



**Sistematización “Experiencia para la formación integral de las personas mayores del grupo B, jornada tarde, del centro día Fundación Jeymar como incidencia en el pilar del envejecimiento activo: aprendizaje continuo a lo largo de la vida durante el periodo 2022 – 2023”.**

Autoras

Lina Vanessa Cárdenas Beltrán

[ivanessacardenas@unicolmayor.edu.co](mailto:ivanessacardenas@unicolmayor.edu.co)

Karol Dayanna Castillo Becerra

[kdayanacastillo@unicolmayor.edu.co](mailto:kdayanacastillo@unicolmayor.edu.co)

Modalidad de Trabajo de Grado según Acuerdo 098 del 2021 para optar por el Título Trabajadora Social

Director

Luz Sney Cardozo

Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca  
Facultad de Ciencias Sociales  
Programa de Trabajo Social  
Bogotá, D.C.

2023



***“NI LA JUVENTUD SABE LO QUE PUEDE,  
NI LA VEJEZ PUEDE LO QUE SABE”.  
JOSÉ SARAMAGO.***

## Resumen

La sistematización de experiencias del centro día Fundación Jeymar (2022) en el barrio Lijacá de la localidad de Usaquén es el reflejo y el resultado de la incidencia del envejecimiento activo y el aprendizaje continuo a lo largo de la vida de las personas mayores, a partir de la formación integral que se implementa en la comunidad de la fundación por medio de talleres de formación que permite a las personas mayores mantenerse activas, aprender cosas nuevas y contribuir a la sociedad.

La documentación realizada permite identificar las fortalezas y debilidades de los talleres de formación que se llevan a cabo en la fundación, así como también las necesidades colectivas e individuales de los afiliados, incentivando la reflexión sobre su propio aprendizaje e identificación de nuevas oportunidades de formación durante su vejez. La sistematización de la experiencia ayuda a las personas mayores a tomar conciencia de sus propias capacidades y a desarrollar su autonomía. Esto contribuye al empoderamiento de las personas mayores, que es un aspecto esencial del envejecimiento activo.

Así, la sistematización de esta experiencia es un aporte a la producción de conocimiento que se realiza sobre y desde la práctica cotidiana de las personas mayores de la Fundación Jeymar (2022). Con esto se hace posible la contextualización social e histórica de las realidades políticas, legales y culturales de este territorio particular. En ese sentido, reconstruir y sistematizar las historias, vivencias, propuestas y apuestas de la comunidad en aras de reconocer el envejecimiento activo que se implementa y que ha dado la posibilidad de acompañar e identificar la incidencia del mismo en las personas mayores.

*Palabras claves:* Envejecimiento activo, personas mayores, centro día, Fundación Jeymar, talleres integrales

### **Abstract**

The systematization of experiences of the Jeymar Foundation day center (2022) in the Lijacá neighborhood of the town of Usaquén is the reflection and result of the incidence of active aging and lifelong learning of older people, based on Comprehensive training that is implemented in the foundation's community through training workshops that allows older people to stay active, learn new things and contribute to society.

The documentation carried out allows us to identify the strengths and weaknesses of the training workshops carried out in the foundation, as well as the collective and individual needs of the members, encouraging reflection on their own learning and identification of new training opportunities during his old age. The systematization of the experience helps older people become aware of their own capabilities and develop their autonomy. This contributes to the empowerment of older people, which is an essential aspect of active aging.

Thus, the systematization of this experience is a contribution to the production of knowledge that is carried out about and from the daily practice of the elderly people of the Jeymar Foundation (2022). With this, the social and historical contextualization of the political, legal and cultural realities of this particular territory becomes possible. In that sense, reconstruct and systematize the stories, experiences, proposals and bets of the community in order to recognize the active aging that is implemented and that has given the possibility of accompanying and identifying its incidence in older people.

*Keywords:* Active aging, older people, day center, Jeymar Foundation, comprehensive workshops

## Agradecimientos

*Agradecemos a la Fundación Jeymar; a las personas mayores y sus profesionales que sin ellos no tendríamos una visión holística hoy en día de lo que consiste el envejecimiento activo en la sociedad y en la vida propia de cada individuo que atraviesa por una etapa de evolución, cambio y sabiduría.*

*Además, también queremos agradecer a la docente Luz Sney Cardozo por ser nuestra guía en este proceso, por el acompañamiento de manera constante y por ser partícipe de un logro tan importante para nosotras.*

***“Y si fuego es lo que arde en los ojos de los jóvenes, luz es lo que vemos en los ojos del anciano” (Víctor Hugo).***

*Le agradezco a Dios, a la vida, y a la Universidad Pública Colegio Mayor de Cundinamarca por permitirme materializar procesos y tejidos sociales desde lo comunitario.*

*Le agradezco a mi familia por ser mi motor de vida, a mi mamita por ser la razón y mi fuerza para estudiar esta hermosa carrera como lo es Trabajo Social.*

*A mi compañera de trabajo de grado, amiga y futura colega, solo tú y yo sabemos todos los obstáculos que atravesamos hasta este punto, y me enorgullece saber que aún estás a mi lado.*

*A Gabriela, que es mi polo a tierra en cada situación de mi vida, solo tú comprendes mis sentires y te agradezco por apoyarme y aconsejarme desde el amor siempre.*

*Y por último quiero agradecerle a una persona que le dio un rumbo diferente a mi vida estos últimos meses, que reconoció mis habilidades y me motivó a esforzarme más por mis sueños, Laura Sastoque te agradezco por estar en mi vida y compartirme un proyecto tan hermoso como lo es La Calera 4.0, creo fielmente en nosotras, en ti, te admiro y estoy orgullosa de todo lo que has logrado, eres mi modelo a seguir futura alcaldesa.*

*Desde la resiliencia y la empatía hoy celebro este nuevo logro.*

***Lina Vanessa Cárdenas Beltrán.***

*Le agradezco a la madre tierra que me orientó en este camino para encontrarme con una carrera tan maravillosa, que no sabía que quería y sobre todo tanto necesitaba, a mi familia, mis amigos, esos seres que estuvieron conmigo en esta ardua etapa y sostuvieron mi vida en los momentos que quise rendirme; a mi compañera de tesis, amiga y salvavidas por ser mi roble, por acompañarme, cuidarme y quedarse a pesar de lo complejo de la vida; a la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca por permitirme atravesar mi proceso académico y darme el privilegio de convertirme en trabajadora social. Agradezco inmensamente a mi papá que, aunque en cuerpo no ha estado y su ausencia me ha dolido, sé que me acompaña desde el cielo, ha guiado mi vocación y fue mi inspiración de querer estudiar esta carrera, porque entre tanto dolor que me ha dejado tu ausencia de no ser por eso no me habría encontrado con Trabajo Social. A la carrera le agradezco por salvarme la vida, porque me ha permitido reconocer, sanar y ser una mejor versión de mi misma. Por último, agradezco mi fuerza, mi resiliencia y mi capacidad de creer en mí sin saber cómo lo iba a lograr. Este es solo el comienzo de grandes cosas.*

***Karol Dayanna Castillo Becerra.***

## Tabla de Contenido

Capítulo 1: Punto de Partida	14
1.1. Línea de investigación: vida y salud, educación, ética y bioética	14
1.2. Contextualización de la experiencia	14
1.2.1. Contexto Geográfico o Institucional	22
1.2.2. Contexto Legal y Normativo	25
1.2.3. Contexto Teórico – Conceptuales	33
1.3. Problemática Abordada Por la Experiencia	36
Capítulo 2: Formulación del Plan de Sistematización de la Experiencia.	41
2.1 Justificación	41
2.2. Objeto de la sistematización	44
2.3. Pregunta que guiará la sistematización	45
2.4. Objetivo general de la sistematización	45
2.5. Objetivos específicos de la sistematización	45
2.6. Participantes de la experiencia	46
2.7. Ejes de la sistematización de la experiencia	46
2.7.1. Eje 1. Envejecimiento activo	46
2.7.2. Eje 2: Formación integral	49
2.8. Elaboración del plan de trabajo de sistematización	52
2.8.1. Paradigma comprensivo - interpretativo	53
Capítulo 3: La recuperación de la experiencia.	56

	12
3.1. Sistematización como apuesta metodológica	56
3.1.1. Una propuesta general del método en “cinco tiempos”	57
3.2. Definición de técnicas e instrumentos para la recolección de la información	60
3.3. Organización de la información	62
3.3.1. Categorías deductivas	62
3.3.2. Categorías inductivas	62
3.3.3. Sistematización de la información	63
Capítulo 4: Las Reflexiones Del Proceso	64
4.1. Caracterización de la población	65
4.2. Cartografía social y corporal	69
4.2.1. Momento 1	70
4.2.2. Momento 2	71
4.3. Diálogo de saberes	72
4.4. Línea del tiempo	75
4.5. Análisis e interpretación	77
4.6. Hitos importantes de la experiencia.	79
4.5.1. Eje 1: Envejecimiento activo.	86
4.5.2. Eje 2: Talleres de formación integral	94
4.7. Propuestas transformadoras	102
4.7.1. Trabajo Social	102
4.7.2. Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca	103
Capítulo 5: Punto de Llegada	104

	13
5.1. Logros y Productos de la Sistematización	104
5.2. Estrategia de comunicación de los aprendizajes	104
5.3. Aportes del trabajo social a los procesos de sistematización	105
5.4. Conclusiones	105
5.5. Recomendaciones	108
5.5.1. A la institución o población	108
5.5.2. Trabajo Social	108
5.5.3. Actores externos	109
Referencias bibliográficas	111
Anexos	120

**Anexos**

Anexo 1. Planeación sesión caracterización sociodemográfica.	120
Anexo 2. Planeación sesión cartografía social.	121
Anexo 3. Planeación sesión cartografía corporal.	122
Anexo 4. Planeación sesión diálogo de saberes.	123
Anexo 5. Planeación sesión línea del tiempo.	124
Anexo 6. Sesión Línea del tiempo Fundación Jeymar Parte 1.	125
Anexo 7. Sesión Línea del tiempo Fundación Jeymar Parte 2.	126

**Lista de Figuras**

Figura 1 División Geográfica localidad Usaquén en UPZ	23
Figura 2 Ubicación Geográfica Lijacá	23
Figura 3 Eje 1 de la sistematización	46
Figura 4 Eje 2 de la sistematización	49
Figura 5 Propuesta general del método en cinco tiempos	57
Figura 6 Preguntas iniciales de participación	58
Figura 7 Técnicas e instrumentos para la recolección de información	60
Figura 8 Edades	66
Figura 9 Zona y ubicación geográfica	67
Figura 10 Estrato	67
Figura 11 Tipo de Vivienda	68
Figura 12 Escolaridad	69
Figura 13 Sesión cartografía corporal Fundación Jeymar	70
Figura 14 Sesión Diálogo de saberes Fundación Jeymar.	74
Figura 15 Línea del tiempo 1	76
Figura 16 Línea del tiempo 2	76

**Lista de tablas**

Tabla 1 Marco legal	26
Tabla 2 Preguntas y objetivos de la sistematización de experiencias.	51
Tabla 3 Cronograma de Actividades - 5 Tiempos	55
Tabla 4 Categorías deductivas de los ejes de sistematización.	62
Tabla 5 Categorías inductivas de los ejes de sistematización.	62

## **Capítulo 1: Punto de Partida**

Según Jara (2018) para realizar una sistematización de experiencias la base principal de todo es partir de la propia experiencia, esto implica haber pasado por allí y llegar al punto de reflexión posterior el cual nos permite analizar todos los elementos específicos de la misma, sin embargo vale aclarar que el autor indica que eso no significa que deba haber concluido la experiencia para poder iniciar con el proceso, debido a que la finalización de un proceso es subjetiva y puede variar según cada tipo de experiencia, como en el caso de la presente sistematización, ya que estamos realizando este proceso investigativo mientras se está vivenciando la experiencia.

### **1.1. Línea de investigación: vida y salud, educación, ética y bioética**

La sistematización de experiencias se relaciona con la línea 05 y 06 de investigación en el marco del Acuerdo 069 del 10 de octubre de 2022 de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca. La línea 05, que forma parte de vida y salud, está orientada a estudiar el concepto de calidad de vida desde un modelo bio-psico-socio-cultural, focalizando necesidades y facilitando la toma de decisiones en variables relevantes para la calidad de vida. La línea 06 de educación, ética y bioética identifica y promueve las experiencias exitosas en torno a los procesos de enseñanza y aprendizaje analizando cómo los principios y valores tanto personales como profesionales orientan la implementación de las ciencias en armonía con la vida y la naturaleza.

### **1.2. Contextualización de la experiencia**

Para comenzar este diálogo, es importante reconocer el territorio, el espacio donde se vive y se desarrollan los aspectos sociales de la experiencia. Por esto se parte desde el reconocimiento de la Fundación Jeymar (2022) por la atención a la persona mayor. Sus inicios vienen desde 1984 desde su creación como Centro de bienestar del anciano, Fundación San Juan de Dios, y obtuvo su personería jurídica por parte del Ministerio de Salud mediante Resolución 004478 del 13 de abril de ese mismo año.

En 1998 empezó a brindar sus servicios en la modalidad de centro día en la sede del barrio Lijacá en la localidad de Usaquén de Bogotá en la Cra. 108c #187a - 59. Allí comenzó su labor con 5 afiliados, quienes eran personas mayores beneficiarias de los servicios que ofrece la institución, esto relacionado con el objetivo principal del trabajo el cual es “recuperar la experiencia del proceso de formación integral” y de manera transversal aportar a la persona mayor.

Esta institución tuvo origen en el alto sentido de responsabilidad social de Jesús María Rivera Escobar y su esposa Beatriz Concha de Rivera, quienes evidenciaban con preocupación el abandono que existía hacia algunas personas mayores, en su mayoría mujeres, en su entorno comunitario en la localidad de Usaquén, específicamente en el barrio Lijacá y sus alrededores. Allí veían un desamparo del Estado, puesto que algunos de ellos no contaban con seguridad social y en muchos casos tampoco con una red de apoyo o familiar en torno al sustento de sus necesidades básicas. Para ese momento, la comunidad solo contaba con el geriátrico Comunidad de cuidado Tierra del Sol ubicado a unas cuadras de la fundación, más exactamente en la Cra. 8c #184 - 23.

A partir de esta problemática, empezaron a pensar la forma de proteger a la persona mayor por medio de un hogar, especialmente en las situaciones con escasos recursos, pero sin desvincular a la familia ni quitarles responsabilidades. La idea era que asistieran durante el día y en la noche se retornaran a su casa, buscando así compromiso familiar y evitar aumentar el abandono de la misma. De toda esta labor es que nace la labor social que desarrolla el centro día Fundación Jeymar. Buscando brindar el bienestar de las personas mayores, crearon y organizaron la fundación bajo el modelo de centro día, lo cual fue totalmente innovador en su día. Actualmente la Fundación Jeymar (2022) tiene 85 afiliados en la sede de Lijacá, donde un 87% pertenecen a la localidad de Usaquén, el 6 % a la localidad de Suba, el 2% a la localidad de Engativá y el 4% a otras localidades.

En la sede de Subachoque cuentan con 51 afiliados, de los cuales el 61% vive en el casco urbano y el 39% vive en las veredas del municipio y asisten a la fundación gracias al pago que esta hace de un transporte especializado para ellos. El 47% del total de los afiliados de ambas sedes presentan una condición de discapacidad física, visual, de salud crónica o de desarrollo que afecta su independencia y que los hace requerir cuidados especializados para promover su autonomía y mitigar las diferentes enfermedades crónicas que afectan la vejez de las personas mayores. Según el DANE (2020) en una encuesta de calidad de vida indica que “El 45,5% de las personas diagnosticadas con una enfermedad crónica son personas de 60 años y más” (p. 26). Además, dentro de esta encuesta se incluyen enfermedades de larga duración y de tratamientos prolongados como: enfermedades cardiovasculares, hipertensión, asma, bronquitis crónica, gastritis, lupus, cáncer, gota, leucemia, diabetes, etc.

La fundación fue pionera en el modelo de centro día, pues para la fecha de su fundación en 1984 y años posteriores solo existían los hogares geriátricos, en donde vivían las personas mayores que podían tener acceso a esos sitios. Las primeras instituciones de la Alcaldía de Bogotá con este modelo fueron inauguradas entre los años 2012 - 2015 durante la Alcaldía de Gustavo Petro, antes de ello, el modelo predominante fue el del geriátrico.

El 4 de diciembre de 1989, falleció Jesús María Rivera, fundador de la institución, por ello la fundación lleva el nombre de Fundación Jeymar. Luego de ese suceso, la fundación entró en un proceso de crecimiento y expansión de esta, lo que permitió que en 1991 se hiciera la apertura de su segunda sede en Cundinamarca con el fin de atender también a personas mayores del municipio de Subachoque.

En el año 2000 debido a la coyuntura del Hospital San Juan de Dios en Bogotá, según Espitia (2023) en un artículo de Conexión Capital, indica que en la década de los 90 el hospital atravesó una crisis financiera que coincidió con la implementación de la Ley 100 de 1993. Esto llevó a que el San Juan de Dios fuera declarado inviable a nivel financiero, lo que produjo su posterior clausura en el año 2001. Por este motivo la Junta de la institución

determinó cambiar el nombre a “Fundación Jeymar, atención al adulto mayor”.

Posteriormente en el año 2003, falleció Beatriz Concha, fundadora y quien estuvo siempre pendiente desde los inicios de la labor social que desarrollaba la misma.

Anteriormente, los afiliados de la fundación asistían toda la jornada, pero al entendimiento de que todas las personas mayores tienen diferentes condiciones físicas y cognitivas se decide implementar dos jornadas. En la jornada de la mañana asiste el grupo (A) que son las personas que cuentan con algún deterioro físico o cognitivo y en la jornada de la tarde asiste el grupo (B) que corresponde a las personas con capacidades físicas y cognitivas. Con esto se logró un espacio apto para identificar la población y las necesidades que deben brindar los profesionales según sus capacidades, dando una atención más centrada en cada persona mayor. Haciendo hincapié en que la sistematización a lo largo de este trabajo se realizó con el Grupo B - Jornada tarde, se sabe que el 70% son mujeres y el 30% hombres en la sede Lijacá.

Luego de los años, las personas mayores que iniciaron en la fundación eran más jóvenes y con mayores capacidades, de esta manera contribuían en labores de la cocina y trabajaban. Ya que son personas mayores que llevan de 10 a 15 años en la fundación es evidente que en la actualidad no puedan realizar determinadas actividades como anteriormente lo hacían cambiando así progresivamente la organización que manejaba antes la fundación.

La institución está principalmente enfocada en procesos de atención integral en el envejecimiento y vejez. Este es un lugar donde las personas mayores pueden sentirse seguros estando todo el día bajo cuidados profesionales, ya que cuentan con un grupo interdisciplinar en trabajo social, psicología, fisioterapia, enfermería y nutrición, que brindan a su vez, diferentes programas y apoyos institucionales teniendo en cuenta el bienestar tanto físico, como nutricional, y psicosocial de cada afiliado. Dentro de esta, existen lugares donde las

personas mayores pueden desplazarse puesto que las instalaciones están adecuadas para facilitar la movilidad y la autonomía de las personas mayores.

En cuanto a las formas y fuentes de financiación, la fundación utiliza varias estrategias, entre ellas, donaciones de diferentes tipos: La primera se llama Plan de Vida Digna para el Bienestar Integral, donde una persona puede comprometerse durante un año en el sostenimiento mensual de un afiliado, escogiendo si aporta el 100% del costo de su mantenimiento o el 50%. Este sistema de donación nace del hecho de que la fundación subsidia económicamente a todos sus integrantes. Dependiendo de su condición económica, pagan un aporte simbólico por el beneficio de los servicios, resaltando que hay unos que necesitan más ayuda que otros, pues no cuentan con ingresos económicos propios o con una red de apoyo en capacidad de garantizar su sostenimiento.

Otra forma de sustento son las donaciones recurrentes para otorgar un bienestar integral, donde una persona se compromete con una donación mensual de un monto que elija bien sea los \$100.000, \$150.000 o \$200.000. Esto busca contribuir al mejoramiento de las condiciones nutricionales físicas y de atención psicosocial de los afiliados.

También tienen la donación en especie como forma de sustento, la cual consiste en hacer aportes voluntarios que pueden ser de: mercado, materiales, ropero, muebles y enseres ya sea para los afiliados o para el desarrollo de actividades dentro de la fundación.

Los bonos de celebración son otra forma de llevar bienestar a las personas mayores. Estos permiten conmemorar las fechas especiales realizando una donación económica desde \$50.000 en adelante para celebrar fechas especiales como cumpleaños, amor y amistad o alguna otra celebración. Por otro lado, también están los bonos exequiales los cuales tienen un precio de 130.000 pesos y son en memoria de algún ser querido del donante que haya fallecido, este bono puede ser físico o virtual donde cada bono se personaliza con los datos de la persona a la cual desea recordar el donante.

Por último, dentro de las donaciones se encuentra el bono navideño el cual se basa en un aporte para la época navideña desde el monto de 100.000 pesos en adelante.

En cuanto al proceso de afiliación, este puede hacerlo un familiar o la persona mayor directamente cumpliendo con los siguientes requisitos: el interesado debe ser una persona mayor de 60 años que desee beneficiarse de los servicios, luego debe diligenciar un formulario de inscripción y tan pronto se abra el cupo se comunicarán para iniciar el proceso de afiliación. Todo esto pueden realizarlo por medio de la página web de la fundación. Estas personas llegan por medio de afiliados que ya hacen parte de la institución o también por la visibilización que tiene esta en su entorno.

En la fundación se maneja una atención integral en donde el equipo interdisciplinar facilita la socialización de los afiliados con otras personas de su edad. Para ello, realizan actividades orientadas a la promoción y prevención de la salud, al fortalecimiento de la red de apoyo, así como del sentido de vida para la persona mayor, tras un diagnóstico individual basado en factores como: el bienestar psicosocial, físico y nutricional. También están en permanente contacto con la familia para acompañarlos en el cuidado de la persona mayor en casa. Además, establecen un vínculo cercano con el afiliado para estar presentes en su proceso de envejecimiento, realizando visitas domiciliarias, consultas telefónicas y video llamadas para prestar servicios profesionales en trabajo social, psicología, fisioterapia, enfermería y nutrición.

Centrándose en el diagnóstico general e individual de cada persona mayor manejan una metodología de Atención centrada en la persona que permite identificar las necesidades psicosociales, físicas y nutricionales de los afiliados y así mismo crear una intervención que promueva el envejecimiento activo por medio de los talleres integrales.

Para cada persona mayor, estos procesos que se entretajan en la fundación son importantes y les dan sentido a esas experiencias descritas a continuación: “En la fundación dibujamos, tenemos danzas, hacemos el pesebre reciclado, bordamos, tejemos, hacemos

manualidades, hacemos la navidad reciclada, contaban cuentos” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

Además, la institución promueve el envejecimiento activo con cada una de sus actividades y talleres integrales. Con ellos, potencializa la autonomía, participación, seguridad y aprendizaje continuo a lo largo de la vida en la persona mayor. Esto se pudo evidenciar en las cartografías realizadas en este proyecto donde resaltaban la importancia de la realización de estas actividades y parte de su día a día en la fundación. Por otro lado, aporta a la recuperación de las perspectivas de cada participante para poder reconocer qué rol tiene dentro de la institución, la incidencia con sus compañeros y cómo esto afecta las dinámicas del grupo entre sí mismos.

En la institución, se forman vínculos que buscan impactar positivamente a las personas mayores. A través del envejecimiento activo, se practican talleres integrales que intentan cambiar las rutinas habituales del centro y de su participación en la sociedad en general. Este lugar es relevante porque desarrolla métodos cruciales para trabajar con personas mayores, fomentando la identidad a través de la convivencia. La recuperación de experiencias aquí permite reconocer y destacar prácticas activas de envejecimiento que buscan transformar la sociedad, empoderando a la población mediante conocimientos y habilidades que respetan la autonomía individual.

