrojan que el 100% de los encuestados cuentan con una entidad que responde a todas las necesidades individuales relacionadas con el bienestar físico y emocional; en segundo lugar se puede establecer que el 88,2% reciben este servicio por parte de una EPS, entre las mencionadas se encuentran 5

personas que pertenecen a Capital Salud, 1 persona afiliada a Compensar, 4 personas vinculadas a Famisanar, 1 persona afiliada a Medimás, 2 personas afiliadas a Nueva EPS, 1 persona en Sura, 1 persona en Sanitas y 1 persona en Salud Total; y el 11,8% restante accede a este servicio por medio del SISBEN, por ende se puede deducir que los participantes no presentan dificultades al momento de requerir algún servicio en el momento que presenten alguna complicación física o mental.

Figura 12. Condiciones de salud

2.5 ¿Presenta alguna condición que le impida desarrollar actividades de la vida cotidiana?
17 respuestas

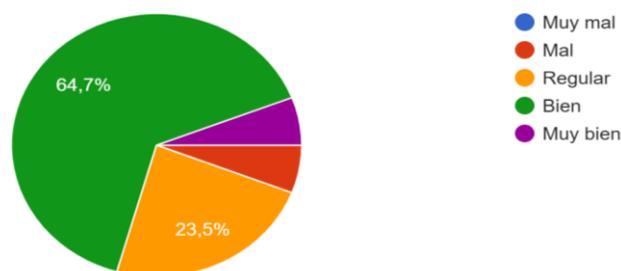


Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Para responder a la variable salud, está definida según la OMS (1948) "como un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades", conforme a esto se plantea una pregunta que tiene como propósito conocer si hay condiciones físicas o mentales que impidan o limiten el desarrollo habitual de actividades cotidianas como lo es la alimentación, necesidades fisiológicas, entre otras, los resultados que arroja refieren que el 94,1% de los encuestados considera que no presenta ninguna condición limitante y el 5,9% que corresponde a 1 persona presenta condiciones de salud que le impiden desarrollar actividades habituales de una forma adecuada pero no depende de alguna otra persona para realizarlas.

Figura 13. Estado físico y emocional

2.6 ¿Cómo califica su estado físico y emocional en la actualidad?
17 respuestas



Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Según Dorado Oscar (2022) “La mente y el cuerpo son inseparables. De hecho, es bien sabido que la enfermedad a menudo va acompañada de sentimientos de tristeza, frustración, ansiedad o depresión. Lo que se reconoce menos es que tales emociones también pueden afectar a la salud, lo que demuestra la manera en la cual están ligados el bienestar físico y el emocional” (Párr., 2)

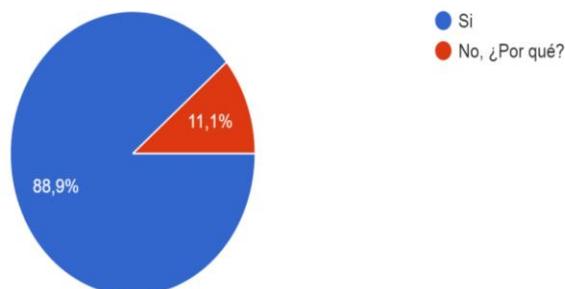
En concordancia con lo anterior es importante conocer en qué estado físico y mental se encuentran las personas que van a ser parte del proceso. Respecto a los resultados obtenidos el 64,7% que corresponde a 11 encuestados, consideran que frente a estos dos aspectos se encuentran Bien, el 5,9% que corresponde a 1 persona se siente Muy bien, el 23,5% considera que su estado es regular y una persona que corresponde al 5,9% restante considera que es Mala, de acuerdo con esto se puede inferir que la mayoría de los encuestados no presentan un índice alto de vulnerabilidad física y mental.

Seguridad

Figura 14. Seguridad

3.1 ¿Considera que su vecindario es un lugar seguro y adecuado para el bienestar tanto de los jóvenes como de las personas mayores?

18 respuestas



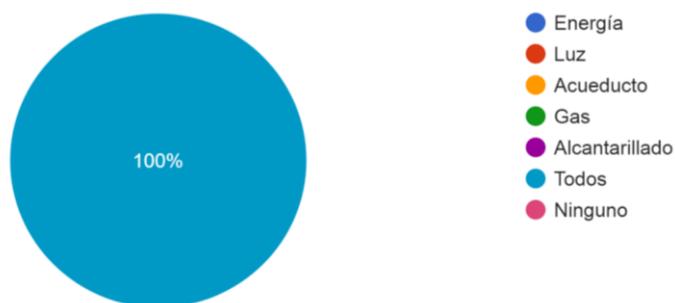
Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

En el presente proceso de intervención con adulto mayor y jóvenes se retoma el determinante social correspondiente al envejecimiento activo, es por tanto que resulta necesario conocer la percepción que tienen las personas respecto su vecindario, la pregunta está orientada a conocer si las personas ven su vecindario como un lugar seguro y tranquilo, pero se puede evidenciar en la gráfica que el 41,2% de la población encuestada expresa que su vecindario no es un lugar seguro, los motivos para sustentar esta respuesta es que el barrio es muy peligroso, hay mucha delincuencia e inseguridad; sin embargo, el 58.8% de las personas consideran a su barrio como un lugar seguro y adecuado el cual les propicia bienestar.

Figura 15. Servicios

3.2 ¿En su vivienda tiene acceso a los siguientes servicios?

18 respuestas



Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

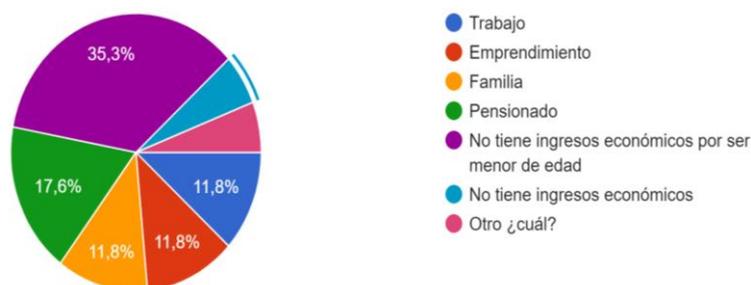
En esta variable se inicia preguntando sobre los servicios públicos estos definidos según Westreicher (s.f) como “aquellos que son brindados por el Estado, ya sea directamente o bajo su control y regulación. Así, se busca asegurar el abastecimiento a la población de ciertos productos considerados esenciales”, debido a esto dicha pregunta se hace con el objetivo de identificar y conocer si las personas cuentan con los servicios básicos necesarios en la vivienda donde habitan actualmente, para el fomento de su calidad de vida.

En la Figura se puede evidenciar que, todas las personas respondieron que tienen acceso a los servicios básicos de energía, luz, acueducto, gas y alcantarillado lo cual es una cifra positiva porque permite identificar que los encuestados tienen los recursos para suplir sus necesidades básicas.

Figura 16. Ingresos económicos

4.1 Sus ingresos económicos provienen de

17 respuestas

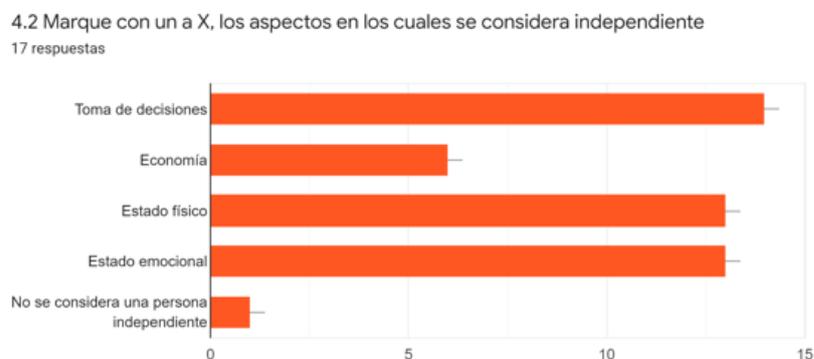


Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Respecto a los ingresos económicos de la población, se evidencia según los datos obtenidos que el 35.3% de la población no tiene ingresos económicos debido a que es menor de edad, por el contrario el 17.6% de la personas obtienen un ingreso económico que corresponde a su pensión, por otro lado, representando cada una 11.8% se tiene a la población

que manifestó estar trabajando, tener un emprendimiento o recibir ingresos económicos por parte de su familia y por último con un porcentaje de 5.9% el cual representa a una sola persona quien manifiesta no tener ingresos económicos de ningún tipo.

Figura 17. independencia

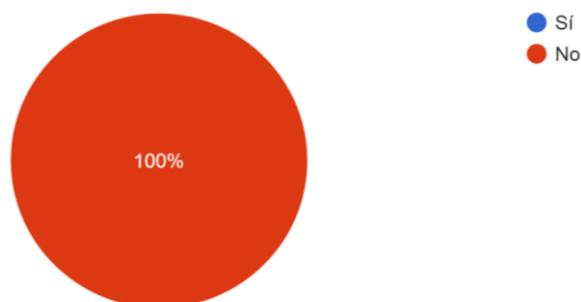


Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Respecto a la independencia, entendiendo esta como la autonomía y no supeditación, se puede evidenciar que el 82.4% de la población afirma tener independencia en la toma de decisiones, el 76.5% expresa tener independencia respecto a su estado físico, con igual porcentaje el 76.5% sustenta tener independencia respecto a su estado emocional, además, el 35.3% sustenta tener independencia económica, mientras que el 5.9% no se considera independiente.

Figura 18. Violencia y abuso

3.5 ¿Ha sido víctima de algún tipo de violencia?
18 respuestas

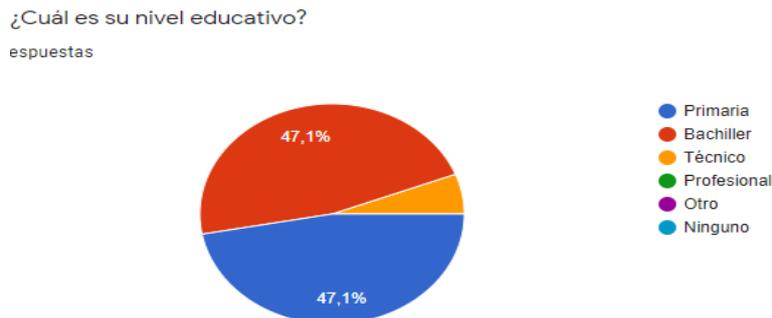


Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

La violencia y el abuso corresponden a uno de los seis determinantes del Envejecimiento activo, según la OMS (2015), el impacto del abuso en el bienestar durante la vida adulta depende de muchos factores, como la severidad de dicho abuso, la edad, la relación con el maltratador, el número de maltratadores, así como la frecuencia y la duración. Sin embargo, se evidencia que, de la población encuestada, el 100% manifiesta no ser víctima de ningún tipo de violencia.

Aprendizaje continuo

Figura 19. Nivel educativo

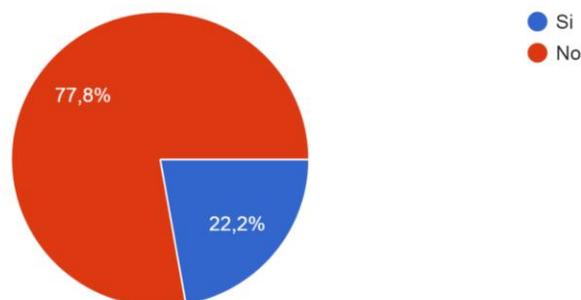


Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

En la variable de Aprendizaje continuo se inicia preguntando sobre el nivel educativo en donde según la Unesco (2011) “está determinado por una serie ordenada de programas educativos agrupados en relación con una gradación de las experiencias de aprendizaje, conocimiento, habilidades y competencias que imparte cada uno de estos programas en el ser humano”. Teniendo en cuenta esto se crea la necesidad de conocer en qué nivel educativo se encuentran los participantes de esta encuesta. En la gráfica 12 se puede evidenciar que el 47,1 % tienen primaria, el 47,1% bachiller, y el 5,9% tienen un técnico, esta pregunta nos permitirá identificar en qué nivel de educación se encuentra la población a intervenir y así mismo poder implementar estrategias educativas que vayan acorde con el nivel de aprendizaje.

Figura 20. Participación en entidades para el Aprendizaje continuo

4.2 ¿Pertenece a algún grupo o entidad que le permita aprender sobre algún tema constantemente?
18 respuestas



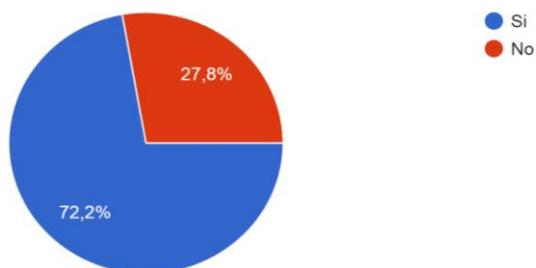
Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Siguiendo con el análisis de los resultados se le pregunta a la población si pertenece a algún grupo o entidad que le permita aprender sobre algún tema constantemente, esta

pregunta se hace con el objetivo de poder identificar si la población está en constante aprendizaje en cualquier temática, que le permita tener una vida activa dentro de la sociedad, dentro de los resultados obtenidos se evidencia que el 77.8% no se encuentran actualmente en ningún programa educativo, y el 22.2% responden que sí se encuentran aprendiendo unos cursos en el Sena, otro responde que se encuentra en la academia interamericana en un curso de belleza, otro participante expresa que está en un curso de literatura virtual y por último en cursos de inglés. Por tal motivo se deduce que los participantes necesitan con urgencia espacios educativos que les permita fomentar el desarrollo de habilidades cognitivas y físicas con el fin de disminuir el sedentarismo, el aislamiento, la soledad y la exclusión social.

Figura 21. Participación para fomentar el aprendizaje continuo

4.3 Si su respuesta anterior fue negativa, ¿Le gustaría pertenecer a algún grupo para fomentar su aprendizaje continuo?
18 respuestas

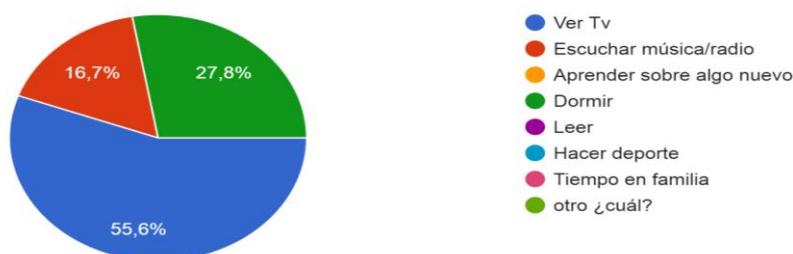


Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

De acuerdo con la pregunta anterior es importante identificar si a la población le gustaría pertenecer algún grupo que les brinde algún tipo de aprendizaje que le aporte a su vida personal, el cual el 72.2 % respondieron de forma afirmativa, y el 27.8 % respondieron que no, esta pregunta nos permite reconocer la disposición y disponibilidad que tienen los participantes al momento de brindarles espacios educativos que permitan la construcción de un aprendizaje continuo.

Figura 22. Tiempo libre

4.4 Marque con una X la actividad que realiza con mayor frecuencia en su tiempo libre
18 respuestas



Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Se puede evidenciar en la gráfica que el 55.6% de los encuestados manifiesta que ocupan la mayor parte de su tiempo libre viendo programas de televisión, un 27.8% manifiesta que su tiempo libre lo ocupa para dormir y por último el 16.7% expresa que en su tiempo libre le gusta escuchar música o radio. Se puede inferir que los jóvenes y adultos mayores no están ocupando su tiempo libre en actividades verdaderamente productivas o que contribuyan al envejecimiento activo.

Participación

Figura 23 y 24 Vinculación en algún programa comunitario y Participación en algún espacio



Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Continuando con este análisis es relevante identificar cual es la participación que tienen las personas encuestadas dentro de la localidad está definida según Burin y otros (1998), como “un proceso social que supone un ejercicio permanente de derechos y responsabilidades, reproduciendo un modelo de sociedad, por lo que una de sus claves es la adecuada combinación de derechos y responsabilidades”. Por ende, se les realizó la pregunta de, si pertenecen algún programa y el 70, 6 % respondió que no y el 29,4 % afirmaron que sí, debido a esto se puede analizar que la participación dentro de esta población es muy baja, por tanto, es importante crear programas que incentiven este derecho fundamental con el fin de crear vínculos, redes sociales de apoyo, fortalecer el envejecimiento activo y así mismo la calidad de vida.

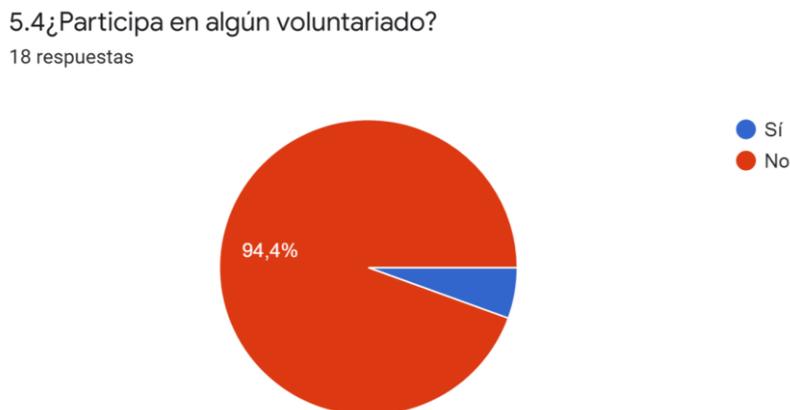
Figura 25 y 26 Conocimiento sobre algún programa de adulto mayor y joven.



Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

El objetivo principal de este proceso es realizar encuentros intergeneracionales que permitan un acercamiento de jóvenes y adultos, con el fin de compartir experiencias y conocimientos mutuos entre las dos generaciones por tal motivo se le pregunta a los participantes si conocen algún programa dirigido tanto a jóvenes como a adultos, el 93,8 % responden que no conocen ningún programa que beneficie a la población de adulto mayor y por otro lado el 88,2% también responden que no conocen programas que trabajen en pro del bienestar hacia el joven, esta pregunta nos permitirá abrir un espacio para el proyecto en donde tanto jóvenes como adultos mayores reconozcan la importancia de trabajar e intervenir en las dos generaciones.

Figura 27. Voluntariado



Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

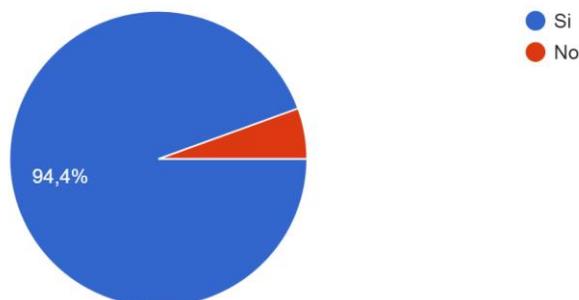
El voluntariado es otro de los seis determinantes sociales del envejecimiento activo, este se entiende según la OMS (2015), como la reciprocidad entre individuos y las acciones de participación social y cívica que contribuyan al bienestar de otros, a la organización y la sociedad. De acuerdo con lo anterior, se evidencia según las respuestas obtenidas que el 94.4% de la población no participa de ningún voluntariado, por tanto, se deben fomentar estos espacios para mejorar la participación ciudadana y fomentar el envejecimiento activo, sano y feliz.

Solidaridad intergeneracional

Figura 28. *Espacios de intercambio y aprendizaje entre generaciones*

6.1¿Considera pertinente participar en espacios de intercambio y aprendizaje entre generaciones?

18 respuestas



Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

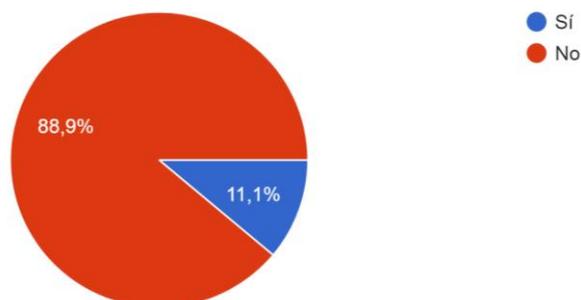
Según Beltrán y Rivas (2013), a través de las relaciones intergeneracionales se generan múltiples beneficios, entre estos, se evita el aislamiento y la soledad, además se incrementan las posibilidades de un envejecimiento activo, productivo y digno.

Se puede apreciar en la gráfica que el 94.4% de las personas considera pertinente participar en espacios intergeneracionales, además, participar en estos espacios trae consigo múltiples beneficios como reducir el aislamiento social, fortalecer el aprendizaje continuo por medio del intercambio de experiencias y alienta el interés para el bienestar a largo plazo de cada generación y de oportunidades para el apoyo entre generaciones.

Figura 29. *participación en encuentros intergeneracionales*

6.1¿Participa activamente en encuentros intergeneracionales?

18 respuestas



Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

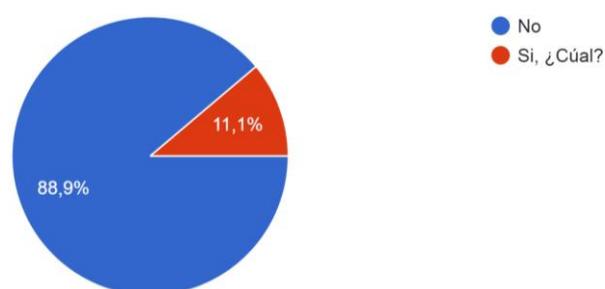
La solidaridad intergeneracional según Rodríguez y Figueroa (2015), expresa relaciones recíprocas entre los adultos mayores y los niños o jóvenes, esta se fundamenta en una idea de colaboración, unión, aprendizaje y asistencia mutua lo que constituye una base para mayores y mejores relaciones sociales, que permitan construir intercambios basados en

las fortalezas de cada una de las etapas. Por consiguiente, crear vínculos intergeneracionales es de vital importancia para el envejecimiento activo, sin embargo, el 88.9% manifiesta que no participa de encuentros intergeneracionales, lo que nos da un balance negativo, pero que a su vez es un reto para nuestra profesión porque desde el Trabajo social podemos incentivar, promocionar, proveer y fortalecer dichas relaciones entre generaciones. Por el contrario, el 11.1% manifiesta que si participa de estos encuentros.

Figura 30. *Programas intergeneracionales*

6.2¿Cree que los programas intergeneracionales de su localidad son efectivos para fortalecer relaciones entre generaciones?

18 respuestas



Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

En relación con la anterior figura, se puede evidenciar que el 88.9% de los participantes no cree efectivos los programas intergeneracionales, es decir no consideran que exista solidaridad intergeneracional, esto está ligado directamente a la poca participación en estos espacios, sin embargo, un 11.1% manifiesta que dichos encuentros en la localidad si son efectivos. Es evidente y alarmante la falta de programas que aporten significativamente a la solidaridad intergeneracional en el comedor comunitario Govarova, por tanto, resulta interesante poder apuntarle a la creación de estos espacios y asimismo incentivar a la comunidad a participar de estos en pro del envejecimiento activo.

