



**Reconocimiento de las prácticas culturales de la persona mayor
perteneciente a la vereda Ganco en el Municipio de Ubaque frente al
manejo de pérdidas familiares, durante el año 2023.**

Autoras

Laura Valentina Bravo Becerra
lbravo@unicolmayor.edu.co

Angie Valentina Gonzalez Reyes
angievgonzalez@unicolmayor.edu.co

Modalidad de Trabajo de Grado Proyecto Desarrollado Según Acuerdo
098 del 2021 para Optar por el Título de Trabajadoras Sociales

Directora

Sara Lilibeth Rodríguez Oliveros

Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca
Facultad de Ciencias Sociales
Programa de Trabajo Social

Bogotá, D.C.

2024

Sara Lilibeth Rodríguez Oliveros, asesora de Trabajo de Grado durante el 2023-1 a 2023-2 (Asesoría primer y segundo apartado del documento Investigativo: Definición de la situación Problema y Diseño Metodológico respectivamente).

Semestre de Gracia, Trabajo Autónomo 2024-1 (Desarrollo de Trabajo de campo, Hallazgos- identificación de patrones culturales, conclusiones y recomendaciones)

Resumen

El presente proyecto de investigación se encamina a reconocer las prácticas culturales de la persona mayor perteneciente a la vereda Ganco en el Municipio de Ubaque Cundinamarca, tras experimentar situaciones de pérdida familiar que se presentan por fallecimiento o abandono. Este estudio se plantea desde el método cualitativo fundamentado en el enfoque fenomenológico con la finalidad de obtener datos a partir de las experiencias de pérdida familiar de las personas mayores.

La investigación parte desde la revisión bibliográfica y teórica, además de los lineamientos de trabajo que plantea la Pastoral Familiar de la parroquia Nuestra Señora de Belén de Ubaque, que conjuntamente forman la situación problema a investigar bajo la mirada disciplinaria del Trabajo Social.

Posteriormente, se desarrollan diez entrevistas fenomenológicas a la población previamente seleccionada, para la recolección de información que permite abrir un discurso de narrativas que se tejen desde las situaciones de pérdida familiar que sufren las personas mayores de la vereda Ganco. Finalmente, se ubican los resultados de cada una de las narrativas, realizando un análisis que permite identificar las prácticas culturales en el manejo de pérdida familiar, además de conocer las percepciones frente a el abandono y el fallecimiento.

De acuerdo a los resultados, se evidenció la importancia de construir y conservar las redes de apoyo que se forman desde la familia, amigos o vecinos quienes permiten tener momentos de distracción y diálogo para evitar el incremento de las cargas emocionales, como también dedicarse a realizar actividades que mantengan activa tanto la mente como el cuerpo, se convierten en estrategias para afrontar la pérdida desde un proceso de duelo sano, por lo cual

surge la elaboración de la cartilla “Floreciendo desde la resignación: un viaje a través del valor y la fortaleza” herramientas para el afrontamiento de pérdidas familiares en persona mayor”.

Abstract

The present research project aims to recognize the cultural practices of elderly individuals from the Ganco hamlet in the Municipality of Ubaque, Cundinamarca, after experiencing family loss due to death or abandonment. This study is conducted using a qualitative method grounded in a phenomenological approach, aiming to obtain data from the experiences of family loss among the elderly.

The research begins with a bibliographic and theoretical review, alongside the working guidelines set by the Family Ministry of the Nuestra Señora de Belén parish in Ubaque, which collectively form the problem situation to be investigated under the disciplinary perspective of Social Work.

Subsequently, ten phenomenological interviews are conducted with a pre-selected population to gather information that opens a discourse of narratives woven from the family loss situations experienced by the elderly in the Ganco hamlet. Finally, the results of each narrative are analyzed to identify cultural practices in managing family loss and to understand perceptions regarding abandonment and death.

According to the results, the importance of building and maintaining support networks formed by family, friends, or neighbors is highlighted. These networks provide moments of distraction and dialogue to avoid increasing emotional burdens. Engaging in activities that keep both the mind and body active also becomes a strategy for coping with loss through a healthy grieving process. Consequently, the creation of the booklet "Flourishing from Resignation: A

Journey Through Valor and Strength" arises, offering tools for coping with family loss among the elderly.

"El éxito en la vida no se mide por lo que logras, sino por los obstáculos que superas. Ser exitoso significa perseverar a pesar de los contratiempos, mantenerse enfocado en tus metas y no desanimarte ante las dificultades. Cada desafío superado es un paso más hacia tu destino. Recuerda, el camino hacia el éxito está pavimentado con la determinación, la persistencia y la pasión por lo que haces." Roy T. Bennett (2017)

Dedicatoria

Dedico este proyecto por el cual derramé muchas lágrimas, sonreí y adquirí conocimientos a partir de experiencias significativas que quedan grabadas en mi memoria de por vida, a las personas que estuvieron conmigo en diferentes etapas de mi carrera y han contribuido en mi crecimiento tanto a nivel profesional, como personal.