El aprendizaje continuo a lo largo de la vida a través de los talleres integrales, en el marco del presente trabajo adquiere relevancia debido a que posibilita la transformación de las condiciones de la persona mayor por medio del envejecimiento activo. Esto da la posibilidad a cada individuo de pasar de un estado de sedentarismo, común a las prácticas comunes de los hogares geriátricos, al hábito de diferentes actividades por medio de talleres que aluden a la creación, innovación, arte, manualidades y educación.

Así se crea un tejido comunitario de prácticas provechosas para la persona mayor con la finalidad de hacer de sus días productivos, comprendiendo que desde esta edad el

individuo cree que no es útil para muchas actividades, y así mismo se promueve la seguridad en cada uno de ellos. De ahí la importancia de construir pilares como el aprendizaje continuo a lo largo de la vida de la persona mayor no solamente en espacios como los centros día, sino brindarles la oportunidad de enseñar a sus comunidades conocimientos arraigados a su cultura.

Recuperando la experiencia del contexto en el que se sitúa la Fundación Jeymar se pretende establecer los hitos importantes que se han ido estableciendo al pasar de los años a través de una reconstrucción histórica y una construcción de memoria. Se realiza principalmente una resignificación de espacios. En este caso, la huerta ha sido un elemento histórico en la institución, representando experiencias significativas a lo largo del tiempo. Desde su inicio, ha sido crucial para proveer recursos alimenticios a los afiliados, además de convertirse en un recurso económico a través de trueques con redes comunitarias, beneficiando económicamente a la institución.

Es importante destacar que la huerta nace con la fundación y genera un hábitat saludable, ya que también aporta a la propensión de envejecimiento activo gracias a la rutina física de la cosecha. Por otro lado, con estas actividades contribuyen al bienestar socioemocional y en liberar la tensión de la monotonía de la persona mayor en la ciudad.

La fundación ha permitido que sus afiliados sean partícipes de la elaboración de productos para la recolección de fondos que serán utilizados para el bien común de los participantes. Las actividades más representativas se sitúan en la sede de Subachoque, en donde se puede encontrar una galería de arte que está pensada para seguir brindando bienestar a las personas mayores en condiciones de vulnerabilidad social y económica.

Dicho esto, las prácticas resaltan la importancia del trabajo individual en la vida cotidiana de la persona mayor cuyos beneficios van más allá de un ingreso económico, determina el papel de los mismos en un contexto productivo y regula el ritmo de vida y las

actividades potenciando sus capacidades y favoreciendo el estado de bienestar en cuanto a la percepción de hacer algo que les gusta y es útil para los demás.

Es importante resaltar que los procesos llevados a cabo en la presencialidad afectaron notoriamente en el periodo de la coyuntura sanitaria como lo fue la Covid - 19, el impacto emocional y social inevitablemente generó cambios en las estrategias metodológicas de la fundación, haciendo que se crearán planes y proyectos alternativos para la intervención.

Construir memoria es tener presente que todos estamos sujetos a cambios, que ningún proceso es lineal y cada cambio trae consigo aprendizaje y hoy la fundación sin importar las circunstancias trabaja en pro del bienestar de la persona mayor.

Expresado de esta manera, la concepción holística de la fundación sugiere la posibilidad de implementar el envejecimiento activo en las personas mayores como una iniciativa para optimizar los modelos estructurales, alejándose de las intervenciones comúnmente lineales y proponiendo una perspectiva más integral.

### ***1.2.1. Contexto Geográfico o Institucional***

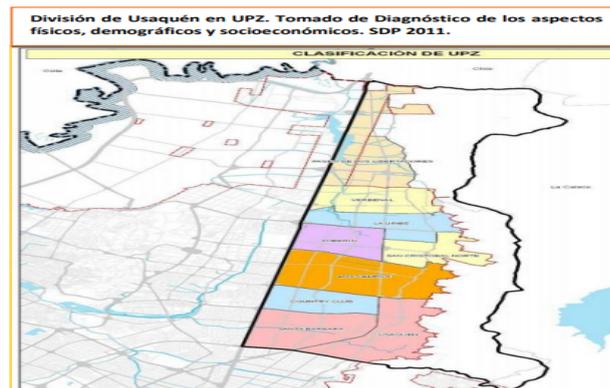
El reconocimiento del territorio en donde se ubica la experiencia nos permite comprender las posibilidades de acción, las tensiones territoriales e institucionales, las principales dificultades sociales que afectan el desarrollo del espacio, pensado desde lo comunitario y las demás situaciones sociales, económicas, políticas y culturales que se presentan en zonas urbanas y que inciden en el tejido social que allí se construye.

El proceso tiene lugar en la Ciudad de Bogotá D.C, habitado por más de 7.181.469 personas, las cuales viven en las 20 localidades del distrito, en donde está presente la localidad de Usaquén, identificada distritalmente con el número 01 (Ver Figura 1).

Se destaca que es una localidad con alto movimiento de comercio pero que esta permeada de problemáticas como incremento de la población habitante de la calle, inseguridad, altos impuestos y discriminación de clases.

### **Figura 1**

### *División Geográfica localidad Usaquén en UPZ*



*Nota.* Departamento administrativo de medio ambiente DAMA, 2017 (p. 2).

Según el Departamento Administrativo de Medio Ambiente (DAMA) (2017)

“Usaquén es reconocido como uno de los últimos municipios circunvecinos anexados a Bogotá en 1954; históricamente fue reconocido porque abastecía a Bogotá, de materiales como arena y piedra, situación que en la actualidad está muy reducida”. (p. 6).

La sistematización se realiza en el barrio Lijacá que está ubicado geográficamente cerca de las principales Carrera 7 y Calle 183. La dirección puntual es Carrera 8c #187a - 59 de la localidad de Usaquén en Bogotá (Ver Figura 2). La sede está centrada entre zona residencial, comercial y cerca al geriátrico Comunidad de Cuidado Tierra del Sol, además cuenta con fácil acceso para los afiliados y adicionalmente, cuenta con rutas para la protección de los afiliados en su desplazamiento de la fundación al hogar y viceversa.

### **Figura 2**

*Ubicación Geográfica Lijacá*



*Nota. Google Maps, 2023.*

La institución cuenta con un constante relacionamiento con la comunidad del barrio Lijacá que ha generado aportes significativos tanto para las personas mayores como para la fundación.

Por tanto, tiempo que llevemos, si somos visibles a los vecinos, pero no tanto, debemos sensibilizar más a las personas que nos rodean, la gente viene porque tenemos el almacén, pero son los mismos clientes de siempre, intentamos vincular con una carta a las personas para que donen económicamente o en especie. Ese vínculo de la comunidad externa está aún un poco lejos, ya lo que es nuestra comunidad interna están muy vinculados por obligación o porque quieren, porque es un deber con la fundación, con las actividades intergeneracionales, y así se extiende porque ya no viene solo el abuelo, sino que también el nieto o bisnieto. (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022)

La institución en sus dos sedes siempre ha sido muy cercana a la comunidad, es por ello que trabajan coordinadamente con el Comité Local de Envejecimiento (COLEV) de la localidad de Usaquén, con quienes se gestiona los beneficios que ofrece la Secretaría de Integración Social del Distrito Capital en Bogotá y con la Secretaría de Desarrollo Social del municipio de Subachoque para el mismo efecto, buscando siempre el bienestar de los afiliados y de la población de personas mayores del entorno.

### ***1.2.2. Contexto Legal y Normativo***

Por otro lado, es necesario retomar algunos apartados legales vigentes en correspondencia con la persona mayor. Desde un contexto internacional, se retoman los artículos dos y veinte y el capítulo cuatro de la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (2015), emitida por la Organización de los Estados Americanos (OEA a partir de ahora). En el capítulo dos, la convención presenta la importancia del envejecimiento saludable, destacando así la importancia de brindar las oportunidades de un envejecimiento integral, saludable y activo, que les permita poder ampliar su esperanza de vida y gozar de una vejez activa.

Además, el artículo 20 de la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (2015) habla sobre el derecho a la educación, esto incluye la facilitación al aprendizaje continuo a lo largo de la vida, también promover programas accesibles para esta población que den respuesta a las necesidades, preferencias, aptitudes, motivaciones e identidad cultural. Por otro lado, también se menciona la importancia de fomentar espacios de participación activa en actividades educativas, tanto formales como no formales. Por último, el capítulo 8 de la convención menciona el derecho a la participación e integración comunitaria entendiéndose como la creación y promoción de mecanismos de participación e inclusión, igualdad de condiciones para las personas mayores.

Adicionalmente, el apartado 2.1. y los artículos 6 al 13 del Marco legal y de políticas en favor de las personas mayores en América Latina de las Naciones Unidas mencionan los derechos de las personas mayores en torno a temas laborales, seguridad social, protección a la familia y un nivel de vida adecuado, salud físico y mental. El cual establece estos derechos básicos buscando la resolución de problemáticas y necesidades y así mejorar la calidad de vida de cada persona mayor esto por medio de objetivos planes y programas que cada país debe accionar según sea el caso.

A nivel nacional, la Constitución Política de Colombia (1991) en su artículo 46 menciona la protección y la asistencia a las personas mayores; además la Política Colombiana de Envejecimiento Humano y Vejez (2022) en el capítulo 3.4.3 menciona la importancia del envejecimiento activo como un tercer eje en los ejes estratégicos, líneas de acción y metas de política con tres líneas de acción: 1) creación y fortalecimiento de espacios y entornos saludables, 2) construcción de culturas del envejecimiento humano y 3) el bienestar subjetivo en la vejez y promoción, incorporación y práctica de estilos de vida saludable. Por último, es relevante recordar la Ley 1315 de 2009 por la cual se establecen las condiciones mínimas que dignifiquen la estadía de las personas mayores en los centros de protección, centros día e instituciones de atención.

Por otra parte, abarcamos a nivel local el Decreto 345 de 2010, por medio del cual se adopta la Política Pública social para el Envejecimiento y la Vejez en el Distrito Capital y el acuerdo 254 de 2006 expedido por la Alcaldía Mayor de Bogotá, en el cual se establecen los lineamientos de la política pública para el envejecimiento y las personas mayores en el Distrito Capital y se dictan algunas otras disposiciones. Y por último el Decreto 681 de 2022 del Ministerio de Salud y Protección Social. que adiciona el Capítulo 7 al Título 2 de la Parte 9 del Libro 2 del Decreto 780 de 2016 relativo a la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez 2022 - 2031. (Ver Tabla 1).

### **Tabla 1**

#### *Marco legal*

Normatividad	Descripción / Artículos
Marco legal y de políticas en favor de las personas mayores en América Latina	<p><b>Derechos de las personas mayores en los instrumentos de las Naciones Unidas</b></p> <p>Un desarrollo más amplio se encuentra en el Pacto de</p>

	<p>Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1966). De hecho, el Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales considera que los “Estados Parte en el Pacto deben prestar atención especial a la promoción y protección de los derechos económicos, sociales y culturales de las personas de edad” (ibíd.). Por esto en el año 1999, a propósito del Año Internacional de las Personas de Edad, el Comité preparó un documento de comentarios generales sobre la aplicación a las personas mayores de diversos artículos y disposiciones del pacto, los que se exponen a continuación.</p> <p>Derecho al trabajo (artículos 6, 7 y 8): entraña que los Estados Parte deben adoptar medidas que eviten la discriminación por cuestión de edad en el empleo y la profesión, garantizar condiciones seguras de trabajo hasta la jubilación, dar empleo a trabajadores de edad avanzada en circunstancias que permitan hacer mejor uso de su experiencia y conocimientos, y poner en marcha programas de jubilación reparatorios.</p> <p>Derecho a la seguridad social (artículo 9): implica que los Estados Parte deben establecer regímenes generales para un seguro de vejez obligatorio, establecer una edad de jubilación flexible, proporcionar subsidios de vejez no contributivos y otras ayudas a todas las personas que, alcanzada la edad establecida en la legislación nacional, no hayan finalizado el período de calificación contributivo y no tengan derecho a una pensión de vejez u otro</p>
--	---

	<p>tipo de prestación de seguridad social o ayuda y carezcan de ingresos de otra fuente.</p> <p>Derechos protección a la familia (artículo 10): establece que los gobiernos y las ONG tienen el deber de crear servicios sociales en apoyo de la familia cuando existan personas de edad en el hogar, y aplicar medidas especiales destinadas a las familias de bajos ingresos que deseen mantener en el hogar a las personas de edad avanzada.</p> <p>Derecho a un nivel de vida adecuado (artículo 11): implica que las personas mayores deberían lograr satisfacer necesidades básicas de alimentación, ingresos, cuidados, autosuficiencia, y otras, y establece el desarrollo de políticas que favorezcan la vida en sus hogares por medio del mejoramiento y adaptación de sus viviendas.</p> <p>Derecho a la salud física y mental (artículo 12): supone efectuar intervenciones sanitarias dirigidas a mantener la salud en la vejez con una perspectiva del ciclo de vida.</p> <p>Derecho a la educación y cultura (artículo 13): debe ser abordado desde dos ángulos diferentes y a la vez complementarios: i) el derecho de la persona de edad a disfrutar de programas educativos, y ii) poner sus conocimientos y experiencias a disposición de las generaciones más jóvenes (ibíd.).</p>
<p>Convención interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las</p>	<p><b>Artículo 2 Definiciones:</b> “Envejecimiento activo y saludable”: Proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, mental y</p>

<p>personas mayores</p>	<p>social, de participar en actividades sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas, y de contar con protección, seguridad y atención, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todos los individuos en la vejez, y permitirles así seguir contribuyendo activamente a sus familias, amigos, comunidades y naciones. El concepto de envejecimiento activo y saludable se aplica tanto a individuos como a grupos de población.”</p> <p><b>Artículo 20 Derecho a la educación:</b> “La persona mayor tiene derecho a la educación en igualdad de condiciones con otros sectores de la población y sin discriminación, en las modalidades definidas por cada uno de los Estados Parte, y a participar en los programas educativos existentes en todos los niveles, y a compartir sus conocimientos y experiencias con todas las generaciones”.</p> <p><b>Capítulo 8:</b> “La persona mayor tiene derecho a la participación activa, productiva, plena y efectiva dentro de la familia, la comunidad y la sociedad para su integración en todas ellas. Los Estados Parte adoptarán medidas para que la persona mayor tenga la oportunidad de participar activa y productivamente en la comunidad, y pueda desarrollar sus capacidades y potencialidades”.</p>
<p>La Constitución Política de Colombia de 1991</p>	<p><b>Artículo 46:</b> El Estado, la sociedad y la familia concurrirán para la protección y la asistencia de las personas de la tercera edad y</p>

	<p>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.</p>
<p>Política Colombiana de Envejecimiento Humano y Vejez (2015 - 2024)</p>	<p><b>3.4.3 Eje estratégico 3: Envejecimiento activo:</b></p> <p>“Las estrategias que desarrollará el eje de envejecimiento activo se fundamentan en la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, pretenden garantizar autonomía y desarrollo de capacidades y potencialidades de las personas. Esta línea está dirigida a todas y todos los colombianos, busca fomentar estilos de vida saludables y lograr cambios en los hábitos de las personas para garantizar calidad de vida a lo largo de las diferentes trayectorias de vida; busca mantener a las y los colombianos sanos y productivos”.</p>
<p>Alcaldía Mayor de Bogotá</p>	<p><b>Decreto 345 de 2010</b></p> <p>"Por medio del cual se adopta la Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez en el Distrito Capital".</p> <p>Que uno de estos compromisos, acordado por la Organización Mundial de la Salud y la Organización Panamericana de la Salud, es alcanzar para esta población un envejecimiento activo, definido como un proceso por el que se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez. Esta definición no sólo contempla</p>

	<p>el envejecimiento desde la atención sanitaria, sino que incorpora todos los factores de las áreas sociales, económicas y culturales que afectan el envejecimiento de las personas.</p> <p>Que de acuerdo con el máximo organismo de la salud, el término «activo» hace referencia a una participación continua en los escenarios sociales, económicos, culturales, espirituales y cívicos, y no sólo a la capacidad para estar físicamente activo. Las personas de edad que se retiran del trabajo, las que están enfermas o viven con discapacidad siguen contribuyendo activamente con sus pares, familia y comunidades. Que el Acuerdo Distrital 254 de 2006 establece los lineamientos de la política pública para el envejecimiento y las personas mayores en el Distrito Capital, de marca el derrotero a seguir para lograr la construcción de una ciudad equitativa e incluyente que reconozca y garantice los derechos de las personas mayores dignificando sus condiciones de vida, y proporciona un conjunto de directrices de la acción públicas de y para la población mayor, en cuanto a las acciones para la materialización de los derechos de este grupo poblacional.</p>
<p>Congreso de la República de Colombia.</p>	<p><b>Ley 1315 de 2009:</b> “Por medio de la cual se establecen las condiciones mínimas que dignifiquen la estadía de los adultos mayores en los centros de protección, centros de día e instituciones de atención”.</p>

	<p><b>Centros de Protección Social para el Adulto Mayor.</b> Instituciones de Protección destinadas al ofrecimiento de servicios de hospedaje, de bienestar social y cuidado integral de manera permanente o temporal a personas mayores.</p> <p><b>Centros de Día para Adulto Mayor.</b> Instituciones destinadas al cuidado, bienestar integral y asistencia social de las personas mayores que prestan sus servicios en horas diurnas.</p> <p><b>Instituciones de Atención.</b> Instituciones públicas, privadas o mixtas que cuentan con infraestructura físicas (propias o ajenas) en donde se prestan servicios de salud o asistencia social y , en general, las dedicadas a la prestación de servicios de toda índole que benefician a la persona mayor en las diversas esferas de su promoción personal como sujetos con derechos plenos.</p>
Ministerio de Salud y Protección Social.	<p><b>Decreto 681 de 2022:</b> “Por medio del cual se adiciona el Capítulo 7 al Título 2 de la Parte 9 del Libro 2 del Decreto 780 de 2016 relativo a la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez 2022 - 2031”.</p> <p><b>Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez</b></p> <p>Tiene como objetivo garantizar las condiciones necesarias para el envejecimiento saludable y la vivencia de una vejez digna, autónoma e independiente en igualdad, equidad y no discriminación, en el marco de la protección,</p>

promoción, defensa y restablecimiento de los derechos humanos y bajo el principio de corresponsabilidad individual, familiar, social y estatal.

### **Objetivos específicos**

- Reducir las desigualdades e inequidades económicas que enfrentan las personas mayores en el territorio nacional.

- Fomentar la inclusión social y el ejercicio de la participación ciudadana de las personas mayores en los espacios de incidencia nacional y territorial.

- Garantizar la protección legal, el buen trato, la eliminación de la discriminación y las violencias contra las personas mayores.

- Garantizar el derecho fundamental a la salud y los servicios socio sanitarios y/o de cuidados de largo plazo.

- Fomentar el envejecimiento saludable para lograr una vida independiente, autónoma y productiva en la vejez.

- Garantizar el derecho a la educación de las personas mayores y fomentar la formación e investigación para el abordaje del envejecimiento y la vejez.

### **Principios y enfoques de la política pública**

Esta política se basa en seis principios y ocho enfoques, que guardan coherencia con las garantías constitucionales y legales que mantiene el Estado Social de Derecho para la población en general y para las personas

mayores en particular. De ellos se predicán los derechos inalienables de la persona, así como los políticos, económicos y colectivos. Del mismo modo, el respeto por la dignidad humana, la igualdad ante la ley sin discriminación, el reconocimiento por la diversidad y la concurrencia solidaria del Estado, la sociedad y la familia en la protección de las personas mayores, en su integración a la vida productiva y comunitaria y en la provisión de los servicios de la seguridad social integral.

#### **Ejes estratégicos y líneas de acción de la política**

Teniendo en cuenta las condiciones del envejecimiento y de experiencia de vida de las personas mayores en Colombia, junto con los avances y desafíos normativos, programáticos, culturales, sectoriales e intersectoriales, la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez 2022-2031, se organiza y estructura a partir de seis ejes estratégicos, los cuales se desarrollan, a su vez, mediante las líneas de acción que se describen a continuación: Eje estratégico 1. Superación de la dependencia económica de las personas mayores Eje estratégico 2. Inclusión social y participación ciudadana de las personas mayores Eje estratégico 3. Vida libre de violencias para las personas mayores Eje estratégico 4. Atención integral en salud, atención a la dependencia y organización del servicio de cuidado Eje estratégico 5. Envejecimiento saludable para una vida

	<p>independiente, autónoma y productiva en la vejez. Eje estratégico 6. Educación, formación e investigación para enfrentar el desafío del envejecimiento y la vejez.</p>
--	---

*Nota. Elaboración propia, 2023.*

### **1.2.3. Contexto Teórico – Conceptuales**

La revisión documental dentro de la sistematización como proyecto de investigación permite identificar conceptos que orientan y clarifican los objetivos construyendo así una fundamentación teórica al proceso de sistematización. Se realiza la revisión y lectura de 43 documentos entre ellos, investigación en el nivel de tesis de pregrado, maestría, doctorado, revistas y libros, de los diferentes contextos como lo son el internacional (29), nacional (8) y local (6).

#### **1.2.3.1. Contexto Internacional**

Partiendo desde este punto es importante reconocer que el envejecimiento activo según el Libro Blanco de Envejecimiento Activo (Instituto de Mayores y Servicios Sociales, 2011) toma la definición de la Organización Mundial de la Salud como punto de partida, la cual define al mismo como

El proceso de optimización de oportunidades en temas de salud, participación, seguridad y aprendizaje continuo a lo largo de la vida, teniendo como objetivo la mejora de la calidad de vida a medida que las personas envejecen. Además, extienden la definición anteriormente mencionada por medio del artículo “Una sociedad para todas las edades” plasmado en el libro con la autoría del Dr. Alexandre Kalache el cual menciona que, el envejecimiento activo es aplicable tanto a los individuos como a los grupos de población. (pp. 80-81)

En el texto se logra identificar los criterios y objetivos del envejecimiento activo, que aportan notablemente a mantener una mejor calidad de vida en las personas mayores y

brindan una herramienta que las posibilita a mejorar su bienestar social y físico según su contexto. Sumando a esto es pertinente conocer que Colombia necesita ejecutar el envejecimiento activo en todos los centros día y geriátricos del país, promoviendo así el bienestar físico, psicológico y económico de la persona mayor, además tener en cuenta que a futuro habrá un índice alto en persona mayor superando así a las personas jóvenes y es importante buscar estrategias para el buen vivir y el buen hacer desde diferentes condiciones.

En cuanto al contexto internacional, se encuentran documentos como “La sistematización como experiencia investigativa y formativa” de Cendales & Torres (2010), el cual comparte reflexiones en torno a la sistematización, refiriendo algunas decisiones y desafíos propios como son su iniciativa y motivaciones, sus momentos, la participación y el trabajo colectivo, el diálogo de saberes, la memoria y la escritura, la producción de conocimientos y su carácter formativo. También el libro “La sistematización como experiencia investigativa y formativa” de Cendales L. G. y Torres A. C. (2010) donde se realiza un análisis sobre la perspectiva integral de la persona mayor en el contexto educativo.

Adicionalmente, también se encontró el libro “Envejecimiento activo y mejora de la calidad de vida en adultos mayores” de Limón & Ortega (2011), donde se analizan las diversas implicaciones del término activo y sus determinantes, centrándonos en los factores conductuales. El cambio de estilo de vida y los hábitos saludables son fundamentales para ralentizar el proceso de edad senil y mejorar nuestra salud. Se destaca la temática de educación y promoción de la salud para permitir el envejecimiento activo y saludable, y así evitar la discapacidad, el declive funcional, prolongar la longevidad y mejorar la propia calidad de vida de las personas mayores.

Dicho lo anterior frente al tema de educación se destaca el libro “Diagnóstico de necesidades educativas para el envejecimiento activo en una comunidad” de Abreu, Noriega & Pérez (2020), el cual menciona que estas situaciones en personas mayores están relacionadas con poca participación activa en espacios sociales, creencias y prejuicios sobre

la vejez que configuran una representación negativa de esta etapa de la vida, la que se enfoca en la culminación del desarrollo, la inactividad, inadecuación de procesos auto evaluativos como el auto concepto y la autoestima.