1.2.1.1.1 Matriz de descripción del problema

A partir de los resultados obtenidos en el instrumento diagnóstico, es necesario elaborar la matriz de descripción del problema propuesta por Candamil y López (2004), que tiene como objetivo sistematizar los problemas significativos presentes dentro de esta población, en la siguiente tabla se podrá observar la lista de cada situación y el porcentaje que tienen cada uno. (Ver Cuadro 2).

Cuadro 2.

Matriz de descripción del problema.

PROBLEMA (Situación de insatisfacción o indeseada)	DESCRIPCIÓN (Significado)	EVIDENCIA (Datos, cifras o hechos que indiquen la presencia del problema)
Falta de redes de apoyo social necesarias para un envejecimiento activo adecuado. (determinante social - apoyo social).	Se puede evidenciar que la población participante del proceso, no cuentan o no reconocen sus redes sociales de apoyo, (redes primarias, secundarias, institucionales), es decir no cuentan con enlaces de apoyo social requeridos en el proceso de envejecimiento activo.	El 38.8 % de la población encuestada manifiesta que vive solo y que no cuenta con redes primarias; el 28.7% no recibe apoyo emocional, el 44.4% no comparte espacios de recreación con alguna persona o institución y el 94% no pertenece a ninguna institución.
Poca participación de la población en espacios o programas comunitarios, lo que intensifica la vulnerabilidad del determinante aislamiento y soledad, y obstaculiza un adecuado envejecimiento activo. (determinante social - aislamiento y soledad)	Las personas encuestadas no tienen acceso o no conocen los diferentes espacios y programas de la comunidad en los que pueden participar activamente, motivo por el cual la mayoría no ejerce su participación ciudadana.	El 70.6% de la población encuestada manifiesta que no se encuentra vinculado a algún programa, el 93.8% no conoce algún programa para el adulto mayor y el 82% manifiesta no conocer programas para los jóvenes.
Falta de programas, proyectos y/o actividades que fomenten el aprendizaje continuo (determinante social - educación y alfabetización).	La localidad no cuenta con espacios y/o programas los cuales le permitan a la comunidad tener un aprendizaje continuo en pro del envejecimiento activo.	El 77.8 % de las personas no pertenece a algún grupo para el fortalecimiento de su aprendizaje continuo, el 55.6% ocupa la mayor parte de su tiempo libre viendo Tv No se evidencia que las personas pertenezcan o lleven a cabo una actividad que contribuya a su desarrollo personal.

Poca efectividad de programas de solidaridad intergeneracional que propicien el envejecimiento desde los determinantes sociales.	La comunidad manifiesta no pertenecer a encuentros entre generaciones.	El 88.9% no participa en encuentros intergeneracionales.
--	--	--

Nota. Este cuadro corresponde a la descripción de los problemas identificados en el diagnóstico realizado tanto a Adultos Mayores y Jóvenes pertenecientes a Cocina Popular Govarova **Fuente:** Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2) A Partir de la guía de Candamil y López (2004).

1.2.1.2 Análisis de los hechos

En consecuencia, al planteamiento de los problemas identificados, Candamil y López, propone continuar con el análisis en conjunto, es decir, el nivel de dependencia e influencia que poseen entre sí; para ello se planea la matriz de Vester- análisis estructural y grado de causalidad.

1.2.1.2.1 Matriz de Vester- Análisis estructural

La matriz de Vester en la que se ubicaran los problemas tanto en filas como en columnas, esta matriz será un cuadro de doble entrada, lo que se hace es valorar el grado de influencia (causa) o dependencia (consecuencia) que tiene cada problema sobre los demás.

Según Candamil y López (2004) "Si p1 influye o afecta o es causa de P2 y así sucesivamente hasta que todos se hayan confrontado entre sí. Para ello se utilizará una escala valorativa que se designa a través de un valor numérico como se explica a continuación:

Escala valorativa: **0:** no es causa; **1:** causa indirecta; **2:** causa medianamente directa; **3:** causa directa." (Ver Cuadro 3).

Cuadro 3

Matriz de Vester

PROBLEMAS	1	2	3	4	INFLUENCIA
P1: Falta de redes de apoyo social necesarias para un envejecimiento activo adecuado. (determinante social - apoyo social).	0	2	0	0	2

P2: Poca participación de la población en espacios o programas comunitarios, lo que intensifica la vulnerabilidad del determinante aislamiento y soledad, y obstaculiza un adecuado envejecimiento activo. (determinante social -aislamiento y soledad)	1	0	3	2	7
P3: Falta de programas, proyectos y/o actividades que fomenten el aprendizaje continuo (determinante social - educación y alfabetización).	0	3	0	1	4
P4: Poca efectividad de programas de solidaridad intergeneracional que propicien el envejecimiento desde los determinantes sociales.	1	3	3	3	10
De Dependencia	2	8	6	6	23

Nota. Este cuadro contiene la valoración dada a los problemas expuestos en la matriz de descripción de problemas identificados en el diagnóstico. Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado A Partir de la guía de Candamil y López (2004).

Dentro de esta matriz se puede analizar, el nivel de dependencia e influencia que tienen los problemas entre sí, identificados en este proyecto de intervención, a cada problema se le asignó un número del 1 al 4 y se ubicaron de forma vertical y horizontal esto con el fin de poder cumplir con el objetivo de la matriz nombrado anteriormente.

El problema # 1: Referido al apoyo social de las redes de apoyo de los participantes y al relacionarlo con los demás problemas se identifica que no tiene un rango alto de influencia con los demás problemas dentro de la investigación ya que solo se relaciona con el problema número 2 que es la poca participación en los diferentes espacios dentro de la comunidad.

El problema # 2: Cómo se nombró anteriormente es la poca participación de la población en los espacios y programas, al relacionarlo con los demás problemas, se identifica que tienen un alto nivel de influencia lo cual impide el envejecimiento activo adecuado en el adulto mayor y generar relaciones intergeneracionales entre los adultos mayores y jóvenes pertenecientes a la cocina-comedor Govarova.

El problema # 3: Como se evidencia en la matriz Vester, tiene un grado de influencia directamente relacionado con el problema # 2 y el #4 debido a la falta de programas, proyectos y/o actividades que fomenten el aprendizaje continuo y procesos de solidaridad intergeneracional

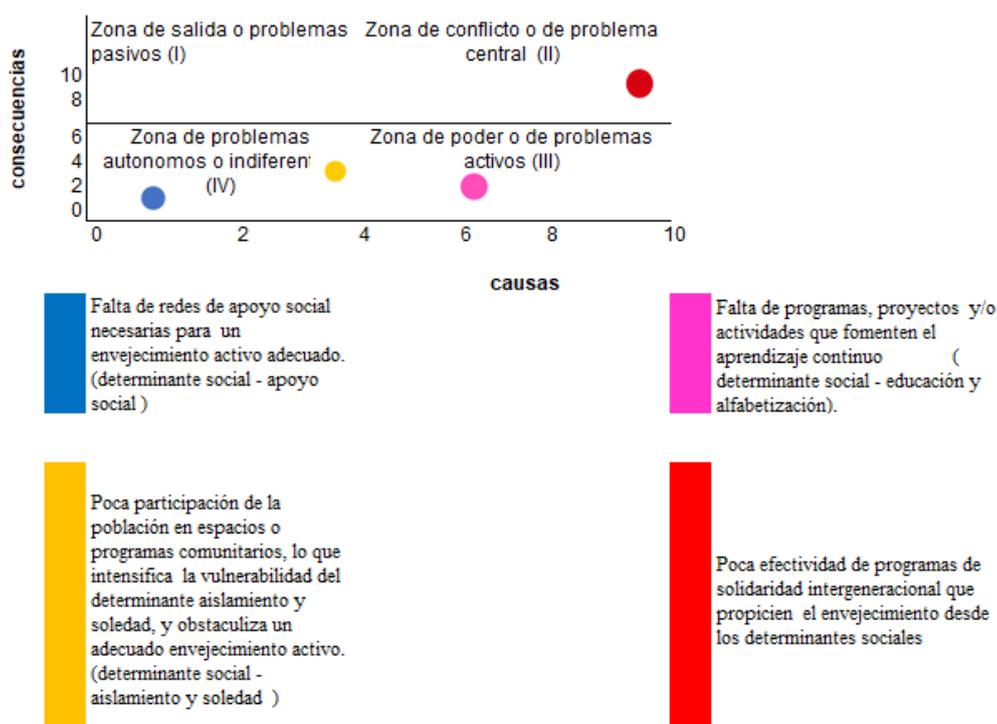
Por último, **el problema # 4** tiene un nivel de influencia en los problemas 1, 2 ,3 ya que transversaliza las demás problemáticas desde los encuentros comunitarios que fortalezcan el aprendizaje y la participación de las dos generaciones.

1.2.1.2.2 Matriz de Vester- Grado de causalidad

Para identificar el grado de causalidad o dependencia entre los problemas identificados se elabora un plano cartesiano en el que se ubican los problemas en cada uno de los cuadrantes denominados Zona de salida o de problema pasivo, Zona de conflicto o de problema central, Zona de problemas autónomos o indiferentes y Zona de poder o de problemas activos; estos problemas se organizan de acuerdo con el resultado obtenido de la matriz de análisis estructural.

Figura 31.

Matriz de Vester- Grado de Causalidad



Nota. El gráfico representa el grado de influencia y dependencia de los problemas graficados en un plano cartesiano.

Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado A Partir de la guía de Candamil y López (2004).

Como se evidencia en la figura anterior de la matriz de Vester planteada por Candamil y López (2004) sobre el grado de causalidad esta es realizada sobre un plano cartesiano en donde se jerarquizan los problemas de acuerdo con su grado de causalidad o dependencia valorados en la matriz de Vester en donde se les asignó una valoración.

Este plano está dividido por 4 zonas en **la primera** se encuentra la zona de salida o problemas pasivos que no requieren de una intervención urgente por ende en esta no se encuentra ubicado ningún problema.

La segunda, es la zona de conflicto o de problema central, que son los que requieren mayor atención dentro del proceso, dentro de esta zona se encuentran la poca efectividad de programas de solidaridad intergeneracional que propicien el envejecimiento desde los determinantes sociales.

En la tercera, se ubica la zona de poder o de problemas activos, que son los que sí tienen un grado de dependencia con los diferentes problemas ilustrados en la matriz, en esta se encuentra Falta de programas, proyectos y/o actividades que fomenten el aprendizaje continuo (determinante social - educación y alfabetización).

Por último, **en la cuarta** se encuentra la zona de problemas autónomos o indiferentes , que son los que no tienen mayor dependencia con los demás problemas, allí se encuentra la falta de redes de apoyo social necesarias para un envejecimiento activo adecuado (determinante social - apoyo social) y Poca participación de la población en espacios o programas comunitarios, lo que intensifica la vulnerabilidad del determinante aislamiento y soledad, y obstaculiza un adecuado envejecimiento activo. (determinante social - aislamiento y soledad)

Este análisis permitirá tener una guía clave para el proceso que se desea realizar a los participantes del comedor comunitario Govarova ya que permitió identificar cual es el problema que necesita mayor atención.

1.3 TERCER NIVEL DE ANÁLISIS

1.3.1 Focalización del problema

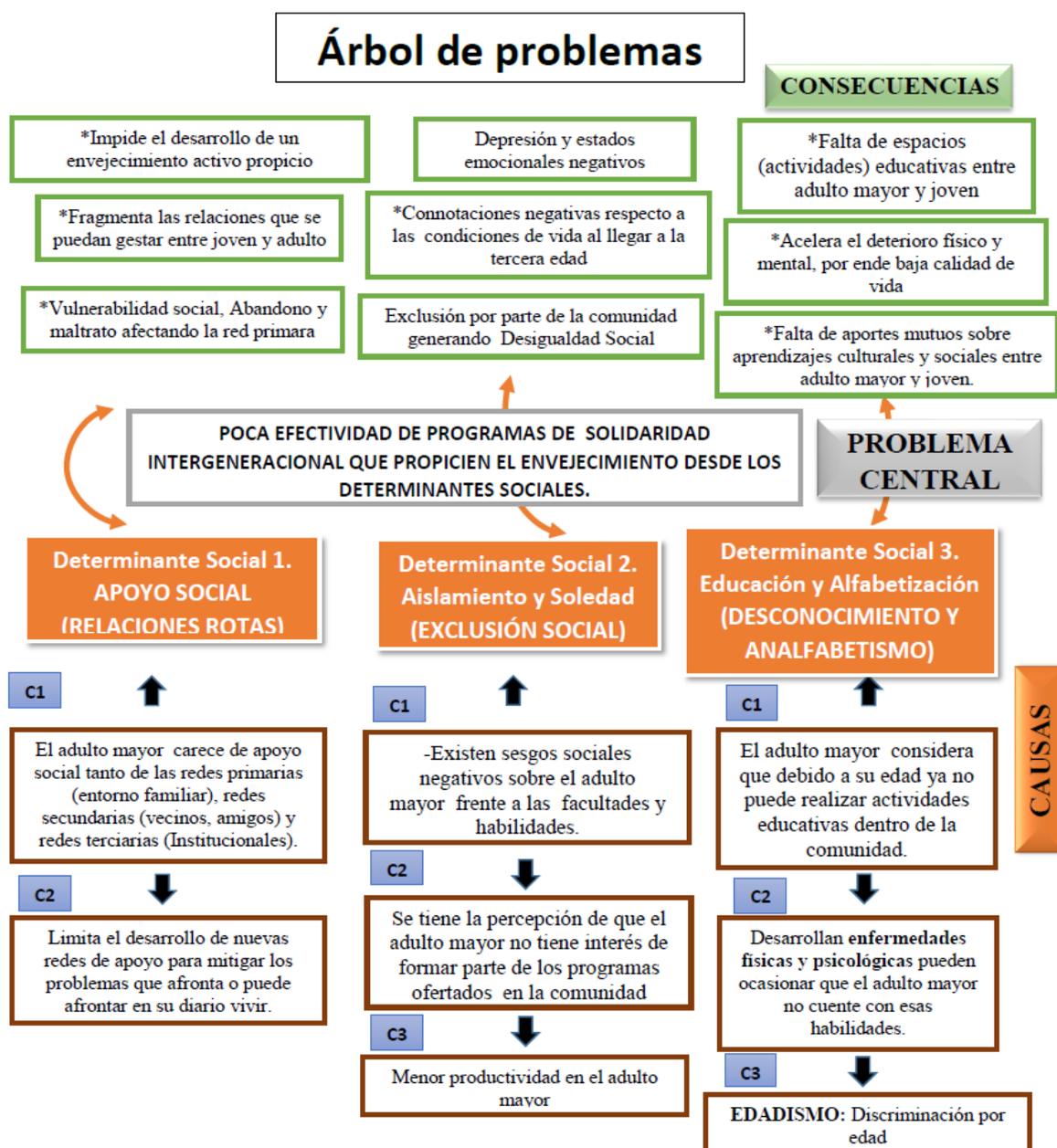
En el documento expuesto por Candamil y López (2004) en el tercer nivel de análisis indica que a través de la focalización se facilita plantear el problema ya que es el medio que permite identificar la interrelación de los hechos problematizantes planteados en la matriz de Vester.

1.3.1.1 Flujograma del árbol de problemas

La herramienta base para focalizar estos problemas es el “Árbol de problemas”, a través del cual se plantean en primera medida el problema central que en este caso de intervención se refiere a la falta de programas y/ o actividades que fomenten el aprendizaje continuo, consiguiente a esto se procede a identificar las causas o medios y por último las consecuencias o fines.

Figura 32.

Árbol de Problemas.



Nota. Este cuadro representa el problema central y poder establecer sus causas y consecuencias. [ARBOL DE PROBLEMAS](#)

Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado A Partir de la guía de Candamil y López (2004)

Como resultado de esta matriz, se identifica el problema central *“Poca efectividad de programas de solidaridad intergeneracional que propicien el envejecimiento desde los determinantes sociales.”*, a raíz de ello se logran desentrañar las causas que se desprenden del mismo, partiendo de los determinantes sociales (Apoyo social, aislamiento y soledad y educación y alfabetización) para lograr establecer cómo actuar en mitigación de la problemática.

1.4 CUARTO NIVEL DE ANÁLISIS

1.4.1 Análisis de participación

Dentro de la Cocina Comedor Comunitario del barrio Govarova la comunidad que se encuentra vinculada son adultos mayores entre los 60 y los 85 años y jóvenes entre los 12 y 24 años, entre los principales rasgos característicos se encuentra que son personas que proceden de diferentes partes del país, entre ellos está Arbolete Antioquia, Santa Isabel Tolima, Viotá Cundinamarca, Chuguani, Bogotá y La belleza Santander, por otro lado se evidencia que el 72,2% de la población son de sexo femenino y el 27.8% son de sexo masculino, en cuanto a su ocupación, se identifica que el 44.4% en su mayoría adultos mayores se dedican al hogar, mientras que el 22.2% en su mayoría jóvenes se dedica a estudiar y el 22.2% no realiza ninguna actividad laboral. La población reside en la localidad Rafael Uribe Uribe en diferentes barrios, entre los cuales están: Govarova, Marruecos, Mirador, Molinos 1, Molinos Rincón y el barrio La Alta.

1.4.1.1 El problema y sus actores

En este apartado se pretende caracterizar a la población específica con la que se va a trabajar, es decir, los adultos mayores y los jóvenes que forman parte del comedor comunitario desde características específicas como lo son: quienes son, cuantos son, a que se dedican y expectativas. (Ver Cuadro 4).

Cuadro 4.*Actores del proceso*

Actores	Cantidad de hombres/ cantidad de mujeres	Edad	Ocupación	Ingresos	Expectativas
Adulto mayor	Hombres:5 Mujeres:12	60 a 85 años	Hogar	La mayoría depende de sus familiares y de los diferentes bonos y/o programas que ofrece el distrito para el adulto mayor.	Son los actores principales del proceso, tendrán el compromiso de asistir a todas las sesiones propuestas por el equipo de trabajo social, y participar activamente en las mismas.
Jóvenes	Hombres:3 Mujeres:4	12 a 24 años	Estudio y Desempleado	Estudio: No tienen ingresos Empleo: No tienen empleo	Por medio de los encuentros intergeneracionales estos actores tendrán el compromiso de realizar las diferentes actividades que el equipo de trabajo social propone para generar espacios con el adulto mayor.
-Lorena Carabalí - Levis Páez	Hombre:1 Mujeres:1	40 a 45 años	-Empleo	-(Lorena) Coordinadora comedor comunitario -(Levis) Presidente de la junta de acción comunal	Darán la autorización de realizar el proceso de intervención con la población y aparte prestarán las instalaciones del salón comunal para desarrollar los encuentros

-Laura Moreno	Mujeres: 3	21 a	-Estudio	Trabajadoras	Tendrán el compromiso de realizar todas las actividades y compromisos con la población esto con el fin de dar cumplimiento a los objetivos planteados en el proyecto
-Yeimi Moreno		22	Universita	sociales en	
-Cáterin Hurtado		año	rio	formación	

Nota. Este cuadro corresponde a la descripción de los actores que participan dentro del proceso de intervención Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2)

1.4.1.2 Antecedentes del problema

A nivel internacional, desde la propuesta del Banco Interamericano de desarrollo (2018), menciona que:

La población de América Latina y el Caribe (ALC) está envejeciendo a un ritmo acelerado. Según estimaciones de las Naciones Unidas, se proyecta que la población mayor de 60 años en la región pase de un nivel actual del 11% al 25% en un lapso de 35 años, casi la mitad de tiempo de lo que tardó Europa en recorrer el mismo camino (Naciones Unidas 2017). Asimismo, se proyecta que el ritmo al cual la región está envejeciendo se acelere aún más a partir del 2030, a medida que las sociedades se envejecen, aumenta la proporción de personas con dificultades para el desarrollo normal de sus actividades diarias y que necesitan de la ayuda y el cuidado de los demás para la realización de estas. (BID, 2018).

Por tanto, estos fenómenos requieren la atención de quienes elaboran las acciones desde el ámbito de las Políticas de salud y protección social, de acuerdo con estas cifras, Caruso, Galiani e Ibararán (2017) advierten que los países de la región deben prepararse para afrontar las presiones que vendrán en el menor tiempo posible para disminuir las condiciones de vulnerabilidad y exclusión social de los adultos mayores.

Por último, el BID ofrece un panorama sobre el envejecimiento, en el que refiere que:

El aumento en la esperanza de vida (tanto absoluta como condicionada al llegar a la vejez), trae como consecuencia no sólo un aumento de la proporción de la población adulta mayor en el total, sino también una prolongación de la vejez, que se refleja en un aumento del peso de los más viejos dentro de los viejos. (BID, (s.f).

Esta proyección, permite vislumbrar el alcance que merece la prestación de servicios de atención orientados a la dependencia de los adultos mayores para disminuir la problemática de la exclusión social en la vejez y cerrar cada vez más las brechas existentes.

A nivel Nacional se retoma el estudio Según el estudio diagnóstico de los adultos mayores en Colombia realizado por Arango (2009):

El 63.12% de la población adulta mayor se concentra en Bogotá, Antioquia, Valle del Cauca, Cundinamarca, Santander, Atlántico, Bolívar y Tolima. Concentrándose los mayores porcentajes en las ciudades de Bogotá, Medellín, Cali y Barranquilla. Lo anterior se corrobora con el estrechamiento progresivo de la pirámide poblacional, con ampliación simultánea en la punta, debido a la disminución de la población joven y al incremento de los adultos mayores: Se espera que para el 2050 el total de la población sea cercano a los 72 millones y con más del 20% por encima de 60, lo cual se traducirá en una estructura poblacional de forma rectangular.

En Colombia la cultura está condicionada por la producción y la competencia. El adulto mayor ha perdido poderes y derechos que lo han marginado de la sociedad creando una serie de estereotipos negativos, de enfermedad, incapacidad de producción y de asumir tareas y ejercer funciones.

A nivel local, de acuerdo con investigaciones realizadas se identifica que dentro de la localidad Rafael Uribe Uribe no se conocen programas que trabajen en pro del bienestar social del adulto mayor y jóvenes, además tampoco hay procesos que incentiven el envejecimiento activo, y los niveles de participación comunitaria son negativos. De igual forma no hay espacios que permitan generar relaciones intergeneracionales con jóvenes; por ende, se desarrollan problemáticas de exclusión social por la brecha generacional, aislamiento y rechazo sociales desde el imaginario de la vejez en la sociedad, obteniendo como resultado la agudización de la desigualdad social, aumentando la vulnerabilidad, depresión, estados emocionales negativos, impedimento de una vejez digna, sana y feliz.

1.4.1.3 Respuesta Institucional

En el Salón Comunal del barrio Govarova se evidencia que los programas que se han desarrollado radican en procesos netamente asistencialistas, tales como ayudas humanitarias como mercados, alimentación por medio del comedor comunitario, procesos de recreación y deporte y un jardín infantil, por tanto dentro de la institución no se han realizado procesos dirigidos a mitigar las problemáticas nombradas anteriormente, ni tampoco espacios que incentiven encuentros intergeneracionales entre adulto mayor y joven.