En primer momento, agradezco a Dios, por cada bendición, por mi familia, mis seres amados, por permitirme culminar este proceso y principalmente brindarme la oportunidad de ingresar a la academia, encontrando mi vocación en el Trabajo Social. A mis seres de luz, quienes desde el cielo se han encargado de iluminar mi camino en los momentos más oscuros. A mis padres, por ser dos vigas inquebrantables que desde el sacrificio diario han sido mi soporte emocional y mi mayor fuente de amor para superar cada obstáculo, llenándome de fortaleza para cumplir cada uno de mis sueños.

A Chris y Yus, por ser dos hombres ejemplares, que desde pequeña me cuidaron, me guiaron, tomaron mi mano para enseñarme a caminar y enfrentar la vida.

A mis padrinos, por su constante presencia y aprecio, teniendo siempre los mejores deseos de éxito para mis metas.

A Luciana, Thiago e Iker por ser tres rayitos de sol que día a día iluminan mi vida, me brindan esperanza y me inspiran a trabajar por un mundo mejor.

A mis tíos y primo, por brindarme su más caluroso y sincero cariño, fortaleciéndome con palabras de apoyo.

A Lau, mi compañera, mi mano derecha, por estar conmigo en todo este largo proceso, tras enojos, disgustos y risas vivimos experiencias enriquecedoras.

Finalmente, dedico este proyecto a mi persona, por ser mi consejero, mi guía, mi paño de lágrimas, mi apoyo teórico, por motivarme y levantarme en cada momento que estuve a punto de desistir de este gran sueño.

Infinitas gracias a todos y cada uno de ustedes por ser parte de estos primeros pasos que marcan mi ejercicio profesional, cada granito de arena cuenta, ya que desde su amor, comprensión, guía y valiosos aportes hoy me título como la trabajadora social de la familia.

Angie Valentina Gonzalez Reyes

Dedico este trabajo de investigación con profunda gratitud a Dios, quien ha sido mi guía y fortaleza en cada paso de este camino académico; agradezco su infinita misericordia por bendecirme con el amor y el apoyo de mis abuelos maternos Manuel y Rosalba, cuyo legado de amor, sabiduría y sacrificio ha sido una fuente constante de inspiración en mi vida. A través de

sus enseñanzas y ejemplos, han forjado en mí valores inquebrantables que me han guiado en este camino académico.

A mis hermanos, Juan Manuel y María del Mar, les agradezco por ser mis compañeros de vida, por su apoyo incondicional y por compartir conmigo risas, lágrimas y sueños, juntos hemos enfrentado desafíos y celebrado triunfos, fortaleciendo nuestro vínculo familiar cada día.

A mi hijo José Manuel, mi luz y mi razón de ser, representa la mayor bendición en mi vida; cada sonrisa suya me llena de alegría y renovado propósito. Es en él dónde encuentro la fuerza para perseverar y alcanzar mis metas, con la esperanza de construir un futuro lleno de amor y oportunidades para él. También quiero reconocer y agradecer el apoyo invaluable al padre de mi hijo Huberned y a los abuelos paternos de mi hijo Amanda y Albeiro, quienes han sido pilares fundamentales en el cuidado y crianza de mi niño mientras me encontraba finalizando mis estudios, a ellos les estoy profundamente agradecida por su amor incondicional, su generosidad y su dedicación hacia José Manuel, su presencia y su apoyo han sido una bendición en este viaje, permitiéndole concentrarme en mis estudios con la tranquilidad de saber que mi hijo estaba en las mejores manos.

A mi mamá Johana, pilar fundamental en mi existencia, le dedico este logro con profundo amor y agradecimiento, su dedicación y sacrificio han sido el faro que ha iluminado mi camino, guiándome con ternura y sabiduría en cada paso que he dado.

A mi tía Lucía, quien, a pesar de sacarme rabias en ocasiones, ha sido mi sólido soporte emocional, su amor incondicional y su sabio consejo han sido una fuente de consuelo y fortaleza en los momentos más desafiantes.

A mi compañera de trabajo, Angie, agradezco su amistad y colaboración, que han enriquecido mi experiencia laboral y mi vida en general, su apoyo y aliento han sido fundamentales para superar desafíos y alcanzar metas.