Es importante que las personas mayores deben participar en espacios de interacción social, de autocuidado y de actividad física que favorezcan el desarrollo de nuevas motivaciones que trascienden su contexto familiar. Por lo que se deben aprovechar las potencialidades que ofrecen los entornos en los que se desenvuelven y de esa manera propiciar el desarrollo de intervenciones educativas que estimulen el envejecimiento activo.

### **1.2.3.2. Contexto Nacional**

Descrito así, en un análisis sobre el envejecimiento activo basado en la Encuesta Nacional de Salud, Bienestar y Envejecimiento (2021) (SABE a partir de ahora); en Colombia y posiblemente en una gran parte de los países de América Latina, aún se considera a la vejez como una etapa de la vida con poca participación en la sociedad, caracterizada por tener múltiples enfermedades y un aumento considerable de la discapacidad; esa percepción obstaculiza el proceso de optimización de las oportunidades de las personas mayores.

El puntaje del IEA (Índice de Envejecimiento Activo en Colombia) estimado en este trabajo se encuentra ligeramente por encima del valor de 35,8%, calculado en promedio para Europa, con países que tienen economías mucho más fuertes que Colombia (Giraldo, et al., 2021). Esta circunstancia ratifica que el factor económico no es el único condicionante de una vejez activa y saludable. (SABE Colombia, 2015).

### **1.2.3.3 Contexto Local**

El envejecimiento activo en Bogotá desde la Secretaría de Integración Social cuenta con un programa de Envejecimiento Activo y Feliz Bogotá D.C, el cual es un espacio donde se atienden personas mayores de 60 años sin condiciones psiquiátricas ya que estas condiciones alteran la prestación y convivencia del servicio. En este se desarrollan diferentes actividades de índole deportivo, artístico, cultural como también promoción de un hábitos de

vida saludable, intercambio de saberes entre las personas mayores y las generaciones más jóvenes, acompañamiento psicosocial, orientación y referenciación a ofertas de servicios sociales, apoyo alimentario con calidad y oportunidad, fortalecimiento de redes familiares, sociales y comunitarias.

En este espacio se atienden personas mayores que no cuentan con un dormitorio, redes de apoyo social ni ningún tipo de apoyo económico; esto se brinda mediante dormitorios transitorios, apoyo alimenticio, aseo personal y acompañamiento psicosocial, buscando fortalecer hábitos saludables, orientación y referenciación a ofertas de servicios sociales.

Adicional el libro “Autopercepción de la calidad de vida del adulto mayor en los centros día de Bogotá” de Prada (2019) menciona la importancia de identificar el perfil sociodemográfico asociado a la calidad de vida e identificar las variables asociadas a las dimensiones que la evalúan y determinar la autopercepción de la calidad de vida del adulto mayor que asiste a los centros día del distrito.

Es por esto, que el autor menciona la importancia de la información en términos de factores sociodemográficos, como lo son la edad, el estado civil, nivel de formación escolar, entre otros factores que influyen en la situación de la persona mayor, puesto que permiten tener un panorama amplio del contexto en el que se sitúa cada individuo y la forma en la que se auto percibe.

### **1.3. Problemática Abordada Por la Experiencia**

Según el Libro Blanco de Envejecimiento Activo (Instituto de Mayores y Servicios Sociales, 2011) la palabra activo hace referencia a:

Expresar la idea de la participación continua de las personas en las cuestiones sociales, cívicas, económicas, culturales, educativas o espirituales, independientemente de la necesidad de apoyos que necesiten para lograrlo. Además, busca un nuevo modelo de sociedad, en el que las personas han de tener la

oportunidad de envejecer, siendo protagonistas de su vida, en un quehacer pro-activo y no como meras receptoras de productos, servicios o cuidados (p. 285)

El envejecimiento activo trata de aumentar la esperanza y calidad de vida de todas las personas a medida que envejecen, incluyendo aquellos que son frágiles, discapacitados y necesitan cuidados.

De la mano, Oddone (2013) hace un análisis a nivel micro social basado en conceptos roles, normas y grupos de referencia que explican el grado de adaptación a la declinación considerada propia del envejecimiento, en donde indica “la teoría supone que todas las personas viejas necesitan y desean mantenerse activos y participativos. Asimismo, la teoría pasa por alto que las distintas actividades tienen diferentes significados para las personas” (pp. 2-3).

Se puede evidenciar como al transcurrir de los años se deja de lado el bienestar de la persona mayor y se le da poca importancia a las actividades educativas y metodologías que pueden contribuir al desarrollo cognitivo adecuado de un individuo en las instituciones para poder emplearla con las personas mayores y así contribuir al mejoramiento de la calidad de vida.

Partiendo desde aquí es importante reconocer que el envejecimiento activo está inmerso en la vida cotidiana y que una manera de promoverlo es la educación del tema, es por esto que la Organización Mundial de la Salud en (Baca & Vega, 2018). Indica que:

El envejecimiento activo permite que las personas mantengan una buena calidad de vida mediante el fortalecimiento del bienestar social lo que permite aumentar los vínculos interpersonales; el bienestar físico el cual permite el disfrute del ocio manteniendo una movilidad y un buen estado corporal; y por último el emocional que fortalece el autoestima y el desarrollo de habilidades para expresar emociones, son estos los pilares que las personas necesitan para alcanzar una calidad de vida en el

envejecimiento de acuerdo a las necesidades que se le van presentando a lo largo de su vida. (p.12)

Se hace el análisis del impacto positivo que tiene la educación en personas mayores, favoreciendo su actividad cognitiva y así mismo potenciando sus habilidades e incentivando a esta población a dejar de lado el sedentarismo. Las personas mayores deben participar en espacios de interacción social, de autocuidado y de actividad física que favorezcan el desarrollo de nuevas motivaciones que trascienden su contexto familiar, por lo que se deben aprovechar las potencialidades que ofrecen los entornos en los que se desenvuelven y de esa manera propiciar el desarrollo de intervenciones educativas que estimulen el envejecimiento activo.

Es esencial identificar qué recursos didácticos y metodologías se pueden implementar en la intervención con personas mayores que estén orientados en el envejecimiento activo, además de esto que generen un aprendizaje continuo a lo largo de la vida a partir de las mismas, ya que promueven el bienestar de estos.

A partir de este recorrido teórico y el trabajo de campo realizado en algunos geriátricos y centros día a lo largo de las prácticas universitarias y voluntarias que desarrollan las trabajadoras sociales en formación, converge la problemática de una calidad de vida reducida por la falta de implementación de metodologías específicas destinadas a fomentar un envejecimiento activo entre las personas mayores.

Teniendo en cuenta que la realidad demográfica plantea desafíos significativos para la sociedad contemporánea y la falta de enfoque en un envejecimiento activo puede desencadenar una mayor dependencia de los servicios de atención médica y de cuidado a largo plazo, abordar la falta de implementación de metodologías para el mismo no solo es esencial para el bienestar individual de las personas mayores, sino que también es crucial para el desarrollo sostenible de la sociedad en su conjunto. La inversión en programas y políticas que promuevan la participación activa, la salud y el bienestar de las personas

mayores es imperativa para construir una sociedad que valore y aproveche plenamente el potencial de todas las etapas de la vida (Arango & Cardona, 2011).

A partir de esto emerge la necesidad de identificar la incidencia que tienen los talleres de formación integral de la institución y así mismo se reconoce la falta de registro documental de parte de la fundación y por supuesto, la falta de algún material o documento que sustente la incidencia que han generado los talleres de formación integral en los usuarios que están presentes o que han sido participes dentro de esta comunidad. Lo anterior genera desconocimiento a posibles afiliados o profesionales que deseen conocer los procesos llevados a cabo dentro de la institución como aporte o impacto a la comunidad y a la población de personas mayores en general.

Es importante como trabajadores sociales no dejar de lado una población tan crucial en la sociedad como lo es la persona mayor, comprendiendo así, que la vejez se ha convertido en una problemática que ha ido generando nuevos retos como profesionales en la investigación del bienestar social de los mismos.

El envejecimiento activo desde la perspectiva del trabajo social es una puesta en marcha de todo aquello que creíamos no importante (Ruiz-Clavijo, 2021). A lo largo de esta sistematización se identifica que muchas veces los profesionales y la sociedad en general dejan de lado esta población. Es de vital importancia entender que esta población es tan importante como los jóvenes, que construyen día a día nuestra enseñanza, nuestra cultura, y que merecen cada día la mayor atención posible. Trabajar en la vejez y en su desarrollo es trabajar por el futuro, no se será joven toda la vida, y el envejecimiento activo y su pilar del aprendizaje continuo a lo largo de la vida nos involucran en un proceso de crecimiento continuo de metodologías para la implementación de bienestar.

En primer lugar, el aprendizaje continuo a lo largo de la vida a través de talleres integrales permite a las personas mantenerse mentalmente activas y estimuladas. La mente humana es una herramienta poderosa que requiere ejercitarse constantemente, y estos ofrecen

una plataforma para la expansión y el desarrollo de las capacidades cognitivas; ya sea a través de la adquisición de nuevas habilidades, la resolución de problemas o la participación en actividades intelectualmente desafiantes, al tiempo que nutre la agudeza mental y contribuye a un envejecimiento más saludable y satisfactorio.

Además, también promueven la interacción social y el enriquecimiento de las conexiones humanas, puesto que los talleres proporcionan un entorno propicio para el intercambio de ideas, la colaboración y el establecimiento de nuevas amistades. La participación en estos puede prevenir la soledad y el aislamiento, problemas comunes en la vejez, al tiempo que brinda un sentido de pertenencia a una comunidad de aprendices, lo que mejora la calidad de vida de las personas mayores.

## **Capítulo 2: Formulación del Plan de Sistematización de la Experiencia.**

### **2.1 Justificación**

La sistematización de experiencias se entiende como un proceso de connotación participativa que reconoce las experiencias como elementos de análisis de la realidad social, orientada a construir un conocimiento significativo que surge del diálogo de saberes de las comunidades. Esto alude a realizar un ejercicio articulado entre teoría y práctica, siendo la vida cotidiana el escenario de este proceso de análisis y reflexión. Mejía (2007) manifiesta que

en la acción existen saberes y de igual manera, en el nudo de relaciones que se construyen se crean, se procesan y se reconstruyen, y que a pesar de la minusvaloración que se hace de la práctica, éstos generan saber, conocimiento, sabiduría, emociones, sentidos, apuestas políticas y ética, y que cuando se hace el trabajo de visualizarlos, no son formas minoritarias del conocimiento científico, ya que lo conciben a éste, se diferencian y muestran su nudo de relaciones. (p. 3)

Es así como la sistematización de experiencias recupera las subjetividades y los conocimientos situados de las personas que habitan un territorio, para luego en colectividad comprender y reflexionar sobre las transformaciones sociales, políticas y culturales que ello ha contribuido a la comunidad.

Aunado a lo anterior, propiamente desde Trabajo Social parece pertinente abordar los procesos del envejecimiento activo dentro de la población. Gracias a la sistematización de experiencias se descubre que el término de “envejecimiento activo” todavía es relativamente novedoso y poco conocido a pesar de la gran difusión en los últimos años. En esta nueva concepción, el envejecimiento activo emerge en los años noventa por la Organización Mundial de la Salud (OMS), vincula la productividad más allá de lo laboral, extendiéndose a lo social y comunitario y es, fundamentalmente calidad de vida, y bienestar físico, psíquico, afectivo, interpersonal y social.

Esto en el camino del presente trabajo es de vital importancia, ya que el escenario de la Fundación Jeymar (2022) se desarrolla con base en procesos de prácticas pedagógicas, lo que implica que los conocimientos que allí se forjan son aprendidos desde los dos ejes de la sistematización como lo son envejecimiento activo y formación integral.

Es fundamental comprender que durante la trayectoria y el trabajo de campo en la fundación se realiza un acto reflexivo al intervenir a la población, debido a que muchas veces como profesionales no se proyecta a trabajar en este campo. Se entiende que existe un conflicto de emociones al relacionarnos en este tipo de ambientes por el contexto en el que se sitúa, pero también está en el quehacer profesional de los trabajadores sociales ceñir la importancia de este grupo poblacional para la evolución de la sociedad, desde el arte, la cultura y el saber (Calzado Almodóvar, et al., 2013).

Comprender la importancia de los procesos del envejecimiento activo en el desarrollo investigativo de una sistematización de experiencias permite reconocer los puntos de convergencia generados por estos procesos de conocimiento, como lo son, poner en cuestión las prácticas que se implementan en otro tipo de instituciones, desarrollar aprendizajes autónomos, construir un pensamiento crítico y reflexivo de la realidad, aludir a la participación como elemento fundamental de transformación social y todo ello aterrizado al envejecimiento activo desde los talleres de formación.

La realidad de muchos centros y hogares geriátricos se desarrolla en un ambiente en el que se deja al individuo de lado del camino y lo consume el tiempo de inactividad. La investigación sobre el envejecimiento activo como herramienta quiere reconocer qué mecanismos se pueden aplicar para el mejoramiento de la calidad de vida de la persona mayor y así mismo construir en nuestra población el gran desafío del tercer milenio: reconocer a la persona mayor como sujeto de cambio que trae consigo transformaciones notables en todas las esferas de la vida familiar, social, sanitaria, económica, política y educacional.

Dado lo anterior, surge hacer énfasis en la producción de nuevo conocimiento que permita reflexionar acerca de las experiencias vividas por la comunidad de la fundación y la incidencia que ello ha tenido en el aprendizaje continuo a lo largo de la vida a través de los talleres de formación integral que allí se realizan.

Se postula la realización de la presente sistematización de experiencias como un aporte teórico para visibilizar la incidencia del envejecimiento activo y la formación integral en las personas mayores, articulando los conocimientos metodológicos que desarrolla la institución con los talleres que se realizan. En esa medida, permite construir un proceso de interacción entre las acciones cotidianas que vive el individuo en conjunto con la fundación y la teoría que surge desde concepciones científicas de la realidad, en donde es posible reconocer el trasegar histórico que ha generado impacto en el envejecimiento, reflexionar sobre la incidencia de carácter político, social y cultural que este escenario ha tenido y analizar las acciones colectivas que posibilitaron el fortalecimiento del envejecimiento activo en la fundación, lo que en contribución al territorio brinda elementos prácticos para el análisis, comprensión, reflexión y transformación que allí se realiza.

Es por ello, que adquiere una intencionalidad en tres vías; la primera vía está direccionada en reconocer la incidencia del envejecimiento activo que promueve la institución por medio del modelo centro día con los talleres de formación integral con sus participantes; la segunda pretende comprender de qué manera la persona mayor entiende el contexto del envejecimiento activo y el aprendizaje continuo a lo largo de la vida y la tercera tiene como objetivo reconstruir el proceso histórico que ha tenido la fundación en los últimos años ya que no se ha documentado anteriormente su historia.

Finalmente, luego de comprender la intención principal de la presente sistematización se hace hincapié frente al papel que desempeña Trabajo Social en el marco de esta, pues es importante destacar los elementos de acción que ha tenido la profesión en este escenario.

Guerrini (2010) afirmó lo siguiente:

En el campo del Trabajo Social el propósito básico de la intervención profesional es mejorar el funcionamiento objetivo y subjetivo entre el individuo y su ambiente, es decir, el funcionamiento físico y social más visible y los sentimientos o estados afectivos. Por lo tanto, el trabajador social no pretende controlar al individuo sino entenderlo en toda su complejidad según interactúa con su ambiente. (p. 9)

El profesional que aspira servir de ayuda a otros debe tener un conocimiento de sí mismo, de sus fortalezas y debilidades personales que puedan impedir el trabajo efectivo con otros. Es importante que conozca sus percepciones y actitudes hacia los grupos y personas con quienes va a intervenir; no sólo debe estar alerta ante sus limitaciones sino también tener disposición para el cambio.

Por lo cual, Trabajo Social genera conocimiento desde la práctica para la transformación social de la persona mayor. En ese sentido, la sistematización de experiencias adquiere relevancia en tanto logra un engranaje entre las experiencias de las prácticas cotidianas y los procesos de reflexión críticos del envejecimiento unidos a elementos conceptuales, posibilitando la generación de un conocimiento situado y con fundamentación teórica que aporta a la intervención en el campo profesional de la disciplina, aterrizada a las especificidades situacionales que vive un territorio.

## **2.2. Objeto de la sistematización**

En palabras de Jara (2018), el objeto a sistematizar consiste en el escenario en el cual se encuentra la experiencia, es decir su delimitación, en tiempo y espacio. Esta delimitación debe estar estrechamente relacionada con el objetivo de la experiencia y consiste en responder a las preguntas: ¿en dónde se realizó? y ¿cuándo sucedió?

En ese sentido, el objeto a sistematizar en el presente trabajo es la práctica investigativa realizada desde el período 2022 - 1 hasta el 2023 - 1, en la Fundación Jeymar, donde se recupera la experiencia de los talleres de formación integral y su incidencia en el aprendizaje continuo a lo largo de la vida como uno de los pilares del envejecimiento activo.

Con esto se reconoce la importancia de los talleres de formación integral para mejorar la calidad de vida de las personas mayores y se evidencia la necesidad de fomentar la participación social y mantener la autonomía, al tiempo que contribuye a una sociedad más inclusiva y respetuosa de todas las edades.

### **2.3. Pregunta que guiará la sistematización**

¿Cómo el proceso de formación integral de la Fundación Jeymar incide en el envejecimiento activo y en el pilar aprendizaje continuo a lo largo de la vida de las personas mayores del Grupo B - Jornada tarde?

### **2.4. Objetivo general de la sistematización**

Recuperar la experiencia del proceso de formación integral de la Fundación Jeymar para visibilizar el envejecimiento activo y el aprendizaje continuo a lo largo de la vida de las personas mayores del Grupo B - Jornada tarde durante el periodo 2022 - 2023.

### **2.5. Objetivos específicos de la sistematización**

- Reconocer la incidencia de envejecimiento activo que promueve el centro día de la Fundación Jeymar a través de los talleres de formación integral.
- Comprender de qué manera la persona mayor entiende el envejecimiento activo y el pilar del aprendizaje continuo a lo largo de la vida en el centro día.
- Reconstruir el proceso histórico que ha tenido la Fundación Jeymar en los últimos años.

### **2.6. Participantes de la experiencia**

La experiencia reside en los sujetos que interactúan, participan y aprenden del entorno que habitan, por ello los y las participantes de la sistematización son un grupo conformado por los profesionales de la institución incluyendo la Directora ejecutiva, la Coordinadora misional y de sede Lijacá (Bogotá), la Coordinadora de Bienestar Social y de sede Subachoque, la psicóloga y las Trabajadoras Sociales, sumado a ellos los afiliados,

específicamente el grupo B del horario de la tarde que está compuesto alrededor de 20 a 27 participantes dependiendo su periodicidad de asistencia.

Finalmente, cabe mencionar que las trabajadoras sociales en formación también hacen parte de los actores presentes de la fundación, ya que a través de la participación y contribución disciplinar han aportado a distintos procesos llevados a cabo con las personas mayores.

## **2.7. Ejes de la sistematización de la experiencia**

La sistematización de experiencias como todo proceso investigativo debe determinar focos centrales de análisis para dar continuidad al proceso dialéctico de la reflexión que se espera. En ello, Jara (2018) es muy preciso cuando menciona que las experiencias contienen multiplicidad de elementos por tanto es necesario ser más específicos en el enfoque que se le va a dar a la sistematización.

Es por lo que en este caso, se tomarán dos ejes centrales que desarrollan el análisis y comprensión de la sistematización: 1) Envejecimiento activo y 2) Formación integral. Estos ejes corresponden a los elementos del envejecimiento activo (Ver Figura 3).

### ***2.7.1. Eje 1. Envejecimiento activo***

#### **Figura 3**

*Eje 1 de la sistematización*



*Nota.* Elaboración propia, 2023.

#### **2.7.1.1. Pilares del envejecimiento activo.**

El concepto de la OMS de Envejecimiento Activo capta esta visión positiva y holística del envejecimiento y la refuerza como una aspiración individual y como una meta política; y se aplica igualmente a individuos que a sociedades. La formulación inicial identificó la salud, participación y seguridad como los componentes fundamentales del envejecimiento activo.

Este concepto fue redefinido de manera más amplia, agregando el aprendizaje continuo a lo largo de la vida como el cuarto componente, promulgado en la Conferencia Internacional sobre Envejecimiento Activo en Sevilla en 2010 y que tuvo su reflejo en las directrices políticas para la Comunidad Autónoma Española de Andalucía (Kalache, et al., 2015).

#### **2.7.1.2. Aprendizaje continuo a lo largo de la vida.**

Según el Centro Internacional de Longevidad de Brasil, el 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. Nos equipa para mantenernos saludables, y permanecer competentes y comprometidos en la sociedad. Por lo

tanto, empodera y da mayores garantías a la seguridad personal. A nivel de la sociedad, el envejecimiento activo.

Un marco político con personas en longevidad en todos los ámbitos de la vida y en todas las edades, que están informadas y están en posesión de habilidades contribuye a la competitividad económica, empleo, protección social sostenible y participación ciudadana. El facilitar la prosperidad general, el aprendizaje continuo a lo largo de la vida contribuye significativamente a la solidaridad entre generaciones. La OCDE considera el aprendizaje continuo como uno de los componentes más importantes del capital humano en un mundo que envejece (Kalache, et al., 2015).

La organización educativa adulta más allá de la escolaridad formal tiende a enfocarse en la adquisición de conocimientos relacionados con el trabajo y habilidades para las personas activas en el mercado laboral. La necesidad de un enfoque a medida más inclusivo y estratégico de grupos específicos para promover el envejecimiento activo fue reconocida por la Comisión Europea, incluyendo a los que abandonan demasiado pronto la escuela y a los que sucumben al fracaso escolar e inmigrantes. Un modelo cada vez más amplio del ciclo vital para el aprendizaje de los adultos propone un rango de programas para atender las necesidades personales, presupuestarias o de superación personal (Kalache, et al., 2015).

### **2.7.1.3. Políticas de envejecimiento y vejez.**

La Política de Envejecimiento y Vejez se rige bajo el Decreto N° 681 del 2022 en Colombia lo cual describe como objetivo principal garantizar las condiciones necesarias para el envejecimiento saludable y la vivencia de una vejez digna, autónoma e independiente en igualdad, equidad y no discriminación, en el marco de la protección, promoción, defensa y restablecimiento de los derechos humanos y bajo el principio de corresponsabilidad individual, familiar, social y estatal.

Esta política se basa en seis principios y ocho enfoques, que guardan coherencia con las garantías constitucionales y legales que mantiene el Estado Social de Derecho para la

población en general y para las personas mayores en particular. De ellos se desprenden los derechos inalienables de la persona, así como los políticos, económicos y colectivos. Del mismo modo, el respeto por la dignidad humana, la igualdad ante la ley sin discriminación, el reconocimiento por la diversidad y la concurrencia solidaria del Estado, la sociedad y la familia en la protección de las personas mayores, en su integración a la vida productiva y comunitaria y en la provisión de los servicios de la seguridad social integral.

### 2.7.2. Eje 2: Formación integral

#### Figura 4

*Eje 2 de la sistematización*



*Nota.* Elaboración propia, 2023.

#### 2.7.2.1. Participación e identidad.

Fernández (2003) indica que en nuestra sociedad la consolidación de la identidad está asociada a la asunción de las tareas adultas y específicamente al ingreso al mundo del trabajo. Su consolidación favorece la definición de los límites tanto individuales como sociales, en sentido de pertenencia y adjudicación de responsabilidades (Ver Figura 4).

Existen opiniones que coinciden en que la participación en organizaciones comunitarias permite al adulto mayor canalizar adecuadamente su tiempo libre y al mismo tiempo contribuir a mejorar su calidad de vida. Es más, la actividad comunitaria es una opción válida para aportar soluciones de adultos mayores para los adultos mayores. Esta forma de integración permite al adulto mayor contactar con su grupo de pares y compartir más allá de la carencia, desarrollando potencialidades a partir de este contacto.

#### **2.7.2.2. Emprendimientos.**

Algo que ha caracterizado a la Fundación a través del tiempo son sus emprendimientos y que a su vez ha impactado de manera positiva a sus afiliados dentro de esta cada persona mayor lograba poner su granito de arena y dicho de esta manera nos cuentan sus prácticas como: “Antes se hacía leche de soya”, “En la Fundación hay una boutique y sacaban ropa y escogemos para uso propio y también venden”, “Cortaban, sellaban y vendían bolsas plásticas”.