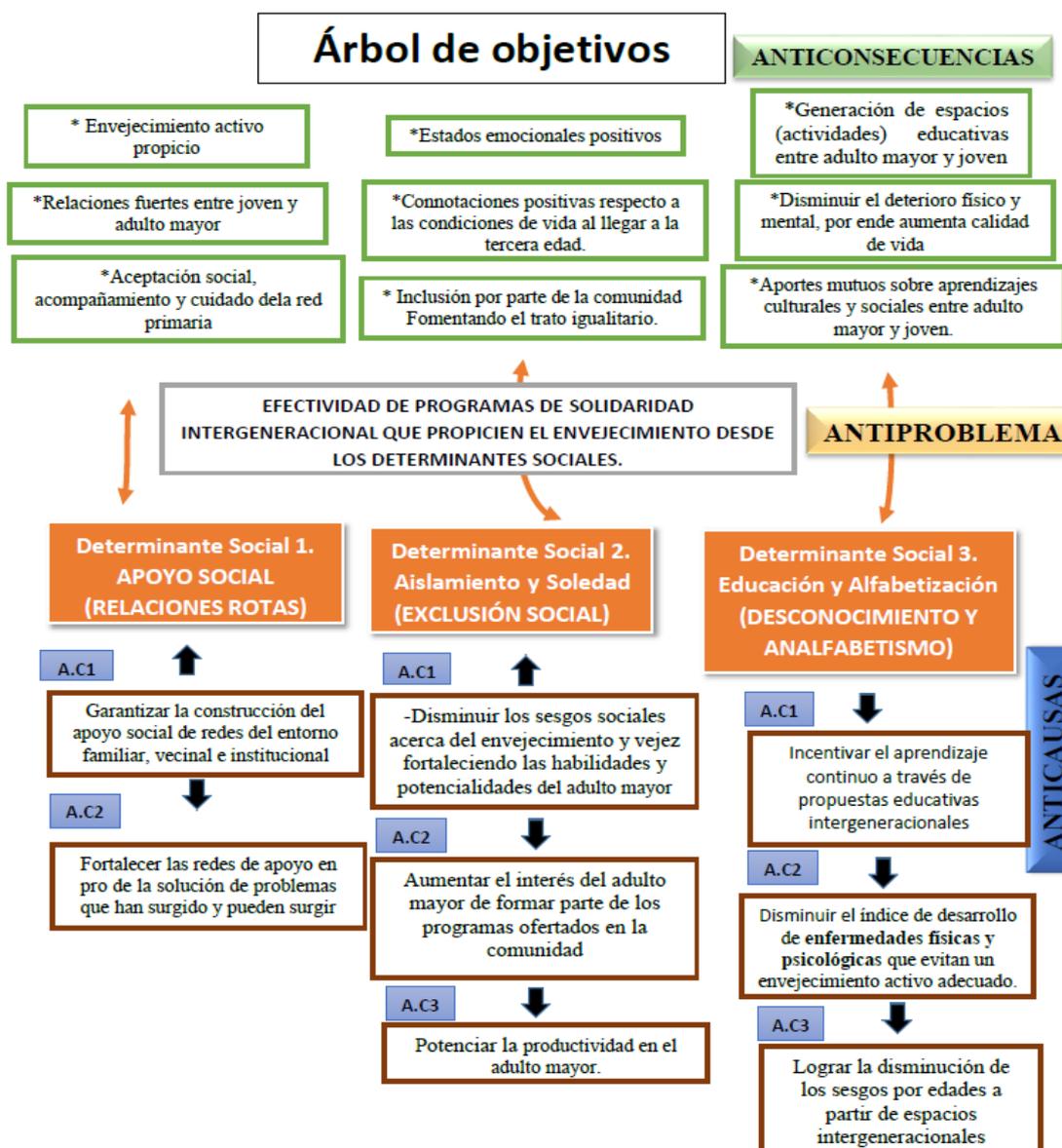
1.4.2 Construcción de la imagen del objetivo

En consecuencia, a la elaboración del árbol de problemas según Candamil y López (2004) se plantea el diseño del árbol de objetivos como respuesta a las alternativas deseadas por medio de la ejecución de este proceso de intervención, el cual consiste en volver positivas las situaciones que se encontraron como negativas lo cual permite la elaboración de este.

1.4.2.1 Imagen objetivo situación deseada (árbol de problemas)

Figura 33.

Árbol de Objetivos



Nota. Este cuadro representa el problema central de forma positiva para establecer sus anti-causas y anti-consecuencias. [ARBOL DE OBJETIVOS](#) Fuente: Elaboración grupo Proyecto de grado A Partir de la guía de Candamil y López (2004).

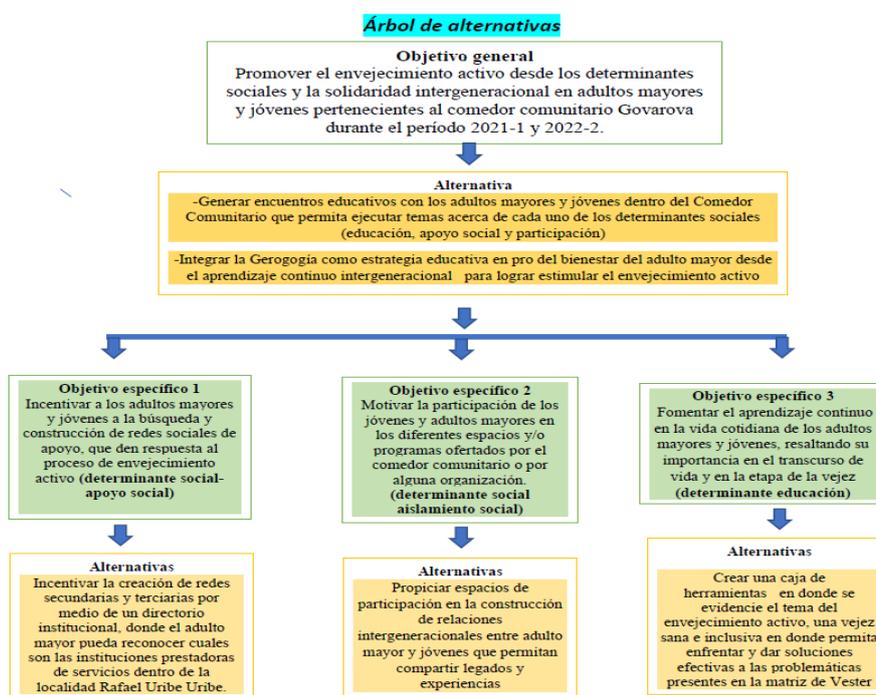
De acuerdo con el problema central identificado en el árbol de problemas, se plantea el esquema del árbol de objetivos con el propósito de que los problemas sean vistos de forma positiva y así obtener un panorama amplio de las posibles respuestas al problema central y las causas que se desprenden del mismo. Se retoman las anti-causas para la formulación de las alternativas que orientaran la planeación de las sesiones.

1.4.2.2 Planteamiento de alternativas

Según Candamil y López (2004) Las alternativas son las diferentes formas de solucionar un problema, satisfacer una necesidad, o desarrollar una potencialidad. Es el camino a través del cual una situación inicial se transforma en una situación deseada de mejoramiento. La alternativa será la estrategia o el medio a través del cual se puede resolver el problema. Una vez identificada la alternativa se inicia la formulación del proyecto que consiste en darle un diseño metodológico a la alternativa seleccionada.

Figura 34.

Árbol de alternativas



Nota. Este cuadro representa los objetivos del proyecto y cada una de las alternativas propuestas [Árbol de alternativas 2.pdf](#) Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado A Partir de la guía de Candamil y López (2004).

El planteamiento de estas alternativas permite orientar la perspectiva desde la cual se desarrolla la planeación del proyecto, teniendo la claridad de que den respuesta a cada uno de

los objetivos propuestos desde los determinantes sociales en fortalecimiento del envejecimiento activo transversalizado por la solidaridad intergeneracional.

Prognosis

La ejecución de este proyecto de intervención tiene gran importancia, puesto que tomando como punto de partida los resultados del diagnóstico realizado, se logran identificar las problemáticas que desde un tiempo atrás han venido presentando los adultos mayores y los jóvenes (falta de redes de apoyo, poca participación de la población en espacios o programas comunitarios, falta de programas, proyectos y/o actividades que fomenten el aprendizaje continuo y el problema central identificado como la Poca efectividad de programas de solidaridad intergeneracional que propicien el envejecimiento desde los determinantes sociales; a su vez el aumento poblacional del adulto mayor y la prolongación de vida que se está presentando en el país se convierten en situaciones que requieren respuesta desde la disciplina de Trabajo Social. Por tanto, a través de un plan de acción dirigido a la población de adulto mayor y joven perteneciente al Comedor Comunitario Govarova, con el fin de incidir en la mejora de su calidad de vida desde la construcción de un envejecimiento activo, desde el fortalecimiento de esas relaciones intergeneracionales que se gesten desde las experiencias propias de cada generación; de acuerdo con lo anterior, no llevar a cabo el presente proyecto puede desencadenar como consecuencia que las problemáticas nombradas anteriormente se continúen presentando y vayan en aumento, dificultando la posibilidad de lograr construir procesos con los adultos mayores y jóvenes perteneciente al comedor comunitario Govarova, además que no llevar a cabo el proyecto promoción del envejecimiento activo puede tener afectaciones en la etapa de la vejez debido a que las personas no sabrán cómo tener un envejecimiento activo, sano y digno.

1.4.2.2.1 Evaluación EX-ANTE

Según Candamil y López (2004) esta evaluación se realiza antes de entrar en operación el proyecto, es decir antes de ejecutar recursos, la finalidad de este proceso es conocer qué tan factible es la ejecución del proyecto como se nombró anteriormente para esto se analizan algunas oportunidades como lo son: (Ver Cuadro 5).

Cuadro 5.*Oportunidades y Riesgos Identificados.*

Oportunidades	Riesgos
<p>Oportunidad política</p> <p>El proyecto se realizará en el Comedor comunitario Cocina popular Govarova , que está respaldado por el presidente de la Junta de acción comunal el señor Levis Páez y su equipo de trabajo, se muestra el interés de trabajar en pro del bienestar de la comunidad por medio de diferentes programas que promuevan el envejecimiento activo y la disminución de riesgos sociales de la población , por ende el desarrollo de este proyecto de intervención irá encaminado a trabajar en pro del objetivo nombrado anteriormente en dos de las poblaciones pertenecientes a este comedor (adulto mayor y joven(logrando establecer relaciones intergeneracionales en los diferentes espacios sociales.</p>	<p>Riesgos políticos</p> <p>Se puede presentar que los objetivos del equipo de trabajo del salón comunal se distancian del objetivo principal del proyecto de intervención propuesto por las trabajadoras sociales en formación.</p>
<p>Oportunidad de mercado:</p> <p>Para la ejecución del proyecto se evidencia una alta demanda de población de adultos mayores y jóvenes, por ende, se podrá realizar la ejecución de las actividades programadas.</p>	<p>Riesgos de mercado</p> <p>Es relevante tener en cuenta que la población a intervenir desista de formar parte del proyecto por motivación, esto impediría el cumplimiento del objetivo inicial de este proyecto.</p>

Oportunidad institucional

A través de un encuentro con el presidente y la coordinadora del Comedor Comunitario, en el que se buscó garantizar la ejecución del proyecto con la población, se logra concretar la aceptación de la institución debido a que el objetivo del proyecto tenía relación con la misión de la junta de acción comunal Govarova que tiene como finalidad *“Trabajar en pro del bienestar de la comunidad por medio de diferentes programas de inclusión social, ambiental y productiva, promoción en estilos de vida saludable y vigilancia del estado nutricional”* ofertados a los habitantes de la localidad, por ende se concretó a través de una carta que avaló la sostenibilidad del proyecto a ejecutar por parte de las Trabajadoras Sociales en formación pertenecientes a la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca.

Riesgo institucional

La ejecución de este proyecto tendrá el riesgo de que el presidente y la coordinadora del Comedor Comunitario, tomen la decisión de interrumpir el proceso debido al cambio de objetivos misionales con las poblaciones a intervenir.

Oportunidad financiera

Apoyo de recursos por parte de la institución asegurando el espacio para la realización de los encuentros programados con la comunidad y respecto a los recursos requeridos para el desarrollo de las sesiones serán suplidos por parte de las estudiantes de trabajo social.

Riesgo financiero:

-Se pueda presentar que las estudiantes no tengan los suficientes recursos para realizar las sesiones programadas con la población ocasionando la finalización del proyecto de intervención
-Se puede presentar como riesgo que la institución no puedan prestar el recurso físico (salón comunal) y esto impedirá el desarrollo de los encuentros programados

Oportunidad ambiental

El proceso que se realizará con adulto mayor y joven no causará ningún deterioro en el entorno natural que provoque desastres ambientales, ni problemas de contaminación en la alimentación que ofrece el comedor comunitario Govarova a los beneficiados de este programa, debido a que la ejecución de este proyecto se desarrollará en un espacio diferente.

Riesgo ambiental

Se puede presentar la propagación de virus como lo es el COVID 19, debido a la integración de la comunidad en un espacio cerrado.

Oportunidad tecnológica

Por medio de los recursos tecnológicos se puede dar cumplimiento con las actividades recreativas planteadas en cada una de las sesiones

Riesgo tecnológico

Puede limitar el desarrollo de las sesiones en los momentos que se requiera el uso de herramientas tecnológicas.

Oportunidad Social

Generar espacios de participación entre adultos mayores y jóvenes a través de la solidaridad intergeneracional

Riesgo Social

Falta de interés de la comunidad en participar en procesos intergeneracionales.

Nota. Este cuadro representa la evaluación Ex- ante en donde se puede identificar las oportunidades y los riesgos presentes antes de realizar la ejecución de este proceso
Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado A Partir de la guía de Candamil y López (2004).

De acuerdo con esta matriz de oportunidades y riesgos se logra identificar las posibilidades dentro de las cuales se puede planear la intervención, es decir con las herramientas que puede brindar la institución y como desde la intervención evitar el desarrollo de los riesgos desde estos criterios.

Capítulo II**2. Diseño Estructural Del Proyecto****2.1 Denominación**

Promoción del envejecimiento activo desde los determinantes sociales y la solidaridad intergeneracional en el comedor comunitario Govarova.

2.2 Planteamiento y descripción del problema

El presente apartado corresponde al planteamiento y descripción del problema, para lo cual se tiene como insumo el análisis realizado en el diagnóstico. El planteamiento consta de tres momentos según lo planteado por Candamil y López (2004)

2.2.1 Antecedentes

Arango (s, f), expone que según los aspectos demográficos de la población colombiana a lo largo del tiempo se evidencia un aumento progresivo de la población, especialmente del grupo de los adultos mayores, lo que representa para el país un desafío en cuanto a políticas sociales y recursos. Esta transformación demográfica genera gran impacto en el desarrollo social, político y económico, así como en la calidad de vida, el cumplimiento de los derechos y las dinámicas de los procesos sociales, y de cohesión social, que conlleva. Para poder cumplir con un desafío que corresponda a dichas políticas es necesario.

El 63.12% de la población adulta mayor se concentra en Bogotá, Antioquia, Valle del Cauca, Cundinamarca, Santander, Atlántico, Bolívar y Tolima. Concentrándose los mayores porcentajes en las ciudades de Bogotá, Medellín, Cali y Barranquilla.

En Colombia la cultura está condicionada por la producción y la competencia, el adulto mayor ha perdido poderes y derechos que lo han marginado de la sociedad creando una serie de estereotipos negativos, de enfermedad, incapacidad de producción, de asumir tareas y ejercer funciones. Un estudio realizado a nivel nacional por el DANE, en el 2021, arroja resultados que indican la importancia de implementar medidas de intervención, las cuales radican en:

- 1.El acceso y la permanencia en la educación sigue siendo uno de los desafíos en el país. Las personas adultas mayores suelen alcanzar el nivel educativo básico de primaria y con respecto al total de la población, tienen una mayor prevalencia de analfabetismo
2. Las personas adultas mayores tienen brechas de género en el uso del tiempo similares al total de la población. Además, son cuidadoras de otras personas mayores. Aun así, tienen una menor prevalencia en pobreza de tiempo.
- 3.Es importante avanzar en la inclusión de la población adulta mayor al uso de TICS. Se debe garantizar la autonomía y el desarrollo de las capacidades y potencialidades de las personas adultas mayores en aras de lograr su inclusión social y productiva, sin discriminación, superando los estereotipos de la vejez y fomentando nuevas realidades. (DANE 2021).

En relación con las problemáticas que afronta el adulto mayor, por parte de la institución se ve la necesidad de disminuir el índice de exclusión social que existe en el barrio Govarova, teniendo en cuenta que no se han realizado procesos con el adulto mayor desde esta perspectiva, puesto que no se fomentan los espacios de participación para potenciar un adecuado envejecimiento.

2.2.2. Problema objeto-sujeto de intervención.

De acuerdo con los resultados obtenidos en los acercamientos con la comunidad, los líderes de la comunidad y el instrumento de caracterización, se procede a realizar la matriz de *descripción de problemas y la matriz de Vester*, en la que se identificó que el problema que más influencia y peso tiene en esta problemática es la poca efectividad de programas de solidaridad intergeneracional que propicien el envejecimiento desde los determinantes sociales. , lo anterior en ocasiones es debido a la falta de conocimiento, interés y difícil acceso a los programas; por otro lado uno de los factores que inciden en la falta de participación es que se evidenció que la mayoría de los adultos mayores no tienen redes sociales primarias, o en algunos casos el lazo es muy débil, es decir no cuentan con el apoyo estable de sus familiares, motivo por el cual no tienen seguridad para gozar de una plena participación en comunidad, también se presenta la ausencia de programas o actividades que fomenten el aprendizaje continuo y mejoren el bienestar social de **adultos y jóvenes** pertenecientes a la comunidad, lo que quiere decir que no hay promoción ni fortalecimiento de habilidades y potencialidades que deben tener los adultos mayores en pro del envejecimiento activo para una vejez digna y saludable.

A Partir de la elaboración del Árbol de problemas se tuvo como resultados la presencia de estas problemáticas en donde se evidencian consecuencias negativas dentro de la población como lo son la desigualdad social, limitaciones en el desarrollo del envejecimiento activo y el aprendizaje continuo, fragmentación de las relaciones que se puedan generar entre joven y adulto mayor, connotaciones negativas respecto a las condiciones de vida al llegar a la tercera edad y a su vez la disminución productiva del adulto mayor en la sociedad.

Es así como se hace necesario plantear estrategias que respondan a estas situaciones problema, puesto que de avanzar y no ser atendido podría aumentar la marginación del adulto mayor en la sociedad y a su vez, la vulneración de derechos como el derecho a la participación comunitaria, derecho a la vida y la dignidad en la vejez y el derecho a la igualdad de condiciones.

2.2.3 Objetivos

2.2.3.1 Objetivo General

Promover el envejecimiento activo desde los determinantes sociales y la solidaridad intergeneracional en adultos mayores y jóvenes pertenecientes al comedor comunitario Govarova durante el período 2021-2 y 2022-1.

2.2.3.1.1 Objetivos Específicos

- Incentivar a los adultos mayores y jóvenes a la búsqueda y construcción de redes sociales de apoyo, que den respuesta al proceso de envejecimiento activo.
- Motivar la participación de los jóvenes y adultos mayores en los diferentes espacios y/o programas ofertados por el comedor comunitario o por alguna organización.
- Fomentar el aprendizaje continuo en la vida cotidiana de los adultos mayores y jóvenes, resaltando su importancia en el transcurso de vida y en la etapa de la vejez.

2.2.4 Localización

El lugar en el que tendrá desarrollo el proyecto de intervención será el comedor cocina popular Govarova ubicado en el barrio Govarova de la localidad de Rafael Uribe Uribe.

2.2.5 Población

2.2.5.1 Caracterización de la población a intervenir:

Se refiere a las unidades sociales comprometidas en la gestión del proyecto, tales como grupos, familias, organizaciones, comunidades e instituciones. La descripción de los actores debe dar respuesta a quiénes son (edad, sexo, oficio, ingresos).

Dentro del proceso se encuentra involucrado un grupo de 17 adultos mayores, 12 mujeres y 5 hombres, sus características etarias son de 60 a 85 años, como ocupación actualmente están el hogar y la mayoría depende de sus familiares y de los diferentes bonos y/o programas que ofrece el distrito para el adulto mayor, son los actores principales del proceso, tendrán el compromiso de asistir a todas las sesiones propuestas por el equipo de trabajo social, y participar activamente en las mismas.

Por otro lado se encuentra vinculado un grupo de 7 jóvenes, 4 mujeres y 3 hombres, sus características etarias son de 12 a 24 años, actualmente se encuentran estudiando y otros en desempleo, en cuanto al compromiso que tienen dentro del proceso de intervención es participar en los encuentros intergeneracionales que le permitan socializar habilidades y

experiencias con los adultos mayores.

2.2.5.2 Participantes

La institución responsable de la ejecución del proyecto es el Comedor Comunitario cocina popular Govarova ;en el que se encuentra vinculada la señora Lorena Carabali quien es la coordinadora del comedor comunitario, por tanto es la encargada de establecer comunicación con la población que se va a trabajar y gestionar los espacios físicos para la ejecución de los encuentros establecidos dentro del proyecto; por otro lado se encuentran las 3 trabajadoras sociales en formación encargadas de ejecutar el proceso.

2.2.6 Metas

De acuerdo con el planteamiento del proyecto, se establece el alcance que tendrá cada objetivo de este en tiempo, cantidad y donde. Por tanto, se establecen las siguientes metas (Ver Cuadro 6).

Cuadro 6.

Metas

Situación inicial (sin proyecto)	Objetivos (resultados de la ejecución proyecto)	Resultados cuantificados o productos que se entregarán
Falta de redes de apoyo social necesarias para un envejecimiento activo adecuado. (determinante social - apoyo social) .	Construir redes de apoyo social necesarias para un envejecimiento activo adecuado. (determinante social - apoyo social) .	Aumentar en 50% las redes de apoyo de los adultos mayores y jóvenes participantes del proceso
Poca participación de la población en espacios o programas comunitarios, lo que intensifica la vulnerabilidad del determinante aislamiento y soledad, y obstaculiza un adecuado envejecimiento activo. (determinante social -aislamiento y soledad)	Generar espacios de participación que permita la inclusión del adulto mayor en programas comunitarios	En un 70% se logra la creación de espacios inclusivos para este grupo etario (adulto mayor)

Falta de programas, proyectos y/o actividades que fomenten el aprendizaje continuo (determinante social - educación y alfabetización).	Incentivar el aprendizaje continuo a través de la metodología de la Gerogogía como método educativo	Se implementó en un 60% estrategias educativas que permitieron fortalecer en el adulto mayor y joven el aprendizaje continuo.
Poca efectividad de programas de solidaridad intergeneracional que propicien el envejecimiento desde los determinantes sociales.	Generar espacios de solidaridad intergeneracional que propicien el envejecimiento activo	Se generó en un 50% espacios que permitieron una solidaridad intergeneracional

Nota. Este cuadro describe el alcance cuantificablemente de los objetivos específicos planteados en el proyecto Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

2.2.7 Proceso Metodológico

El siguiente apartado corresponde a la operacionalización del proyecto, que según Candamil y López (2004) consta de tres aspectos fundamentales: Concepción metodológica, definición de las estrategias y proceso metodológico operativo.