Y, por último, pero no menos importante es necesario hacer un reconocimiento a los esfuerzos realizados por una misma a lo largo de la vida para materializar los sueños, por esto me agradezco. A lo largo de este viaje, he enfrentado desafíos, superado obstáculos y perseverar incluso en los momentos más difíciles. Aunque muchas veces quise rendirme, cada día, me levanté con determinación y valentía, dispuesta a enfrentar lo que viniera con coraje y esperanza en el corazón. Aprecio mi propia fuerza interior y mi capacidad para seguir adelante, incluso cuando el camino parecía empinado. Este logro es el resultado de mi esfuerzo, dedicación y perseverancia. Que este sea un recordatorio de mi capacidad para enfrentar y superar cualquier desafío que la vida me presente. ¡A seguir adelante con confianza y determinación!

A todos ustedes, mi familia y amigos, les dedico este logro con todo mi corazón. su presencia y amor han sido mi mayor fortaleza en este viaje. Este logro es también suyo, pues sin su apoyo y aliento, no habría sido posible alcanzarlo. Gracias por ser mis pilares y por creer en mí. Juntos, celebramos este logro y miramos hacia el futuro con esperanza y gratitud.

Laura Valentina Bravo Becerra.

Agradecimientos

Expresamos nuestros profundos agradecimientos por contribuir en la elaboración de este maravilloso proyecto que marca nuestros primeros pasos como trabajadoras sociales a: El párroco José Saúl Cano Soler, por confiar en nuestro accionar profesional, demostrar interés y apoyo en el proyecto y trabajar arduamente en procesos que contribuyan al desarrollo de la

comunidad ubaquense, incentivando mensajes de esperanza y resiliencia, así mismo como alentarnos a nivel personal con sus sabios consejos.

A Cristian Suenchoque, presidente de la J.A.C de la vereda Ganco, por depositar su confianza en nuestro proceso, apoyarnos, extendernos la mano y guiarnos a su preciada comunidad.

A la docente Sara Lilibeth Rodríguez Oliveros, por apoyarnos en cada paso desde el primer momento, guiarnos en un laberinto del cuál no encontrábamos salida, desde su paciencia nos corrigió, desde su sabiduría y amor por la educación nos motivó y se convirtió en una mentora en este proceso.

Finalmente, resulta importante reconocer a los miembros de la comunidad ubaquense, especialmente a las personas mayores que hicieron parte de esta investigación, que nos recibieron con gran calidez humana y confiaron en nosotras para abrir su corazón y contarnos experiencias significativas desde sus propios procesos de resiliencia, gracias a estos aportes fue posible tejer estrategias que plantan semillas de esperanza para aquellos que aún no saben cómo salir adelante.

Valentina Gonzalez y Laura Bravo

Tabla de contenido

Preliminares

I. Lista de anexos

II. Lista de figuras

III. Lista de tablas

IV. Introducción

1. Definición de la situación. Problema	17
1.1 Marcos de referencia	17
1.1.1 Marco Institucional	17
1.1.2 Marco Geográfico	19
1.1.3 Antecedentes y Estado de arte	21
1.1.3.1 Antecedentes	21
1.1.3.2 Estado de arte	29
1.1.3.3 Marco Legal	32
1.1.4 Fundamentación Conceptual	37
1.2 Formulación del problema	45
1.2.1 Descripción del problema	46
1.2.2 Pregunta de Investigación	48
1.2.3 Justificación	48
1.2.4 Objetivos	50
1.2.4.1 Objetivo General	50
1.2.4.2 Objetivos Específicos	50
2. Diseño Metodológico	51
2.1 Paradigma y enfoque	52
2.2 Etapas de la investigación	54
2.2.1 La definición de la situación a investigar	54
2.2.2 Trabajo de campo	56
2.2.3 La identificación de patrones culturales	56
2.3 Técnicas e Instrumentos de recolección de datos	57

2.4 Muestra	60
3. Trabajo de Campo	63
3.1 Recolección de información	63
3.2 Organización de la información	65
4. Hallazgos- Identificación de patrones culturales	72
4.1 Prácticas Culturales	72
4.1.1 Tradiciones que tejen la vida cotidiana	74
4.1.2 Semillas de sabiduría en el camino de las tradiciones	82
4.1.3 Raíces Divinas, Fe, Tierra y Conexión sagrada	86
4.2 Perdidas Familiares	89
4.2.1 Luz en la oscuridad: Hallando significado para salir adelante	90
4.2.2 Una presencia amiga hace más que mil palabras	96
4.2.3 Consuelo y sabiduría tras el recuerdo de una pérdida	99
4.2.4 Floreciendo desde la resignación: un viaje a través del valor y la fortaleza	103
4.3 Discusión Final: categoría de prácticas culturales y pérdidas familiares de las personas mayores pertenecientes a la vereda de Ganco y entrega de cartillas	107
4.4 Floreciendo desde la resignación un viaje a través del valor y la fortaleza	108
5. Conclusiones	110
6. Recomendaciones	113
7. Referencias	117

Preliminares

I. Lista de anexos

- Anexo A. Matriz de metodologías.