#### **2.7.2.3. Organización comunitaria.**

Según Contreras Ortiz (2004), la organización comunitaria aparece como una fase de la organización social que constituye un esfuerzo consciente de las comunidades pequeñas para controlar sus problemas y lograr mejores condiciones específicas. También como la forma de relación entre grupos e individuos que les permite actuar conjuntamente a los fines de crear y sostener identidades.

Uno de los pilares fundamentales de la institución es el bienestar psicosocial, porque se tiene en cuenta el contexto donde vive cada persona mayor contribuye al bienestar individual. Para buscar el bienestar psicosocial, se maneja un plan de trabajo semestral que involucra el bienestar socioemocional de cada uno, así como la atención primaria en temas de familia, visitas y acompañamiento domiciliario para casos específicos.

Estos lugares se convierten en espacios seguros para cada afiliado pues les permite expresar sentires y reflexiones acerca de la trascendencia histórica del tiempo desde sus

vivencias en cada diferente entorno que se desarrollan. Además de ello, estas estrategias fortalecen la comunicación asertiva y el compañerismo entre los participantes.

Por último, después de establecer las áreas temáticas de los ejes, se plantean algunas interrogantes iniciales que pueden ser confirmadas o ajustadas durante el desarrollo del proceso de reconstrucción de la experiencia. Esto implica la habilidad de detectar nuevas categorías o preguntas que surgen y se integran al núcleo central de la sistematización. (Ver Tabla 2).

**Tabla 2**

*Preguntas y objetivos de la sistematización de experiencias.*

<b>EJES DE SISTEMATIZACIÓN</b>	<b>ENVEJECIMIENTO ACTIVO</b>	<b>FORMACIÓN INTEGRAL</b>
<b>PREGUNTAS</b>	¿Cómo perciben las personas mayores el concepto de envejecimiento activo y la importancia del pilar del aprendizaje continuo a lo largo de la vida en el centro día?	¿Cuál es el impacto del envejecimiento activo promovido por los talleres de formación integral del centro día de la Fundación Jeymar?
<b>OBJETIVO GENERAL</b>	Recuperar la experiencia del proceso de formación integral de la Fundación Jeymar para visibilizar el envejecimiento activo y el aprendizaje continuo a lo largo de la vida de las personas mayores del Grupo B - Jornada tarde durante el periodo 2022 - 2023.	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	Reconocer la incidencia de envejecimiento activo que promueve el centro día de la Fundación Jeymar a través de los talleres de formación integral.	
	Comprender de qué manera la persona mayor entiende el envejecimiento activo y el pilar del aprendizaje continuo a lo largo de la vida en el centro día.	
	Reconstruir el proceso histórico que ha tenido la Fundación Jeymar en los últimos años.	

--	--

*Nota.* Elaboración Propia, 2023.

De este modo, en la Tabla N.º 2, se ilustra cómo los diversos ejes de sistematización se relacionan con cuestionamientos que están alineados con los objetivos que orientan y enfocan la reconstrucción e interpretación de la experiencia llevada a cabo en la fundación.

## **2.8. Elaboración del plan de trabajo de sistematización**

Una vez que se han definido los ejes principales y las cuestiones clave para llevar a cabo la sistematización, es esencial acordar y establecer los pasos necesarios para la investigación. Esto incluye la identificación de las fuentes de información, las técnicas a utilizar, las personas responsables y el calendario de trabajo.

En el proceso actual de sistematización, se ha organizado un proyecto que incluye una teoría, un paradigma (comprensivo - interpretativo) también denominado hermenéutico y una teoría (fenomenológica), parte del reconocimiento de la subjetividad al momento de construir la realidad. A partir del marco de referencia del sujeto, se reconoce al otro-a como un intérprete de la realidad que la vive, construye y reconstruye.

La hermenéutica busca una comprensión profunda de los fenómenos en lugar de simplemente recopilar datos superficiales. Se esfuerza por captar el significado intrínseco y contextual de las experiencias humanas. Estas características subrayan la naturaleza reflexiva, contextual y dinámica del paradigma interpretativo comprensivo o hermenéutico, que busca ir más allá de la mera descripción de los fenómenos para comprender su significado enriquecido por el contexto y la experiencia.

Además, en esta sección es relevante crear un calendario que se ajuste a las etapas propuestas por Jara (2018), con el objetivo de llevar a cabo un proceso que involucre la construcción y el seguimiento de las diferentes actividades realizadas durante la sistematización.

### **2.8.1. Paradigma comprensivo - interpretativo**

El paradigma interpretativo comprensivo se basa en la premisa fundamental de que la comprensión de fenómenos sociales y humanos implica una interpretación activa y reflexiva por parte del investigador. Este enfoque se centra en comprender el significado que las personas dan a sus experiencias y acciones en contextos particulares. Lorenzo Carmen, R. (2006) indica que:

Este paradigma profundiza en los diferentes motivos de los hechos. No busca la generalización, la realidad es dinámica e interactiva. Tienen en cuenta el comportamiento de los otros/as actuando consecuentemente desde una perspectiva holística. - El sujeto es un individuo comunicativo que comparte significados. Entre ellos/as (incluido el investigador/a) se establece una comunicación bidireccional. Los propios individuos construyen la acción interpretando y valorando la realidad en su conjunto de modo analítico-descriptivo. Desde el contexto se le da su significado pleno. (p. 7)

El paradigma interpretativo comprensivo se centra en comprender a fondo el significado que las personas atribuyen a sus experiencias. En el contexto de la sistematización de experiencias, esto permite captar no sólo los hechos objetivos, sino también los significados subjetivos y las interpretaciones que las personas dan a esas experiencias.

#### **2.8.1.1 Teoría Fenomenológica**

En concordancia con lo anterior, el proceso de sistematización de la Fundación Jeymar, se desarrolla bajo el paradigma comprensivo - interpretativo también reconocido como hermenéutico. Una exposición de los métodos básicos de la fenomenología de Husserl (Schutz, 2003, como citó en Husserl), por breve que sea, queda incompleta sin una mención de la importante distinción entre el enfoque empírico y el eidético. Según Husserl, la fenomenología aspira a ser una ciencia eidética, que no investiga la existencia, sino la

esencia. Claro está que los métodos fenomenológicos pueden ser aplicados con gran eficacia también dentro de la esfera empírica.

Por esta razón, la sistematización se puede considerar como una reflexión basada en las acciones humanas y el significado que estas tienen desde sus intenciones, emociones, gestos, símbolos y razones todas estas influidas por ideas o subjetividades contextuales culturales. El significado de las acciones, los pensamientos y el lenguaje son dadas por las personas desde sus colectividades e intersubjetividades. Su propósito es aclarar los significados que la conforman. Además, la sistematización se convierte en una manera de comprender la naturaleza de lo que es social y de las propias acciones sociales.

Por otro lado, al adoptar la sistematización de experiencias como un enfoque investigativo comprensivo - interpretativo se requiere alejarse de las perspectivas tradicionales que conciben la investigación como un proceso inherentemente neutral objetivo y por el contrario reconoce la historicidad de la comprensión, es decir, cómo la interpretación de un fenómeno puede cambiar a lo largo del tiempo y en diferentes contextos.

#### **2.8.1.2 Cronograma.**

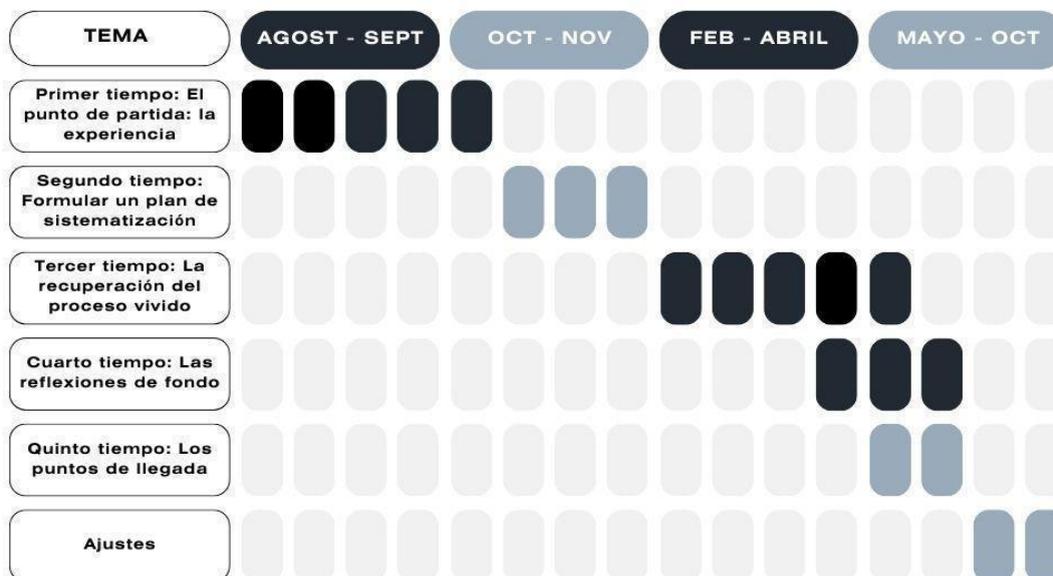
En este punto, se proporciona el plan de trabajo acordado de manera conjunta con el equipo de sistematización de esta experiencia. Este plan está diseñado con el propósito de llevar a cabo un proceso organizado que facilite la realización de las fases que se detallan en la propuesta de Jara (2018) (Ver Tabla 3).

#### **Tabla 3**

*Cronograma de Actividades - 5 Tiempos*

## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DESDE EL ÁREA DE TRABAJO SOCIAL

Diagrama de Gantt



Nota. Elaboración Propia, 2023.

### Capítulo 3: La recuperación de la experiencia.

#### 3.1. Sistematización como apuesta metodológica

La sistematización de experiencias es un proceso de carácter investigativo participativo el cual busca transformar la realidad a través de analizar y reflexionar de manera crítica sobre las prácticas cotidianas, pero además de eso teniendo en cuenta como mencionaba Oscar Jara en su libro *La sistematización de experiencias: práctica y teoría para otros mundos posibles* (2018):

No se trata tanto de mirar hacia atrás, para realizar una apropiación de lo ocurrido en pasado, sino principalmente, recuperar de la experiencia vivida los elementos críticos que permitan dirigir mejor nuestra acción para hacerla transformadora, tanto de la realidad que rodea, como transformadora de sí mismos como personas. (p. 21)

Teniendo en cuenta que Oscar Jara (2018) es el autor guía del presente trabajo es necesario comprender cada momento de la sistematización de experiencias de dicho autor, además de poder diferenciar entre la sistematización de experiencias y la sistematización de información, debido a que el autor resalta la importancia de reconocer los conceptos que se mencionan a lo largo del libro.

En primer lugar, ¿qué es una experiencia? Las experiencias son procesos socio históricos, dinámicos y complejos bien sean personales o colectivos que además están en constante movimiento según lo mencionado por el autor, es decir, no es netamente un hecho puntual, sino que se debe tener una mirada holística de la realidad que se quiere sistematizar Jara (2018).

Por ello, se puede decir que la sistematización de experiencias es un proceso dinámico, complejo, colectivo y personal desde el desarrollo socio histórico de las y los involucrados, llegando más allá de la simple recuperación de acontecimientos y hechos sucedidos en algún contexto.

### 3.1.1. Una propuesta general del método en “cinco tiempos”

Jara (2018) presenta su propuesta general del método (Ver Figura 5), el cual busca orientar cómo se lleva a cabo el desarrollo de una sistematización de experiencias, generando así además herramientas importantes para los y las personas que decidan realizar y participar de este proceso investigativo.

A continuación, en la Figura N.º 5 se presentan los cinco momentos para la realización de la sistematización de experiencias mencionadas por Jara (2018).

#### Figura 5

*Propuesta general del método en cinco tiempos*



*Nota.* Elaboración propia, 2023.

En la metodología expuesta en el gráfico anterior se puede identificar la rigurosidad disciplinar que aporta este proceso para el desarrollo del análisis y reflexión de los ejercicios de la práctica cotidiana desde una perspectiva de conocimiento que esté en la dinámica territorial, poniendo de manifiesto una metodología trabajada desde el devenir epistemológico, partiendo de la práctica para poder crear conocimiento y luego tomarlo para aportar al mejoramiento de la práctica. Dicho esto, a continuación, se presentan los elementos que componen la metodología.

### 3.1.1.1. Primer tiempo: El punto de partida: la experiencia.

Según Jara (2018), la piedra angular para llevar a cabo una sistematización de experiencias es partir de la propia vivencia. Esto implica haber transitado por esa experiencia y llegar a un punto de reflexión que nos habilite para analizar cada elemento específico de la misma. Sin embargo, es importante aclarar que el autor señala que no es necesario haber concluido la experiencia para comenzar este proceso, ya que esto puede ser muy relativo y variar según el tipo de experiencia. En el caso de la sistematización presente, se lleva a cabo este proceso investigativo mientras se está inmerso en la experiencia misma.

### 3.1.1.2. Segundo tiempo: Formular un plan de sistematización.

En este segundo tiempo es el que nos permite dar apertura al debate con las preguntas iniciales de la sistematización (Ver Figura 6), donde el autor establece que para dejar en claro que las respuestas deben ser consensuadas y trabajadas de manera grupal con las personas que se pretende realizar, y además como el inicio propiamente del ejercicio de sistematización.

## Figura 6

*Preguntas iniciales de participación*



*Nota.* Elaboración propia, 2023.

### **3.1.1.3. Tercer tiempo: La recuperación del proceso vivido.**

Este tercer tiempo consiste en dar a conocer los hitos o situaciones históricas principales del objeto que se vaya a sistematizar, pudiendo así tener una percepción de la evolución y el proceso vivido por el grupo en general; en este punto el autor es enfático en la importancia de que se expongan los hechos de manera puntual y parcial para denotar en el proceso la perspectiva desde cada participante.

### **3.1.1.4. Cuarto tiempo: Las reflexiones de fondo.**

De esta manera es como la metodología de Oscar Jara (2018) permite llegar con bases sólidas del reconocimiento de la experiencia mencionada anteriormente, al momento de comprensión y análisis acentuado de la sistematización, anclando a los ejes de sistematización proyectados en el inicio.

Allí la experiencia pone en la mira las particularidades y el conjunto, lo personal y lo colectivo, buscando comprender las interrelaciones e interdependencias entre los distintos elementos y los factores claves que explican la experiencia y de la misma manera construyen su sentido, por medio de la confrontación de otras experiencias y teorías.

### **3.1.1.5. Quinto tiempo: Los puntos de llegada.**

Finalmente, en este punto la investigación se traslada nuevamente al inicio pero con la diferencia de que ya se ha obtenido toda la información, es allí donde es momento de generar conclusiones y comunicar los aprendizajes orientados a la transformación de la práctica, dándole cierre a la justificación del proceso disciplinario obtenido para analizar y concebir los conocimientos desde la experiencia, dando cumplimiento a los objetivos de la sistematización más allá de aprendizajes personales que puedan reflejarse en la organización permitiendo enriquecer y potenciar su práctica.

## **3.2. Definición de técnicas e instrumentos para la recolección de la información**

Para la definición de técnicas e instrumentos de recolección se usó el libro *La sistematización como investigación interpretativa crítica* de los autores Carrillo y Cordero,

(2017). En el texto se habla de las diferentes técnicas y su propósito (Ver Figura 7), entendiéndose que tienen adaptabilidad y flexibilidad.

### Figura 7

*Técnicas e instrumentos para la recolección de información*



*Nota.* Elaboración propia, 2023.

En un primer momento, se realiza una caracterización como instrumento inicial para poder tener un panorama claro de la población, sus características sociodemográficas, familiares y el contexto que los rodea en general. Para así poder realizar mejores estrategias basados en los resultados obtenidos a partir de allí.

Luego, se realizaron dos cartografías, una corporal y una cartografía social. Por un lado, la cartografía corporal permite que las personas mayores tengan un acercamiento al entendimiento visual y gráfico de las dinámicas sociales dadas en la institución y de esta manera lograr sentirse parte de un entorno cambiante al cual pertenecen y tiene fuerte incidencia sobre él. El hecho de integrar el desarrollo de la cartografía corporal y la cartografía social, permite realizar un proceso de reconocimiento y relación de las diferentes dinámicas que conllevan a aceptar que el ser humano realmente pertenece a un entorno determinado y según sean sus acciones dentro de estos serán reflejadas posteriormente.

Por otro lado, la cartografía social, permite hacer un estudio a profundidad de cómo la persona mayor visibiliza su entorno social partiendo del envejecimiento activo y de las actividades que el centro día les brinda.

Después, se realiza un diálogo de saberes el cual tiene como objetivo la generación de conciencia y conocimiento acerca del envejecimiento activo, extender la esperanza de vida saludable y la calidad de vida. Carrillo y Cordero (2017) hablan de trabajar con otras técnicas y aquí se toman las tres mencionadas en el libro de referencia:

Las entrevistas individuales y colectivas, que no son otra cosa que conversaciones orientadas por las preguntas de la investigación. En la sistematización se privilegian las entrevistas no estructuradas, en las que pueda fluir el recuerdo de las personas o colectivos con cierta espontaneidad. (p. 95)

En este proceso también se revisan los testimonios y las historias de vida de las personas mayores que participaron. “Los primeros son relatos de testigos privilegiados de los hechos que se producen a través entrevistas a profundidad, complementados con información proveniente de sus diarios y otros escritos producidos por dichos testigos” (Carrillo y Cordero, 2017, p. 96).

Finalmente, se realiza una línea de tiempo la cual permitirá describir el proceso histórico de experiencias vividas por parte de los y las integrantes de la Fundación Jeymar desde su encuentro con este escenario, ello pretende realizar un proceso de la memoria histórica que allí converge, adicional a esto permitirá a las trabajadoras sociales tener elementos fundamentales para llevar a cabo el registro y sistematización de la reconstrucción de la historia por medio de dispositivos de activación de memoria.

Estos son conjunto de estrategias no convencionales que parten de reconocer que la memoria social se encuentra no sólo en los recuerdos de sus miembros, sino también en las huellas que el pasado deja en la estructura física del mismo barrio (sus calles, lugares, casas), en los muebles, objetos y pertenencias de la gente (utensilios, juguetes, ropa).

### 3.3. Organización de la información

#### 3.3.1. Categorías deductivas

**Tabla 4**

*Categorías deductivas de los ejes de sistematización*

Categorías deductivas	Subcategorías
Envejecimiento Activo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pilares del envejecimiento activo</li> <li>- Aprendizaje continuo a lo largo de la vida</li> <li>- Política de envejecimiento y vejez</li> </ul>
Talleres de formación integral	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participación e identidad</li> <li>- Emprendimientos</li> <li>- Organización Comunitaria</li> </ul>

*Nota.* Elaboración Propia, 2023.

#### 3.3.2. Categorías inductivas

**Tabla 5**

*Categorías inductivas de los ejes de sistematización*

Categorías deductivas	Sub categorías deductivas	Categorías inductivas
Envejecimiento Activo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pilares del envejecimiento activo</li> <li>- Aprendizaje continuo a lo largo de la vida</li> <li>- Política de envejecimiento y vejez</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Transformador</li> <li>- Organización</li> <li>- Formación</li> <li>- Participación</li> <li>- Constructor de realidades</li> <li>- Integración</li> <li>- Cuidador</li> <li>- Gestor</li> </ul>
Talleres de formación integral	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participación e identidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Construcción de saberes</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Emprendimientos</li> <li>- Organización Comunitaria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Visibilizar</li> <li>- Generacional</li> <li>- Apropiación</li> <li>- Autonomía</li> <li>- Aprendizaje</li> <li>- Reconstrucción histórica</li> <li>- Creatividad</li> <li>- Metodológico</li> </ul>
--	---	---

*Nota.* Elaboración Propia, 2023.

### ***3.3.3. Sistematización de la información***

A partir de los instrumentos que se utilizaron para la recolección de información se realizó la caracterización a los 20 integrantes del Grupo B - Jornada tarde de la fundación, luego se realizaron las cartografías corporal y social, el diálogo de saberes y por último la línea de tiempo, instrumentos los cuales fueron sistematizados y responden a los objetivos planteados.

#### Capítulo 4: Las Reflexiones Del Proceso

Teniendo en cuenta el momento inicial del desarrollo de la sistematización propuesta por Jara (2018), donde se hace referencia a que todo proceso transcurrido en un tiempo específico debe tener los registros de las experiencias; el proceso práctico pedagógico ejecutado con el grupo B, horario tarde de la Fundación Jeymar (2022), por medio de la investigación documental y recolección de información del proyecto, la cual Hernández et al. (2020) lo definen como “detectar, obtener y consultar la biografía y otros materiales que parten de otros conocimientos y/o informaciones recogidas moderadamente de cualquier realidad, de manera selectiva, de modo que puedan ser útiles para los propósitos del estudio” (p. 26).

Dicho lo anterior, se planificó la creación del informe para una comunicación efectiva en la transmisión de información, agendas de trabajo, memorias y registro fotográfico de eventos y demás instrumentos de documentación de la información que permiten evidenciar el trabajo realizado con la población.

Para el diseño de técnicas e instrumentos que permitieron recuperar el proceso vivido, se tuvo en cuenta los ejes de sistematización, los cuales orientaron el diseño y aplicación de dichas técnicas siendo su función la de recuperar la información de lo sucedido a lo largo de la experiencia y en ese sentido brindar elementos para luego poder realizar un análisis y reflexión crítica del proceso vivido.

Estas técnicas hacen parte de los aspectos teóricos aprendidos desde la disciplina de Trabajo Social para la identificación, comprensión y análisis de la realidad y situaciones sociales en las que se encuentra una comunidad, además de posibilitar el reconocimiento de relaciones y vínculos al interior de esta.

Adicionalmente, se contó con el acceso a documentos informativos de la institución como registros fotográficos y audiovisuales de la misma, junto con redes sociales que brindaron información sobre la visibilidad de los procesos llevados a cabo al interior de la

fundación. Contar con este registro de la información posibilita la comprensión de la realidad en la que se encuentra la experiencia, así mismo, aportar a las reflexiones continuas sobre las acciones realizadas allí y su incidencia en la construcción del tejido social.

#### **4.1. Caracterización de la población**

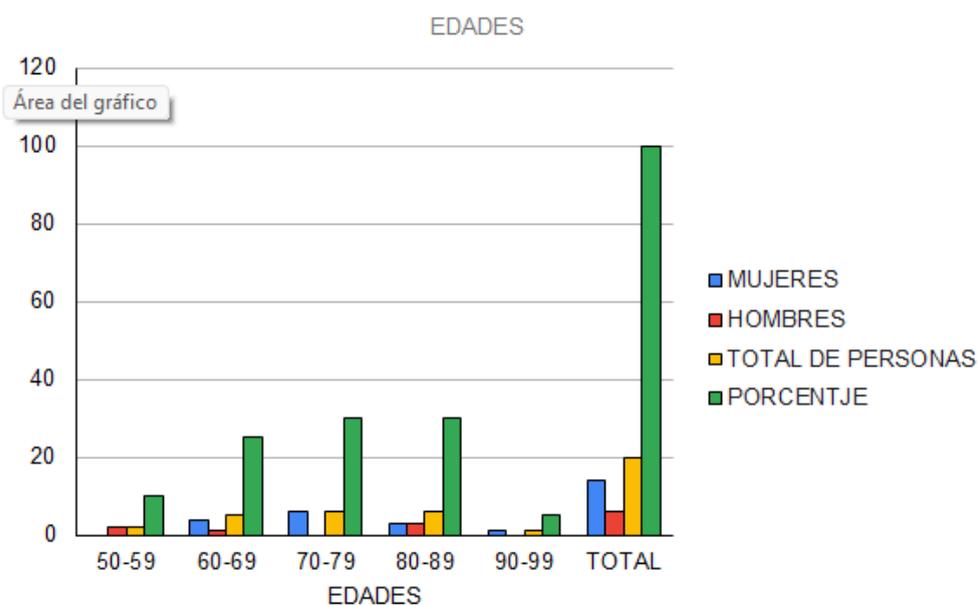
Las caracterizaciones, en tantas investigaciones sociales, permiten conocer parcialmente las realidades situacionales de un grupo humano en particular; además, ofrecen la posibilidad de comprender dinámicas, transformaciones, procesos de equilibrio y desestabilización en la configuración de una estructura colectiva. “Lo social puede entenderse como un *ethos*, o hábitat en el cual unos conjuntos de individuos interactúan entre sí, se relacionan y comparten actividades, costumbres y creencias que les otorgan un sentido de identidad común”. (Gallo Restrepo, 2014, p. 362)

La caracterización realizada con el grupo B de la jornada tarde se hace con el fin de conocer la población con la que se pretende trabajar, pudiendo así comprender las dinámicas tanto individuales como grupales, cómo interactúan entre sí, qué rol asume cada individuo y qué características sobresalen en el grupo. Porque dependiendo de la naturaleza y de las características del fenómeno problemático, y por tanto del aspecto de la realidad social y cultural que se plantea como construirá y formulará la manera de abordar el grupo. (Ver Anexo 1: Planeación sesión caracterización sociodemográfica).