2.2.7.1. Concepción metodológica:

De acuerdo a lo anterior, en el presente proyecto se trabajan las estrategias mencionadas, para la promoción del envejecimiento activo desde una perspectiva intergeneracional que permita la construcción de espacios donde los jóvenes y adultos mayores puedan participar en comunidad; a través de la presencia de los jóvenes en los encuentros, no solo se busca sensibilizarlos con respecto a la vejez, sino que se busca fomentar tres de los seis determinantes sociales el envejecimiento activo, (redes de apoyo, aprendizaje continuo e inclusión social) por ende en la presente intervención se retoman las fases propuestas desde la **Gerogogía**, que definida es por Chavarriaga y Franco (2009), como:

El proceso de formación permanente en adultos mayores que apunta al incremento del bienestar y la confianza en sí mismos, con el fin de generar la pérdida de los

estereotipos sociales de los que hemos venido hablando, porque busca la realización personal, mediante el conocimiento del ciclo vital de envejecimiento, a partir de cuatro factores fundamentales: El autoconcepto, la experiencia, la disposición para aprender, la perspectiva y la orientación hacia el aprendizaje”. (p. 27).

La **Gerogogía** propone desarrollar en las comunidades estrategias tendientes a implementar procesos socioeducativos que favorezcan la integración de los adultos mayores a procesos de aprendizaje continuo, a través de espacios diseñados para la creatividad, el sano esparcimiento, la participación ciudadana, y la estimulación mental-social que favorezca el máximo de su capacidad funcional. Según Chavarriaga, A & Franco, G. (2009), Una de las metodologías de la Gerogogía son las capacitaciones que están dadas a través de talleres vivenciales participativos, que tienen como común denominador desarrollar en el adulto el saber ser, saber hacer y saber convivir, mediante las competencias argumentativas, interpretativas y propositivas.

2.2.7.2 Estrategias

Para el diseño de cada una de las sesiones que se implementaran en la población participante se lleva a cabo de acuerdo a las fases propuestas por la Gerogogía, la misma consta de cinco fases como lo propone Bermejo (2014), fase **de presentación**, **fase de ampliación o diferenciación**, **fase de búsqueda de soluciones**, **fase de aplicación de soluciones** y **fase evaluativa** cumplir con estas fases permite fortalecer el diálogo intergeneracional con jóvenes desde la enseñanza y el aprendizaje continuo cuya función son:

- **“Fase de presentación:** Es aquella en donde se debe introducir, motivar, ilustrar, provocar, emplear diversos recursos (lecturas, películas, entrevistas, etc.)” (Bermejo, 2005, p.202)

- **“Fase de ampliación o diferenciación:** En esta fase se irán descubriendo semejanzas y diferencias, el trabajo en grupo y la capacidad del educador para impulsar el debate y análisis grupal son las mejores estrategias pedagógicas, planteando diferentes situaciones o problemas” (Bermejo, 2005, p.202).

- **“Fase de búsqueda de soluciones:** Es donde se comprueba mediante la práctica la simulación de esta, que las fórmulas halladas ayudan a la resolución de conflictos o problemas” (Bermejo, 2005, p.202).

- **“Fase de aplicación de soluciones:** Se aplican las soluciones halladas a situaciones complejas” (Bermejo, 2005, p.202).

- **“Fase evaluativa:** Se realiza un balance entre el deber y el haber y se tratara de

encontrar las causas sí el balance no es positivo” (Bermejo, 2005, p.202).

2.2.7.3 Proceso metodológico

Por otro lado, el proceso metodológico también implica los momentos que serán tenidos en cuenta para la ejecución del proyecto, es decir, las actividades, recursos físicos y humanos y los responsables de las actividades

Figura 35.

Proceso metodológico

Metodología de la Gerogogía - Fases	Fase de presentación	Fase de presentación	Fase de búsqueda de soluciones	Fase de aplicación de soluciones
Objetivo de la fase	Es aquella en donde se debe introducir, motivar, ilustrar, provocar, emplear diversos recursos (lecturas, películas, entrevistas, etc.)” (Bermejo, 2005, p.202)	En esta fase se irán descubriendo semejanzas y diferencias, el trabajo en grupo y la capacidad del educador para impulsar el debate y análisis grupal son las mejores estrategias pedagógicas, planteando diferentes situaciones o problemas” (Bermejo, 2005, p.202).	Es donde se comprueba mediante la práctica la simulación de esta, que las fórmulas halladas ayudan a la resolución de conflictos o problemas” (Bermejo, 2005, p.202).	Se aplican las soluciones halladas a situaciones complejas” (Bermejo, 2005, p.202).

Nota. Esta figura contiene el proceso metodológico del proyecto de grado Fuente. Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2). [proceso metodológico \(1\).xlsx](#)

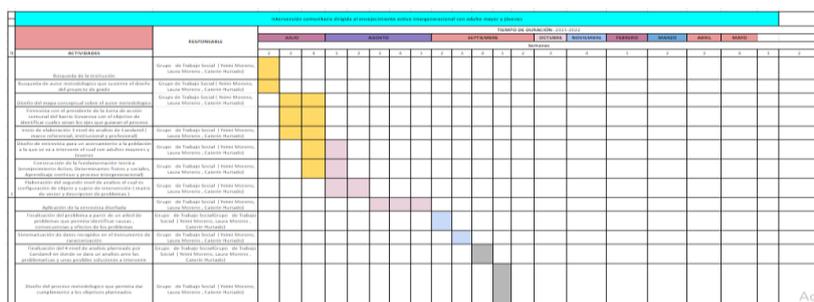
2.2.8 Tiempo

Este apartado permite identificar el tiempo cronológico en el que será desarrollado el proyecto y la duración de cada actividad o módulo que se ha dispuesto.

De acuerdo con lo anterior el proyecto de intervención dentro del comedor comunitario Govarova que se realizará desde el mes de junio del 2021 hasta junio del 2022 en el siguiente enlace está el cronograma con cada una de las actividades que se desarrollaran para culminar con éxito este proceso.

Figura 36.

Cronograma de actividades



Nota. Esta figura contiene el proceso del proyecto de grado establecido por fechas que permiten desarrollar el proceso organizadamente.

Fuente. Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2). [cronograma proyecto de Grado](#)

2.2.9 Presupuesto

Se realiza un presupuesto que corresponde al cálculo anticipado de todas las inversiones, gastos e ingresos que son necesarios para la ejecución del proyecto para poder establecer las fuentes de financiación y el alcance del proyecto

Figura 37.

Presupuesto

PRESUPUESTO PROYECTO INTERGENERACIONAL EN EL COMEDOR COMUNITARIO GOVAROVA				
SESIÓN 1 LEGADOS Y EXPERIENCIAS				
CONCEPTO	CANTIDAD	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL	RESPONSABLES
TRANSPORTE	6 Pasajes	2.660\$	15.900\$	Equipo proyecto de grado
PAPELERIA	1 BLOCK IRIS 15 lápices 3 tijeras 1 caja de colores	1 block iris 5.000\$ 1 lapiz 1.000\$ 1 tijeras 2.000\$ 1 caja de colores 8.000\$	33.000 \$	Equipo del proyecto de grado
ESPACIO FISICO	Salón comunal (2 horas)	15.000 x hora	30.000\$	Institución prestadora del espacio
INTERNET	18 GB x día	2.000\$	6.000\$	Equipo del proyecto de grado
RECURSO TECNOLÓGICO	Baffle para poner música	50.000\$	50.000\$	Equipo del proyecto de grado

Nota. Esta tabla contiene las herramientas y recursos tanto humanos como materiales cuantificables para el proceso de ejecución del proyecto

Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2). [PRESUPUESTO.xlsx](#)

2.10 Seguimiento y evaluación

Para evaluar el proceso del proyecto, se hace necesario hacer un monitoreo de este por medio de un sistema de control en términos para medir la eficacia, eficiencia y efectividad en la etapa de evaluación ex durante y ex post, por ende, se plantean los indicadores que permiten establecer los aspectos a mejorar y poder corregirlos.

2.10.1 Indicadores de Evaluación o monitoreo

Estos indicadores como método de medición facilitan la calificación de los resultados de las acciones del proyecto dentro de una escala de satisfacción ideal, por tanto, en el siguiente cuadro, se plantean los indicadores que durante el proceso de ejecución buscarán dar cumplimiento a las metas establecidas. (Ver Cuadro 7).

Cuadro 7*Indicadores de monitoreo*

OBJETIVOS	METAS	INDICADORES
Obj. Específico 1: Incentivar a los adultos mayores y jóvenes a la búsqueda y construcción de redes sociales de apoyo, que den respuesta al proceso de envejecimiento activo.	Aumentar en un 65% el reconocimiento de las redes sociales de apoyo de los adultos mayores y jóvenes a través de 2 encuentros durante el mes de febrero del 2022.	2 encuentros de reconocimiento de redes sociales de apoyo
	Fomentar en un 70% a partir de 2 encuentros la construcción de las redes sociales de apoyo de los adultos mayores y jóvenes durante el mes de febrero del 2022.	2 encuentros de construcción de redes sociales de apoyo
Obj. Específico 2: Motivar la participación de los jóvenes y adultos mayores en los diferentes espacios y/o programas ofertados por el comedor comunitario o por alguna organización.	Lograr generar en un 70% 2 espacios que permitan la inclusión y participación de los adultos mayores y jóvenes desde la solidaridad intergeneracional durante el mes de marzo del 2022.	2 encuentros de inclusión y participación desde la solidaridad intergeneracional
	Incentivar en un 70% por medio de 1 sesión la participación de los adultos mayores y jóvenes a través de una reflexión desde la autoaceptación en el mes de marzo del 2022.	1 encuentro de reflexión desde la Autoaceptación
Obj. Específico 3: Fomentar el aprendizaje continuo en la vida cotidiana de los adultos mayores y jóvenes, resaltando su importancia en el transcurso de vida y en la etapa de la vejez.	Lograr en un 70% construir por medio de 2 encuentros procesos de aprendizaje continuo en los adultos mayores y jóvenes por medio de las estrategias educativas durante el mes de marzo y abril del 2022.	2 encuentros de aprendizaje continuo con estrategias educativas
	Incentivar en un 70% a través de 2 encuentros en los adultos mayores y jóvenes el fortalecimiento del proyecto de vida y las habilidades sociales durante el mes de abril del 2022	2 encuentros de proyecto de vida y habilidades sociales.

Nota. Esta tabla corresponde al cuadro de indicadores de monitoreo del proyecto para evaluar su ejecución Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2022-1).

2.11 Ejecución o puesta en Marcha

Según Candamil y López (2004), la ejecución debe integrar elementos modernos de la gestión con prácticas y técnicas que permitan desarrollar, con eficiencia y eficacia, las acciones planeadas en la búsqueda de mejoramiento de condiciones de grupos o colectividades sociales. En el siguiente apartado se presenta la puesta en marcha de las acciones que previamente fueron determinadas en la etapa de formulación, se enmarca en el concepto de gestión, lo que implica que se inicia la acción del presente proyecto.

2.11.1 Planeación De La Acción

En el siguiente apartado se encuentra la planeación de la intervención, que definida por Candamil y López (2004), esta tiene sentido en la medida en que asegure que el desarrollo de las actividades apunta al logro del objetivo o, en su defecto, hacer los ajustes pertinentes, esta etapa del ciclo es la que permite el mejoramiento en el sentido de la reprogramación o el direccionamiento del proyecto.

Para llevar a cabo la ejecución de la intervención, se realizaron 3 módulos; el primer módulo consta de cuatro sesiones para dar cumplimiento al primer objetivo específico, estas sesiones se denominan: socialización e importancia de las redes sociales en el envejecimiento activo, desarrollo de redes sociales, construcción de redes desde lo intergeneracional y construcción de la matriz del directorio institucional de redes de apoyo terciarias; el segundo módulo corresponde al segundo objetivo específico y consta de tres sesiones denominadas: relaciones positivas, legados y experiencias y autoaceptación y por último el tercer módulo que consta de 4 sesiones que corresponden a: educación y alfabetización, derechos humanos, habilidades y potencialidades y propósito y sentido de vida.

Por último se genera una sesión que corresponde al cierre y entrega de productos finales dando cumplimiento al proyecto planteado .

2.11.1.1 Módulo 1: Redes sociales de apoyo

El desarrollo del Módulo 1, corresponde al primer objetivo específico del presente proyecto de intervención, el cual es “Incentivar a los adultos mayores y jóvenes a la búsqueda y construcción de redes sociales de apoyo, que den respuesta al proceso de envejecimiento activo”, para dar cumplimiento al objetivo, este módulo consta de 4 sesiones las cuales fueron llevadas a cabo en las 4 semanas de febrero con una duración de 2 horas por cada sesión con la participación de 17 adultos mayores y 5 jóvenes. (Ver Cuadro 8).

2.11.1.1.1 Sesión 1 Socialización e importancia de las redes sociales en el envejecimiento activo.

Cuadro 8.

Módulo 1- Sesión 1.- Socialización e importancia de las redes sociales en el envejecimiento activo.

Módulo 1	
Sesión No. 1: Socialización e importancia de las redes sociales en el envejecimiento activo	
Objetivo	<p>-Resaltar la importancia que tienen las redes sociales de apoyo en el proceso de envejecimiento activo,</p> <p>-Socializar las redes primarias, secundarias e institucionales con las que cuentan los adultos mayores y jóvenes del salón comunal.</p>
<p>Fases desarrolladas a partir de la propuesta de la metodología de la Gerogogía planteada por Lourdes Bermejo</p>	<p>Fase de presentación Tiempo estimado: 15 min Desarrollo: Darles la bienvenida a los participantes de la Cocina comedor Govarova por parte de los estudiantes de Trabajo social y exponerles el objetivo de la sesión y las actividades a desarrollar</p> <p>Actividad rompehielos “Adivina lo que dice tu frente” Tiempo estimado: 15 min Desarrollo: El instructor del juego elige un participante del grupo y le pondrá en la frente un papel sin que él lo lea, la dinámica consiste en que los demás integrantes deberán hacer la mímica sin decir ninguna palabra de lo que dice el papel para que el participante lo adivine, el que tenga más papeles adivinados se ganara un obsequio Materiales: Hojas, lápices, y dulces</p> <p>Fase de ampliación o diferenciación Tiempo: 20 minutos Desarrollo Primer momento: Las Trabajadoras sociales en formación contextualizan a la población sobre qué es y qué comprende el proceso de envejecimiento activo, posteriormente se dará paso a la explicación del determinante social “Apoyo social”. Segundo momento: Se hará énfasis en la importancia que tienen las redes de apoyo sociales para el buen envejecer, para lo anterior se retoma la OMS (2015), donde se expone que las redes de apoyo sociales pueden brindar apoyo emocional, reforzar comportamientos saludables y mejorar el acceso a los servicios. Tercer momento: Se explicará teóricamente las redes sociales de apoyo primarias, secundarias y terciarias/institucionales.</p> <p>Fase de búsqueda de soluciones En esta fase es necesario realizar una mesa redonda, donde los adultos mayores y jóvenes puedan socializar con respecto a las redes primarias, secundarias y</p>

	<p>terciarias que encuentran en su diario vivir, para esto se realizarán algunas preguntas orientadoras., estas son</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Con quién vive? 2. ¿Quien o quienes le brindan apoyo económico? 3. ¿A quién acude usted cuando se le presentan dificultades en la salud? 4. ¿Con quien comparte usted espacios de recreación? 5. ¿Qué espacios comparte con su familia? 6. ¿Pertenece a alguna institución pública o privada? <p>Posteriormente, también se escucharán algunas percepciones de los jóvenes y de los adultos mayores, con respecto a la importancia de construir y tejer redes de apoyo intergeneracionales en el proceso de envejecimiento activo.</p> <p>Fase de aplicación de soluciones Tiempo: 20 minutos Desarrollo En esta fase, se escucharán algunas percepciones de los jóvenes y de los adultos mayores, con respecto a la importancia de construir y tejer redes de apoyo intergeneracionales en el proceso de envejecimiento activo.</p> <p>Las Trabajadoras sociales realizan una pequeña reflexión sobre la importancia de las redes de apoyo sociales en el envejecimiento activo, así mismo, incentivan a construir y tejer redes en el transcurso de la vida.</p> <p>Fase de evaluativa: Tiempo: 20 minutos Desarrollo: Para evaluar si la sesión tuvo un balance positivo o negativo, se realizará una evaluación por medio de un formato con cuatro preguntas: ¿Cómo se sintió con la sesión?, ¿Qué aprendizajes le dejó la sesión?, ¿Considera pertinente el desarrollo del tema ?, ¿Qué fue lo que más le llamó la atención?</p> <p>Conclusión de la fase evaluativa: Por medio de los formatos de evaluación, se puede evidenciar que la sesión tuvo un balance positivo, además los participantes estuvieron prestos a participar y a desarrollar cada una de las actividades.</p> <p>Refrigerio y cierre Tiempo: 10 minutos</p>
Técnicas	Técnica de comunicación, concientización reflexión, aprendizaje y técnica rompehielos
Recursos	Recursos Humanos: Jóvenes y adultos mayores Recursos tecnológicos: ninguno Recursos físicos: Salón comunal Recursos Materiales: Hojas de papel y marcadores
Responsables	<ul style="list-style-type: none"> ● Trabajadoras Sociales en formación.

Tiempo de duración de la sesión	100 minutos
Evidencia	Registro fotográfico por medio del cual se puede verificar la asistencia de los participantes y el desarrollo de la sesión Registro Fotográfico - Sesión 1- Socialización e importancia de las redes sociales de apoyo.pdf
Referencias Bibliográficas	Mónica, C. (2000). Redes sociales en el trabajo social. <i>Buenos Aires Junio, 2.</i>

Fuente: *Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).*

2.11.1.1.2 Sesión 2. Desarrollo de redes sociales de apoyo.

Cuadro 9.

Módulo 1- Sesión 2 Desarrollo de redes sociales

SESIÓN 2: Desarrollo de redes sociales de apoyo.	
Objetivo	Fomentar la solidaridad intergeneracional como una red de apoyo social en el comedor comunitario.
Fases desarrolladas a partir de la propuesta de la metodología de la Gerogogía planteada por Lourdes Bermejo	<p>Fase de presentación Tiempo estimado: 15 min Desarrollo: Darles la bienvenida a los participantes de la Cocina comedor Govarova por parte de los estudiantes de Trabajo social y exponerles el objetivo y orden de la sesión</p> <p>Actividad rompe hielo -Juego de retos Tiempo estimado: 15 min Materiales: bombas, botellas, pimpones, cartelera de árbol Desarrollo: Los participantes de la sesión tendrán que encestar un pin pon en cada botella, y después de realizarlo tendrá que realizar la actividad que está en el papelito el cual será como trabalenguas, adivinanzas, que nos cuenten cualquier experiencia que hayan tenido de la infancia, adolescencia, lugar que le gusto o le gustaría visitar etc.</p> <p>-Se le dará a cada participante de la sesión una bomba el cual tendrá que marcar con el nombre, la actividad consiste en que tienen que bailar al ritmo de la música sin dejar caer la bomba, siguiendo las indicaciones de la persona líder del juego como levantar la bomba con un dedo, con el brazo, con un pie etc.</p> <p>Fase de ampliación o diferenciación</p>

	<p>Tiempo estimado: 20 minutos</p> <p>Desarrollo: Las Trabajadoras sociales en formación explican en qué consiste la solidaridad intergeneracional, desde el enunciado “solidaridad intergeneracional como uno de los pilares para promover el envejecimiento activo”,</p> <p>Momento 2 Se propone la posibilidad de desarrollar redes intergeneracionales con el fin de generar redes de apoyo social que contribuyan al proceso de envejecimiento activo.</p> <p>Fase de búsqueda de soluciones</p> <p>Tiempo: 20 minutos</p> <p>Desarrollo: ¿Considera importante establecer redes de apoyo? ¿Cómo ha construido sus redes de apoyo?</p> <p>Para el desarrollo de esta fase, se entregará un árbol impreso en media hoja, donde cada uno de los participantes deben escribir en la raíz, las redes de apoyo con las que cuenta, en el tallo las redes de apoyo que está intentando entablar y en las hojas las redes de apoyo con las que le gustaría contar.</p> <p>Fase de aplicación de soluciones</p> <p>Tiempo: 20 minutos</p> <p>Desarrollo: En esta fase se realiza una reflexión por parte de las trabajadoras sociales en formación , teniendo en cuenta todas las percepciones respecto a la sesión realizada; posteriormente se hace énfasis en la necesidad de trabajar el desarrollo de las redes de apoyo que definidas por Hobfoll y Stoke (1988), las redes de apoyo social son las “interacciones o relaciones sociales que ofrecen a los individuos, asistencia real o un sentimiento de conexión a una persona o grupo que se percibe como querido o amado”. Según los autores, las redes entonces son los intercambios entre las personas, sean de tipo material, instrumental, emocionales, etc., todos ellos son intercambios que influyen en el grado de satisfacción de las necesidades de las personas. Hobfoll y Stoke (1988) enfatizan en que hay dos tipos de redes: las informales, en donde las interacciones existentes, se dan principalmente por la familia, cónyuge, hijos, hermanos, familiares y amistades, y las formales, en el que las interacciones que se brindan se dan principalmente por grupos, organizaciones, centros sociales, centros de salud, etc.</p> <p>Resulta necesario resaltar que todas las redes de apoyo para jóvenes y adultos son importantes y necesarias ante cualquier situación, sea esta crítica o no.</p>
--	---

	<p>Por otro lado, se da un momento para escuchar las voces y percepciones de los jóvenes y adultos mayores, con respecto al desarrollo de redes de apoyo intergeneracionales en el comedor comunitario y en la vida cotidiana.</p> <p>Fase de evaluativa Tiempo: 20 minutos Desarrollo: Para evaluar si la sesión tuvo un balance positivo o negativo, se realizará una evaluación por medio de un formato con cuatro preguntas: ¿Cómo se sintió con la sesión?, ¿Qué aprendizajes le dejó la sesión?, ¿Considera pertinente el desarrollo del tema ?, ¿Qué fue lo que más le llamó la atención?</p> <p>Conclusión de la fase evaluativa</p> <p>En general, por medio de las respuestas dadas por los participantes, se puede evidenciar que la sesión tuvo un balance positivo, las personas manifestaron sentirse a gusto, mencionaron los aprendizajes y aportes que dejó el tema a su vida cotidiana.</p> <p>Refrigerio y cierre. 10 minutos</p>
Técnicas	Rompehielos, aprendizaje, reflexiva y evaluativa
Recursos	Recursos Humanos: Jóvenes y adultos mayores Recursos tecnológicos: ninguno Recursos físicos: Salón comunal Recursos Materiales: Hojas de papel y marcadores
Responsables	<ul style="list-style-type: none"> ● Trabajadoras Sociales en formación.
Tiempo de duración de la sesión	120 minutos
Evidencia	<p>Dibujo con el árbol de redes donde se ilustran las diferentes redes de apoyo con las que cuenta y con las que le gustaría contar, formato de evaluación de la sesión, Lo anteriormente mencionado se puede apreciar en el siguiente enlace de registro fotográfico por medio del cual se puede verificar la asistencia de los participantes y el desarrollo de la sesión. Fotografías del encuentro.</p> <p>Registro Fotográfico- Sesión 2 - Desarrollo de Redes de Apoyo.pdf</p>

Referencias Bibliográficas	Aranda, C., & Pando, M. (2013). Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social. <i>Revista de investigación en psicología</i> , 16(1), 233-245.
-----------------------------------	---

Fuente: *Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).*

2.11.1.1.3 Sesión 3. Construcción de redes sociales

Cuadro 10

Módulo 1- Sesión 3 Construcción de Redes Sociales.