- Anexo B. Cronograma de actividades.
- Anexo C. Cuadro de categorías abre paso a la creación del instrumento.
- Anexo D. Instrumento entrevista semiestructurada fenomenológica
- Anexo E. Formato consentimiento informado de entrevista.
- Anexo F. Transcripción de entrevistas
- Anexo G. Matriz de categorización general, fuentes de información por categorías deductivas (Entrevistas)
- Anexo H. Cartilla “Floreciendo desde la resignación: Un viaje a través del valor y la fortaleza.
- Anexo I. Registro fotográfico de entrevistas en Ganco.
- Anexo J. Registro fotográfico entrega de la cartilla a la Policía Nacional de Ubaque Cundinamarca.
- Anexo K. Registro fotográfico de entrega de la cartilla a la Pastoral Familiar.
- Anexo L. Registro fotográfico de la entrega de la cartilla a la Junta de Acción Comunal de Ganco.
- Anexo M. Comprobante entrega de la cartilla a la Pastoral Familiar.
- Anexo N. Comprobante entrega de la cartilla a la Junta de Acción Comunal de Ganco.
- Anexo O. Comprobante entrega de la cartilla a la Policía Nacional de Ubaque.
- Anexo P. Comprobante entrega cartilla a la Secretaría de Desarrollo Humano y Cultura.

II. Lista de figuras

- Figura 1. Parroquia Nuestra Señora de Belén de Ubaque.
- Figura 2. Vereda Ganco, Municipio de Ubaque Cundinamarca.
- Figura 3. Vinculación Conceptual entre habitus, identidad y práctica.
- Figura 4. Matriz de análisis de categorías deductivas e inductivas 1.
- Figura 5. Matriz de análisis de categorías deductivas e inductivas 2.
- Figura 6. Matriz de análisis de categorías deductivas e inductivas 3.
- Figura 7. Taxonomía de prácticas culturales.
- Figura 8. Taxonomía de pérdidas familiares.

III. Lista de tablas

- Tabla 1. Marco legal a nivel internacional, nacional y municipal frente a la persona mayor

- Tabla 2. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos.
- Tabla 3. Cuadro de actores.
- Tabla 4. Cronograma de aplicación de técnicas para la recolección de información.
- Tabla 5. Cuadro de categorías deductivas.

IV. Introducción

El presente documento contempla el desarrollo de un proyecto de investigación encaminado a reconocer las principales prácticas culturales a las que recurren las personas mayores pertenecientes a la vereda Ganco ubicada en el Municipio de Ubaque Cundinamarca, ante situaciones de pérdida familiar que se presentan por fallecimiento o abandono.

Cabe resaltar, que en el desarrollo de este estudio, se tiene en cuenta a los actores sociales inmersos en la investigación, como las personas mayores pertenecientes a la vereda Ganco; por ende, en la fundamentación teórico conceptual de esta investigación, se utiliza el término de persona mayor que se ratificó en el año 2015 por la Convención Interamericana sobre Derechos Humanos de las personas mayores y que se adopta en la normativa colombiana tras el Decreto No. 681 de 2022.

Sin embargo, en el siguiente documento, el lector podrá encontrar en ciertos apartados el término de adulto mayor, dado a que actualmente no se encuentra un abastecimiento teórico y conceptual sobre la persona mayor, de esta forma, se mantienen los mismos significados y desde esta propuesta investigativa se pretende dar paso a este concepto.

En la primera parte de este documento, se sitúan los apartados correspondientes a la definición de la situación problema, dónde se tiene en cuenta los aportes de distintos autores que

abordan temas clave referentes a las prácticas culturales, la persona mayor y las pérdidas familiares, además de los marcos de referencia (institucional, geográfico, legal) para el diseño de los objetivos que establecen el camino de la investigación y la respectiva justificación que valida la relevancia del proyecto.

De acuerdo a la consecución de los objetivos propuestos en el proyecto investigativo, se consolida la segunda parte del documento que corresponde al diseño metodológico, a partir de la metodología cualitativa y el enfoque fenomenológico se establecen las etapas de la investigación otorgando un paso a paso del trabajo de campo que se lleva a cabo desde la descripción del problema, hasta el diseño de técnicas e instrumentos de recolección de datos que permiten obtener la información correspondiente al proceso, abarcando la selección de la población que participa en el estudio.