El instrumento se realiza con 20 personas del Grupo B - Jornada tarde, las cuales tienen rangos de edad de la siguiente manera: un 10% tienen un rango de edad de los 50 - 59 años, el 25% al rango entre los 60 - 69 años, el 30% al rango de 70 - 79 años, de la misma manera el 30% el rango de edad de 80 - 89 años y, por último, el 5% al rango de 90 - 100 años. Es importante mencionar que en su mayoría el grupo de personas mayores está conformado principalmente por mujeres, siendo 14 y los hombres 6 respectivamente (Ver Figura 8).

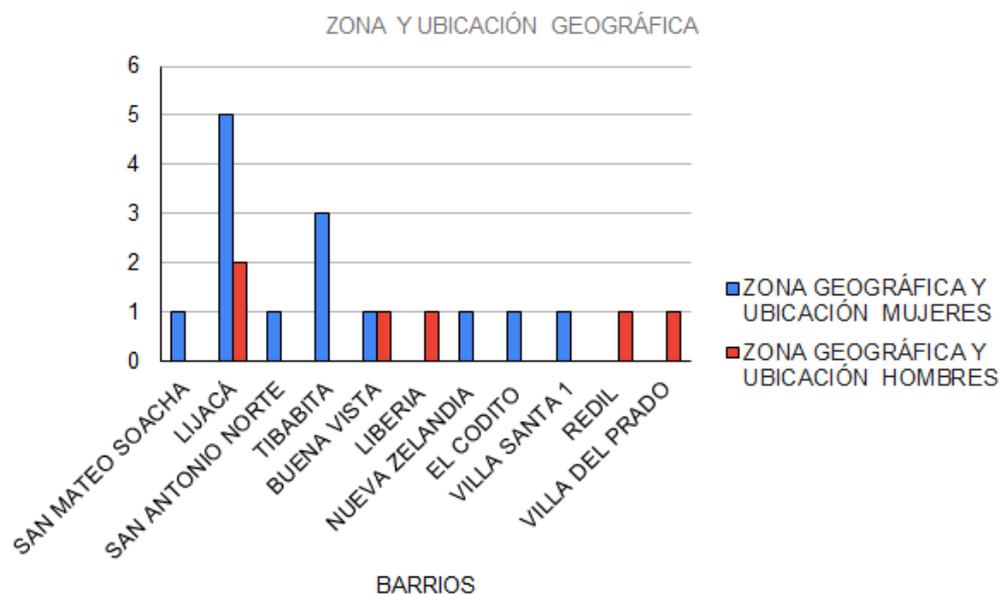
#### **Figura 8**

## Edades



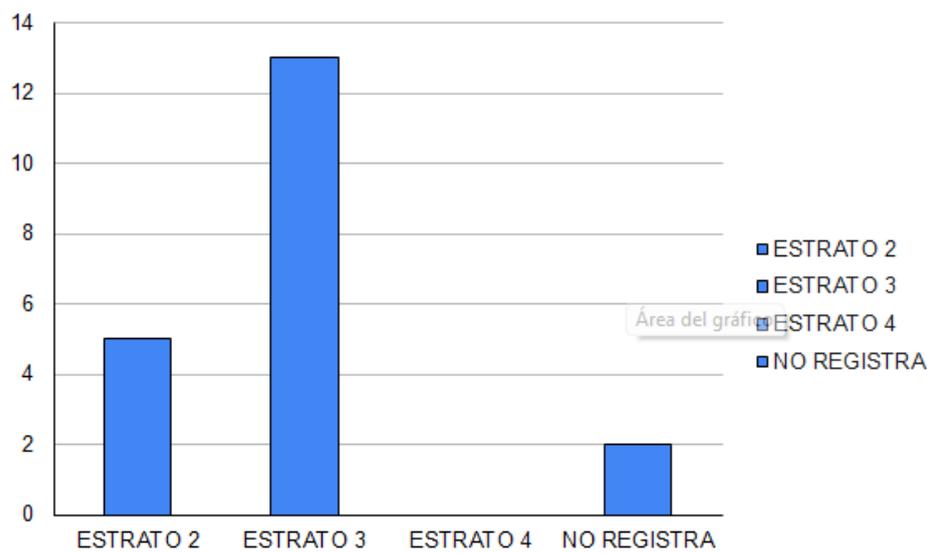
*Nota.* Elaboración propia, 2023.

En cuanto a la ubicación geográfica en su mayoría pertenecen al barrio Lijacá y Tibabita, sin embargo, otros de los barrios donde residen algunas de las personas mayores son: San Mateo Soacha, San Antonio Norte, Buena Vista, Liberia, Nueva Zelandia, Codito, Villa Santa 1, Redil y Villa del Prado (Ver Figura 9).

**Figura 9***Zona y ubicación geográfica*

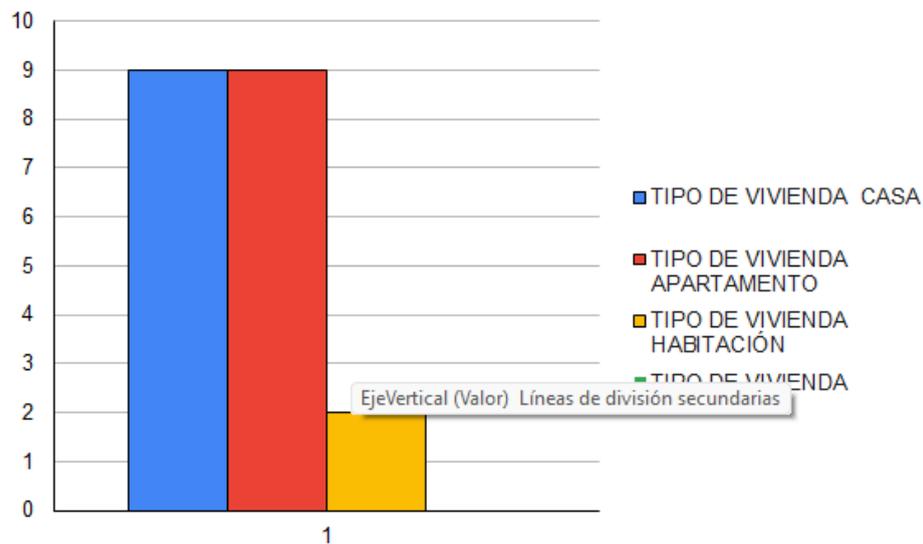
*Nota.* Elaboración propia, 2023.

Además, en cuanto a la estratificación en su mayoría pertenecen a los estratos 2 y 3 con un número de 5 personas y 13 respectivamente y 2 no registran su estrato socioeconómico (Ver Figura 10).

**Figura 10***Estrato*

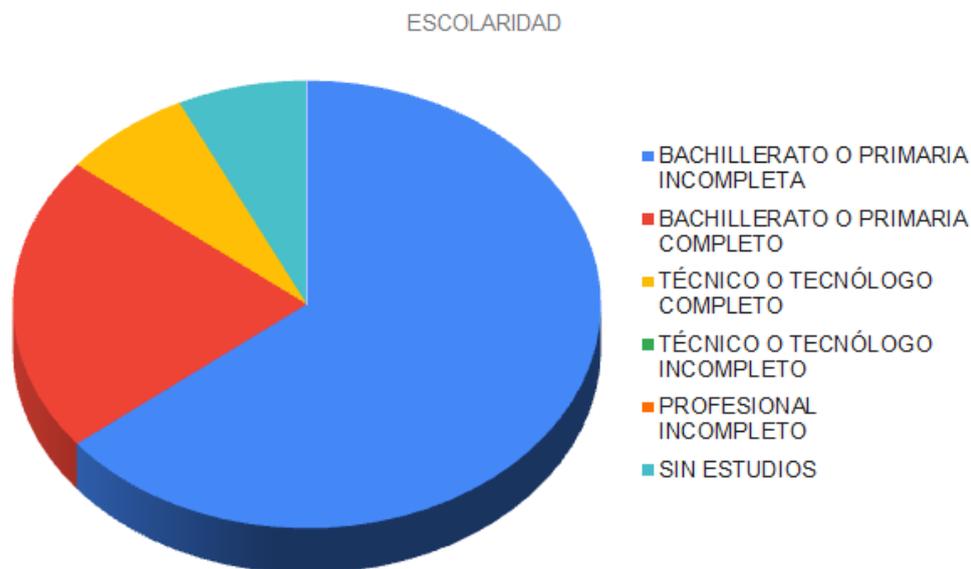
*Nota.* Elaboración propia, 2023.

En cuanto al tipo de vivienda 9 personas mayores residen en casa, 9 en apartamentos y 2 en una habitación (Ver Figura 11).

**Figura 11***Tipo de Vivienda*

*Nota.* Elaboración propia, 2023.

Respecto al grado de escolaridad, 13 personas mayores cuentan con bachillerato o primaria incompleta, 4 personas tienen el bachillerato o primaria completa, con un técnico o tecnólogo completo una sola 1, con estudios profesionales incompletos 1 persona y por último 1 persona sin estudios (Ver Figura 12).

**Figura 12***Escolaridad*

*Nota.* Elaboración propia, 2023.

#### 4.2. Cartografía social y corporal

Según Barragán Giraldo (2016) la cartografía social es una técnica grupal que facilita la creación de evaluaciones colectivas al reconocer el área mediante diversas herramientas. Su objetivo principal es iniciar un proceso participativo con la comunidad para reflexionar y crear conocimiento colectivo, reconstruyendo y explorando el territorio.

Es decir, se genera un proceso dinámico de producción de conocimiento que le da un nuevo sentido a la realidad y permite elaborar estrategias más eficientes para la participación y control social en procesos de transformación cultural.

Desde la articulación con la fundación se pretende poder realizar con cada integrante un reconocimiento de sí mismos y de su papel en el grupo, además también socializar esta información y que puedan conocer los diferentes puntos de vista de los demás integrantes para esto la observación, conversatorios comunitarios, acercamientos a realidades, revisión de documentos, encuentros y otras ayudas; son los medios por los cuales se busca alcanzar un

conocimiento más preciso del territorio, relaciones y condiciones de vida de los y las integrantes. (Ver Anexo 2: Planeación sesión cartografía social y Anexo 3: Planeación sesión cartografía corporal).

Por medio de estas herramientas se pretende que las personas mayores tengan conocimiento frente a cómo llevar un envejecimiento de manera correcta, que puedan conocer las diferentes alternativas que hay, y además sean conscientes de que todas las actividades que realizan en conjunto forman parte del envejecimiento activo. (Ver Anexo 2: Planeación sesión cartografía social y Anexo 3: Planeación sesión cartografía corporal).

#### **4.2.1. Momento 1**

Se indica al grupo que cada persona debe dibujar en la hoja que se les entregará su territorio, es decir la fundación o un lugar representativo de la misma, incluyendo a su entorno social (compañeros) y los profesionales a cargo.

#### **Figura 13**

*Sesión cartografía corporal Fundación Jeymar*



*Nota.* Fotografía de autoría propia, Fundación Jeymar, 2022.

Luego de realizar esta representación se les indica que deben pensar cuales son los aspectos positivos que hacen de su estancia en la fundación un rato agradable y cuáles de estos aspectos le han aportado a su vida cotidiana, finalmente se realiza la socialización, en donde cada uno expone su dibujo de acuerdo a la pregunta y su respuesta. (Ver Figura 12).

#### **4.2.2. Momento 2**

Según Amil y Cazes (2013) la cartografía corporal es una estrategia viable y contribuye a la enseñanza de contenidos relacionados con la corporalidad y la educación, puesto que, permite construir un conocimiento integral significativo en lo que refiere al reconocimiento del cuerpo desde una mirada no solo biológica sino, además, social y cultural.

Se indica que cada persona mayor dibuje una silueta de cómo se percibe a sí mismo, permitiendo a las trabajadoras sociales tener un registro y reconocimiento de cómo se identifica cada persona mayor en la Fundación Jeymar (2022), y la incidencia de los mismos en esta.

Durante la sesión y en la socialización, se observó que el centro día enfoca su metodología en el envejecimiento activo, potenciando así las capacidades de los afiliados y proporcionando bienestar físico. Este enfoque se materializa mediante la promoción de ejercicios y una adecuada alimentación, permitiendo que cada individuo conozca y conserve su potencial.

En el marco de uno de sus programas, la Fundación Jeymar destaca la importancia de la atención psicosocial. La constante interacción con los individuos y el entorno tranquilo contribuyen a generar espacios de bienestar emocional (Flores Tena, 2020). Los mismos elogian la calidad y adaptación de las comidas a las características específicas de la dieta de la persona mayor, resaltando la excelencia en la alimentación proporcionada.

El acompañamiento, tanto individual como familiar, emerge como una característica fundamental según la cartografía realizada. Los participantes expresan que los profesionales de la fundación están siempre dispuestos a escuchar, brindando un respaldo constante que contribuye a la percepción de la fundación como un espacio seguro.

La Fundación Jeymar, cuenta con un plan de desarrollo de actividades integrales incluye talleres de yoga, arte, expresión corporal, estimulación cognitiva, costura, tejido y ejercicio. Estas actividades no solo potencian las capacidades individuales sino que también

generan un impacto positivo en la vida diaria de ellos, quienes destacan haber aprendido valores como compañerismo y respeto, así como haber fortalecido sus habilidades sociales y amistades.

Para las personas mayores, la fundación no solo representa un lugar seguro sino su hogar. La mayoría del tiempo lo invierte en la fundación, consideran a sus compañeros como familia y perciben la fundación como su segunda casa. La definición de amor propuesta por cada persona mayor se refleja en los acompañamientos diarios de los profesionales, generando una sensación de bienestar y satisfacción entre los participantes.

### **4.3. Diálogo de saberes**

Un diálogo de saberes es una herramienta pedagógica que, en un ambiente similar a una mesa redonda, promueve el ejercicio de conversar (libre intercambio de ideas, experiencias, visiones, argumentos y opiniones compartidas, contradictorias, conflictivas, provocadoras, novedosas) poniendo en común inquietudes. En este sentido, lo importante no son los consensos, sino la posibilidad de presentación y exposición de las ideas, planteamientos y conocimientos. (Gobierno de la Ciudad de Córdoba, 2019, p. 2)

Por medio de esta herramienta se pretende que las personas mayores tengan conocimiento frente a cómo se lleva un envejecimiento de manera correcta, que puedan conocer las diferentes alternativas que hay, y además sean conscientes de que todas las actividades que realizan en conjunto forman parte del envejecimiento activo. Adicional a ello que se reconozcan dentro del mismo contexto e interioricen la información para así mismo compartir sus experiencias en torno al tema. (Ver Anexo 4: Planeación sesión diálogo de saberes).

En el encuentro se lleva a cabo un diálogo de saberes, teniendo en cuenta los siguientes objetivos. 1) Generar conciencia y conocimiento acerca del envejecimiento activo; 2) extender la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todas las personas; 3) permitir a las personas mayores contar con mayor independencia, autonomía, participación y

dignidad; e 4) incentivar la participación de las mismas en el ámbito económico, social, cultural y político (Ver Figura 14).

Análogamente, durante el taller se propició un espacio en donde las personas mayores y las trabajadoras sociales en formación expresan sus ideas y experiencias en torno a las preguntas orientadoras, las cuales son:

1. ¿Cómo se logra el envejecimiento activo?
2. ¿Alguna vez pensamos cómo sería envejecer y que podemos hacer para disfrutar este proceso?
3. ¿Qué actividades puedes realizar sin problema en tu vejez?

#### **Figura 14**

*Sesión Diálogo de saberes Fundación Jeymar.*



*Nota.* Fotografía de autoría propia, Fundación Jeymar, 2022.

La iniciativa para organizar este diálogo de saberes surgió de la necesidad de crear un espacio ameno, agradable y comprensivo. La idea principal era que cada persona pudiera expresar libremente sus emociones, pensamientos y, sobre todo, recuerdos, centrándose en el envejecimiento activo. El objetivo era generar conocimiento y conciencia sobre este tema, destacando la importancia de reconocer la propia salud, bienestar, participación y seguridad.

En este sentido, resulta fundamental señalar que se lograron muchas interpretaciones valiosas sobre las diferentes perspectivas y visiones desde la subjetividad. A continuación, se presentan los resultados obtenidos durante el conversatorio.

En relación con los videos interactivos y las preguntas sobre el envejecimiento activo, se observó que muchas personas señalaron la realización de diversas actividades mencionadas en la promoción del envejecimiento activo. Estas actividades eran llevadas a cabo en los talleres integrales realizados diariamente en la fundación. Los participantes destacaron que esto contribuía a evitar la monotonía en su rutina diaria, agradeciendo la oportunidad de envejecer dignamente, según sus propias expresiones.

Además, resaltaron la actividad física como pilar fundamental y categoría importante. Atribuyeron su importancia al significado central del tema y señalaron que, a pesar del tiempo transcurrido, muchos aspectos no físicos, como los relacionados con la personalidad, las emociones y la cultura, se mantenían intactos. Utilizaron expresiones como "la amabilidad y la alegría no cambian aunque uno esté más viejo" o expresaron anécdotas para ilustrar mejor sus puntos de vista.

Algunos participantes compartieron experiencias como aprender a nadar y buscar monedas en el fondo de la piscina en su juventud, comparándolas con sus habilidades actuales. Estas anécdotas resaltan la idea de que, aunque la capacidad física pueda cambiar con el tiempo, la esencia del espíritu permanece, y las vivencias quedan grabadas para siempre.

#### **4.4. Línea del tiempo**

Según Prueba T (Consultado 2023), la línea de tiempo es una herramienta para proporcionar una representación visual de los principales eventos en la vida de una persona y para involucrar al entrevistado en la construcción de esta historia (Anexo 6. Sesión Línea del tiempo Fundación Jeymar Parte 1. Y Anexo 6. Sesión Línea del tiempo Fundación Jeymar Parte 2. ).

La aplicación de esta técnica permitirá describir el proceso histórico como tal de las experiencias vividas por parte de los y las integrantes del Grupo B - Jornada tarde de la Fundación Jeymar así como también de los profesionales de la institución desde su encuentro con este escenario.

Todo esto pretende recuperar la memoria histórica que allí converge, también permitirá a las trabajadoras sociales en formación tener elementos fundamentales para llevar a cabo el registro y sistematización de la reconstrucción de la historia, lo cual corresponde al tercer momento del proceso metodológico propuesto por Oscar Jara (2018). (Ver Anexo 5: Planeación sesión Línea del tiempo) (Ver Figuras 15 y 16).

Las preguntas orientadoras fueron las siguientes:

1. Desde las experiencias colectivas como integrantes, ¿cómo fue el origen y desarrollo de la Fundación Jeymar?
2. ¿Cuándo se integró usted a la Fundación Jeymar?
3. ¿Qué momentos relevantes sucedieron en estos meses?
4. ¿Cómo ha sido el acercamiento con la comunidad? (Describirlos a través de una experiencia).

### **Figura 15**

*Línea del tiempo 1*



Nota. Elaboración propia, 2023.

**Figura 16**

*Línea del tiempo 2*



Nota. Elaboración propia, 2023.

#### 4.5. Análisis e interpretación

Los centros día actualmente han generado incidencia en la atención y cuidado de las personas mayores, es necesario conforme avanzan los años puesto que según el ministerio de salud en el Informe Nacional sobre la aplicación del plan de acción internacional de Madrid sobre el envejecimiento indica que:

Para 2031, serán casi 3 millones de personas mayores más, para un total de 10.012.815, una variación de 41% frente a 2021. Los niños, niñas, adolescentes y jóvenes serán el 34,5% de la población, los adultos representarán el 47,6% y las personas mayores el 18% para esa vigencia. Sumados estos dos últimos grupos etarios concentrarán el 65,5% de la población. (Min Salud, 2021, p. 3)

Por lo cual, es fundamental que las personas mayores cuenten con el apoyo y acompañamiento no solo de sus familiares sino también de profesionales especializados que los orienten y ayuden al desarrollo de determinados ejercicios que previenen de la aparición de enfermedades y que promuevan a su vez una vejez funcional y activa.

La Fundación Jeymar (2022) durante el proceso de investigación para la presente sistematización de experiencias brindó la oportunidad de conocer las metodologías empleadas para fomentar el envejecimiento activo dentro del desarrollo intrínseco de cada individuo. Una de las metodologías anteriormente empleadas fue el modelo centrado en la tarea, donde se consideran las necesidades, problemáticas, experiencias y perspectivas del individuo como el principal punto de partida y guía para la toma de decisiones.

A partir de allí se toma un problema-diana del conjunto de problemas que presenta el afiliado y por medio de tareas y una revisión continua por parte del profesional se busca dar una solución progresiva al problema. Además, se fomenta la participación activa del mismo, se respetan los derechos y la dignidad, y se sigue una ética sólida en el manejo de la información y la participación de las personas para promover el aprendizaje continuo a lo largo de la vida de las personas mayores.

Por otro lado, se desarrollan metodologías activas de enseñanza desde una mirada holística y transformadora para personas mayor. Con ellas se promueve la participación, la interacción, la reflexión y la aplicación práctica de los conocimientos. Esto en un proceso continuo desde los talleres integrales que abordan múltiples aspectos de desarrollo personal, y aprendizaje continuo.

Estas metodologías pueden dividirse en diversas categorías según los objetivos y áreas de enfoque. Teniendo en cuenta los 3 pilares de la Fundación Jeymar (2022) (bienestar psicosocial, físico y nutricional) desde las áreas desarrollo personal, salud y bienestar, aprendizaje continuo, arte y creatividad entre otros, se realizaron talleres entorno a bienestar emocional, desarrollo de habilidades de comunicación, talleres de autoestima y autoconfianza, desarrollo de la inteligencia emocional, talleres de actividad física y ejercicio, talleres de desarrollo de habilidades de resolución de problemas, talleres de pintura y dibujo, talleres de teatro, baile y actuación, entre otros.

A partir de estos talleres, los afiliados de la fundación logran consolidar su zona de confort ya que han encontrado en esta práctica un escenario para desarrollar habilidades y obtener nuevos conocimientos para su quehacer diario. Por este motivo, es conveniente recordar que la fundación brinda herramientas favorables para la persona mayor desde un punto de vista motriz, cognitivo, funcional, neurológico, social y emocional, etc.

En esa medida, la recuperación del proceso vivido de la Fundación, a través de las voces y experiencias de sus actores, posibilita la comprensión del entramado metodológico que allí se encuentra, su accionar colectivo y la incidencia en el aprendizaje continuo a lo largo de la vida como pilar del envejecimiento activo. Ello también da cuenta del reconocimiento de los logros, tensiones, dificultades y transformaciones que ha vivido cada una de las personas partícipes, lo que aportará en el fortalecimiento de las prácticas pedagógicas y de la identidad colectiva.

#### **4.6. Hitos importantes de la experiencia.**

A través de una reconstrucción histórica y una construcción de memoria, se pretende recuperar la experiencia del contexto en el que se sitúa la fundación para identificar los hitos importantes que se han ido estableciendo al pasar de los años. Se realiza una resignificación de espacios, especialmente los que se refieren a la Huerta, puesta esta ha marcado un espacio relevante en la historia de la institución. Allí convergen experiencias significativas del pasar del tiempo, ya que desde que inicia su fundación, la Huerta marca un hito importante en el abastecimiento de recurso nutricional y económico para los afiliados.