SESIÓN 3: Construcción de redes sociales desde lo intergeneracional.	
Objetivo	Construir redes sociales terciarias, por medio de enlaces con algunas instituciones de la localidad Rafael Uribe Uribe
Fases desarrolladas a partir de la propuesta de la metodología de la Gerogogía planteada por Lourdes Bermejo	<p>Fase de presentación Tiempo estimado: 15 min Desarrollo: Darles la bienvenida a los participantes de la Cocina comedor Govarova por parte de los estudiantes de Trabajo social y exponerles el objetivo y orden de la sesión. Actividad rompe hielo -Encuentra la palabra Tiempo estimado: 15 min Materiales: Ninguno Desarrollo: Dentro del espacio físico en donde se realizará la actividad los integrantes del grupo tendrán que buscar varias letras que estarán escondidas en diferentes lugares y el objetivo es que tienen que formar la palabra redes el primero que la arme tendrá que salir rápidamente a entregarle la palabra al instructor y ganara la competencia, esta actividad se realiza para que los asistentes formen estrategias como grupo y generen redes entre ellos para poder cumplir con el objetivo que se nombró anteriormente</p> <p>En otro momento se realizará un espacio de aeróbicos en donde todos los asistentes tendrán que participar y mover su cuerpo al ritmo de la música, esto se hará para que los asistentes tengan un momento de esparcimiento y puedan hacer ejercicio durante la jornada</p> <p>Fase de ampliación o diferenciación Tiempo estimado: 20 minutos Desarrollo: Las Trabajadoras sociales en formación darán una breve contextualización sobre la importancia de construir redes sociales terciarias o institucionales para el envejecimiento activo, asimismo, se realizará una charla informativa sobre los servicios ofertados por la fundación IBUR.</p> <p>Fase de búsqueda de soluciones Tiempo: 20 minutos Desarrollo En media hoja, los participantes deberán dar respuesta a las siguientes</p>

	<p>preguntas: ¿Cuáles son las redes terciarias/institucionales con las que cuentan? ¿Cuáles son las redes terciarias/institucionales que está gestionando? ¿Cuáles son las redes terciarias/institucionales que le gustaría tener? Lo anterior con el fin de tener una lista de posibles redes institucionales</p> <p>Posteriormente de socializar las preguntas, se da paso a la señora Marisol, Trabajadora social y representante legal de la fundación IBUR, el objetivo del encuentro es que los participantes conozcan todo el portafolio de servicios y procesos que se llevan a cabo en la fundación. Se gestionó dicho enlace para que los adultos mayores y jóvenes puedan fortalecer sus redes terciarias y puedan participar en los espacios que brinda la fundación.</p> <p>Fase de aplicación de soluciones Tiempo: 20 minutos Desarrollo: En esta fase se recogen todas las percepciones respecto a la sesión realizada y posteriormente se hace énfasis en la necesidad de trabajar el determinante social desde construcción y fomento de redes sociales. Por consiguiente, se retoma el concepto de Redes sociales, las cuales según Chadi (2007) “son los 'lazos' que conectan cada sistema social, son definidas como una estructura social compuestas de un grupo de personas, las cuales están conectadas por una o varios tipos de relaciones, tales como amistad, parentesco e intereses comunes que comparten conocimientos.</p> <p>Existen distintos tipos de red: la red primaria, es el conjunto de miembros de la familia, vecinos, amigos y otras personas, capaces de aportar una ayuda o apoyo tan real como duradero a un individuo de la familia o un grupo social específico. (Chadi, 2007, p. 27).</p> <p>Por otro lado, Chadi (2007), menciona las redes secundarias que son el conjunto de organizaciones e instituciones que en un momento dado deciden y logran realizar una actuación conjunta a través de una estrategia de comunicación y articulación.</p> <p>Y, en tercer lugar, la autora propone las instituciones que generan vínculos y están constituidos para cumplir con objetivos específicos que brinden satisfacción a las necesidades particulares de las personas.</p> <p>Fase de evaluativa Tiempo: 20 minutos Desarrollo: Esta fase se realizará se le dará a cada participante una hojita en la que se pueda evaluar el desarrollo de la sesión con las siguientes preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo se sintió con la sesión? <p><input type="radio"/> Muy Bien <input type="radio"/> Bien <input type="radio"/> Regular <input type="radio"/> Mal</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. ¿Considera pertinente el desarrollo del tema? <p><input type="radio"/> Si</p>
--	--

	<p>() No</p> <p>3. ¿Qué aprendizajes le dejó la sesión?</p> <p>4. ¿Qué fue lo que más le llamó la atención de la sesión?</p> <p>Conclusión de la fase evaluativa</p> <p>La evaluación, permitió hacer un acercamiento a cómo se percibe el tema de las redes sociales de apoyo desde las anteriores sesiones haciendo un engranaje entre todas. por tanto, da como resultado la comprensión y apropiación de las redes en cuanto a terminología y llevado a la práctica desde las experiencias individuales de todos los participantes.</p> <p>10 minutos</p> <p>Refrigerio y cierre.</p>
Técnicas	Rompehielos, aprendizaje, reflexiva y evaluativa
Recursos	<p>Recursos Humanos: Jóvenes y adultos mayores</p> <p>Recursos tecnológicos: ninguno</p> <p>Recursos físicos: Salón comunal</p> <p>Recursos Materiales: Hojas de papel, marcadores</p>
Responsables	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajadoras Sociales en formación.
Tiempo de duración de la sesión	120 min
Evidencia	<p>Reflexiones del adulto mayor y joven sobre la importancia de las redes sociales (de apoyo) en su envejecimiento activo, lista organizada de los integrantes y/o instituciones que conforman las redes sociales de cada adulto mayor, evaluación de la sesión. Lo anteriormente mencionado se puede apreciar en el siguiente enlace de registro fotográfico por medio del cual se puede verificar la asistencia de los participantes y el desarrollo de la sesión. (hace referencia a los indicadores de logro o eficacia propuestos para el primer objetivo específico.) Fotografías Registro Fotográfico-Sesión 3- Construcción de Redes de Apoyo.pdf</p>
Referencias Bibliográficas	Chadi, M. (2000). <i>Redes sociales en el trabajo social</i> . Buenos Aires: Espacio.

Fuente: *Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).*

2.11.1.1.4 Sesión 4. Construcción de directorio institucional

Cuadro 11

Módulo 1- Sesión 4 Construcción de directorio institucional.

SESIÓN 4: Construcción de directorio institucional	
Objetivo	Construir el directorio de las instituciones que brinden apoyo al adulto mayor y a los jóvenes en la localidad Rafael Uribe Uribe
Fases desarrolladas a partir de la propuesta de la metodología de la Gerogogía planteada por Lourdes Bermejo	<p>Fase de presentación Tiempo estimado: 10 min Desarrollo: Darles la bienvenida a los participantes de la Cocina comedor Govarova por parte de los estudiantes de Trabajo social y exponerles el objetivo de la sesión y las actividades a desarrollar Actividad rompe hielo Búsqueda del tesoro Tiempo estimado: 10 minutos Desarrollo: Se les pedirá a los participantes de la sesión que se dividan en parejas, luego de esto el instructor del juego les dirá que dentro del salón hay un tesoro el cual tendrán que buscarlo el primero que lo encuentre lo tendrá que llevar rápidamente al instructor y se ganará un obsequio Materiales: dulces, pelota, saco, cuaderno, cartuchera.</p> <p>Fase de ampliación o diferenciación Tiempo estimado: 0 minutos Desarrollo: Las trabajadoras sociales en formación, por medio de imágenes explicaran a los jóvenes, cómo hacer un directorio institucional; para lo anterior se tiene la siguiente información “El directorio es una guía donde están los datos de diferentes personas como su domicilio, teléfono, etc., sirven para localizar personas, lugares o servicios” → Se encuentran optimizados para las operaciones de lectura y búsqueda de información. → Contienen información almacenada en el directorio definida mediante un esquema que, de las bases de datos, es fácilmente extensible y modificable. → Las entradas que forman el directorio pueden ofrecer datos con mayor o menor amplitud y profundidad, pero debe incluir información suficiente que permita conocer la actividad que desarrolla una persona o entidad → El término se presta a evocar el conjunto de relaciones y vínculos en</p>

	<p>los cuales la persona se encuentra inmersa (Barnes, 1972)</p> <p>Fase de búsqueda de soluciones Tiempo: 20 minutos Desarrollo Se realizará una ruleta, donde cada participante debe responder las siguientes preguntas, que serán fundamentales para la construcción de la matriz. ¿Qué es para usted un directorio? ¿Para qué utilizaría un directorio? ¿Cómo se elabora un directorio?</p> <p>Fase de aplicación de soluciones Tiempo: 20 minutos Desarrollo: Desde la solidaridad intergeneracional, se construirá el directorio institucional, este permitirá que los jóvenes y adultos mayores puedan conocer los diferentes servicios a los que pueden acceder en su localidad, lo anterior con el fin de dejar un soporte con las posibles redes de apoyo terciarias que contribuyan al proceso de envejecimiento activo.</p> <p>Posteriormente se inicia la construcción del directorio, para esto se realiza una lluvia de ideas donde los participantes van dando ideas para estructurar el directorio. Finalmente, la estructura aprobada por ambas generaciones fue</p> <p>Nombre de la entidad Contacto directo Dirección Teléfono Página Web/ correo electrónico Descripción de los servicios que ofrece</p> <p>Fase de evaluación: Para evaluar si la sesión tuvo un balance positivo o negativo, se realizará una evaluación por medio de un formato con cuatro preguntas: ¿Cómo se sintió con la sesión?, ¿Qué aprendizajes le dejó la sesión?, ¿Considera pertinente el desarrollo del tema ?, ¿Qué fue lo que más le llamó la atención?</p> <p>Conclusión de la fase evaluativa La evaluación de esta sesión se realizó después de lograr obtener la matriz del directorio institucional que en un principio tenía como fin que los jóvenes hicieran parte de la construcción de este, consideraron que era un</p>
--	---

	proceso tedioso y los tiempos no alcanzaban para participar en el proceso de creación. Por tanto, se optó por realizarlo netamente desde la disciplina de Trabajo Social. El resultado fue bien recibido y de gran apoyo para la generación de redes terciarias o instruccionales para el adulto mayor. Refrigerio y cierre. 10 minutos
Técnicas	Técnica de comunicación, aprendizaje, concientización y reflexión, rompehielos
Recursos	Recursos Humanos: Jóvenes y adultos mayores Recursos tecnológicos: ninguno Recursos físicos: Salón comunal Recursos Materiales: Hojas de papel, guía, marcadores
Responsables	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajadoras Sociales en formación.
Tiempo de duración de la sesión	80 minutos
Evidencia	Matriz de redes terciarias institucionales Registro Fotográfico- Sesión 4 - Construcción del Directorio.pdf
Referencias Bibliográficas	Julián Pérez Porto y Ana Gardey. Publicado: 2017. Actualizado: 2018. Definicion.de: Definición de directorio (https://definicion.de/directorio/)

Fuente: *Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).*

2.11.1.2 Módulo 2: Participación desde la solidaridad intergeneracional

El desarrollo del Módulo 1, corresponde al segundo objetivo específico del presente proyecto de intervención, el cual es “Motivar la participación de los jóvenes y adultos mayores en los diferentes espacios y/o programas ofertados por el comedor comunitario o por alguna organización.”, para dar cumplimiento al objetivo, este módulo consta de 3 sesiones las cuales fueron llevadas a cabo en las semanas de marzo con una duración de 2 horas por cada sesión con la participación de 17 adultos mayores y 5 jóvenes.

2.11.1.2.1 Sesión 1. Relaciones positivas con otras personas

Cuadro 12

Módulo 2 - Sesión 1 Relaciones positivas

SESIÓN 1: Relaciones positivas con otras personas	
Objetivo	Propiciar espacios de reflexión y aprendizaje para establecer relaciones positivas con otras personas del comedor comunitario Govarova, generando relaciones estables y socialmente significativas,
Fases desarrolladas a partir de la propuesta de la metodología de la Gerogogía planteada por Lourdes Bermejo	<p>Fase de presentación Tiempo estimado: 15 min Desarrollo: Darles la bienvenida a los participantes de la Cocina comedor Govarova por parte de los estudiantes de Trabajo social y exponerles el objetivo de la sesión y las actividades a desarrollar</p> <p>Actividad rompehielos -Juego de bolos -Juego de concéntrese (nombres de los integrantes) Tiempo estimado: 15 min</p> <p>Materiales: Guía didáctica, lápices</p> <p>Fase de ampliación o diferenciación Tiempo estimado: 20 minutos Desarrollo:</p> <p>Las trabajadoras sociales en formación, por medio de imágenes explican la importancia de tener relaciones positivas para participar en la comunidad. Posteriormente se realizará la entrega de una guía pedagógica la cual orientará el tema, en la guía los participantes deberán identificar las habilidades de comunicación y manejo de conflictos en las relaciones interpersonales.</p> <p>Fase de búsqueda de soluciones Tiempo: 20 minutos Desarrollo</p> <p>En esta fase, se dará un espacio para reflexionar sobre la importancia de las relaciones positivas y la participación en el proceso de envejecimiento activo, además se pretende generar un espacio de autorreflexión sobre sus relaciones interpersonales con la familia y demás personas con las que comparte en su cotidianidad. Para lo anterior se plantean las siguientes preguntas orientadoras:</p> <p>1. ¿Tiene facilidad para tratar a las personas?</p>

2. ¿Sus relaciones con los demás están basadas en la confianza?
3. ¿Considera que es clave tener unas buenas relaciones con sus vecinos, familiares, o compañeros de trabajo?
4. ¿Intenta ayudar a sus familiares o amigos a resolver más rápido sus problemas?
5. ¿Acepta con responsabilidad sus errores y fracasos? ¿Culpa a otros?
6. ¿Se esfuerza en mejorar las relaciones cuando ha tenido dificultades con alguna persona?
7. ¿Prefiere estar solo o aislarse?
8. ¿Se afecta su salud física y emocional cuando pierde el apoyo de sus familiares o amigos?

Posteriormente, y según las respuestas dadas, se socializan los tipos de relaciones interpersonales

Estilo asertivo: Defiende su punto de vista y escucha a los demás

Estilo manipulador: Guía a los demás hacia donde quiere para lograr sus propósitos es un falso escuchador

Estilo agresivo: No explica bien sus opiniones ni toma en cuenta a los demás

Estilo pasivo: Siempre hace lo que la mayoría hace o le dicen que haga y no defiende sus derechos

Fase de aplicación de soluciones

Tiempo: 20 minutos

Desarrollo:

Reflexión de las trabajadoras sociales, en esta fase se menciona que las relaciones interpersonales son interacciones recíprocas entre dos o más personas en forma auténtica que involucra la habilidad para comunicarse, escuchar y solucionar conflictos y colaborar. Es decir, las relaciones personales positivas son de vital importancia para llevar a cabo la solidaridad intergeneracional. Se hace especial énfasis en la importancia de la participación, se recalca que precisamente este es uno de los cuatro pilares en el proceso de envejecimiento activo.

Fase de evaluativa

Tiempo: 20 minutos

Desarrollo: Para evaluar si la sesión tuvo un balance positivo o negativo, se realizará una evaluación por medio de un formato con cuatro preguntas: ¿Cómo se sintió con la sesión?, ¿Qué aprendizajes le dejó la sesión?, ¿Considera pertinente el desarrollo del tema?, ¿Qué fue lo que más le llamó la atención?

Conclusión de la fase evaluativa:

De acuerdo con los resultados obtenidos del proceso, se puede determinar que los participantes de la sesión se apropiaron de los temas a través de

	<p>las actividades interactivas que se realizaron, existe claridad de la terminología utilizada y se evidencia que fueron muy bien recibidos los puntos tratados en la sesión, dejando como aprendizajes el apropiarse de los espacios desde la comprensión del otro</p> <p>Refrigerio y cierre. Tiempo estimado 10 minutos</p>
Técnicas	Técnica de comunicación, concientización y reflexión, rompehielos
Recursos	<p>Recursos Humanos: Jóvenes y adultos mayores</p> <p>Recursos tecnológicos: ninguno</p> <p>Recursos físicos: Salón comunal</p> <p>Recursos Materiales: Hojas de papel, guía, marcadores</p>
Responsables	<ul style="list-style-type: none"> Trabajadoras Sociales en formación.
Tiempo de duración de la sesión	120 minutos
Evidencia	<p>Reflexiones escritas sobre la importancia de las redes sociales en el envejecimiento activo, desarrollo de la guía sobre relaciones positivas, lista de instituciones, formato de evaluación; Lo anteriormente mencionado se puede apreciar en el siguiente enlace de registro fotográfico por medio del cual se puede verificar la asistencia de los participantes y el desarrollo de la sesión. Fotografías del encuentro Registro Fotográfico- Sesión 1- Relaciones Positivas.pdf</p>
Referencias bibliográficas	<p>Bienestar psicológico Comedores comunitarios</p> <p>Secretaría de integración social</p>

Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2)

2.11.1.2.2 Sesión 2. Legados y Experiencias

Cuadro 13

Módulo 2 Sesión 2 Legados y Experiencias

SESIÓN 2: Legados y experiencias	
Objetivo	Potenciar la participación conjunta de jóvenes y adultos mayores.
Fases desarrolladas a partir de la propuesta de la metodología de la	<p>Fase de presentación</p> <p>Tiempo estimado: 15 min</p> <p>Desarrollo: Darles la bienvenida a los participantes de la Cocina comedor Govarova por parte de los estudiantes de Trabajo social y exponerles el objetivo y orden de la sesión</p>

<p>Gerogogía planteada por Lourdes Bermejo</p>	<p>Actividad rompe hielo Tiempo estimado: 15 min “Presentando a mi compañero” Materiales: Ninguno Desarrollo: Inicialmente se les pide a los participantes hacerse con una pareja con la cual no se conozca o se conozca poco, (preferiblemente las parejas deben quedar conformadas por un adulto y un joven), tienen 15 minutos para dialogar entre ellas, en este diálogo se deben decir el nombre, sus gustos, sus actividades diarias, con quien vive y opcionalmente la edad, pasado los 15 minutos los participantes se reúnen en círculo y cada persona deberá presentar a su pareja.</p> <p>Fase de ampliación o diferenciación: Tiempo 20 min Desarrollo: Las trabajadoras sociales resaltan la importancia de la solidaridad intergeneracional y la participación como pilares que promueven el envejecimiento activo, para esto se realiza un encuentro de intercambio de cultura, experiencias y baile. Los participantes se dividirán por rangos de edad, posteriormente en cada grupo tendrán que escoger dos canciones las cuales tendrán que bailar. Posteriormente los adultos mayores les enseñarán a los jóvenes aquellas tradiciones, ritmos, canciones, pasos de baile. Luego los jóvenes serán los que mostrarán y enseñarán sus ritmos. -En este espacio los adultos mayores tendrán que realizarles una carta a los jóvenes asistentes al encuentro en donde les dejarán un legado o consejos que les puedan servir para su vida y de tal forma los jóvenes les escribirán una carta a los adultos agradeciéndoles por el espacio compartido</p> <p>Fase de búsqueda de soluciones: Tiempo: 20 min Desarrollo: En esta fase se da un espacio de reflexión para que los adultos mayores y jóvenes interioricen y respondan las siguientes preguntas en una hoja de colores. ¿Considera importante trabajar el envejecimiento activo desde la participación y la solidaridad intergeneracional? ¿Qué aspectos debe tener en cuenta para tener un envejecimiento activo, sano y feliz? ¿Cuál es su percepción con respecto a los encuentros intergeneracionales?</p> <p>Fase de aplicación de soluciones Tiempo: 20 min</p>
--	---

	<p>Desarrollo: En esta fase se recogen todas las percepciones respecto a la sesión realizada y posteriormente se hace énfasis en la necesidad de participar en espacios para fortalecer el envejecimiento activo, según la OMS, en este proceso se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental para ampliar la esperanza de vida, la productividad y la calidad de vida. Este proceso tiene implicaciones sociales, económicas culturales y cívicas; busca que la experiencia de envejecer sea positiva, a partir de oportunidades de autonomía, salud, productividad y protección.</p> <p>El envejecimiento activo cuenta con determinantes o influencias que permean a los sujetos y sociedades, en el presente proyecto de intervención se retoma al determinante del “entorno social” porque este profundiza en oportunidades de aprendizaje, educación, contactos de apoyo, grupos comunitarios, programas intergeneracionales, prevención de la violencia y abuso, entre otros.</p> <p>Fase de evaluativa Tiempo estimado: 20 min Para evaluar si la sesión tuvo un balance positivo o negativo, se realizará una evaluación por medio de un formato con cuatro preguntas: ¿Cómo se sintió con la sesión?, ¿Qué aprendizajes le dejó la sesión?, ¿Considera pertinente el desarrollo del tema ?, ¿Qué fue lo que más le llamó la atención?</p> <p>Conclusión de la fase evaluativa Según los resultados obtenidos de esta fase evaluativa los asistentes respondieron que fue una sesión adecuada por el tema del manejo del tiempo y las actividades programadas para el desarrollo del tema central, que es sobre el legado y las experiencias que pueden impartir los adultos mayores a los jóvenes ya que este tema les permitió recordar anécdotas e historias de la vida que compartirlas con los demás generan enseñanzas y consejos. Refrigerio y cierre. 10 minutos</p>
Técnicas	Técnica de comunicación, aprendizaje, concientización y reflexión, rompehielos
Recursos	Recursos Humanos: Jóvenes y adultos mayores Recursos tecnológicos: ninguno Recursos físicos: Salón comunal Recursos Materiales: Hojas de papel, guía, marcadores
Responsables	<ul style="list-style-type: none"> ● Trabajadoras Sociales en formación.