Dando continuidad al tercer apartado, se ubica el trabajo de campo que involucra la recolección de datos cualitativos que se obtienen a partir de la elaboración de las entrevistas fenomenológicas con la población seleccionada y la organización de la información, para encontrar la identificación de patrones culturales donde se realiza la conceptualización inductiva con ayuda de las herramientas que la autora metodológica ofrece, realizando la interpretación y análisis de la información para presentar resultados.

Por último, en el cuarto apartado se obtienen los resultados de la investigación, en lo cuál se proponen elementos de análisis, en pro de la construcción de una línea de intervención desde la Pastoral familiar de la Parroquia Nuestra Señora de Belén de Ubaque, mediante el diseño de una cartilla enfocada en el afrontamiento de pérdidas familiares a partir de la interpretación de los saberes propios que tiene la persona mayor.

1. Definición de la situación. Problema

1.1 Marcos de referencia

El siguiente apartado tiene el propósito de contemplar los aspectos importantes que referencian el proceso de investigación, de manera que permitan tener claro el contexto institucional, geográfico, legal, los antecedentes y el estado del arte que aporta sustancialmente a la construcción de la fundamentación teórica de la investigación en el transcurso de la misma.

1.1.1 Marco Institucional

A nivel institucional, el proyecto de investigación toma forma desde la vinculación que las trabajadoras sociales en formación establecen con el párroco José Saúl Cano Soler, quien actualmente se encuentra a cargo de la Parroquia Nuestra Señora de Belén de Ubaque, “Ubicada en el municipio de Ubaque Cundinamarca, a 50 Km al oriente de Bogotá, erigida canónicamente en el año 1.651 y declarada como Santuario Arquidiocesano, recibiendo a todos los peregrinos y visitantes de todas partes del país”. Arquidiócesis de Bogotá. (2021). Cabe mencionar que esta parroquia pertenece al arciprestazgo siete (7), que se caracteriza por ser rural. Arquidiócesis de Bogotá, s.ft, párrafo 3, citado por Caldas, et al. (2020. p.7).

Dentro de los diferentes proyectos pastorales y de evangelización que dirige el párroco, se encuentra el Plan Pastoral de la parroquia, el cuál responde a la dimensión social de la Arquidiócesis de Bogotá. “Dicha dimensión comprende sub dimensiones como: cultura de la vida, promoción del desarrollo humano integral, acción solidaria, cultura ciudadana, incidencia social y política, justicia reconciliación y paz, evangelización del mundo penitenciario y evangelización de la movilidad humana” . Caldas, et al. (2020. p.7) y en el cual se gesta una línea de trabajo para la construcción del presente proyecto de investigación.

El objetivo principal de la Pastoral familiar desde la orientación del Párroco José Saúl es contribuir a la comunidad en el fortalecimiento de habilidades que permitan afrontar las diferentes situaciones adversas que se presentan en la cotidianidad, mediante la espiritualidad religiosa e incentivando un sentido de resiliencia, por lo que la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca se une a los procesos de la Pastoral Familiar desde las prácticas académicas del programa de Trabajo Social, permitiendo la construcción de líneas de intervención junto a los trabajadores sociales en formación, que consisten en: La apropiación y concientización del buen uso del medio ambiente, el Centro de escucha y orientación familiar que pretende contribuir a la comunidad Ubaquense.

Esta articulación se realiza inicialmente con el diálogo de las trabajadoras Sociales en formación y el Párroco José Saúl Cano Soler a partir del proceso de práctica comunitaria que las mismas realizan en el municipio, al tener cercanía con la comunidad se presenta un amplio reconocimiento de las problemáticas y de esta manera incrementa el interés de equipar a la comunidad mediante el reconocimiento de lo propio, para que la misma desarrolle sus capacidades en pro de la satisfacción de sus necesidades personales y de la comunidad.

Figura 1.

Parroquia Nuestra Señora de Belén de Ubaque.



Nota: Parroquia Nuestra Señora de Belén de Ubaque, donde se llevan a cabo los procesos de la Pastoral familiar. Fuente: Elaboración propia.

1.1.2 Marco Geográfico

De acuerdo al proceso que se lleva a cabo en alianza con la Pastoral familiar, perteneciente a la Parroquia Nuestra Señora de Belén se realiza el reconocimiento en el que se ubica, por tanto, en este apartado se hace mención al contexto geográfico del Municipio de Ubaque donde se sitúa la vereda Ganco, en lo se logra identificar que:

Ubaque es un municipio de Cundinamarca (Colombia), ubicado en la provincia de Oriente, se encuentra a 50 km de Bogotá a 1.867 msnm con un clima promedio de 20 °C y en las estribaciones de tres cerros: El Guayacundo, el Quinto (Quinto) y el San Pedro. Como lo señala el estudio de la ubicación y localización geográfica de Ubaque, (Universidad Nacional, 2013, p.20).