Cabe resaltar que actualmente esta práctica ya no se realiza debido a que, como se menciona anteriormente, en el momento de inicio de la fundación los afiliados tenían mejores condiciones físicas y cognitivas que las que tienen a la fecha, y en este momento se maneja de manera externa con un trabajador de la fundación.

A partir de la Cartografía social y corporal se hace una recuperación visual del proceso y resultados para poder resaltar los aspectos más importantes que sobresalen visualmente de cada cartografía realizada por las personas mayores. Pues si bien es importante destacar aspectos textuales y escritos, la parte visual puede aportarnos elementos diferentes a estos que nos reflejan lo que quiere expresar cada persona por medio del dibujo, en especial cuando tienen dificultades para expresarse de manera verbal, suelen hacer este tipo de expresiones por medio del arte, dibujos o la escritura. Para ello se recupera la experiencia de algunos entramados escritos como: “Naturaleza”, “Hogar, soledad”, “Ilustración fundación”, “Día bonito, soleado”, “Árbol de frutas”, “Jeymar para mí es un cielo”, “Para mí este es mi primer hogar” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

La mención de "Naturaleza" sugiere una profunda conexión con el entorno natural, implicando experiencias de serenidad y aprecio por la belleza de su entorno. Por otro lado, la combinación de "Hogar, soledad" destaca una dualidad emocional, sugiriendo que, aunque la

fundación se percibe como un hogar, también se enfrentan a momentos de soledad en sus casas, señalando la importancia de abordar las dimensiones emocionales y sociales.

La afirmación "Para mí este es mi primer hogar" destaca un sentido de pertenencia y conexión emocional con la fundación, sugiriendo que han encontrado un nuevo hogar y una comunidad significativa en este entorno específico.

En conjunto, estas palabras clave trazan una compleja red de emociones y experiencias en la vida de las personas mayores en la fundación, ofreciendo una visión completa y matizada de su relación con la naturaleza, la comunidad, las relaciones interpersonales y el entorno en general.

Continuando con la construcción de memoria, las personas mayores hacen hincapié en su estado emocional a lo largo de los años. Narrando sus sentires como: "No importa que el corazón arda desde que yo sonría", "Aquí pasamos años felices", "Tenemos compañeros buenos", "Me sentía triste pero la fundación la anima", "Carmen y Víctor Hugo se enamoraron", "Las visitas de los niños del colegio los animan", "En la fundación existe el compañerismo, generosidad, amistad, amor y comprensión" (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

Haciendo referencia al fundamento clave para el desarrollo del bienestar psicosocial y considerando el entorno específico en el que cada individuo mayor se desenvuelve, la institución asume la responsabilidad por el bienestar individual. Para esto, implementa un plan de acción semestral que aborda tanto el bienestar socioemocional de cada persona como la atención primaria en temas familiares, junto con visitas personalizadas en casos particulares. Según Jeymar (2022), este lugar se convierte en un espacio seguro para cada usuario, permitiéndoles expresar sus emociones y reflexionar sobre la importancia histórica del tiempo que están experimentando aquí. Además de esto, fomenta la comunicación efectiva y la solidaridad entre los residentes.

Con respecto a la importancia de tener emprendimientos en un centro de día para adultos mayores se tienen varios aspectos. En primer lugar, estos emprendimientos brindan oportunidades significativas para los afiliados, permitiéndoles participar activamente y sentirse útiles al contribuir con su conocimiento y habilidades. Estas actividades no solo les ofrecen un sentido de propósito, sino que también fomentan la interacción social y el compañerismo entre los miembros de la fundación.

Además, estos emprendimientos pueden generar ingresos adicionales para la institución, lo que a su vez podría destinarse a mejorar los servicios ofrecidos o a financiar programas y actividades beneficiosas para los adultos mayores. También pueden servir como espacios de aprendizaje y capacitación, permitiendo a los miembros adquirir nuevas habilidades y conocimientos, lo que contribuye a su desarrollo personal y profesional incluso en esta etapa de sus vidas.

Con respecto a la Galería de arte que se encuentran en la sede de Subachoque, desde la voz de los profesionales de la institución se describe cómo:

- “La galería, salón de arte y cultura se apertura para visibilizar las actividades que se realizaban en la fundación, para que pudieran reconocernos y saber que realizamos en la misma, que las personas supieran cómo implementamos el envejecimiento activo en la persona mayor. Además, también se hacían ventas de garaje, de tejidos, de la huerta de la fundación con el fin de obtener recursos”.
- “Con esta bella iniciativa acerca a los artistas y sus obras con la institución y sus personas mayores”.
- “Se logró que los participantes y el público conocieran el trabajo que se realiza y generamos un espacio armonioso, en el que los artistas dictaron talleres sobre diferentes técnicas de producción a nuestros afiliados, compartiendo sus conocimientos y propiciando un espacio de exposición de las obras. La situación de pandemia nos obligó a parar este proyecto, pero queremos recordarlo como una

experiencia muy importante para la fundación, ya que nos abrió un espacio de intercambio artístico y logró una significativa recaudación de recursos.” (Fundación Jeymar, 2022).

Cada persona mayor relata su experiencia y los recuerdos significativos que ha construido en la institución y en esta gama cambiante de emociones hacen alusión a las salidas recreativas, donde se hacían viajes o salidas recreativas con los afiliados. Actualmente solo se realizan salidas de ida y regreso de un solo día debido a las capacidades físicas y cognitivas de cada uno y también porque existen otras necesidades prioritarias dentro de la institución. Por ejemplo, una recuperación de esto es: “Nos llevaban a paseos con la Universidad de la Salle, fuimos a Carmen de Apicalá, Cartagena, Medellín, Tolú”. (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

Se enfatiza que estos momentos de distracción y entretenimiento son esenciales para cada individuo mayor, sacándolos de la rutina y contribuyendo a su bienestar emocional. Dado que su entorno habitual a menudo no les brinda la oportunidad de disfrutar de estas experiencias, compartir tiempo con sus compañeros les permite sentirse a gusto y seguros en su espacio.

Y como ningún proceso está exento de situaciones difíciles un hito importante que llega a romper los esquemas es la Pandemia COVID - 19, desde las voces de las profesionales:

*Vino luego un año terrible para todos: 2020, año de la pandemia mundial por el COVID-19 y nuestra población era la más vulnerable de todas. Nos vimos en la necesidad de cerrar nuestras sedes, pero no podíamos dejarlos sin su bienestar nutricional, psicosocial y físico, por lo tanto, en vez de una Fundación con dos sedes, ¡tuvimos 156 sedes! Nos dimos a la tarea de gestionar mercados mensuales para cada uno de ellos en sus casas, de enviarles material didáctico para elaborar proyectos de manualidades en sus casas y grabar y enviar sesiones de ejercicios físicos para que los hicieran mientras no podían ir a la Fundación,*

*para evitar su des acondicionamiento físico, así como mantener el equilibrio emocional que fue un tema muy difícil durante el encierro. Tuvieron que pasar dos años completos para que pudiéramos volver a la normalidad. Hoy en día contamos con cerca de 54 afiliados en las dos sedes. (Fundación Jeymar, 2022).*

Y después de este reto para la institución, para los profesionales y para cada uno de los afiliados, el mensaje más importante desde la voz de las personas mayores “Fueron un apoyo en pandemia” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022). Lo gratificante que fue para cada uno de ellos sentirse acompañados sin importar las condiciones es lo que marca un hito importante en la construcción de memoria.

Entonces, luego de esta coyuntura mundial y llegando nuevamente a la presencialidad progresiva, algo que generó un impacto a nivel emocional para los afiliados de la fundación es el geriátrico Comunidad de Cuidado Tierra del Sol. Jeymar realiza un espacio característico donde hacen una visita a esta institución vecina para que las personas mayores de ambas instituciones compartan y socialicen entre sí. Ya que el geriátrico Comunidad de Cuidado Tierra del Sol es un centro interno donde hay personas que no reciben visitas a menudo, este espacio de compartir genera en ellos interacción y aprendizaje de las condiciones físicas, cognitivas y emocionales de las personas mayores visitantes, contribuyendo también en el envejecimiento activo del geriátrico por medio de los espacios de diálogo.

En aras de conocer diferentes miradas y construcciones históricas se reconoce el hito importante de la organización de la fundación en su trascender histórico, desde el grupo interdisciplinar se recupera la experiencia de momentos que han marcado y que de una u otra manera afectaron desde el sentir, como:

- “La ida de Ana María Arango coordinadora de programa, un cambio fuerte, era psicóloga, podías hablar con ella era un apoyo fuerte a nivel emocional”. (Fundación Jeymar, 2022).

- “Muchas cosas importantes han sucedido a lo largo de estos cinco años. Primero que todo, mi primera tarea y muy importante fue integrarme al equipo y lograr con éste un liderazgo para poder trabajar de manera unida y cohesionada por la fundación. Tenemos dos sedes, una en el barrio Lijacá de Bogotá y otra en el municipio de Subachoque, pero operaban de forma bastante independiente, de manera que era un reto integrar las profesionales para trabajar por la fundación y no por cada sede. Luego de lograr la integración del equipo y con un liderazgo claro, debimos definir cómo aplicar el modelo de atención integral a nuestros afiliados, pues no todos tienen las mismas capacidades, habilidades y funcionalidad, en esa medida debimos cambiar el discurso para los afiliados, pero muy importante también, para los acudientes, porque cada uno tiene a su cuidado un adulto mayor diferente en todos los aspectos. Así pues, nos dimos a la tarea de dividirlos por grupos atendiendo sus necesidades y así lograr un mayor impacto en ellos y en sus familias”.
- “Por el camino falleció nuestro presidente el doctor Álvaro Rivera Concha, quien durante muchísimos años fue un pilar fundamental para la Fundación en todos los campos. Tiempo después falleció el doctor Diego Rivera Concha, que al igual que su hermano Álvaro, trabajó sin descanso por nuestra institución. La pérdida de estas dos Figuras en nuestro devenir causó gran impacto. Gracias a Dios, en la presidencia fue designada Natalia Rivera Hernández, que como su padre Álvaro y su tío Diego, lleva en el corazón y en la sangre a la Fundación y con ella al frente, hemos seguido llevando a cabo esta gran labor.” (Fundación Jeymar, 2022).

Destaca varios elementos clave en su evolución, en primer lugar, resalta la importancia de la integración del equipo y el establecimiento de un liderazgo sólido para lograr la cohesión y la colaboración entre las dos sedes de la fundación. La unión de los

profesionales y el liderazgo claro fueron pasos fundamentales para trabajar en pro de la misma y no por cada sede de forma independiente.

Además, se hace hincapié en la necesidad de adaptar el modelo de atención integral a las diversas capacidades, habilidades y funcionalidades de los afiliados. Esta adaptación es esencial para proporcionar un cuidado de calidad a una población de personas mayores diversa y única en sus necesidades.

El relato también lamenta las pérdidas significativas que la fundación enfrentó con el fallecimiento del Dr. Álvaro Rivera Concha, presidente de la Fundación durante muchos años, quien contribuyó intensamente a la organización. Estas pérdidas impactaron profundamente a la comunidad y resaltan la importancia de honrar y mantener vivo el legado de aquellos que han sido pilares fundamentales en su desarrollo.

En conjunto, estas experiencias ilustran la capacidad de adaptación de la institución en su búsqueda de brindar atención integral a personas mayores y resalta la importancia de la unidad del equipo, la adaptación a las necesidades cambiantes y la continuidad de la misión a lo largo de los desafíos que enfrenta.

Construir memoria es tener presente que todos estamos sujetos a cambios, que ningún proceso es lineal y cada cambio trae consigo aprendizaje y hoy la fundación sin importar las circunstancias trabaja en pro del bienestar de la persona mayor.

Y como último acontecimiento importante y que involucró tanto a las trabajadoras sociales en formación, a la Fundación Jeymar y a las personas mayores, es el 26 de noviembre del año 2022 donde ocurre el fallecimiento de una de las afiliadas más antiguas de la Fundación y además una persona líder del grupo B, la señora Nelly, hecho que se generó en el transcurrir de esta sistematización donde se evidenció el impacto que implicó y el duelo que en el que entraron los adultos mayores que pudieron estar durante el proceso.

#### **4.5.1. Eje 1: Envejecimiento activo.**

Dentro de este eje, se pretende generar conocimiento y conciencia en torno a la forma de llevar la vejez, extender la esperanza de vida saludable y la calidad de vida de todas las personas, permitir a las personas mayores contar con más independencia, autonomía, y dignidad, e incentivar la participación de las mismas en el ámbito económico, social, cultural y político. Todo esto en aras de poder evidenciar uno de los objetivos propuestos

#### **Comprender de qué manera la persona mayor entiende el envejecimiento activo y el pilar del aprendizaje continuo a lo largo de la vida en el centro día.**

Dentro de las categorías inductivas como **participación** y el ámbito **transformador** se puede evidenciar por medio del diálogo de saberes que se desarrolló en torno a las tres preguntas orientadoras mencionadas en el apartado 4.3.

La planeación del conversatorio se planeó para facilitar un diálogo tranquilo y comprensivo, donde cada persona pudiera expresar sus emociones, pensamientos y recuerdos. Se enfocó en el envejecimiento activo, buscando generar conciencia sobre la importancia de la salud, el bienestar personal y la seguridad, y se lograron varias interpretaciones desde las perspectivas subjetivas de los participantes.

Respecto a los videos interactivos, en relación con la primera pregunta central “¿Cómo se logra el envejecimiento activo?”, se logra evidenciar que muchas personas indicaron que actividades como los talleres de bienestar emocional, manejo de estrés, autoestima y autoconfianza, actividad física y ejercicio, creatividad y pensamiento crítico, que se mencionan en el fomento, promoción y potenciación del envejecimiento activo, se llevaban a cabo también en los talleres integrales dentro de los 3 ejes que son: bienestar psicosocial, físico y nutricional, actividades en áreas de enfoque como desarrollo personal, salud y bienestar, educación y aprendizaje, que se efectúan en la fundación día a día, y que facilita la no monotonía dentro de su quehacer diario.

Con respecto a la segunda pregunta guía “¿Alguna vez pensamos cómo sería envejecer y que podemos hacer para disfrutar este proceso?”, uno de los aspectos más importantes fue el agradecimiento de la oportunidad de envejecer dignamente como muchos de ellos lo mencionan en los talleres realizados.

También se recalca como pilar fundamental y categoría importante, la actividad física y, cómo a pesar del tiempo invertido en aspectos no físicos, su desarrollo de la personalidad se tornó como un resultado importante en aspecto emocionales, y culturales, porque afirmaban “La amabilidad, y la alegría, aunque uno este mas viejito no cambian” o... “Porque uno entre más viejo y amargado... peor” , o quizás anécdotas que describen mejor lo que una persona mayor mencionaba, “Por ejemplo, cuando yo estaba aprendiendo a nadar y me metía al fondo, y buscaba moneditas, las monedas eran unas chiquitas de 2 y 3 centavos... pero me ganaba las monedas... Hoy en día me lanzo a la piscina y no alcanzo a llegar al fondo” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

Esas palabras cobran mucho sentido, cuando se tiene en cuenta que quizás el espíritu en esencia cambia, pero las vivencias quedan para siempre, llegando a comparar y contrastar una capacidad física diferente, pero con la misma personalidad o sentido del humor. Reflexionar sobre el envejecimiento y cómo disfrutar este proceso es una parte importante de la planificación para la vida a medida que avanzamos en edad, la actitud y la perspectiva desempeñan un papel crucial en cómo se experimenta el envejecimiento. Cultivar una actitud positiva hacia el envejecimiento puede ayudar a abrazar este proceso con optimismo y aceptación.

En un segundo momento se realizaron anotaciones sobre las diferentes perspectivas y las vivencias que pudieran tener las trabajadoras sociales en formación, pues desde su punto de vista como adultas joven de veintiuno y veinte años, quizás tienen esa vitalidad y movilidad que a la persona mayor le falta, pero que muchas veces no se cuenta con la experiencia para llevar a cabo algo, porque esa sabiduría se adquiere con el tiempo, sabiduría

que ellos poseen y que es una ventaja maravillosa, también por hábitos de vida y bienestar, los cuales son muy importantes.

La juventud actual no cuenta con muchas capacidades que estas personas mayores tuvieron en su momento, gracias a un estilo de vida y crianza (poco saludable), el cual es diferente a todo lo que ellos alguna vez percibieron en su época, pues es sorprendente cómo estas afrontan su vejez porque se menciona durante el diálogo, - si yo supiera que voy a envejecer y pensara en ¿cómo va a ser mi vejez, haría cosas, o tendría acciones para vivir mejor? - y la población joven no suele plantearse eso, lo cual es un momento aprovechable para hacer conciencia y mejorar los hábitos para un futuro no muy lejano, siendo conscientes que estamos envejeciendo desde nuestro primer año de vida. (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

Frente a la última pregunta “¿Qué actividades puedes realizar sin problema en tu vejez?”, se tuvo una conversación comparativa donde cada uno expresaba la forma en que sus capacidades sobre todo físicas cambian respecto con los años anteriores, lo que se pudo denotar a nivel general es que las capacidades físicas condicionales como lo son la velocidad, fuerza, resistencia y la flexibilidad son las más afectadas en la vejez, con respecto a esto comentaban “uno todavía puede hacer manualidades y cosas que no requieran de mucho esfuerzo físico, porque ya correr o moverse mucho se dificulta” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

El envejecimiento activo abarca una serie de aspectos fundamentales para el bienestar integral de las personas mayores. A través de la atención a estos aspectos, se promueve una calidad de vida satisfactoria en la vejez.

Recuperando la experiencia de los actores durante el instrumento de la cartografía social, indican: “Hacer ejercicios todos los días, asistir a los talleres como danzas manualidades”, “Me gustan las actividades y el baile”, “Me he sentido muy bien desde que entré a la fundación, me gustan todas las actividades que nos hacen, talleres como el de baile,

los ejercicios”, “La fundación me ha aportado danza, música, canto manualidades, tejido 2 agujas y crochet bordado, distracción , juegos, recreación”. (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

La institución resalta que los talleres integrales permiten potenciar las capacidades de los individuos por medio de actividades como: yoga, arte, expresión corporal, estimulación cognitiva, costura, tejido, ejercicio, entre otros. Está se vincula directamente a categorías como desarrollo personal, salud, bienestar, educación, aprendizaje, arte y creatividad, esto aportando a la **construcción de realidades** como se resalta dentro de las categorías inductivas.

Mantener una vejez activa y funcional es fundamental para asegurar una calidad de vida satisfactoria a medida que envejecemos. A menudo, el envejecimiento se asocia con la disminución de la movilidad, la salud y la independencia, pero esto no tiene por qué ser así. De hecho, una vejez activa y funcional puede traer una serie de beneficios físicos, emocionales y sociales significativos.

En primer lugar, la actividad física como lo mencionan las personas mayores dentro de sus actividades es esencial para mantener la salud en la vejez. El ejercicio ayuda a fortalecer los músculos, mantener la flexibilidad y la movilidad. Esto reduce el riesgo de enfermedades crónicas, y contribuye a la longevidad. Además, mantenerse activo puede ayudar a prevenir caídas y lesiones, lo que es especialmente importante a medida que envejecemos.

Una vejez activa también tiene un impacto positivo en la salud mental, debido a que participar en actividades físicas y sociales puede mejorar el estado de ánimo, reducir el estrés y la ansiedad, y prevenir la depresión; también, mantenerse activo mentalmente a través del aprendizaje continuo y la estimulación cognitiva puede retrasar el deterioro cognitivo y fomentar la agudeza mental.

“La fundación me ha aportado bienestar emocional y mental, yo me siento muy feliz en esta fundación porque me ha dado seguridad”, “Jeymar para mí es un cielo”, “Los compañeros y directivas son muy respetuosos y alegres”, “Las doctoras muy queridas nos tratan muy bien, y son bondadosas, siempre están colaborándonos en todo” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

La Fundación Jeymar (2022) en uno de sus programas hace hincapié en la atención psicosocial, respondiendo a la categoría **“cuidador”** durante la sesión se identificó que el acompañamiento es constante con los afiliados y además de esto el ambiente que allí se vive genera tranquilidad y espacios de bienestar para cada persona, brindando así un bienestar emocional. Logrando que cada persona mayor reconozca a la fundación como su lugar seguro donde sienten que todos los profesionales se encargan de cuidar adecuadamente de ellos.

La capacidad de mantenerse activo y realizar actividades diarias contribuye a una mayor autoestima y una sensación de logro, la socialización es otro componente importante de una vejez activa, mantener conexiones con amigos, familiares y la comunidad en general brinda apoyo emocional, reduce la soledad y el aislamiento, y mejora la calidad de vida, así como participar en grupos, clubes o actividades sociales puede proporcionar un sentido de pertenencia y un propósito significativo.

Recuperando la experiencia de los afiliados entorno al bienestar psicosocial, físico y nutricional, como áreas importantes dentro de un envejecimiento activo indican: “Murió hace 12 años mi esposa, 52 años de casados”, “Me gusta pasear y comer rico”, “comer”, “La comida es muy buena”, “Yo me siento feliz en la fundación porque me ha dado seguridad apoyo acompañamiento, en general es mi segundo hogar y me siento contenta de pertenecer a la fundación”, “Hacer ejercicios con Brenda”, “Bienestar físico, mental, alimentación, enseñanza”, “Cuidados médicos, compañía”, “Hacer ejercicio todos los días desde las ocho hasta las nueve am”, “Tener el almuerzo y por la tarde estar tomando onces”, “Asistir a los talleres como danzas manualidades”, “Me gusta bailar, me gusta las artesanías”, “La

alimentación es muy buena y bien balanceada”, ”Los compañeros son muy respetuosos y alegres” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

### ***Organización***

Jeymar (2022) se caracteriza por tener una mirada holística, permitiendo así observar cada aspecto de la vida de las personas mayores, ejecutando de la misma manera, un plan de acción en pro del bienestar a nivel general de cada uno de los afiliados según sus particularidades, para lo cual se realiza un plan de trabajo semestral, que permita dar respuesta a esas necesidades encontradas tanto del grupo como del individuo, donde incluye talleres entorno a actividades físicas, lúdicas, la implementación de un plan nutricional acorde a cada persona mayor, además contribuyendo a mantener y mejorar la condición nutricional de los afiliados, por medio de la valoración y el seguimiento a su condición nutricional. Igualmente, ofrecen el servicio de alimentación o de entrega de alimentos en los casos requeridos, con base en el diseño de una minuta acorde a sus necesidades.

En el aspecto psicosocial, contribuye a las personas mayores a sentirse más a gusto con su día a día, su familia y comunidad por medio de actividades orientadas a fortalecer su sentido de vida, afrontar los retos propios de la vejez y fortalecer sus redes de apoyo. También, ofrecen acompañamiento y orientación a las familias en el cuidado integral de la persona mayor, involucrando siempre la responsabilidad familiar por medio de visitas domiciliarias para los casos que así lo requieran; donde además se pudo evidenciar los lazos de apoyo tanto emocional, como material entre integrantes del grupo, que fortalecen su relación y comunicación. Por último, se proponen actividades que contribuyan a que cada persona pueda tener un estilo de vida activo y saludable, fomentando así su nivel de autonomía y sus capacidades físicas y cognitivas.

Dentro de los pilares del envejecimiento activo es importante reconocer la seguridad, que en este caso es transversal a la intervención con los afiliados donde expresan su agrado a cada profesional que labora en la institución, como se puede evidenciar: “Me gustan los

empleados son amables y cariñosos”, “Hacer ejercicios con Brenda y con Nicolás que es profesor de educación física, nos hace subir a las máquinas y con una banda de theraband”, “Las doctoras muy queridas nos tratan muy bien y son bondadosas siempre están colaborándonos en todo”, “Hacer manualidades con las profesoras”, “Con Brenda, Ingrid y con Jennifer hacemos muchas actividades” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

El equipo interdisciplinar de la institución está compuesto por profesionales en las áreas que las personas mayores lo requieren y son los encargados de realizar el acompañamiento a cada grupo y cada participante. Dentro de los profesionales se encuentran: Nutricionista, Trabajador Social, Psicólogo, Fisioterapeuta, entre otros. Cada afiliado reconoce la labor del profesional y se evidencia el impacto positivo del trabajo de cada uno, pues las personas mayores indican que tienen una relación buena, un trato agradable y una escucha activa por parte de cada uno de los profesionales.