Tiempo de duración de la sesión	120 min
Evidencias	Cartas con el legado y/o consejos, escritos del intercambio intergeneracional de experiencias. Lo anteriormente mencionado se puede apreciar en el siguiente enlace de registro fotográfico por medio del cual se puede verificar la asistencia de los participantes y el desarrollo de la sesión. Registro Fotográfico- Sesión 2- Legados y Experiencias.pdf
Referencias Bibliográficas	Ludi, M. (2013). Envejecimiento activo y participación social en sectores de pobreza. X Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Recuperado de: http://cdsa.academica.org/000-038/387.pdf

Fuente: *Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).*

2.11.1.2.3 Sesión 3. Autoaceptación

Cuadro 14

Módulo 2, sesión 3 Autoaceptación

SESIÓN 3, módulo 2 Autoaceptación	
Objetivo	Crear espacios de reflexión y aprendizaje para la autoaceptación, que apoyen a los y las participantes en la construcción de una escala de valores que fortalezca sus capacidades y desarrolle sus posibilidades.
Fases desarrolladas a partir de la propuesta de la metodología de la Gerogogía planteada por Lourdes Bermejo	<p>Fase de presentación Tiempo estimado: 15 min Desarrollo: Darles la bienvenida a los participantes de la Cocina comedor Govarova por parte de los estudiantes de Trabajo social y exponerles el objetivo de la sesión y las actividades a desarrollar</p> <p>Actividad rompehielos- Baile al ritmo de las instrucciones Tiempo estimado: 15 min Materiales: Baile. Desarrollo: Los participantes se dividen en parejas. Las parejas bailan mientras el facilitador pone la música, cuando la música para, se cambia de pareja. Después de varios turnos, Las parejas que hayan seguido las instrucciones gana</p>

<p>Fase de ampliación o diferenciación Tiempo estimado: 20 min Desarrollo: Las trabajadoras sociales en formación contextualizan sobre la importancia de la autoaceptación, esta es la capacidad de reconocerse como una persona valiosa, digna de ser querida, respetada con sus cualidades y aspectos por mejorar.</p> <p>Fase de búsqueda de soluciones Tiempo estimado: 20 min Desarrollo: 1. Por medio de unas imágenes orientadoras, se espera crear un espacio de reflexión para mejorar la aceptación en los jóvenes y adultos mayores, de tal manera que esta permita recuperar la confianza en sí mismo y participar activamente en la comunidad. ¿Qué es autoaceptación? ¿Cómo está su autoaceptación? ¿Qué piensa de sí mismo? ¿Le agrada como se ve? ¿se acepta tal y como es? ¿Se siente bien con su imagen?</p> <p>Fase de aplicación de soluciones Tiempo estimado: 20 min Desarrollo: → Reflexión por parte de las encargadas, resaltando la importancia de autocuidarnos y aceptarnos. El concepto que cada uno de nosotros tiene de sí, consiste en quién y qué pensamos que somos. Por ejemplo, soy capaz de salir de esta situación →La imagen de sí mismo es la opinión de cómo creemos que los demás nos ven. Actividad: Escribir una frase motivacional con la que nos identifiquemos</p> <p>Fase de evaluación Tiempo estimado: 20 min Desarrollo: Para evaluar si la sesión tuvo un balance positivo o negativo, se realizará una evaluación por medio de un formato con cuatro preguntas: ¿Cómo se sintió con la sesión?, ¿Qué aprendizajes le dejó la sesión?, ¿Considera pertinente el desarrollo del tema ?, ¿Qué fue lo que más le llamó la atención?</p> <p>Conclusión de la fase de evaluación</p>
--

	La ejecución de la sesión según los participantes tuvo un resultado positivo ya que afirmaron que se sintieron muy bien durante la sesión, consideraron pertinente el desarrollo del tema a tratar que fue la autoaceptación y que se llevaron aprendizajes gratificantes acerca de valorar su vida y quererse tal cual, y como son, respecto a las cosas que más le llamaron la sesión respondieron que todo les pareció interesante.
Técnicas	Técnica de comunicación, aprendizaje, concientización y reflexión, rompehielos
Recursos	Recursos Humanos: Jóvenes y adultos mayores Recursos tecnológicos: ninguno Recursos físicos: Salón comunal Recursos Materiales: Hojas de papel, guía, marcadores
Responsables	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajadoras Sociales en formación.
Tiempo de duración de la sesión	120 minutos
Evidencia	Reflexiones escritas sobre la autoaceptación, frase motivacional de elaboración propia y formato de evaluación. Lo anteriormente mencionado se puede apreciar en el siguiente enlace de registro fotográfico por medio del cual se puede verificar la asistencia de los participantes y el desarrollo de la sesión. Registro Fotográfico -Sesión 3- Autoaceptación.pdf
Referencias bibliográficas	Naciones Unidas. (2015). Declaración Universal de los Derechos Humanos. https://www.un.org/es/documents/udhr/UDHR_booklet_SP_web.pdf El Tiempo, REDACCIÓN JUSTICIA (2021). <i>Así puede denunciar maltrato de menores de edad o de adultos mayores.</i> https://www.eltiempo.com/justicia/servicios/donde-puede-denunciar-maltrato-a-menores-o-adultos-mayores-596766

Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2)

2.11.1.3 Módulo 3: Educación y alfabetización

El desarrollo del Módulo 3, corresponde al tercer objetivo específico del presente proyecto de intervención, el cual es “Fomentar el aprendizaje continuo en la vida cotidiana de los adultos mayores y jóvenes, resaltando su importancia en el transcurso de vida y en la etapa de la vejez.

Para dar cumplimiento al objetivo, este módulo consta de 4 sesiones las cuales fueron llevadas a cabo en las semanas de 3 del mes de abril con una duración de 2 horas por cada sesión con la participación de 17 adultos mayores y 5 jóvenes.

2.11.1.3.1 Sesión 1. Educación y Alfabetización.

Cuadro 15.*Módulo 3 Sesión 1 Aprendizaje Continuo -Educación y Alfabetización*

SESIÓN 1, módulo 3: Educación y alfabetización	
Objetivo	Generar procesos que potencien el aprendizaje continuo en los jóvenes y adultos mayores.
Fases desarrolladas a partir de la propuesta de la metodología de la Gerogogía planteada por Lourdes Bermejo	<p>Fase de presentación Tiempo estimado: 15 min Desarrollo Darles la bienvenida a los participantes de la Cocina comedor Govarova por parte de los estudiantes de Trabajo social y exponerles el objetivo de la sesión y las actividades a desarrollar</p> <p>Actividad rompehielos: “Ensalada de frutas” Tiempo estimado. 15 min Materiales: Imágenes de las frutas Desarrollo: El facilitador divide a los participantes en un número igual de tres o cuatro frutas, tales como manzanas, papayas, piñas. Luego cada grupo tiene que formar una fila, el facilitador le dará una cuchara a cada participante y un pin pon a cada grupo la idea es que tienen que ir a un extremo del salón con la cuchara en la boca y el pin pon en la cuchara sin dejarlo caer, pegar la imagen correspondiente a la fruta y devolverse para entregarle el pin pon a su compañero de equipo, el grupo que primero pegue las imágenes ganara</p> <p>Actividad 2: Se les enseñara los adultos mayores y a los jóvenes por medio del origami las figuras de un perro y un cerdo</p> <p>Fase de ampliación o diferenciación Tiempo estimado: 20 min Desarrollo: Las trabajadoras sociales en formación resaltan la importancia del aprendizaje continuo en el proceso de envejecimiento activo, además desde el determinante social “educación”, se espera incentivar al grupo a que realice en su cotidianidad actividades de aprendizaje.</p> <p>A través de una mesa redonda en la que participan los adultos mayores y jóvenes se plantea la lectura de 3 textos por parte de todos, los jóvenes serán los guías de los adultos mayores en la lectura y posteriormente se plantean preguntas reflexivas. Actividad 2: Como objetivo de incentivar la escritura se busca que los adultos mayores escriban en una hoja su historia de vida y cuáles son los momentos que más le han marcado como aprendizaje para los jóvenes.</p> <p>Fase de búsqueda de soluciones Tiempo estimado: 20 min Desarrollo:</p>

Se realiza una reflexión sobre la importancia del aprendizaje continuo en la etapa de la vejez, y se da inicio a escuchar las voces de la población, para esto se tienen las siguientes preguntas orientadoras

¿Qué le llamó más la atención del texto? ¿Considera que se le dificulta leerlo? ¿De acuerdo con el proceso, considera que la persona guía aportó a su proceso?

Fase de aplicación de soluciones

Tiempo estimado: 20 min

Desarrollo: En esta fase se recogen todos los sentires y percepciones respecto al proceso realizado y consiguiente a ello se hace hincapié en la necesidad de trabajar la educación y alfabetización para promover el envejecimiento activo.

Datos de la alfabetización: Según datos de la UNESCO, en 1990 la cifra estimada de analfabetos en el mundo era de 962 millones, 885 millones en 1995 y unos 887 millones en el año 2000, lo cual representa el 27% de la población adulta de los países en desarrollo. De estos analfabetos la mayoría son mujeres, y en algunos países corresponden a hasta dos tercios de los adultos iletrados. A nivel regional, Asia Oriental y Meridional poseen la mayor cantidad de analfabetos, con alrededor del 71% de toda la población iletrada del mundo.

Tipos: Es importante señalar que hay dos perfiles básicos de persona analfabeta: uno es la persona mayor de 65 años (tercera edad) que tuvo que ponerse a trabajar o hacerse cargo de la familia muy joven y el otro está vinculado a estratos marginales de la población, minorías o inmigrantes. Si no se sabe leer un letrero, se dice «¿me podría leer lo que pone? Es que he olvidado las gafas?», por ejemplo y deben confiar de manera obligada en la buena voluntad de los demás preguntando a las personas que les rodean qué tipo de leche están comprando, si están en la calle a la que quieren ir, si el autobús es el correcto, que les marquen un número de teléfono, que les indiquen si ya les toca en la lista de consulta, que les lean un prospecto, y, por supuesto, no tienen carnet de conducir, no entienden los mapas, no saben qué firman en un contrato, nunca han leído un libro, su acceso a la información es limitado a lo que escuchan y el mundo digital es algo ajeno.

Fase de evaluación

tiempo estimado: 20 min

Desarrollo: Para evaluar si la sesión tuvo un balance positivo o negativo, se realizará una evaluación por medio de un formato con cuatro preguntas: ¿Cómo se sintió con la sesión?, ¿Qué aprendizajes le dejó la sesión?, ¿Considera pertinente el desarrollo del tema?, ¿Qué fue lo que más le llamó la atención?

Conclusión de la fase evaluativa

Todos los participantes de esta sesión respondieron que, si les gustó el proceso realizado, debido a que les parece de vital importancia trabajar el tema del envejecimiento activo para llegar a tener una vida agradable y feliz, afirmaron que se sintieron cómodos con las actividades propuestas, el tiempo en el que se ejecutó y que hubo claridad en los temas trabajados.

	Refrigerio y cierre.
Técnicas	Técnica de comunicación, aprendizaje, concientización y reflexión, rompehielos
Recursos	Recursos Humanos: Jóvenes y adultos mayores Recursos tecnológicos: ninguno Recursos físicos: Salón comunal Recursos Materiales: Hojas de papel, guía, marcadores
Responsables	<ul style="list-style-type: none"> Trabajadoras Sociales en formación.
Tiempo de duración de la sesión	120 min
Evidencia	Cartilla proyecto de vida, ilustración gráfica sobre proyecto de vida, evaluación de la sesión. Lo anteriormente mencionado se puede apreciar en el siguiente enlace de registro fotográfico por medio del cual se puede verificar la asistencia de los participantes y el desarrollo de la sesión. Registro Fotográfico - Sesión 1 - Educación y Alfabetización.pdf
Referencias Bibliográficas	Josep de Martí. (2017). <i>Tercera edad y alfabetización</i> . <i>Infocedencias.com</i> https://www.infocedencias.com/blog/index.php/2017/09/27/tercera-edad-y-alfabetizacion/

Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

2.11.1.3.2 Sesión 2. Derechos Humanos

Cuadro 16.

Módulo 3 Aprendizaje Continuo -Sesión 2 Derechos Humanos

SESIÓN 2, módulo 3- Derechos Humanos	
Objetivo	Presentar al grupo cuáles son los derechos humanos relacionados con la vejez y envejecimiento activo.
Fases desarrolladas a partir de la propuesta de la metodología de la Gerogogía planteada por Lourdes Bermejo	<p>Fase de presentación Tiempo estimado: 15 min Desarrollo: Darles la bienvenida a los participantes de la Cocina comedor Govarova por parte de los estudiantes de Trabajo social y exponerles el objetivo de la sesión y las actividades a desarrollar</p> <p>Actividad rompehielos: “Bailando sobre el papel” Tiempo estimado: 15 min Materiales: Papel periódico, música, bafle para poner la música Desarrollo: Los facilitadores preparan hojas de periódico o pedazos de tela del mismo tamaño. Los participantes se dividen en parejas. A cada pareja</p>

se le da lo mismo, ya sea una hoja de periódico o un pedazo de tela. Las parejas bailan mientras el facilitador toca música o da palmadas con las manos. Cuando la música o las palmadas para, cada pareja debe pararse en su hoja de periódico o en su pedazo de tela. La próxima vez que la música o las palmadas paren, la pareja tiene que doblar por la mitad su papel o tela antes de pararse sobre ella. Después de varios turnos, el papel o la tela se hacen muy pequeños porque han sido doblados una y otra vez. Es cada vez más difícil que dos personas se paren sobre el papel la tela. Las parejas que tengan alguna parte de su cuerpo en el suelo quedan „fuera“ del juego. El juego continúa hasta que una pareja gane.

Fase de ampliación o diferenciación

Tiempo estimado: 20 min

Desarrollo: Presentación de situaciones hipotéticas sobre la violación de derechos en adulto mayor, a partir de cuentos

Explicación por parte de las encargadas, sobre la importancia de la educación en derechos humanos.

Fase de búsqueda de soluciones

Tiempo estimado: 20 min

Desarrollo:

En esta fase se pretende conocer si a los adultos mayores y jóvenes se les ha vulnerado algún derecho, asimismo se pretende crear un espacio de diálogo y sensibilización de acuerdo con las experiencias compartidas.

Para llevar a cabo la socialización, se tienen las siguientes preguntas orientadoras.

- y 1. ¿Alguna vez ha sentido vulneración de alguno de sus derechos?
2. ¿Conoce cuáles son sus derechos?
3. ¿Saben a dónde acudir en caso de que sus derechos sean vulnerados?

Fase de aplicación de soluciones

Tiempo estimado: 20 min

Desarrollo

Derechos:

Posteriormente se hará un ejercicio para reconocer las rutas y el paso a paso que se debe seguir cuando se presente un caso de vulneración de derechos. En esta fase, desde la empatía y la colaboración los jóvenes deben proponer soluciones para evitar que se vulneren los derechos humanos del adulto mayor. De acuerdo con lo anterior es necesario retomar la Declaración de los derechos humanos.

En los casos en los que el maltrato es hacia adultos mayores, si usted es víctima o conoce de una situación de maltrato por descuido, negligencia o abandono, debe presentar denuncia ante la Fiscalía, de forma verbal o escrita, narrando de forma clara y breve los hechos.

Este tipo de maltrato puede provenir de los familiares o personas responsables del adulto mayor, incluso de una institución, y puede denunciarlo en todos los casos.

La Fiscalía recibe denuncias en diferentes centros de atención, como las Salas de Atención al Usuario -S.A. U-, las Unidades de Reacción Inmediata -U.R.I. -, los Centros de Atención a Víctimas y las Casas de Justicia.

	<p>Así mismo, está disponible la línea telefónica 123, en donde activarán los protocolos necesarios.</p> <p>Fase de evaluación Tiempo estimado: 20 min Desarrollo: Para evaluar si la sesión tuvo un balance positivo o negativo, se realizará una evaluación por medio de un formato con cuatro preguntas: ¿Cómo se sintió con la sesión?, ¿Qué aprendizajes le dejó la sesión?, ¿Considera pertinente el desarrollo del tema ?, ¿Qué fue lo que más le llamó la atención? 10 minutos Refrigerio y cierre.</p> <p>Conclusión de la fase de evaluación En esta sesión se trabajó acerca de los derechos humanos, por ende, los participantes recalcaron la importancia de reconocer este tema para poder proteger su dignidad humana, aparte expresaron que se sintieron bien durante la sesión, les llamó la atención los juegos y las actividades que tenían que ver sobre la teoría</p>
Técnicas	Técnica de comunicación, aprendizaje, concientización y reflexión, rompehielos
Recursos	Recursos Humanos: Jóvenes y adultos mayores Recursos tecnológicos: ninguno Recursos físicos: Salón comunal Recursos Materiales: Hojas de papel, cartilla, colores, marcadores
Responsables	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajadoras Sociales en formación.
Tiempo de duración de la sesión	120 minutos
Evidencia	<p>Situaciones hipotéticas sobre la violación de derechos en adulto mayor, cartelera sobre los derechos del adulto mayor, Intercambio de experiencias y evaluación. Lo anteriormente mencionado se puede apreciar en el siguiente enlace de registro fotográfico por medio del cual se puede verificar la asistencia de los participantes y el desarrollo de la sesión.</p> <p>Fotografías del encuentro Fotografías del encuentro, y formato de asistencia Registro fotográfico- Sesión 2- Derechos Humanos .pdf</p>
Referencias bibliográficas	<p>Naciones Unidas. (2015). Declaración Universal de los Derechos Humanos. https://www.un.org/es/documents/udhr/UDHR_booklet_SP_web.pdf</p> <p>El Tiempo, REDACCIÓN JUSTICIA (2021). <i>Así puede denunciar maltrato de menores de edad o de adultos mayores.</i> https://www.eltiempo.com/justicia/servicios/donde-puede-denunciar-</p>

[maltrato-a-menores-o-adultos-mayores-596766](#)

Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2)

2.11.1.3.3 Sesión 3. Habilidades y Potencialidades Sociales

Cuadro 17.

Módulo 3 Aprendizaje Continuo -Sesión 3 Habilidades y potencialidades Sociales

SESIÓN 3, módulo 3: Habilidades y potencialidades Sociales.	
Objetivo	Incentivar la participación de los adultos mayores y los jóvenes en actividades de aprendizaje que les permitan adquirir y fortalecer habilidades y potencialidades necesarias para el envejecimiento activo.
Fases desarrolladas a partir de la propuesta de la metodología de la Gerogogía planteada por Lourdes Bermejo	<p>Fase de presentación Tiempo estimado: 15 min Desarrollo Darles la bienvenida a los participantes de la Cocina comedor Govarova por parte de los estudiantes de Trabajo social y exponerles el objetivo de la sesión y las actividades a desarrollar Actividad rompehielos: Baile con globo Tiempo estimado: 15 min Materiales: Globos y música Desarrollo: En este juego se deben formar varias parejas, las cuales deberán colocarse un globo en la frente, apoyarse entre ambos y sostenerlo mientras bailan. Cabe destacar que no se puede tocar el globo con las manos una vez que la dinámica haya empezado, quien sostiene el globo más tiempo obtendrá la victoria de esta actividad.</p> <p>Fase de ampliación o diferenciación Tiempo estimado: 15 min Desarrollo: Las personas encargadas explicaran la importancia que tiene el aprendizaje continuo y la educación en el proceso de envejecimiento activo, se hace especial énfasis en la necesidad de adquirir y fortalecer habilidades y potencialidades que puedan dar respuesta al proceso de envejecimiento activo.</p> <p>Posteriormente se realizará la técnica “Canciones para el recuerdo”: Para esta dinámica es fundamental elegir una lista de entre cinco y seis canciones cuyo estilo concuerde con la edad de los ancianos que vayan a participar. Antes de comenzar se les debe proporcionar una hoja blanca a todas las personas junto a un bolígrafo. Luego de esto, el grupo debe mantenerse en silencio y escuchar las canciones con mucha atención. Al finalizar, deben escribir todos los pensamientos y recuerdos que tuvieron al escuchar la lista de canciones y compartirlos con el resto del grupo.</p>

	<p>Se plantea un espacio en el que tanto adultos mayores y jóvenes expresan lo que consideran sus habilidades y se expondrá una pieza gráfica sobre las distintas habilidades existentes</p> <p>Actividad 2: Realizar una carta de perdón a una persona con la que haya tenido algún conflicto.</p> <p>Fase de búsqueda de soluciones</p> <p>Tiempo estimado: 20 min</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Las trabajadoras sociales en formación realizan una reflexión sobre los diferentes tipos de habilidades y su importancia en el envejecimiento activo. Posteriormente se da paso a escuchar las voces y percepciones de los participantes, para esto deben responder las siguientes preguntas</p> <p>¿Considera que sus habilidades siguen siendo iguales? ¿Conoce cuáles son las habilidades ¿sabe cómo adquirirlas?</p> <p>Fase de aplicación de soluciones</p> <p>Tiempo estimado: 20 min</p> <p>Se hace una retroalimentación de las preguntas generadas anteriormente y luego se habla sobre el desarrollo de habilidades y destrezas en el adulto mayor y la importancia de fortalecerlas desde la solidaridad intergeneracional.</p> <p>Desarrollo: <i>Habilidades y destreza personal:</i> La habilidad es la aptitud innata, talento, destreza o capacidad que ostenta una persona para llevar a cabo y por supuesto con éxito, determinada actividad, trabajo u oficio. Casi todos los seres humanos, incluso aquellos que observan algún problema motriz o discapacidad intelectual, entre otros, se distinguen por algún tipo de aptitud</p> <p>Son:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Autoconocimiento 2. Empatía 3. Comunicación asertiva 4. Relaciones interpersonales 5. Toma de decisiones 6. Solución de problemas y conflictos 7. Pensamiento creativo 8. Pensamiento crítico 9. Manejo de emociones y sentimientos 10. Manejo de tensiones y estrés <p>Fase de evaluación</p>
--	---

	<p>Tiempo estimado: 20 min</p> <p>Desarrollo: Para evaluar si la sesión tuvo un balance positivo o negativo, se realizará una evaluación por medio de un formato con cuatro preguntas: ¿Cómo se sintió con la sesión?, ¿Qué aprendizajes le dejó la sesión?, ¿Considera pertinente el desarrollo del tema?, ¿Qué fue lo que más le llamó la atención?</p> <p>Conclusión de la fase evaluativa</p> <p>El desarrollo de esta sesión tuvo un balance positivo ya que los asistentes respondieron que se sintieron muy bien al participar en cada una de las actividades propuestas, les gusto el desarrollo de la carta del perdón y las canciones porque les permitió un poco liberar su vida de rencores y problemas, también afirman que consideran pertinente el desarrollo del tema que se trabajó y que como aprendizajes se llevaron que son capaces de desarrollar muchas habilidades que les permiten afrontar su vida cotidiana de una forma tranquila.</p> <p>Refrigerio y cierre.</p>
Técnicas	Técnica de comunicación, aprendizaje, concientización y reflexión, rompehielos
Recursos	<p>Recursos Humanos: Jóvenes y adultos mayores</p> <p>Recursos tecnológicos: ninguno</p> <p>Recursos físicos: Salón comunal</p> <p>Recursos Materiales: Hojas de papel, globos, música, marcadores</p>
Responsables	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajadoras Sociales en formación.
Tiempo de duración de la sesión	120 minutos
Evidencia	<p>Reflexiones escritas de la elaboración de la carta del perdón y evaluación. Lo anteriormente mencionado se puede apreciar en el siguiente enlace de registro fotográfico por medio del cual se puede verificar la asistencia de los participantes y el desarrollo de la sesión. Fotografías y formato de asistencia</p> <p>Registro Fotográfico- Sesión 3 - Habilidades y Potencialidades Sociales.pdf</p>
Referencias Bibliográficas	<p>Corcino, N. (2013). <i>HABILIDADES Y DESTREZA EN UNA PERSONA. EOI</i>. https://www.eoi.es/blogs/madeon/2013/05/21/habilidades-y-destreza-en-una-persona/</p>

Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

2.11.1.3.4 Sesión 4. Propósito y Sentido de Vida

Cuadro 18.