Por otro lado, al nombre del municipio de Ubaque se le atribuyen dos oralidades:

la primera menciona que proviene de un arbusto de sabia roja, muy común en la zona, Ybaquye, sin embargo otra versión señala que su nombre procede del vocablo Ebaque, debido a que la zona donde se encuentra el municipio era habitada por los indígenas chibchas que poblaban el sector centro-oriental del departamento de Cundinamarca, esta zona fue regida por el Cacique Ibaque que significa bosque de la falda, siendo esta la cuna ancestral cultural de la civilización Muisca cuyo idioma era la lengua Chibcha con profundas connotaciones, según Acosta Ortegón “UBAQUE” quiere decir Bosque de la falda derivado de un arbusto que crece en ella y que tiene savia de color rojo. (Alcaldía Municipal de Ubaque, 2012-2013. P.4).

Ubaque como municipio rural, cuenta con veintiuna veredas, además del casco urbano. Estas veredas son reconocidas ya que son terrenos aptos para la ganadería, distribución de huevos y la agricultura, la cual está bastante diversificada en el territorio, “ dada la variedad de climas ya que se puede cosechar desde productos de clima frío como papa o arveja, hasta los de clima cálido como yuca o frutos cítricos. En estos cultivos también se puede encontrar la siembra de tomate, girasoles y otros frutos”. (Universidad Nacional, 2013)

Figura 2.

Vereda Ganco, Municipio de Ubaque Cundinamarca.



Nota: Punto verde de Ganco, lugar estratégico que funciona como entrada a la vereda y acceso a transporte público. Fuente: Elaboración propia.

1.1.3 Antecedentes y Estado de arte

1.1.3.1 Antecedentes

En este apartado, se realiza una búsqueda exhaustiva y análisis de documentos e investigaciones a nivel nacional e internacional previamente realizados. Para así obtener referencias teóricas pertinentes que se relacionen con los temas abordados en esta investigación, las fuentes aquí situadas proporcionan información sustancial sobre estos temas que funcionan como base fundamental para el desarrollo de la presente investigación. Para la fundamentación de la misma, también se toman relatos de dos miembros importantes en la comunidad de Ubaque.

En la vereda Ganco, hay una preocupación latente debido al alto grado de analfabetismo en la población, lo que resulta en una falta de registros sobre la comunidad. Sin embargo, Cristian, en su rol de presidente de la Junta de Acción Comunal, está abordando este desafío recolectando datos a través de las narrativas y conocimientos de las personas mayores. Este enfoque permite la elaboración de documentos sólidos que proporcionen una visión más completa y precisa de la vereda, en este caso cabe mencionar que tampoco se encuentra mayor información en cuanto a los aspectos culturales propios de la comunidad, los cuales solo se tienen desde los mismos relatos de los habitantes y es en este punto en el que surge la intencionalidad de rescatar estos saberes de la cultura.

Desde la importancia de mantener la cultura de una comunidad, se retoma el trabajo realizado por la Autora Alicia Mojomboy, quien a través de un proceso investigativo que nombra “La chagra cultural “nukanchipa iuai” nuestro pensamiento y transformación actitudinal hacia prácticas ancestrales desde la lengua propia, en el Resguardo Floresta- la española” logra realizar

el estudio enfocado en una comunidad indígena del resguardo la Floresta en el departamento del Cauca, Colombia.

A raíz de este estudio reconoce la importancia de las prácticas ancestrales y a su vez la necesidad de rescatar las que ya se encuentran en el desconocimiento social.

En este sentido, la autora indica, "enseñar y transmitir conocimientos sobre la forma correcta de siembra y debe ser una prioridad en las comunidades indígenas del resguardo Floresta-española del municipio de Piamonte, Departamento del Cauca. "ello garantiza que los procesos de formación sean integrales y además potencian la cultura." Mojomboy, I. (2019. p.1).

Si bien, la investigación de la Dra. Mojomboy aborda el concepto de prácticas y costumbres ancestrales, este no se desvincula del planteamiento general del presente proyecto. Entendiendo que el concepto de prácticas ancestrales se refiere a "Un conjunto de saberes y prácticas que el hombre adquirió durante todas las épocas de existencia en el cosmos" (Mojomboy, I., 2019, p.14).