En última instancia, una vejez activa y funcional permite a las personas mayores disfrutar de su vida al máximo, aprovechando las oportunidades que se presentan. Puede implicar viajar, explorar pasiones y pasatiempos, aprender cosas nuevas y vivir una vida rica y plena.

“Me gusta pasear”, “Me gusta nadar y también pasear”, “Me gusta pasear y comer rico”, “Me gustan los paseos”, “Que nos saquen a pasear”, “Ir a pasear, me gusta la piscina”, “Me gusta ir de paseo”, “Nadar en el mar” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

Los cambios para las personas mayores suelen ser difíciles, puesto que notamos el impacto que les generaba al grupo en general, la ausencia de cosas y personas que se han ido cambiando con el tiempo. Como se mencionó anteriormente se realizaban actividades de salidas recreativas fuera de Bogotá porque la situación física del grupo lo permitía, debido a que en la actualidad lo más probable es que las capacidades cognitivas y físicas de cada persona mayor han cambiado y se requieren nuevas dinámicas en todos los aspectos para prevenir que pueda ocurrir una afectación a su estado de salud, o su integridad.

En resumen, la importancia de mantener una vejez activa y funcional radica en su capacidad para mejorar la salud física y mental, promover la independencia, fortalecer las conexiones sociales y permitir que las personas mayores disfruten de una vida plena y significativa. A través de la actividad física, la estimulación cognitiva, la socialización y la exploración de intereses personales se puede lograr una vejez enriquecedora y gratificante.

#### ***4.5.2. Eje 2: Talleres de formación integral***

En la búsqueda de un análisis efectivo para los desafíos que enfrentamos en el contexto de la persona mayor es crucial reconocer la importancia de los talleres integrales como lo plantea el objetivo **Reconocer la incidencia de envejecimiento activo que promueve el centro día de la Fundación Jeymar a través de los talleres de formación integral**. El enfoque que se aborda en los talleres y que contempla una situación de múltiples dimensiones y factores, se presenta como una herramienta valiosa en una variedad de contextos, desde la atención médica y la educación hasta el trabajo social y más allá.

En primer lugar, la intervención por medio de talleres integrales se caracteriza por su capacidad para proporcionar un abordaje desde el bienestar psicosocial, físico y nutricional a una situación o problema. Al considerar todos los factores relevantes, permite una comprensión profunda y completa de la situación. En lugar de abordar únicamente los síntomas visibles, los talleres integrales buscan identificar y tratar las causas subyacentes de los problemas, por medio de metodologías provechosas para el aprendizaje continuo a lo largo de la vida como un pilar fundamental del envejecimiento activo.

La efectividad de los mismos es innegable. En comparación con enfoques unidimensionales o simplistas, la intervención integral demuestra ser más eficaz en la resolución de problemas. Al considerar todos los aspectos que influyen en una situación, se pueden desarrollar estrategias que aborden las múltiples dimensiones del problema. Esto, a su vez, conduce a soluciones más efectivas y sostenibles.

Además de proporcionar soluciones sostenibles, promueve el bienestar integral y busca no solo abordar aspectos físicos sino también emocionales, sociales y psicológicos. Esto garantiza una atención completa que abarca todas las dimensiones del bienestar de las personas.

Los talleres integrales tienen un impacto significativo en la calidad de vida. Al abordar aspectos como el bienestar psicosocial, físico y nutricional este enfoque busca mejorar la calidad de vida en su conjunto. Las personas y las comunidades se benefician de una vida más rica y satisfactoria.

Reconocer la importancia de la intervención integral refleja un enfoque holístico hacia los desafíos y problemas. Al considerar todas las dimensiones de una situación, se promueve una comprensión más profunda y completa, lo que a su vez conduce a resultados más efectivos. Además, este enfoque se adapta a la diversidad de contextos y poblaciones, permitiendo abordar las necesidades específicas de personas con diferentes antecedentes, experiencias y desafíos.

Empodera a las personas y a las comunidades al darles un papel activo en la resolución de problemas y la toma de decisiones. Promueve la participación y la colaboración, lo que contribuye a soluciones más sostenibles y satisfactorias.

Por lo tanto, la recuperación de experiencias e historias que aquí se presentan, posibilita el reconocimiento y visibilización de las experiencias del envejecimiento activo que desde las voluntades pretende arraigarse a la idea de construir un mundo distinto, en donde la población sea partícipe de prácticas que generen conocimiento y habilidades entorno a las capacidades del individuo y el reconocimiento de la autonomía.

El aprendizaje continuo a lo largo de la vida a través de los talleres integrales, en el marco del presente trabajo adquiere relevancia en tanto posibilita la transformación de las condiciones de la persona mayor por medio del envejecimiento activo, dando la posibilidad a cada individuo de pasar de un estado de sedentarismo arraigado a las prácticas comunes de

los hogares geriátricos, al hábito de diferentes actividades por medio de talleres que aluden a la creación, innovación, arte, manualidades y educación, creando así un tejido comunitario de prácticas provechosas para la persona mayor con la finalidad de hacer de sus días más productivos, comprendiendo que desde esta edad el individuo cree que no es útil para muchas actividades, y así mismo se promueve la seguridad en cada uno de ellos.

Dentro de los talleres integrales se recuperaron testimonios sobre la huerta, la cual ha marcado un espacio histórico en el trascender de la institución, en donde se convergen experiencias significativas del pasar del tiempo. Desde que se inicia el proceso de la huerta se marca un hito importante en el abastecimiento de recursos nutricionales para los afiliados. La huerta también ha significado un recurso económico, ya que se realizan trueques con estos alimentos cosechados por las personas mayores desde las diferentes redes comunitarias que logran aportar económicamente y generar. Como ellos lo expresaban y marcaban la importancia de este en su trayectoria en la fundación “Teníamos surcos de Arveja y Mazorca” “Se hacía la huerta y se trabajaba en los surcos para cosechar nuestro propio alimento” “Hicimos huerta para papa criolla” “Se vendían productos a la comunidad de Lijacá para recoger recursos” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

Además, también dentro de los talleres integrales se manejan 3 programas como pilares fundamentales, dentro de los cuales se encuentran el bienestar psicosocial, físico y nutricional. En cada uno de estos se busca que la persona mayor tenga total acompañamiento, de ser necesario, frente a las actividades cotidianas que allí se realizan por medio de un horario específico dependiendo del grupo y los talleres integrales en los cuales pueden participar los afiliados según su interés. Entre las opciones se encuentran: yoga, arte, expresión corporal, estimulación cognitiva, costura y otros cursos rotativos, estas actividades con el fin de mantener un envejecimiento activo y una dinámica dentro de las personas mayores.

También se encuentran las actividades lúdicas que la fundación considera relevantes para el bienestar emocional de las personas mayores. Estas actividades están pensadas para la recreación y el ocio de cada afiliado. Durante el trabajo de campo y según las experiencias de cada uno, Jeymar hace de sus cumpleaños un espacio emotivo y adicional donde se comparte festividades entre todos como Navidades, Halloween, día de la persona mayor, entre otros, teniendo un compromiso constante con cada uno de ellos.

La institución al estar enfocada en procesos de atención integral en el envejecimiento y vejez, se dibuja como un lugar donde las personas mayores pueden experimentar una sensación de seguridad al recibir atención profesional durante todo el día. La realidad holística de la fundación permite pensar el envejecimiento activo en la persona mayor como una propuesta de mejora de los modelos estructurales y comúnmente lineales de la intervención dando como resultado un centro día novedoso, provechoso y fructuoso para los afiliados.

Realizar la sistematización en este centro día permitió tener una visión diferente de lo que se tenía preconcebido de estos lugares, si bien es cierto que las instituciones a nivel nacional manejan ciertos métodos de intervención con la población de personas mayores, se destaca la Fundación Jeymar como precursora de este modelo donde se promueve el envejecimiento activo desde cada una de sus actividades y talleres integrales.

Centrándose en el diagnóstico general e individual de cada persona mayor maneja una metodología de atención centrada en la persona que permite identificar las necesidades de la comunidad Jeymar y así mismo crear una intervención que promueva el envejecimiento activo.

Para cada persona mayor estos procesos que se entretienen en la fundación son importantes y les dan sentido a esas experiencias descritas a continuación: “En la fundación dibujamos, tenemos danzas, hacemos el pesebre reciclado, bordamos, tejemos, hacemos

manualidades, hacemos la navidad reciclada, contaban cuentos” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

Esto genera un impacto no solo en su vida cotidiana, en sus sentires y percepciones de la vejez, pues siguen teniendo claro que son personas fundamentales y son útiles en sus quehaceres en la fundación. También se recupera que las experiencias preferidas son subjetivas pues como lo cuentan “Lo más relevante de la Fundación son las manualidades” y en su práctica “El acercamiento es lúdico por medio de canto, y baile de tango” (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

Jeymar (2022) siendo pionera en centro día promueve el envejecimiento activo desde cada una de sus actividades y talleres integrales. Esto se evidenció en cada cartografía donde señalaron que para ellos era de vital importancia que durante su día a día se realizarán estas actividades. Por otro lado, aporta a la recuperación de las perspectivas de cada participante para poder reconocer qué rol tiene dentro de Jeymar, la incidencia con sus compañeros y cómo esto afecta las dinámicas del grupo entre sí mismos.

Entre sus sentires y descripciones a partir de la recuperación de la Cartografía se logran identificar diálogos de afirmación como:

“Me gusta la portería, el baile y manualidades”, “Bordar con la profesora Carmenza”, “Me gusta rezar, hacer manualidades y ver tv”, “Me gusta bailar”, “Bailar, pintar, pesebre y arbolito”, “Bailar, manualidades”, “Danza, música, canto, manualidades”, “Tejido, 2 agujas crochet, bordado”, “Me gusta hacer las manualidades, el pesebre y el arbolito con botellas plásticas”, “Me gustan mucho todas las actividades que nos hacen, tales como el baile, los ejercicios y la comunicación con los compañeros y profesores”. (Grupo B - Fundación Jeymar, 2022).

En el escenario de la institución se ha dado paso a entramados de hilos que se tejen para construir nuevas formas de generar un impacto en la persona mayor. En la fundación se practica día a día el envejecimiento activo con talleres integrales que buscan transformar las

prácticas cotidianas de un centro día a las que la sociedad está actualmente inmersa. Por ello el reconocimiento de este lugar tiene relevancia en tanto forja elementos y metodologías importantes para la intervención con la persona mayor, construyendo identidades desde la recuperación de la vida en común unidad con los demás.

Por lo tanto, la recuperación de experiencias e historias que aquí se presentan posibilita el reconocimiento y visibilización de las experiencias del envejecimiento activo que desde las voluntades pretende arraigarse a la idea de construir un mundo distinto, en donde la población sea partícipe de prácticas que generen conocimiento y habilidades entorno a las capacidades del individuo y el reconocimiento de la autonomía.

El aprendizaje continuo a lo largo de la vida a través de los talleres integrales posibilita la transformación de hábitos de diferentes actividades por medio de talleres que aluden a la creación, innovación, arte, manualidades y educación. De esta forma se crea un tejido comunitario de prácticas provechosas para la persona mayor con la finalidad de hacer de sus días menos tediosos.

Tiene mucho más valor al comprender que desde esta edad el individuo cree que no es útil para muchas actividades. De ahí la importancia de construir pilares como el aprendizaje continuo a lo largo de la vida de la persona mayor no solamente en espacios como los centros de atención de los mismos sino brindarles la oportunidad de enseñar a sus comunidades conocimientos arraigados a su cultura.

Además, es un pilar fundamental en el desarrollo y el enriquecimiento personal, y los talleres integrales desempeñan un papel esencial en este proceso. La importancia del aprendizaje continuo y su relación con los talleres integrales se manifiestan de manera clara y significativa en múltiples aspectos de la vida de las personas, enriqueciendo no solo sus conocimientos, sino también su bienestar emocional, social y su calidad de vida en general.

Así mismo, mantenerse aprendiendo está intrínsecamente vinculado al desarrollo personal y al crecimiento a lo largo de la vida. Los talleres integrales ofrecen oportunidades

para explorar pasiones y pasatiempos que nutren la creatividad y la autorrealización. La adquisición de nuevas habilidades y conocimientos no solo enriquece la vida, sino que también puede abrir puertas a nuevas oportunidades, como la participación en actividades culturales, la enseñanza de habilidades adquiridas o el voluntariado, lo que aporta un mayor sentido de propósito y significado.

La adaptabilidad y la resiliencia son otras cualidades que se fomentan a través del aprendizaje continuo a lo largo de la vida. La voluntad de aprender nuevas habilidades y adaptarse a un mundo en constante cambio es esencial en la sociedad contemporánea. Los talleres integrales proporcionan un terreno fértil para la adquisición de esta mentalidad, ya que requieren la apertura a nuevas ideas y la disposición a enfrentar desafíos, lo que se traduce en una mayor adaptabilidad en la vida cotidiana.

Para finalizar este eje, se comprende que el aprendizaje continuo a lo largo de la vida, especialmente a través de talleres integrales, desempeña un papel fundamental en el bienestar integral y el enriquecimiento personal. Desde el fortalecimiento de la agudeza mental hasta la promoción de conexiones sociales significativas, desde el crecimiento personal y la creatividad hasta la prevención de problemas de salud mental, el aprendizaje continuo nutre el cuerpo, la mente y el espíritu. En un mundo en constante evolución, este enfoque se convierte en una brújula que guía a las personas hacia una vida más satisfactoria, saludable y enriquecedora, independientemente de la etapa de la vida en la que se encuentren.

Para finalizar se hace alusión al objetivo **Reconstruir el proceso histórico que ha tenido la Fundación Jeymar en los últimos años** que nace de la observación de que existe un vacío documental en el que los procesos históricos por los que ha pasado la fundación y que darían cuenta de su aporte a la sociedad bogotana no han sido completamente documentados. Por esto se inicia el proceso de reconstruir el proceso histórico de la mano de los afiliados más antiguos de la fundación.

La documentación de procesos en una fundación pionera en modelo centro día es un componente esencial de la gestión eficiente y efectiva de acciones. Cuando se comparten como ejemplos para otras organizaciones, estas documentaciones se convierten en herramientas valiosas que pueden generar una serie de beneficios tanto para la institución que las comparte como para aquellas que las reciben.

La documentación de procesos también es una herramienta valiosa para la capacitación de nuevos empleados, lo que facilita su incorporación y formación. Cuando se comparten ejemplos de procesos efectivos de la misma o de otras organizaciones, se puede acelerar el proceso de aprendizaje del personal. Además, la adaptación a cambios se facilita mediante la documentación, ya que se proporciona una hoja de ruta para gestionar transiciones sin problemas.

La mejora continua es una parte integral de la gestión de procesos y la documentación es fundamental para este propósito. Proporciona una base para la evaluación y la optimización de procesos con el tiempo. Los procesos documentados promueven la transparencia, lo que es esencial para la rendición de cuentas tanto interna como externamente.

Además, las organizaciones pueden aprender de ejemplos de procesos y metodologías aplicables al contexto, y la documentación puede estimular la creatividad y la innovación al proporcionar un punto de partida para nuevas ideas y enfoques. En resumen, la documentación de procesos impulsa la eficiencia, la mejora continua y la adaptación a cambios, y su importancia radica en su capacidad para impulsar la eficiencia y el crecimiento, al tiempo que reduce errores y mejora la calidad de los servicios ofertados por la fundación desde su propuesta de formación integral.

## **4.7. Propuestas transformadoras**

### **4.7.1. Trabajo Social**

A partir del trabajo de campo realizado se identificó que desde Trabajo Social se debe incentivar e implementar programas que fomenten el envejecimiento activo, promoviendo la participación en actividades físicas, culturales y sociales, facilitando espacios que estimulen el aprendizaje continuo y la adquisición de nuevas habilidades, reconociendo la importancia de mantenerse mental y emocionalmente activo.

- La implementación de las metodologías del modelo centro día desde un enfoque social centradas en el envejecimiento activo pueden aportar notoriamente a los geriátricos colombianos, pues con este modelo se promueve la participación en grupos y asociaciones que fomenten la solidaridad, la integración social y la colaboración entre personas mayores, profesionales e instituciones. Por ejemplo, la creación de talleres puede facilitar la transmisión de conocimientos y experiencias intergeneracionales, fortaleciendo los lazos familiares y comunitarios, incluso sociales.

### **4.7.2. Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca**

- Desde la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, se considera fundamental establecer campos de práctica enfocados en la persona mayor. Se reconoce que esta población ha sido objeto de intervenciones limitadas, y se valora la oportunidad de aprovechar su conocimiento como fuente de enriquecimiento tanto para profesionales como para la sociedad en general. Este enfoque busca impulsar la participación activa de los estudiantes y profesionales en la investigación y aplicación de prácticas que beneficien específicamente a la población de personas mayores, contribuyendo así al desarrollo de conocimientos y habilidades especializadas en este ámbito.

- Considerar la posibilidad de crear programas de postgrado enfocados en personas mayores debido a que son pocas las instituciones que tienen este tipo de programas y creemos pertinente que desde las universidades públicas y los programas de Trabajo Social se incentive involucrarse con esta población.
- Seguir escribiendo a través del diálogo, la memoria y la participación con estas comunidades no solamente desde el campo de Trabajo Social, sino también desde la interdisciplinariedad académica de la universidad ya que la labor que se puede realizar es grande en una sociedad que evoluciona y envejece.

## Capítulo 5: Punto de Llegada

### 5.1. Logros y Productos de la Sistematización

Como resultado de la sistematización y del trabajo mancomunado con la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca en el periodo 2023 - 1 se genera una visibilización e identificación de prácticas y metodologías ejecutadas en la fundación, en torno a la persona mayor como lo son el envejecimiento activo y el aprendizaje continuo a lo largo de la vida, además se logra evidenciar una promoción de la participación activa de cada individuo y se logra un empoderamiento individual y colectivo frente al tema, puesto que mejora la calidad de vida de cada persona mayor. También es importante destacar el aporte documental y epistemológico a la población y el Trabajo Social puesto que visibilizar y documentar instituciones que lleven a cabo el envejecimiento activo sirve como ejemplo y posibilita la implementación de este modelo en otras instituciones, o la creación de nuevas estrategias, obteniendo así personas mayores con hábitos más saludables para su vejez, teniendo una participación activa en los diferentes aspectos sociales y previniendo enfermedades tanto físicas como psicológicas. Así mismo se hace hincapié en la importancia del registro documental que obtiene la institución a partir del trabajo realizado puesto que esto les permite tener un panorama más amplio de los aciertos, desaciertos, ajustes y demás que se deban llevar a cabo o mejorar en la misma.

Además, frente a los productos se desarrolla un documental sobre las prácticas integrales de la fundación donde se visibilizan los procesos que se llevan a cabo en torno al envejecimiento activo que propicia la misma. Siendo esto, una recopilación video gráfica de toda la información que se recuperó en la presente sistematización, permitiendo que las evidencias videográficas puedan ser revisadas por las personas mayores que fueron partícipes de este proceso y cualquier interesado en trabajar en la institución. También se abre un campo de práctica a nivel de grupo en la Fundación Jeymar, dando la posibilidad a los estudiantes de Trabajo Social intervenir de manera holística con las personas mayores. Teniendo en cuenta

que se evidenció la falta de una práctica con este tipo de población al transcurrir del proceso académico que llevaron a cabo las trabajadoras sociales en formación.

## **5.2. Estrategia de comunicación de los aprendizajes**

En un diálogo con la directora de la fundación María Angélica López y los profesionales de la sistematización, se programa una socialización en donde se expone una presentación como resultado de todo el proceso, dando a conocer cuáles fueron las experiencias, los aprendizajes y las apuestas desde Trabajo Social.

Este encuentro se lleva a cabo de forma virtual el 16 de noviembre del presente año, por medio de la plataforma Google Meet, ya que en estas fechas la fundación tiene un cronograma establecido con varios eventos y su tiempo es limitado. Por otra parte, se plantea realizar un encuentro iniciando el nuevo año 2024, donde se presente a los participantes el documental realizado como resultado de la sistematización con el objetivo de visibilizar el trabajo que realiza el centro día y la incidencia de los talleres de formación integral en la vida de cada una de las personas mayores.

## **5.3. Aportes del trabajo social a los procesos de sistematización**

El trabajo social puede hacer aportes importantes a los procesos de sistematización de experiencias, desde el apoyo y mejora de la calidad de vida de las personas por medio de la evaluación de las necesidades de cada uno, ya que se enfoca en comprender y abordar los grupos poblacionales de una manera holística para garantizar que las voces y perspectivas de las comunidades sean tenidas en cuenta en un análisis y reflexión de los diferentes contextos, posibilitando la producción de sinergias en torno a los fines de cambio social. Teniendo en cuenta que las personas mayores aportan una riqueza de conocimientos y sabiduría acumulada desde su experiencia de vida, habiendo vivido en diferentes épocas y contextos sociales, dicha experiencia aporta una perspectiva histórica y contextual que puede contribuir a la comprensión de la evolución de las sociedades y puede dar pistas sobre cómo enfrentar los desafíos de la actualidad.

#### 5.4. Conclusiones

Recuperar la experiencia de las personas mayores en torno a los talleres de formación integral de la Fundación Jeymar y su incidencia en el aprendizaje continuo a lo largo de la vida ha permitido arrojar luz sobre la importancia de continuar con los procesos formativos en la tercera edad. A través de la recopilación de sus vivencias y testimonios, se ha podido comprender que los talleres de formación integral no solo brindan conocimientos prácticos y habilidades nuevas, sino que también fomentan el desarrollo personal, la socialización y la calidad de vida de las personas mayores.

Esta sistematización resalta la necesidad de promover programas educativos inclusivos y accesibles para todas las edades, reconociendo que el aprendizaje es un proceso que enriquece la vida de las personas en cualquier etapa (Fernández, 2003). Además, invita a seguir explorando y adaptando estrategias educativas que respondan a las necesidades cambiantes de la población en envejecimiento, contribuyendo así a una sociedad más equitativa y enriquecedora para todos.

A propósito de las interpretaciones que se realizaron frente al reconocimiento del envejecimiento activo promovido por el centro día a través de los talleres de formación integral, este trabajo ha revelado la importancia fundamental de empoderar a las personas mayores en su proceso de envejecimiento. Estos talleres no solo proporcionan conocimientos y habilidades prácticas, sino que también fomentan la participación activa, el bienestar emocional y el fortalecimiento de las capacidades individuales.

Este enfoque hacia el envejecimiento activo y saludable es esencial en una sociedad que está experimentando un aumento en la población de edad avanzada (Aguilar Parra, et al., 2013). La conclusión subraya la necesidad de seguir promoviendo y apoyando iniciativas como la del Centro día de la Fundación Jeymar (2022), que contribuyen de manera significativa a mejorar el aprendizaje continuo a lo largo de la vida de las personas mayores y a desafiar estereotipos obsoletos sobre el envejecimiento. Además, recuerda que el

aprendizaje y el crecimiento personal no tienen límite de edad, y que cada individuo tiene el potencial de enriquecer su vida a lo largo de su trayectoria vital.

En síntesis, comprender cómo la persona mayor visualiza el envejecimiento activo y el contexto del aprendizaje continuo a lo largo de la vida en el centro día ha permitido una valiosa introspección en las perspectivas individuales de cada uno en su proceso de envejecimiento. Esta comprensión se ha podido apreciar desde las visiones de envejecimiento activo de cada persona pues varían significativamente de un individuo a otro, pero sin embargo, comparten un denominador común con su deseo de mantener la vitalidad, la participación social y el crecimiento personal a medida que avanzan en edad.