Módulo 3 Aprendizaje Continuo -Sesión 4 Propósito y sentido de vida

SESIÓN 4, Módulo 1 Propósito y sentido de vida.	
Objetivo	Crear espacios de reflexión y aprendizaje sobre la importancia del propósito y sentido de vida, lo anterior con la finalidad de estructurar metas claras y realistas que doten de significado las experiencias vividas y por vivir en los adultos mayores y jóvenes.
Fases desarrolladas a partir de la propuesta de la metodología de la Gerogogía planteada por Lourdes Bermejo	<p>Fase de presentación Tiempo estimado: 15 min Desarrollo: Darles la bienvenida a los participantes de la Cocina comedor Govarova por parte de los estudiantes de Trabajo social y exponerles el objetivo de la sesión y las actividades a desarrollar.</p> <p>Actividad rompehielos - EL TREN Tiempo estimado: 15 min Desarrollo: Actividad 1 Se les pedirá a los participantes que se ubiquen en un círculo y el instructor del juego les explicara que se va a realizar la dinámica del tren, en donde tendrán que saltar y seguir los pasos del instructor como por ejemplo dirá tren, tren tren va hacia la izquierda, izquierda, izquierda y los participantes tendrán que decir y moverse al lado contrario y así con las siguientes instrucciones</p> <p>Actividad 2 Por medio de una caja misteriosa los participantes tendrán que jugar a la dinámica del tingo tango al ritmo de la música, cuando la música pare el que quede con la cajita tendrá que sacar un papelito y realizar la indicación que le salga como lo es: cantar, imitar un animal, decir una adivinanza, bailar, etc.</p> <p>Actividad 3 Los participantes tendrán un espacio de baile aprendiendo coreografías como la macarena, el baile del gorila etc., esto con el objetivo de tener un espacio de socialización dentro del grupo.</p> <p>Actividad 4 Sopa de letras con las palabras de (propósito, autonomía, vida, personas, autoestima) Materiales: No se necesita ningún recurso solo disposición del grupo.</p> <p>Fase de ampliación o diferenciación: Tiempo estimado: 30 min Desarrollo: Las Trabajadoras sociales en formación explicaran a qué hace referencia el propósito y sentido de vida, asimismo se resaltaré la importancia de establecer metas a corto, mediano y largo plazo sin importar nuestra edad. De acuerdo con lo anterior, en una cartilla elaborada por las encargadas, los participantes escribirán con respecto al sentido y proyecto de vida que tienen a corto, mediano y largo plazo; por medio de dicha cartilla se identificarán las personas presentes en el proyecto de vida de los</p>

participantes, las habilidades, las oportunidades y las condiciones para llevar a cabo el proyecto de vida.

Resulta necesario conocer si los participantes tienen claro su proyecto de vida, por tanto, deberán dar respuesta a las siguientes preguntas:

- ¿Qué van a hacer en 5 años?
- Lo que aman hacer (su pasión)
- ¿Cuáles son sus habilidades?
- ¿Qué es lo que más necesita en su vida?
- ¿Qué cambios deben tener en las áreas de la vida personal?
- Cómo deben mejorar sus relaciones interpersonales?
- Rueda de la vida presente (salud, familia, amigos, economía)

Fase de búsqueda de soluciones

Tiempo estimado: 20 min

Desarrollo

En esta fase, se socializarán las respuestas dadas a las anteriores preguntas, además se realizarán una serie de preguntas y los participantes deberán responderlas y dar algún tip o consejo para poder implementar el propósito y proyecto de vida.

¿Quién soy?

¿Qué es importante en mi vida?

¿Para qué existo?

¿Acostumbra a definir sus propósitos?

¿Definió un plan para poder alcanzar sus propósitos?

¿Qué motivaciones le ayudan a cumplir sus propósitos?

¿Qué obstáculos le dificultan el cumplimiento de sus propósitos?

Reflexión sobre la importancia que tiene el proyecto de vida en el envejecimiento activo.

Fase de aplicación de soluciones

Tiempo estimado: 20 min

Desarrollo: En esta fase se recogen todos los sentires y percepciones respecto al proceso realizado y consiguiente a ello se hace hincapié en la necesidad de establecer un proyecto de vida.

Según D'Angelo (1994), el proyecto de vida es "La estructura que expresa la apertura de la persona hacia el dominio del futuro, en sus direcciones esenciales y en las áreas críticas que requieren de decisiones vitales. De esta manera, el proyecto de vida, por su naturaleza, origen y destino está vinculado a la situación social del individuo, tanto en su expresión actual como en la perspectiva anticipada de los acontecimientos futuros (p.7).

Fase de evaluación

Tiempo estimado: 20 min

Desarrollo: Para evaluar si la sesión tuvo un balance positivo o negativo, se realizará una evaluación mediante la técnica del semáforo, en donde cada color representa un calificativo: verde - excelente, naranja- regular, rojo-mal. Las preguntas orientadoras para desarrollar la evaluación son: ¿Cómo se sintió con la sesión?, ¿Qué aprendizajes le dejó la sesión?,

	<p>¿Hubo claridad con respecto a los temas tratados?, ¿Considera que el manejo del tiempo fue adecuado? ¿Hubo orden en el desarrollo de las actividades?</p> <p>Conclusión de la fase evaluativa A Partir de los resultados obtenidos sobre la valoración por parte de los asistentes a la sesión se identificó que todos tuvieron claridad en el tema trabajado acerca de propósito y sentido de vida, que les gustaron las actividades lúdicas, participaron de forma asertiva y les gusto el orden del desarrollo de la sesión.</p> <p>Refrigerio y cierre.</p>
Técnicas	Técnica de comunicación, aprendizaje, concientización y reflexión, rompehielos
Recursos	<p>Recursos Humanos: Jóvenes y adultos mayores</p> <p>Recursos tecnológicos: ninguno</p> <p>Recursos físicos: Salón comunal</p> <p>Recursos Materiales: Hojas de papel, guía, marcadores</p>
Responsables	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajadoras Sociales en formación.
Evidencias	<p>Cartilla proyecto de vida, ilustración gráfica sobre proyecto de vida, evaluación de la sesión. Lo anteriormente mencionado se puede apreciar en el siguiente enlace de registro fotográfico por medio del cual se puede verificar la asistencia de los participantes y el desarrollo de la sesión.</p> <p>Registro Fotográfico- Sesión 4- Propósito y Sentido de Vida.pdf</p>
Referencias	<p>Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo. (s.f). <i>LA IMPORTANCIA DE TENER UN PROYECTO DE VIDA.</i></p> <p>https://www2.trabajo.gob.pe/archivos/dnpefp/sovio/articulos/1_Importancia_Proyecto_Vida.pdf</p>

Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2021-2).

Dando continuación a la ejecución del proyecto, se diseña la cartilla final como producto final del proceso, esta cartilla titulada **¡Envejecimiento Activo ¡Vejez Sana e inclusiva!** a través de la cual se busca darle continuidad al proceso desde herramientas que posibiliten su desarrollo, el producto contiene temas relacionados con el determinante social del envejecimiento activo 1. Apoyo Social (Mantener y fortalecer redes sociales primarias, Construcción de redes de apoyo secundarias y procesos de activación de redes; por último, construcción de redes terciarias)2.- Educación y Alfabetización -Aprendizaje a lo largo de la vida (1. Procesos de cómo incentivar el aprendizaje continuo a través de la lectura, la escritura y fortalecimiento de la memoria).

De igual forma se retoma el tema de la Solidaridad Intergeneracionalidad con procesos que permitan mantener y fortalecer los lazos entre jóvenes y Adultos mayores que se lograron establecer durante el proceso, entre los contenidos se encuentran: (Compartir legados y experiencias, intercambios generacionales que involucran la música y la danza y actividades de autoaceptación).

Por último, se encuentra el apartado de Vida Sana en la que se exponen los cuidados generales a nivel físico y mental entre los que se encuentran: (Alimentación, Cuidados médicos, cuidados de salud mental y prácticas físicas).

Figura 38. *Cartilla Final - Envejecimiento Activo ¡Vejez sana e Inclusiva!*



Fuente: Elaboración Grupo Tesis (2022) Enlace: [Cartilla final .pdf](#)

Por otro lado, se hace entrega de la *Caja de Herramientas* como fuente de apoyo para darle continuidad al proyecto desde acciones propicias para fortalecer las habilidades y potencialidades de los adultos mayores que les permita relacionarse con los jóvenes de una manera asertiva e incluyente; este producto ofrece orientaciones pedagógicas y recomendaciones didácticas sustentadas con un material de apoyo desde la metodología de la Gerogogía propuesta por Lurdes Bermejo (2005).

Figura 39. *Caja de Herramientas envejecimiento activo*



Fuente: Elaboración Grupo Tesis (2022) Enlace: CAJA

Esta caja de herramientas fue suministrada a la coordinación de la Cocina Comedor Comunitario Govarova para la continuación del proceso en el trabajo con Adulto Mayor y los jóvenes desde la apuesta de un envejecimiento activo con solidaridad intergeneracional.

2.12 Indicadores de Gestión

De acuerdo con la ejecución del proyecto y los procesos que se llevaron a cabo previamente, se plantean los siguientes indicadores como resultados o gestiones obtenidos del proceso con sus respectivos medios de verificación (Ver cuadro 19).

Cuadro 19

Indicadores de gestión

INDICADORES DE GESTIÓN			
Tipo de Indicador	Temas	Medios de verificación	Responsables
Indicadores de insumo	Se realiza un documento en donde se puede evidenciar todo el proceso diagnóstico con el fin de identificar las problemáticas a resolver dentro de la población participante.	-Aplicación instrumento de caracterización - Matriz de problema (árbol de problemas, matriz de causalidad.	
	Se desarrolla un documento que tiene como objetivo identificar cuáles serán los gastos que se tendrán para la ejecución del	-Matriz de presupuesto	Equipo de Proyecto de grado - 3

	proceso planteado		Trabajadoras Sociales en Formación
	Se elaboró una planificación del tiempo con sus respectivas actividades que serán ejecutadas en el 2 periodo del año 2021 y el 1 período del año 2022	-Cronograma	
Indicadores de Proceso	Se realiza una reunión con el presidente de la Junta de acción comunal Govarova en donde dieron el aval del proyecto para iniciar la ejecución.	Carta Formal	Equipo de Proyecto de grado - 3 Trabajadoras Sociales en Formación
	Se generan dos espacios con la población participante con el fin de reconocer cuáles son sus características y definir el objetivo central del proceso	Registro fotográfico	
Indicadores de estrategia	En el plan metodológico se plantea ejecutar 12 sesiones que permitan desarrollar los correspondientes a cada objetivo establecido	Fotografías Listas de asistencia Diarios de campo	Equipo de Proyecto de grado - 3 Trabajadoras Sociales en Formación

Nota. Esta tabla corresponde a los indicadores de gestión del proceso realizado tanto a Adultos Mayores y Jóvenes pertenecientes a Cocina Popular Govarova
Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2022-1)

Capítulo III

3. Evaluación Ex Post

Este capítulo se realiza a partir de la evaluación de todo el proceso por medio de la Matriz DOFA que según Ballesteros (2010) “Es una metodología de estudio de la situación de una organización o empresa en su contexto y de las características internas (situación interna) de la misma, a efectos de determinar sus Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas”.

Partiendo de esta propuesta, se realiza la evaluación partiendo de dos momentos; en primer lugar, se hace la identificación tanto de las Debilidades, Oportunidades, Fortalezas y Amenazas identificadas en el proceso de ejecución del proyecto.

Consiguiente a esta matriz se desarrolla el cuadro de evaluación de los indicadores por meta establecida para establecer que logros se alcanzaron.

3.1 Matriz DOFA de evaluación

Cuadro 20.

Matriz DOFA

DEBILIDADES	OPORTUNIDADES
<p>-Falta de tiempo de los participantes para asistir a los encuentros programados.</p> <p>- Redes sociales primarias, secundarias y terciarias débiles en los adultos mayores.</p> <p>-En algún momento se dificultó el proceso de organización de actividades apropiadas para trabajar desde lo intergeneracional</p>	<p>-Interés de la población a participar en el proceso planteado por parte de las trabajadoras sociales en formación.</p> <p>- Los productos entregados a la población se dejan a partir de las necesidades planteadas como la falta de conocimiento de las instituciones que ofrecen servicios dentro de la localidad.</p> <p>-Los participantes mencionan la importancia que tienen para ellos el pertenecer a cualquier programa que brinde herramientas para fortalecer el envejecimiento activo.</p> <p>-Lograr la ejecución de las sesiones acerca del aprendizaje continuo por medio de las estrategias educativas realizadas a partir de los encuentros intergeneracionales, además posibilitar la inclusión y participación de los dos grupos etarios.</p>
FORTALEZAS	AMENAZAS
<p>-Intercambio de experiencias entre adulto mayor y joven por medio de las actividades planteadas durante las sesiones.</p> <p>-Fortalecimiento de habilidades y potencialidades en el adulto mayor a partir de actividades pedagógicas.</p> <p>-Se posibilitaron los espacios físicos dentro del Comedor Comunitario Govarova para la ejecución de los módulos.</p>	<p>-Falta de compañía a los adultos mayores para asistir a los encuentros programados.</p> <p>-Poco interés por parte de los líderes del salón comunal por seguir con el proceso planteado.</p> <p>-Algunos adultos mayores y jóvenes consideran que ya por la edad no deben participar en ningún grupo que incentive el aprendizaje continuo.</p>

<p>-Apoyo por parte de los líderes del comedor comunitario para crear espacios que promocionen el envejecimiento activo e inclusión social.</p> <p>-Bases teóricas fuertes que permiten el desarrollo del tema planteado en la población.</p> <p>-Registros fotográficos que permite dar validez que se ejecutaron las sesiones programadas.</p>	<p>-Poca participación de los jóvenes por el tema del estudio.</p>
--	--

Nota. Esta tabla corresponde a la matriz DOFA del proceso realizado tanto a Adultos Mayores y Jóvenes pertenecientes a Cocina Popular Govarova
Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2022-1)

3.1.2 Matriz DOFA en relación con objetivos

Como segundo momento y partiendo de la primera matriz se realiza una matriz en la que se relacionan las DOFA que permiten establecer las estrategias que permitan dar respuesta a las limitaciones que se presentaron y continuidad a los procesos que le dieron viabilidad al proyecto.

Cuadro 21.

Matriz DOFA en relación con objetivos

<i>Análisis DOFA</i>	<i>O: Oportunidades:</i> El grupo muestra buena actitud en el desarrollo de cada una de las actividades que incentivan el aprendizaje continuo.	<i>A: Amenazas</i> Algunos adultos mayores consideran que ya por la edad no deben participar en ningún grupo que incentive el aprendizaje continuo
<i>Fortalezas</i> Intercambio de experiencias entre adulto mayor y joven por medio de las actividades planteadas durante las sesiones	<i>Estrategias FO</i> Desarrollo del módulo por medio de la metodología de la Gerogogía con el fin de trabajar con el adulto mayor y joven temas como carta del legado, educación y alfabetización, propósito y sentido de vida, habilidades y potencialidades, autoaceptación etc., que permita propiciar espacios de aprendizaje continuo en los participantes.	<i>Estrategias FA</i> Recalcar la importancia de trabajar los distintos temas sobre el envejecimiento activo como lo es el apoyo social, educación y participación, esto para poder garantizar calidad de vida a medida que las personas envejecen
<i>Debilidades</i>	<i>Estrategias DO</i>	<i>Estrategias DO</i>

Falta de tiempo de los participantes para asistir a los encuentros programados	Organizar los tiempos según lo acordado con el líder del Comedor comunitario Govarova para que los participantes puedan asistir a los diferentes espacios convocados por las trabajadoras sociales en formación	Crear espacios educativos en donde se les pueda mostrar a los adultos mayores que la edad no es un impedimento para seguir construyendo metas y cumpliendo sueños,
--	---	--

Nota. Esta tabla corresponde a la matriz DOFA relacionado con los objetivos del proceso realizado tanto a Adultos Mayores y Jóvenes pertenecientes a Cocina Popular Govarova
Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2022-1)

Por último, se realiza una evaluación de los indicadores que se plantearon con anterioridad, esto con el propósito de establecer los logros resultado de las metas establecidas por objetivo del proyecto. (Ver Cuadro 22).

3.2 Indicadores de Evaluación

Cuadro 22.

Indicadores de evaluación

OBJETIVOS	METAS	INDICADORES DE EVALUACIÓN
<p>Obj. Específico 1: Incentivar a los adultos mayores y jóvenes a la búsqueda y construcción de redes sociales de apoyo, que den respuesta al proceso de envejecimiento activo.</p>	<p>Aumentar en un 65% el reconocimiento de las redes sociales de apoyo de los adultos mayores y jóvenes a través de 2 encuentros durante el mes de febrero del 2022.</p> <hr/> <p>Fomentar en un 70% a partir de 2 encuentros la construcción de las redes sociales de apoyo de los adultos mayores y jóvenes durante el</p>	<p>Se logró la ejecución de: 1 sesión denominada Socialización e importancia de las redes sociales de apoyo en el envejecimiento activo que corresponde al 35% de la meta establecida, ejecutada en la 1 semana de febrero</p> <p>Se logró el reconocimiento de las redes que deben ser potencializadas, es decir, de 2do y 3er nivel. 1 sesión denominada desarrollo de redes de apoyo de segundo nivel que corresponde al 30% de la meta establecida, ejecutada en la 2 semana de febrero, a través de los procesos de solidaridad intergeneracional gestados desde los espacios de interacción.</p> <hr/> <p>1 sesión denominada Construcción de redes que corresponde al 45% de la meta establecida, ejecutada en la 3 semana de febrero.</p>

	<p>mes de febrero del 2022.</p>	<p>Se logró la construcción de posibles redes terciarias para el adulto mayor.</p> <p>Se logró la interacción de los adultos mayores con sus redes terciarias e institucionales.</p> <p>1 sesión denominada Construcción de matriz institucional de redes de apoyo terciarias que corresponde al 25% de la meta establecida, ejecutada en la última semana de febrero.</p> <p>Se logró la construcción de la matriz de redes terciarias, esta se realiza juntamente con los jóvenes que formaron parte del proceso, esta matriz permitió identificar instituciones que funcionan en bienestar del adulto mayor.</p> <p>Se logró la vinculación de la fundación IBUR quien dará continuidad al proceso.</p>
<p>Obj. Específico 2: Motivar la participación de los jóvenes y adultos mayores en los diferentes espacios y/o programas ofertados por el comedor comunitario o por alguna organización.</p>	<p>Generar el 70 % espacios que permitan la inclusión y participación de los adultos mayores y jóvenes solidaridad intergeneracional durante el mes de marzo del 2022</p>	<p>Se logró la ejecución de:</p> <p>1 sesión denominada Relaciones positivas con el otro grupo poblacional que participa en el proceso (jóvenes) ejecutada en la 1 semana de marzo que corresponde al 35 % de la meta planteada, en donde se logró la disminución de la imagen negativa sobre la vejez por parte de los dos grupos etarios.</p> <p>1 sesión denominada Legados y Experiencias con los jóvenes ejecutada en la 2 semana de marzo que corresponde al 35% de la meta planteada, por ende, se logró el “ponerse en los zapatos del otro” e identificar el alcance que tienen estos procesos en la vida de los otros.</p> <p>Se logró la participación del grupo en otros espacios de la comunidad.</p> <p>Se logró la inclusión y participación sin importar la edad.</p>
	<p>Incentivar en un 70% por medio de 1 sesión la participación de los adultos mayores y jóvenes a través de una reflexión desde la autoaceptación en el mes de marzo del 2022</p>	<p>Se logró la ejecución de:</p> <p>1 sesión denominada (Autoaceptación) que corresponde 65% de la meta planteada ejecutada en la 3 semana de marzo, se logra la apropiación de cada participante sobre ¿quién es? a través de procesos de confianza en sí mismos, rompiendo los estereotipos y</p>

		<p>sesgos sobre el proceso de envejecimiento.</p> <p>Se logró recuperar la confianza para participar plenamente en comunidad</p> <p>Se logró abrir espacios intergeneracionales (clases de teatro, danza, etc.)</p>
<p>Obj. Específico 3: Fomentar el aprendizaje continuo en la vida cotidiana de los adultos mayores y jóvenes, resaltando su importancia en el transcurso de vida y en la etapa de la vejez.</p>	<p>Lograr en un 70% construir por medio de 2 encuentros procesos de aprendizaje continuo en los adultos mayores y jóvenes por medio de las estrategias educativas durante el mes de marzo y abril del 2022.</p>	<p>1 sesión denominada Educación y alfabetización que corresponde al 45% de la meta establecida ejecutada en la 4 semana de marzo, potenciando las habilidades escritura y lectura en los adultos mayores construida con los jóvenes.</p> <p>1 sesión denominada Derechos Humanos que corresponde al 25% de la meta establecida, ejecutada en la 1 semana de abril, se logró la identificación por parte de la población sobre los derechos fundamentales y como hacerlos válidos en la sociedad.</p> <p>Se logró la implementación de estrategias educativas en pro del aprendizaje continuo</p> <p>Se logró el reconocimiento de la importancia del aprendizaje continuo en el proceso de envejecimiento activo.</p>
	<p>Incentivar en un 70% a través de 2 encuentros en los adultos mayores y jóvenes el fortalecimiento del proyecto de vida y las habilidades sociales durante el mes de abril del 2022.</p>	<p>1 sesión denominada Habilidades y potencialidades sociales que corresponde al 35% de la meta establecida ejecutada en la 2 semana de abril</p> <p>1 sesión denominada Propósito y sentido de vida que corresponde al 35% de la meta establecida, ejecutada en la 3 semana de abril</p> <p>Se logró el reconocimiento de la importancia de tener un propósito de vida en la etapa de la vejez.</p> <p>Se logró que el grupo, sin importar su edad, estableciera un propósito y proyecto de vida.</p>

Nota. Este cuadro corresponde a los indicadores de evaluación que buscan medir el nivel de alcance de las metas establecidas por objetivos del proceso realizado tanto a Adultos Mayores y Jóvenes pertenecientes a Cocina Popular Govarova
Fuente: Elaboración grupo - Proyecto de grado (2022-1)

De acuerdo con este apartado evaluativo, en un primer momento se desarrolló **una evaluación ex- ante** que permitió identificar todos los riesgos y oportunidades que se podrían presentar con el desarrollo de este proceso de intervención, allí se concluye que la

factibilidad del proyecto era positiva, debido a que las posibilidades, herramientas y apoyo por parte de la institución para ser ejecutado se posibilitaron y se hicieron efectivas, en un segundo momento, se desarrolla **la evaluación ex-durante** a partir de los indicadores de monitoreo que buscaron dar respuesta a la fase de ejecución del proyecto, esto con el fin de dar cumplimiento a los objetivos y las metas establecidas en la fase de planeación, a sí mismo se realizaron los **indicadores de gestión** que permitieron observar las gestiones que se desarrollaron durante todo el proceso, estas gestiones radican en la gestión de redes terciarias o de orden institucional (Fundación IBUR), establecer comunicación para poder desarrollar el proyecto y plantear los encuentros dirigidos a la población de adulto mayor y joven desde el determinante social del envejecimiento activo desde la solidaridad intergeneracional con sus respectivos medios de verificación entre los que se encuentran: instrumentos de caracterización, registros fotográficos, diarios de campo etc.