Además, la autora expresa una aproximación a las prácticas culturales y el rescate de las mismas ya que bajo este aspecto se puede articular a los procesos en la vereda Ganco, en el ejercicio de rescatar las prácticas culturales en relación a las pérdidas familiares que se sufren, por lo cual señala, "Las prácticas culturales se rescatan cuando los padres les enseñan a sus hijos desde pequeños sus costumbres, realizando trabajos en la chagra, participando en fiestas tradicionales, la forma de alimentar a sus hijos con productos naturales y libres de químicos, mediante conversatorios con abuelos y médicos tradicionales o también por medio de las mingas y todas actividades de la comunidad". Mojomboy, I. (2019. p.8).

En el reconocimiento de estas prácticas culturales, se hace énfasis en el rol de la persona mayor, dado a que en la mayoría de las poblaciones estas personas son los grandes sabedores y

sabedoras a nivel ancestral que se encargan de transmitir todos los conocimientos y prácticas, gracias a su larga trayectoria de vida dentro de una comunidad o territorio conocen las normas, tradiciones, lenguajes, expresiones y demás formas de manifestar la identidad cultural. De esta forma, para la consolidación del presente proyecto de investigación, se busca comprender cómo los sujetos a través de sus experiencias y perspectivas contribuyen en gran medida a la construcción de tejidos culturales que pueden estar en peligro de destejarse, a partir de un contexto familiar.

Continuando con lo expuesto anteriormente, se relaciona el estudio investigativo: “ El adulto mayor como transmisor de tradición y cultura de la corianidad” , de las autoras Sandra Quintero y Janny Trompiz que se llevó a cabo en el Municipio Miranda en Venezuela, desde un enfoque cualitativo del área gerontológica en el cual se tuvo como propósito valorar a la persona mayor como transmisor de tradición y cultura.

Por medio de esta idea, se tiene en cuenta cómo surgen los cambios sociodemográficos que a su vez requieren de los avances de las tradiciones y la cultura en las comunidades. Sin embargo, es en este punto donde las personas mayores tienen una labor importante al no permitir que estos avances repercutan en que los distintos aspectos culturales desaparezcan, ya que a través de su forma de pasarlos de generación en generación permiten que sigan latentes.

Por otra parte, también resalta su rol en los contextos familiares dado a que han vivido varias generaciones y en estas han logrado obtener "un cúmulo de experiencias e informaciones las cuales representan un depósito de conocimientos y hábitos que la familia ha conservado de acuerdo al contexto sociohistórico". Quintero, S., Trompiz, J. (2013. p. 40). De acuerdo con los resultados obtenidos, las autoras indican que:

En esta investigación es muy interesante reflexionar, cómo las personas mayores ponen parte de su tiempo libre en las actividades relacionadas con la transmisión del patrimonio cultural de su ciudad y de esa manera mejoran su bienestar personal, salud integral y calidad de vida, permaneciendo activos y útiles a la sociedad a la que pertenecen, al mismo tiempo que promueven y dan a conocer los valores históricos culturales de manera permanente a los niños y jóvenes, jubilados y pensionistas. Quintero, S., Trompiz, J. (2013. p. 44).

En la revisión contextual de este estudio realizado en Venezuela, se logran identificar aspectos relevantes dentro de las capacidades de transmisión cultural y diversos conocimientos que tiene la persona mayor dado a sus vivencias, además de una reflexión social dándole el valor que esta población se merece por su gran aporte a la construcción de conocimientos junto a prácticas en materia social y cultural que se deben de tener presente a la hora de interactuar con hombres y mujeres de avanzada edad.

Dentro de este estudio enfocado al reconocimiento de prácticas culturales frente a pérdidas del contexto familiar, permite tener una mirada holística sobre esta importante labor de la persona mayor. Sin embargo, pese a que esta es una característica de la población, se debe de respetar la integridad e individualidad de cada ser humano, por lo que cabe aclarar que no todas las personas mayores son transmisores o transmisoras de conocimiento, dado a que no se encuentran obligados a hacerlo, este es un factor en el cual la persona está en capacidad de decidir si quiere hacer o no.

Por otra parte, este estudio también realizó un análisis importante sobre el rol de la persona mayor en la familia, siendo este también un portador de conocimientos dentro de un

contexto en el cual se encuentra estrechamente vinculado con sujetos que conviven por un largo tiempo en su vida.

De esta forma, es indispensable reconocer dentro de esta investigación el rol de la familia y la persona mayor, así mismo como los aspectos que pueden generar alguna afectación en los sujetos como es el tema de las pérdidas familiares.