Además, se ha observado cómo el centro día desempeña un papel crucial al proporcionar un entorno propicio para que las personas mayores continúen aprendiendo y participando activamente en la vida social. Este conocimiento resalta la importancia de mantener y expandir programas como los del centro día, que no solo enriquecen las vidas de las personas mayores, sino que también desafían las concepciones tradicionales sobre el envejecimiento.

En última instancia, esta investigación recuerda que el envejecimiento no es un proceso homogéneo, escuchar y respetar las voces y las visiones individuales de las personas mayores es esencial para construir una sociedad más inclusiva y propositiva para todas las edades.

En conclusión, la tarea de reconstruir el proceso histórico que ha tenido la Fundación Jeymar (2022) en los últimos años ha proporcionado una visión valiosa de su evolución y crecimiento a lo largo del tiempo. Al analizar su historia, se ha podido identificar los hitos, desafíos y logros que han marcado su trayectoria. Esta investigación resalta la importancia de la constancia, la dedicación y el compromiso de la fundación en su misión de servir a la comunidad y mejorar la calidad de vida de los afiliados.

Además, esta reconstrucción histórica muestra cómo las organizaciones pueden adaptarse y responder a las cambiantes necesidades y demandas de la sociedad. La Fundación Jeymar (2022) ha demostrado ser una entidad flexible y receptiva, capaz de ajustar sus programas y servicios para abordar las problemáticas emergentes y brindar apoyo efectivo a las comunidades a lo largo del tiempo.

En última instancia, el análisis histórico de la institución deja una lección valiosa sobre la importancia de la visión a largo plazo, la capacidad de adaptación y el compromiso con una causa noble en la población de personas mayores. Este conocimiento puede servir como inspiración y guía para otras organizaciones que buscan tener un impacto positivo y duradero en sus comunidades.

## **5.5. Recomendaciones**

### ***5.5.1. A la institución o población***

A la Fundación Jeymar (2022) que continúe priorizando las necesidades y deseos de las personas mayores, pero además que se realicen encuestas periódicas o grupos de discusión para obtener retroalimentación directa sobre los programas y servicios y así tener una mirada holística de sus procesos desde la voz de los actores.

Sería provecho que se revise la posibilidad de establecer programas que promuevan la interacción entre personas mayores y jóvenes practicantes. Esto no solo enriquece la experiencia de aprendizaje de los practicantes sino que también crea un ambiente enriquecedor y estimulante para las personas mayores y a su vez permite a la institución participar en espacios de construcción colectiva con las universidades tanto públicas como privadas. Por otro lado, este trabajo colaborativo también permitirá a la fundación estar al tanto de las innovaciones que surgen desde la academia.

Finalmente, es crucial continuar documentando el proceso que se realiza, los éxitos y lecciones aprendidas para compartir con otras organizaciones interesadas en implementar programas similares.

### **5.5.2. Trabajo Social**

Es esencial que desde el trabajo social y el actuar profesional se plantee la planificación a largo plazo en aspectos financieros, de bienestar físico y emocional, y de vivienda para contribuir a las personas mayores a afrontar los cambios inevitables asociados al envejecimiento y a su vez que se trabaje en políticas, planes y proyectos saludables en población joven para prevenir las consecuencias del envejecimiento.

Se recomienda a los futuros Trabajadores Sociales que prioricen de manera deliberada y proactiva la intervención con la población de personas mayores. A menudo, estas comunidades son marginadas o pasadas por alto en nuestra sociedad, a pesar de su sabiduría, experiencia y contribución potencial, recordando que el crecimiento de esta población en comparación con la demás población es acelerado y su contribución a la sociedad en temas políticos, económicos y sociales es primordial.

Por último, se recomienda a los Trabajadores Sociales realizar mayor concientización en torno al cuidado de la salud mental, ofreciendo servicios de apoyo emocional y psicosocial, reconociendo la importancia del bienestar mental en el envejecimiento. Además, brindar este apoyo durante la transición a la jubilación, ayudándoles a encontrar nuevas fuentes de significado y propósito en esta fase de la vida.

### **5.5.3. Actores externos**

Se recomienda a instituciones gubernamentales dedicadas a las personas mayores, como los geriátricos, a establecer programas de actividades físicas, recreativas, culturales y educativas que se adapten a las capacidades e intereses de los residentes de estos espacios. Estos programas deben ser inclusivos y promover el envejecimiento activo de todos los residentes, independientemente de su nivel de movilidad o habilidades.

Proporcionar capacitación constante al personal de la salud, como psicólogos, trabajadores sociales, médicos, psiquiatras, en enfoques de envejecimiento activo, aprendizaje continuo a lo largo de la vida, comunicación efectiva y atención centrada en la

persona, para desarrollar intervenciones efectivas y mejorar continuamente la calidad de los servicios.

A la sociedad en general se recomienda abordar desde los hogares la soledad y el aislamiento social en sus familiares que hagan parte de las personas mayores, promoviendo conexiones interpersonales y participación en actividades sociales como los centros día del Estado o de instituciones privadas como la Fundación Jeymar.

### Referencias bibliográficas

Abreu Cervantes, A., Noriega Fundora, N., & Pérez Inerarity, M. (2020). Diagnóstico de necesidades educativas para el envejecimiento activo en una comunidad. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46(2).

Acuerdo 069 de 2022. Por el cual se actualizan las Líneas Institucionales de Investigación para la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca. Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca.

Acuerdo 254 de 2006. Por medio del cual se establecen los Lineamientos de la Política Pública para el envejecimiento y las personas mayores en el Distrito Capital y se dictan otras disposiciones. Concejo de Bogotá, D. C.

Aguilar Parra, J. M., Álvarez Hernández, J., Fernández Campoy, J. M., Salguero García, D., & Pérez Gallardo, E. R. (2013). *Investigación sobre envejecimiento activo y ocupación como fuente de salud y calidad de vida*, 2(1). Recuperado de <https://dehesa.unex.es/handle/10662/5203>.

Arango, D. C., & Cardona, Á. M. S. (2011). *Políticas de salud pública aplicadas al adulto mayor en Colombia*. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 46(2), 96-99.

Baca, M y Vega. E. (2018). El envejecimiento desde un enfoque de determinantes sociales. Pan American Health Organization. Recuperado de [https://www.cepal.org/sites/default/files/news/files/ops\\_oms\\_maria\\_edith\\_baca.pdf](https://www.cepal.org/sites/default/files/news/files/ops_oms_maria_edith_baca.pdf).

Barragán Giraldo, D. F. (2016). Cartografía social pedagógica: entre teoría y metodología. *Revista colombiana de educación*, (70), 247-285.

Calzado Almodóvar, Z., Ruiz Fernández, M. I., Espada Belmonte, R., & Gordillo, M. D. (2013). Arte y mayores: propuesta para un envejecimiento activo. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*.

Carrillo, A., & Cordero, D. (2017). La sistematización como investigación interpretativa crítica. *El Búho*.

Cendales L. G. y Torres A. C. (2010). *La sistematización como experiencia investigativa y formativa*. Recuperado de [https://cepalforja.org/sistem/documentos/lola\\_cendales-alfonso\\_torres-la\\_sistematizacion\\_como\\_experiencia\\_investigativa\\_y\\_formativa.pdf](https://cepalforja.org/sistem/documentos/lola_cendales-alfonso_torres-la_sistematizacion_como_experiencia_investigativa_y_formativa.pdf).

Constitución Política de Colombia [Const]. 7 de julio de 1991 (Colombia).

Contreras Ortiz, Y. (2004). Organización comunitaria y construcción de ciudadanía en Bogotá. Recuperado de <https://repositorio.uniandes.edu.co/server/api/core/bitstreams/8786a54c-abd5-4926-8952-a52f0aea2b0b/content>.

Espitia, D. (2023, May 24). ¿En qué va la recuperación del Hospital San Juan de Dios? *Conexión Capital*. <https://conexioncapital.co/en-que-va-la-recuperacion-del-hospital-san-juan-de-dios/#:~:text=Sobre%20la%20d%C3%A9cada%20de%20los,clausura%20en%20el%20a%C3%B1o%202001>.

Fernández, R. P. (2003). *Adultos Mayores: Participación e Inclusión Social. Un recorrido de once años en extensión universitaria*. Montevideo: Universidad de la República. Recuperado de [https://www.adultosmayores.net/portal/archivosUpload/concursoRLG/organizaciones/Adultos\\_Mayores\\_Participacion\\_e\\_Inclusion\\_Social.pdf](https://www.adultosmayores.net/portal/archivosUpload/concursoRLG/organizaciones/Adultos_Mayores_Participacion_e_Inclusion_Social.pdf).

Flores Tena, M. J, Ortega Navas, M. del C., & Sousa Reis, C. (2020). El envejecimiento activo y la inteligencia emocional en las personas mayores. *Familia. Revista De Ciencia Y Orientación Familiar*, (57), 125–137. <https://doi.org/10.36576/summa.107841>.

Gallo Restrepo, N. E., Meneses Copete, Y. A., & Minotta Valencia, C. (2014). Caracterización poblacional vista desde la perspectiva del desarrollo humano y el enfoque diferencial. *Investigación y desarrollo*, 22(2), 360-401.

Giraldo, F. J. T., Pinzón, L. I. B., Almonacid, S. L. V., Lenis, D. O., & Cárdenas, M. M. G. (2021). Índice de envejecimiento activo en Colombia: análisis basado en la Encuesta Nacional de Salud, Bienestar y Envejecimiento (SABE Colombia 2015). *Revista Panamericana de Salud Pública*, 45.

Gobierno de la Ciudad de Córdoba, (2019). Conversatorio Ciudadanos: “Los chicos toman la palabra-” Recuperado de <https://www.igualdadycalidadcba.gov.ar/SIPEC-CBA/8CongresoILE/docs/Los-chicos-toman-la-palabra.pdf>.

Guerrini, M. E. (2010). La vejez. Su abordaje desde el Trabajo Social. *Margen: revista de trabajo social y ciencias sociales*, (57), 11.

Hernández, C.R.; Fernández, C.; Baptista, P. (2020). Metodología de la investigación Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO). (2011). Libro Blanco del Envejecimiento activo. [http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/Envejecimiento\\_Activo\\_2015\\_es.pdf](http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/Envejecimiento_Activo_2015_es.pdf).

Jara, O. H. (2022). *La sistematización de experiencias: prácticas y teoría para otros mundos posibles*.

Kalache, A., Plouffe, L., & Voelcker, I. (2015). Envejecimiento activo. Un marco político ante la revolución de la longevidad. Rio de Janeiro: International Longevity Centre Brazil (ILC-Brazil).

Lorenzo, C. R. (2006). *Contribución sobre los paradigmas de investigación*. *Educação*, 31(1), 11-22.

Limón, M., & Ortega, M. (2011). Envejecimiento activo y mejora de la calidad de vida en adultos mayores. *Revista de psicología y Educación*. Recuperado de <https://www.revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/68.pdf>.

Mejía, M. R. (2007). La sistematización como proceso investigativo o la búsqueda de la episteme de las prácticas. *Revista Internacional Magisterio*, 33(10).

Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. (2015). Política colombiana de envejecimiento humano y vejez (2015-2024). Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/Pol%C3%ADtica-colombiana-envejecimiento-humano-vejez-2015-2024.pdf>.

Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. (2021). Informe Nacional sobre la aplicación del plan de acción internacional de Madrid sobre el envejecimiento. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/informe-nal-plan-accion-internacional-madrid-envejecimiento-2022.pdf>.

Naciones Unidas. (2020). Convención interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores. Recuperado de [https://www.oas.org/es/sla/ddi/docs/tratados\\_multilaterales\\_interamericanos\\_a-70\\_derechos\\_humanos\\_personas\\_mayores.pdf](https://www.oas.org/es/sla/ddi/docs/tratados_multilaterales_interamericanos_a-70_derechos_humanos_personas_mayores.pdf).

Oddone, M. J. (2013). *Antecedentes teóricos del envejecimiento activo*.

Petro Alcalde 2012-2015 - Programa de gobierno - Bogotá Humana Ya. (2011). Bogotá D.C. Recuperado de <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/verNormaPDF?i=45478>.

Prada, C. P. T. (2019). Autopercepción de la calidad de vida del adulto mayor en los centros día de Bogotá. *REDIIS/Revista de Investigación e Innovación en Salud*, 2, 12-21. <https://doi.org/10.23850/rediis.v2i0.2072>,

Prueba T. (Consultado 22, noviembre 2023). *Cómo usar líneas del tiempo para aprender en Historia*. Recuperado de

<https://pruebat.org/Inicio/ConSesion/Breves/verBreve/1430-como-usar-lineas-del-tiempo-para-aprender-en-historia>.

Ruiz-Clavijo, A. B. C. (2021). Estudio del envejecimiento activo desde la perspectiva del Trabajo Social (Doctoral dissertation, Universidad de La Rioja).

Schütz, A. (2003). El problema de la realidad Social, Escritos I. Amorrortu, Editores Buenos Aires-Madrid.

## Anexos

## Anexo 1. Planeación sesión caracterización sociodemográfica.

INSTRUMENTO CARACTERIZACIÓN SOCIODEMOGRÁFICA TRABAJO SOCIAL		
CENTRO DIA, FUNDACION JEYMAR, GRUPO B2. HORARIO TARDE.		
Identificar el contexto sociodemográfico en el que se sitúan las personas mayores pertenecientes al grupo B de la Fundación Jeymar, con el fin de conocer la condición de cada adulto, y buscando tanto el Bienestar como su reconocimiento social dentro de la institución.		
Fecha:	Lugar:	
<b>1. Datos Personales</b>		
Nombre:	Fecha y Lugar de nacimiento:	Edad:
Lugar de residencia	Fecha de incorporación a la Fundación	Estrato:
Escolaridad: <input type="checkbox"/> Bachillerato Completo <input type="checkbox"/> Técnico/Tecnólogo Incompleto <input type="checkbox"/> Técnico/Tecnólogo Completo <input type="checkbox"/> Profesional Incompleto	¿Qué actividades realiza frecuentemente en la Fundación Jeymar?	
Estado Civil:	No. De Hijos:	
<b>2. Dinámica Familiar</b>		
Indique con qué personas convive actualmente y su relación con las mismas		
Nombre	Parentesco	Relación
		<input type="checkbox"/> Cercana <input type="checkbox"/> Distante <input type="checkbox"/> Conflictiva
		<input type="checkbox"/> Cercana <input type="checkbox"/> Distante <input type="checkbox"/> Conflictiva
		<input type="checkbox"/> Cercana <input type="checkbox"/> Distante <input type="checkbox"/> Conflictiva
		<input type="checkbox"/> Cercana <input type="checkbox"/> Distante

## Anexo 2. Planeación sesión cartografía social.

 <b>INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b> 		
FECHA: 23 - de Agosto del 2022	LUGAR: Fundación Jeymar	HORA: 1:00 p.m.-2:30 p.m.
<b>OBJETIVO:</b> Tener una perspectiva global del territorio a través de una acción participativa. La cual entrega conocimientos sobre el espacio geográfico, social, económico y cultural de la fundación.		
<b>RESPONSABLES:</b> Lina Cardenas - Karol Castillo		
<b>MATERIALES:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas blancas, lápices, colores</li> </ul>		
<p><b>1. Momento:</b> Presentación de cada practicante al grupo :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Nombre</li> <li>-Edad</li> <li>-Semestre</li> <li>-Lo que se espera con la sesión</li> </ul> <p><b>2. Momento:</b> Presentación de cada participante.</p> <p style="text-align: center;"><b>CARTOGRAFÍA SOCIAL</b></p> <p>Según Medina (2010) la cartografía social se define como una metodología de trabajo en grupo, que permite la realización de diagnósticos participativos como resultado del reconocimiento del territorio a través de distintos mecanismos. Tiene como propósito central generar con la gente un proceso dinámico de reflexión y producción social de conocimiento, a partir de una reconstrucción y descubrimiento del territorio.</p> <p>Es decir, se genera un proceso dinámico de producción de conocimiento que le da un nuevo sentido a la realidad y permite elaborar estrategias más eficientes para la participación y control social en procesos de transformación cultural.</p> <p>Consiste en la representación del territorio (FUNDACIÓN) en el que la comunidad ha desarrollado su manera particular de ver y de construir el mundo. La cartografía social parte del reconocimiento de que todos los actores sociales tienen unos saberes por compartir y aportar en los procesos de construcción social de conocimiento acerca de sus realidades socioculturales, ambientales, políticas y económicas.</p>		

### Anexo 3. Planeación sesión cartografía corporal.

 <b>INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b> 		
<b>FECHA:</b> 1 de Noviembre de 2022	<b>LUGAR:</b> Fundación Jeymar	<b>HORA:</b> 1:00 p.m.-2:30 p.m.
<b>OBJETIVO:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconocer las habilidades que considera que tiene cada uno de los adultos mayores en la fundación.</li> <li>2. Permitir a las personas mayores auto reconocerse y describirse</li> <li>3. Incentivar en cada adulto mayor al desarrollo de sus capacidades.</li> </ol>		
<b>RESPONSABLES:</b> Lina Cardenas - Karol Castillo		
<b>MATERIALES:</b>	Hojas Colores	
<p><b>1. Momento</b></p> <p>Presentación, se saluda al grupo y se realiza una retroalimentación en donde se les recuerde lo que se vivió la semana pasada, en la sesión de la Línea del tiempo</p> <p><b>2. Momento</b></p> <p>"La cartografía del cuerpo humano como lienzo de liberación emocional"</p> <p>La técnica de la cartografía corporal permite que la persona entre en contacto con su cuerpo y dialogue con él. Esto también posibilita que la persona analice de forma consciente quién es, cómo percibe el mundo y cómo se relaciona con los demás a través de su cuerpo, ya que este es el único medio para interactuar con el entorno.</p> <p>La idea de esta sesión es permitir que las personas mayores liberen sus emociones de una manera diferente, se busca que creen una silueta del cuerpo humano en papel, utilizando marcadores y colores de su preferencia, ese sería el espacio de ellos para autoreconocerse, describirse en torno a sus emociones, preferencias y gustos, pues es vital importancia reconocer a cada participante de la fundación como eje fundamental para así mismo aportar de manera positiva con las diferentes actividades a los mismos.</p> <p><b>3. Momento</b></p> <p>Socialización Cartografía en torno a sentires experimentados durante la realización de la Silueta y cuerpo como territorio de emociones.</p>		

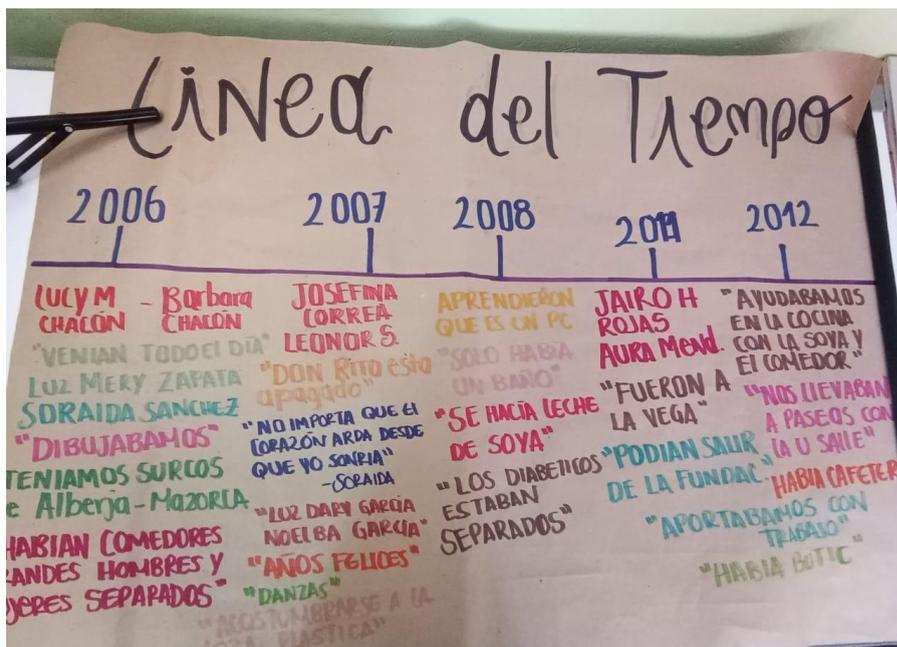
## Anexo 4. Planeación sesión diálogo de saberes.

 <b>INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b> 		
<b>FECHA:</b> 30 - de Agosto del 2022	<b>LUGAR:</b> Fundación Jeymar	<b>HORA:</b> 1:00 p.m.-2:30 p.m.
<b>OBJETIVO S:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Generar un espacio de diálogo de saberes y conciencia acerca del envejecimiento activo.</li> <li>● Conocer las diferentes perspectivas de las personas mayores acerca del envejecimiento activo y su desarrollo en la fundación</li> </ul>		
<b>RESPONSABLE S:</b> Lina Cardenas - Karol Castillo		
<b>MATERIALES:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Material audiovisual</li> <li>● Proyector para la presentación</li> </ul>	
<p><b>1. Momento:</b> Presentación, se saluda al grupo y se realiza una retroalimentación en donde se les recuerda lo que se vivió la semana pasada, en la sesión de cartografía social.</p> <p><b>2. Momento:</b> Interacción con la población a través de la siguiente actividad Rompehielo.</p> <p><b>Refranes:</b> Se organiza el grupo de forma circular para tener la atención completa de los participantes y se les indica que cada uno deberá pensar en un refrán y compartirlo con los demás compañeros.</p> <p>Envejecimiento activo: Conceptualización</p> <p>Se comenzará a hablar del tema a través de un video interactivo en torno al envejecimiento activo.  <a href="https://youtu.be/IS_hy3LkvyQ">https://youtu.be/IS_hy3LkvyQ</a>  <a href="https://youtu.be/ERkClmGy-lw">https://youtu.be/ERkClmGy-lw</a></p> <p>Luego se procederá a realizar el Diálogo de saberes el cual es un espacio de conexión de saberes en torno al eje central para compartir experiencias e historias de acuerdo a las vivencias de los participantes.</p>		

## Anexo 5. Planeación sesión línea del tiempo.

 <b>INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b> 		
<b>FECHA:</b> 11 de Octubre del 2022	<b>LUGAR:</b> Fundación Jeymar	<b>HORA:</b> 1:00 PM 2:30 PM
<b>OBJETIVO:</b> Conocer y sistematizar la experiencia de los integrantes de la fundación jeymar a través del tiempo, representado por vivencias y experiencias significativas, para tener una perspectiva más holística de la historia de Jeymar.		
<b>RESPONSABLES:</b> Lina Cardenas - Karol Castillo		
<b>MATERIALES:</b>	Papel kraft, lápices, colores, marcadores	
<p>1. <i>Momento</i></p> <p>Saludo</p> <p>2. <i>Momento</i></p> <p style="text-align: center;"><b>LINEA DEL TIEMPO</b></p> <p>Según Hanne Kirstine (2012), esta es una herramienta para proporcionar una representación visual de los principales eventos en la vida de una persona y para involucrar al entrevistado en la construcción de esta historia.</p> <p>La aplicación de esta técnica permitirá describir el proceso histórico de experiencias vividas por parte de los y las integrantes de la Fundación Jeymar desde su encuentro con este escenario, ello pretende realizar un proceso de la memoria histórica que allí converge, adicional a esto permitirá a las trabajadoras sociales tener elementos fundamentales para llevar a cabo el registro y sistematización de la reconstrucción de la historia, lo cual corresponde al tercer momento del proceso metodológico propuesto por Oscar Jara.</p> <p>3. <i>Momento</i> (Proceso de estructura)</p> <p>Se realizará la línea del tiempo con el grupo B en dos sesiones y los profesionales de la fundación Jeymar, en una tercera sesión a partir de las siguientes preguntas orientadoras Desde las experiencias colectivas como integrantes,</p> <p>¿Cómo fue el origen y desarrollo de la fundación Jeymar ?</p> <p>¿Cuándo se integró usted a la fundación Jeymar ?</p> <p>¿Qué momentos relevantes sucedieron en estos meses? - ¿Cómo ha sido el acercamiento con la comunidad? (Describirlos a través de una experiencia)</p>		

## Anexo 6. Sesión Línea del tiempo Fundación Jeymar Parte 1.



## Anexo 7. Sesión Línea del tiempo Fundación Jeymar Parte 2.