En un tercer momento se realiza la **matriz DOFA**, como metodología que permitió identificar las debilidades, oportunidades, fortalezas y amenazas presentes en el proceso de ejecución dando como resultados positivos visualizar el interés de la población a participar en el proceso planteado por parte de las trabajadoras sociales en formación y el intercambio de experiencias entre adulto mayor y joven por medio de las actividades planteadas durante las sesiones y resultados negativos la falta de tiempo de los participantes para asistir a los encuentros programados por complicaciones personales.

Finalmente se concluye este apartado evaluativo con la tabla de la **evaluación Ex-post** que permite observar con qué porcentaje se logró cumplir la meta planteada en el proceso de planeación, a partir de los indicadores de logro o evaluación, se identificó el cumplimiento de cada una de las **sesiones programadas**, tocando temas como lo son socialización e importancia de redes sociales, legados y experiencias a través de la solidaridad intergeneracional, autoaceptación, relaciones positivas, educación y alfabetización, habilidades y potencialidades sociales propósito y sentido de vida, de estas sesiones se dejan como productos la **construcción de un directorio** con datos (institución, dirección, teléfono, servicios que ofertan, objetivo misional) de cada una de las instituciones ubicadas en la localidad esto con el fin de que puedan establecer redes terciarias, por otro lado se **estableció un contacto con la fundación IBUR** quien mostró interés por seguir con el proceso intergeneracional en conjunto con la Coordinadora del Comedor Comunitario Lorena Carabali y una joven que pertenece a procesos con el comedor Camila Cuevas; de igual forma, se elaboró e implementó una **caja de herramientas** que apuesta a la construcción de un envejecimiento activo, entregada a los líderes y a los jóvenes del

Comedor Comunitario Govarova como herramienta de trabajo con los adultos mayores y jóvenes. Finalmente, a los adultos mayores y jóvenes que participaron en el proceso realizado, se les hizo entrega de una **cartilla denominada *Envejecimiento Activo ¡Vejez Sana e inclusiva!*** a través de la cual se busca darle continuidad al proceso desde herramientas que posibiliten su desarrollo físico y social.

3.3 Reflexiones desde Trabajo Social

3.3.1. Aportes y retos de Trabajo Social

Desde el Trabajo Social se resalta la importancia de fortalecer la construcción de las redes sociales en los individuos que permitan generar espacios de participación e inclusión social, esto con el fin de promover la atención de las necesidades presentes dentro de la población, enfatizando en el adulto mayor, quien ha sido excluido del sistema social debido a los sesgos existentes por la edad y su funcionamiento físico y mental.

Es importante recalcar el aporte que se hace desde la profesión sobre la construcción de los espacios de participación, puesto que son base fundamental para desarrollar todos los procesos de integración, desde esta perspectiva con miras al Aprendizaje continuo desde la propuesta de la solidaridad Intergeneracional tomando como punto de partida los legados, experiencias o situaciones que convergen en algún punto. El trabajo intergeneracional, a su vez, se convierte en un desafío, puesto que es de sumo cuidado pensar en todas las personas que hacen parte del proceso, saber diferenciar gustos, posturas y encontrar el punto en el que se logra consensuar entre ambas generaciones y conseguir lo que tienen en común.

Es de vital importancia resaltar la capacidad y el enfoque humano, que tiene el profesional para identificar las problemáticas presentes en la comunidad a la que va a intervenir y por medio de ese análisis construir y ejecutar procesos metodológicos necesarios para mitigar las situaciones presentes y generar bienestar en la población.

Dando continuidad a los retos desde la disciplina, se pretende llegar a los diferentes espacios y crear procesos que beneficien y mitiguen las problemáticas presentes en la población de adulto mayor, guiándose desde las diferentes estrategias de intervención para poder cambiar los ideales que se encuentran dentro de la sociedad sobre este grupo etario y seguir trabajando para fortalecer el envejecimiento activo desde cada uno de sus pilares.

3.3.2 Logros

Llevar a cabo el presente proyecto de intervención trajo consigo múltiples logros y aprendizajes, desde el ámbito personal aprendimos a ser más empáticos, solidarios, humanos, y comprensivos con la realidad social. Cada persona del comedor comunitario aportó un granito de arena para que el proceso fuera más ameno, más agradable y para que se quedara permeado como una experiencia que no olvidaremos.

Respecto al ámbito profesional, llevar a cabo esta intervención fue el primer acercamiento a lo que será la vida laboral con la comunidad, el hecho de gestionar espacios, recursos y encuentros nos dio una pequeña prueba del gran universo de posibilidades al que tenemos que enfrentarnos como Trabajadoras sociales. Además, esta intervención nos permitió reconocer lo comprometidas que estamos con la transformación de la realidad colombiana, para esto es importante cada día seguir fortaleciendo nuestra capacidad, comprensiva, reflexiva, crítica y analítica de la realidad social.

Por último, respecto a los logros y aprendizajes académicos, pudimos poner en práctica todo lo visto en la vida universitaria, asimismo mejoramos la gestión de proyectos de intervención con pertinencia social, podemos decir que esta intervención dejó como mayor logro, ser profesionales con capacidad de valoración, esto nos permitirá seguir orientando las múltiples intervenciones hacia el abordaje de las necesidades, el bienestar social, la calidad de vida y al desarrollo humano sostenible.

Capítulo IV

4.CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. Conclusiones

En relación con el objetivo general se puede concluir que:

- Se puede concluir que los adultos mayores y jóvenes que hicieron parte del presente proyecto orientado por las Trabajadoras Sociales en formación participaron activamente en diferentes espacios y esto les permitió establecer fuertes lazos intergeneracionales que contribuyen a su proceso de envejecimiento activo.
- Es importante seguir en construcción y fortalecimiento del Trabajo social gerontológico ya que por medio de diversas herramientas podrá llevar a cabo procesos que permitan enfrentar las problemáticas de los adultos mayores en la sociedad, además se debe seguir incentivando la solidaridad intergeneracional y el

fortalecimiento de habilidades y potencialidades que son necesarias para el proceso de envejecimiento activo, y que por ende mejoran la calidad vida.

- A partir del presente proyecto de intervención se dio apertura a un espacio de solidaridad intergeneracional que se seguirá llevando a cabo en la Cocina Comedor Comunitario Govarova, se rescata que las voces de los adultos mayores y los jóvenes continuarán siendo escuchadas, además, es un espacio donde pueden seguir participando, aprendiendo y compartiendo sus problemáticas, necesidades, saberes, intereses y sentires. Lo anterior, contribuye al fortalecimiento del envejecimiento activo, especialmente desde los determinantes sociales.
- Es de vital importancia para la promoción del envejecimiento activo, continuar tejiendo lazos intergeneracionales que permitan la participación de los adultos mayores y jóvenes en los diferentes espacios de la comunidad, esto resulta necesario para el pleno gozo de un envejecimiento activo, saludable, digno y feliz.

En relación con los objetivos específicos:

- Se concluye que el adulto mayor tiene poca participación en sus redes primarias, secundarias y terciarias, debido a la ausencia de espacios que promuevan la convivencia e inclusión, por tanto, desde el presente proyecto de intervención llevado a cabo por parte de las Trabajadoras Sociales en formación, se gestiona el contacto con la Fundación IBUR, la cual tiene como objetivo “devolver la dignidad humana garantizando el bienestar físico, Psicológico, social y Espiritual del adulto mayor y de toda la población vulnerable de la localidad Rafael Uribe Uribe”, es por eso que la Trabajadora Social de la Fundación, la señora Marisol está interesada y menciona querer darle continuidad al proyecto. Para dar cumplimiento a lo anterior, se gestionó la alianza con la coordinadora del Comedor Comunitario y se llegó al acuerdo de continuar con la intervención, realizando los encuentros con la población cada quince días.
- Las redes sociales pueden brindar apoyo emocional, reforzar comportamientos saludables, mejorar el acceso a los servicios como empleo, información y recursos materiales, además ayudan al individuo a integrarse a la sociedad, por tal razón, es importante seguir fortaleciendo y estableciendo diferentes redes de apoyo en la vida del individuo, bien sean redes primarias, secundarias o terciarias; contar con redes sociales de apoyo en la vida cotidiana facilita la participación en la sociedad y por ende mitigar la exclusión social.

- La participación es uno de los pilares del envejecimiento activo, esta significa comprometerse en cualquier objetivo social, civil, recreativo, intelectual y espiritual. Por tanto, se debe seguir incentivando a los adultos mayores y jóvenes a tener un espíritu de compromiso social.
- Alentar la participación desde la juventud contribuye notablemente a que la voz de los jóvenes sea escuchada en diálogos intergeneracionales sobre los múltiples asuntos sociales.
- El aprendizaje continuo o la educación continua, tiene gran influencia en el “ser” de cada persona, pero también tiene gran influencia en la alfabetización, en tener un estilo de vida más saludable y en tener mejores ingresos económicos; como su nombre lo indica, debe ser educación a lo largo de la vida, sin embargo aprender en la madurez tiene un impacto positivo en el autoestima, la confianza y la participación social; en otras palabras, el aprendizaje continuo contribuye al bienestar de la comunidad en diferentes ámbitos y es por tanto que se debe fomentar participando en diferentes cursos formativos cortos que permitan desarrollar y adquirir nuevas habilidades respecto a algún tema específico, además se puede fortalecer el aprendizaje por medio ejercicios individuales y colectivos de lectura, escritura y memoria.
- El aprendizaje continuo a lo largo de la vida no solo es importante para la empleabilidad, sino que también para reforzar el bienestar, este pilar del envejecimiento activo también da apoyo a otros pilares, es por eso por lo que facilitar la prosperidad en general y el aprendizaje continuo contribuye significativamente a la solidaridad entre generaciones.
- Es importante desde nuestra profesión, seguir trabajando para recuperar los diferentes lazos intergeneracionales por medio de la participación comunitaria, la inclusión y la colaboración entre el adulto mayor y los jóvenes del territorio propendiendo la mejora de la calidad de vida.
- Finalmente, como profesionales es necesario dejar las puertas abiertas para la continuación de diferentes procesos en beneficio de la comunidad, por consiguiente desde la disciplina de Trabajo social se deja como producto final una cartilla y caja de herramientas con un plan de acción en pro del fortalecimiento de redes de apoyo, habilidades y potencialidades en el adulto mayor, se espera que los jóvenes, la comunidad y la Fundación IBUR puedan darle continuidad a los diferentes procesos que aporten a la promoción y fortalecimiento del envejecimiento activo para que la

comunidad en general pueda tener una vejez saludable, digna e incluyente.

4.2. Recomendaciones

- **Comedor comunitario Govarova:** Se sugiere fomentar con mayor frecuencia programas en beneficio a la población de adulto mayor, con el fin de continuar potenciando las habilidades y competencias que a su vez sean el incentivo de mejorar la calidad de vida de esta población en pro del envejecimiento activo dentro de la localidad desde una mirada intergeneracional para fortalecer la participación de la comunidad en estos espacios.
- Para potenciar la participación del adulto mayor en los distintos procesos comunitarios se sugiere ampliar las redes con las distintas organizaciones que se encuentran en el directorio elaborado por las Trabajadoras sociales en formación.
- A la comunidad se recomienda seguir gestando y participando de diferentes espacios intergeneracionales los cuales contribuyen al envejecimiento activo y a la calidad de vida de cada individuo.
- **Universidad Colegio mayor de Cundinamarca:** Se sugiere persistir en procesos que involucren a la población de adulto mayor, ya que se evidencia un alto índice de problemáticas dentro de la misma, que requieren intervención con urgencia.

5. Referências Bibliográficas

- Agudelo-Cifuentes MC, Cardona-Arango D, Segura-Cardona Á, Restrepo-Ochoa DA. (2020) *Maltrato al adulto mayor, un problema silencioso*
<http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v38n2/2256-3334-rfnsp-38-02-e331289.pdf>
- ALTER Grupo de investigación. (2008). *II Plan de Lucha contra la Exclusión Social en Navarra Diagnóstico de la Exclusión social en Navarra. Personas mayores y exclusión social.* https://www.unavarra.es/digitalAssets/168/168636_10000003-Personas-mayores-y-exclusion-social-PDF.pdf
- Ángel. S. (2013). Desarrollo humano como enfoque integral de desarrollo en el contexto de México. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de:
<http://132.248.9.195/ptd2013/agosto/0698695/0698695.pdf>
- Arango Victoria, Ruiz Cristina. Fundación Saldarriaga Concha. *DIAGNÓSTICO DE LOS ADULTOS MAYORES DE COLOMBIA*
http://www.sdp.gov.co/sites/default/files/diag_adul_mayor.pdf
- Azurra Daniel. (2013). *Procesos de Aprendizaje de Adultos Mayores residentes en un Geriátrico.* Universidad del Rosario,
<https://rephip.unr.edu.ar/bitstream/handle/2133/11025/Tesis%20doctoral%20-%20Serrani.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- BARRANCO EXPÓSITO, C. (s. f) *LA INTERVENCIÓN EN TRABAJO SOCIAL DESDE LA CALIDAD INTEGRADA.*
https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/5592/1/ALT_12_05.pdf#:~:text=a%20intervenci%C3%B3n%20en%20el%20Trabajo,vida%20de%20la%20ciuda%2D%20dan%203%20ADa.
- Beltran Judith, Rivas Adalver (2013) *Intergeneracionalidad y multi generalidad en el envejecimiento y la vejez.* TABULA RASA, BOGOTÁ
<http://www.scielo.org.co/pdf/tara/n18/n18a14.pdf>
- Bermejo García, L. (2004). *Gerontología Educativa: Cómo diseñar proyectos educativos con personas mayores.* ISBN 84-7903-198-8.
https://books.google.com.co/books?id=q37HgoBKjjgC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Bruno F, Acevedo J, Castro L, Garza R. (2018) *El construccionismo social, desde el trabajo social: “modelando la intervención social construccionista”*
<https://www.margen.org/suscri/margen91/castro-91.pdf>

Carmona. B. et, al. (2012). *Propuestas saludables para el envejecimiento activo*.

<http://www.hekademos.com/hekademos/media/articulos/11/03.pdf>

Canitas. (s, f). *Dinámicas para adultos mayores*. <https://canitas.mx/guias/dinamicas-para-adultos-mayores/>

Cano. A. Gómez. B (et, al). (2010). Educación y desarrollo humano una relación para reflexionar en Trabajo Social. Universidad de Manizales Revista Eleuthera Volumen n°4 págs. 3-47. Manizales Colombia.

http://vip.ucaldas.edu.co/eleuthera/downloads/Eleuthera4_2.pdf

Corcino, N. (2013). *HABILIDADES Y DESTREZA EN UNA PERSONA*. EOI.

<https://www.eoi.es/blogs/madeon/2013/05/21/habilidades-y-destreza-en-una-persona/>

Chavarriga, A., & Franco Loaiza, G. (2009). Gerogogía: Aprendiendo a Envejecer, Prosperidad en el Atardecer. Revista Rumbos TS. Un Espacio Crítico Para La Reflexión En Ciencias Sociales, (4), 25-36.

<http://revistafacso.ucentral.cl/index.php/rumbos/article/view/174>

Chavarriga Alba, Franco Gladys (2009). Universidad Central de Chile *GEROGOGIA: APRENDIENDO A ENVEJECER, PROSPERIDAD EN EL ATARDECER*.

<https://core.ac.uk/download/pdf/268587789.pdf>

El Espectador- Redacción Economía. (2018). *Colombia se está envejeciendo: el 9,23% de la población tiene más de 60 años*. <https://www.elespectador.com/economia/colombia-se-esta-envejeciendo-el-9-23-de-la-poblacion-tiene-mas-de-60-anos-article-810148/>

El Tiempo, REDACCIÓN JUSTICIA (2021). *Así puede denunciar maltrato de menores de edad o de adultos mayores*. <https://www.eltiempo.com/justicia/servicios/donde-puede-denunciar-maltrato-a-menores-o-adultos-mayores-596766>

Filardo, Cristina. (s.f). *Trabajo Social para la Tercera edad* · ISSN 1133-6552 / ISSN Electrónico 2173-8246. [file:///C:/Users/CATERING/Downloads/Dialnet-Trabajo Social Para La Tercera Edad-4111475.pdf](file:///C:/Users/CATERING/Downloads/Dialnet-Trabajo%20Social%20Para%20La%20Tercera%20Edad-4111475.pdf)

Iglesias Julio (2001) *LA SOLEDAD EN LAS PERSONAS MAYORES: Influencias Personales, Familiares y Sociales. Análisis Cualitativo* <https://fiapam.org/wp-content/uploads/2014/11/La-soledad-en-las-personas-mayores.pdf>

Ivana Miralles. (s.f). *VEJEZ PRODUCTIVA El reconocimiento de las personas mayores como un recurso indispensable en la sociedad*. <file:///D:/Downloads/Dialnet-VejezProductiva-3702472.pdf>

- Josep de Martí. (2017). *Tercera edad y alfabetización*. *Infocedencias.com*
<https://www.infocedencias.com/blog/index.php/2017/09/27/tercera-edad-y-alfabetizacion/>
- Limón, M. Ortega, C. (2011). *Envejecimiento activo y mejora de la calidad de vida en adultos mayores*. *Universidad Nacional de Educación a Distancia y Universidad*
<http://www.revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/68.pdf>
- Ludi, M. (2013). *Envejecimiento activo y participación social en sectores de pobreza*. *X Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires*
<http://cdsa.aacademica.org/000-038/387.pdf>
- MSc. Lic. Minsú Sotomayor Alvarez. (s.f). *APOYO SOCIAL EN LA VEJEZ*. Centro de Investigaciones sobre Longevidad, Envejecimiento y Salud (CITED).
https://www.cepal.org/sites/default/files/presentations/apoyo_social_en_la_vejez.pdf
- Ministerio de la Protección Social & Fundación Saldarriaga Concha (2007). *DIAGNÓSTICO PRELIMINAR SOBRE PERSONAS MAYORES, DEPENDENCIA Y SERVICIOS SOCIALES EN COLOMBIA*.
<https://www.minsalud.gov.co/proteccion-social/Documents/Situacion%20Actual%20de%20las%20Personas%20adultas%20mayores.pdf>
- Ministerio de Salud (2021). *CICLO DE VIDA*.
<https://www.minsalud.gov.co/proteccion-social/Paginas/cicloVida.aspx>
- Naciones Unidas. (2015). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*.
https://www.un.org/es/documents/udhr/UDHR_booklet_SP_web.pdf
- Ocampo Eljaiek, David Ricardo (2008). *Los espacios urbanos recreativos como herramienta de productividad*. *Revista Escuela de Administración de Negocios*, (63), 107-125. [Fecha de Consulta 11 de noviembre de 2021]. ISSN: 0120-8160. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=20611455008>
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Envejecimiento activo: un marco político**. *Rev Esp Geriatr Gerontol* 2002;37(S2):74-105
https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/vejez/oms_envejecimiento_activo.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. (Clasificación NLM: WT 104)- ISBN 978 92 4 069487 3.
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf

- Ojeda Dayra, López Esperanza (2017) *Relaciones intergeneracionales en la construcción social de la percepción del riesgo*.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-050X2017000200106
- Pina Marcelo (2004) *Trabajo social gerontológico: investigando y construyendo espacios de integración social para las personas mayores*.<https://www.gerontologia.org/portal/archivosUpload/PonenciaMarceloPinaMoran.pdf>
- Quispe Rafael. (2013). *La experiencia de "Encuentros Intergeneracionales con Personas Adultas Mayores en el sur del Perú*. BOLETÍN CÁRITAS DEL PERÚ.
<file:///C:/Users/CATERIN/Downloads/Encuentros-Intergeneracionales-con-Personas-Adultas-Mayores-en-el-sur-del-Peru.pdf>
- Rodriguez Dayana (2011) *Vejez y Envejecimiento*
<https://core.ac.uk/download/pdf/86442423.pdf>
- Rodríguez, M. C., & Vidal-Figueroa, C. (2015). Solidaridad intergeneracional: jóvenes y adultos mayores en estrecha colaboración. *Prospectiva. Revista de trabajo social e intervención social*, 261-278.
<https://revistapropectiva.univalle.edu.co/index.php/prospectiva/article/view/942>
- Sánchez Ana, Jiménez Mercedes (2013) *Exclusión social: fundamentos teóricos y de la intervención* <file:///C:/Users/CATERING/Downloads/952-Texto%20del%20art%C3%ADculo-1346-1-10-20130630.pdf>
- Secretaria distrital de gobierno. Alcaldía Mayor de Bogotá D.C. (2013). *Enfoque Diferencial*.
<http://www.gobiernobogota.gov.co/transparencia/informacion-interes/glosario/enfoque-diferencial#:~:text=El%20enfoque%20diferencial%2C%20configura%20la,especial%20protecci%C3%B3n%20constitucional%2C%20que%20requieren>
- Subdirección de Participación Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas (s.f). *Enfoque Diferencial Persona Mayor*
<https://repositoryoim.org/bitstream/handle/20.500.11788/975/Capitulo%2016.pdf?sequence=19&isAllowed=y#:~:text=El%20enfoque%20diferencial%20de%20Persona,que%20de%20esa%20situaci%C3%B3n%20surgen>

6. Anexos

Carta de permiso aval

→ [Carta Salón comunal-Tesis.pdf](#)

Carta culminación del proceso

→ [Carta culminación de la intervención. Salón comunal Govarova.pdf](#)

Cartillas utilizadas en algunos encuentros

→ [cartilla proyecto de vida.pdf](#)

→ [cartilla habilidades .pdf](#)

→ [evidencias .pdf](#)

Instrumento de caracterización

→ [instrumento de caracterización.pdf](#)

→ [Instrumentos de caracterización.pdf](#)

Diario de campo

→ [diario de campo. Construcción de Directorio.pdf](#)

→ [diario de campo. Construcción de redes de apoyo.pdf](#)

→ [diario de campo. Desarrollo de redes sociales.pdf](#)

→ [diario de campo. Socialización e importancia de las Redes Sociales.pdf](#)

→ [diario de campo relaciones positivas.pdf](#)

→ [diario de campo legado y experiencias.pdf](#)

→ [diario de campo autoaceptacion.pdf](#)

→ [diario de campo educación y alfabetización.pdf](#)

→ [diario de campo, propósito y sentido de vida.pdf](#)

→ [Diario de campo Habilidades cognitivas y potencialidades.pdf](#)

→ [Diario de campo Derechos humanos.pdf](#)

Listas de asistencias

→ [lista de asistencia propósito y sentido de vida.pdf](#)

→ [Lista de asistencias encuentros .pdf](#)

→ [lista de asistencia .pdf](#)

→ [Lista de asistencia1 de Marzo 2022.pdf](#)