Dando continuidad a esta línea de pérdidas familiares, en la siguiente revisión documental se presenta, el planteamiento del licenciado en psicología Alfonso Ayara y la licenciada Pamela Jofré, quienes a través de una tesis describen un proceso investigativo que se llevó a cabo en la ciudad de Santiago de Chile durante el año 2017, denominado “Relación entre sistemas de significado y experiencias de afrontamiento a la pérdida de seres queridos”, en el cual se realizan entrevistas semiestructuradas a personas mayores con la finalidad de identificar qué significados le daba esta población al afrontamiento de la muerte y las pérdidas familiares que surgen por esta misma situación.

En este sentido, los autores Araya y Jofré manifiestan que:

En la vejez las pérdidas cobran mayor peso, por lo que su regulación se vuelve una de las metas del desarrollo más relevantes. Entre estas pérdidas, la muerte de un ser querido es de los eventos más estresantes para el adulto mayor, impactando en su salud mental y física. La forma de afrontar es esencial para integrar la pérdida de manera saludable. (2017, p.2).

Por otra parte, esta tesis revela las afectaciones que se presentan tras una pérdida familiar por fallecimiento en una persona mayor, de acuerdo al parentesco que esta persona tenía con el fallecido. Por tanto, los autores hacen mención del Inventario de Estrés de Vida de Adultos Mayores (Elders Life Stress Inventory [ELSI] 2005, citado por Araya, A. y Jofré, P. (2017, p.6)),

en el cual se identifica que, “la pérdida de seres queridos cercanos está dentro de los estresores más severos durante la adultez mayor, encontrándose en primer lugar la muerte de hijos/as seguido de la muerte de cónyuge.

Otras pérdidas de seres queridos como muerte de familiares cercanos, nietos y amigos, aparecen mencionados como estresores significativos” (Aldwin 1990, citado por, Araya, A. y Jofré, P. (2017, p.6)). Por otra parte, también se retoman estudios más recientes dentro de esta tesis, en lo cual citan a los autores Bratt, Stenström y Rennemark quienes reafirman “el impacto que tiene en la vida de las personas mayores, la pérdida por muerte de seres queridos, siendo estos principalmente el cónyuge, hijo o hija, o ambos” (2016, citado por, Araya, A. y Jofré, P. (2017, p.6))

En concordancia con lo anterior, tras sufrir una pérdida familiar los seres humanos pasan por un proceso de aceptación por la partida del ser querido, para este punto los autores Alfonso Ayara y Pamela Jofré consideran el planteamiento de (Gilbert 1996, citado por Araya, A. y Jofré, P. (2017, p.6).” La pérdida de un ser querido desencadena en la familia del fallecido un proceso multidimensional de reconceptualización de la realidad que se entiende como duelo”.

De esta manera, en el presente proyecto investigativo se retoma esta idea de duelo como una forma de afrontamiento tras la pérdida familiar que se contempla desde dos dimensiones, la primera que se manifiesta por situaciones de fallecimiento, y la segunda por situaciones de abandono a la persona mayor. Por lo cual, desde la diversa revisión bibliográfica se puede contemplar que una de las formas para sobrellevar una situación de pérdida familiar, sea por causa de fallecimiento o abandono, es el duelo, dado a que este es un proceso que se contempla una serie de etapas Kübler-Ross (1969), citado por Méndez, A. (2018, p.18) describió cinco

etapas diferentes en los procesos de duelo, estas son: negación, ira, negociación, depresión y aceptación.

Retomando las pérdidas familiares desde la segunda dimensión, que compete al abandono de las personas mayores, se toma como primer referencia investigativa el estudio titulado: "Cuales son las causas del abandono de los adultos mayores que se encuentran reclusos en el Centro San Pedro Claver en la ciudad de Bogotá" en el cual se encuentra una breve definición del abandono familiar, que se entiende como, "El acto injustificado de desamparo hacia uno o varios miembros de la familia con los que se tienen obligaciones que derivan de la disposición legal y que ponen en peligro la salud o la vida" (Hernández y Ruiz 2009, citado por Carrillo, S. et al. 2016, p.8).

En esta investigación también da a conocer el abandono por el cuál son víctimas los adultos mayores por parte de su familia, siendo reclusos en el Centro San Pedro Claver y destacando un sentido de negatividad que se genera tras el marginamiento de estas personas.

Por su parte, el estudio titulado: " El sentimiento de soledad en personas mayores: conocimiento y tamización oportuna", tiene un abordaje desde el área de medicina de la Universidad Pontificia Javeriana de Colombia, por parte del Dr. Diego Chavarro y la Dra. Claudia Camargo durante el año 2020, este estudio presta mayor atención a develar los sentimientos de soledad que se presentan en las personas mayores tras sufrir situaciones de abandono por parte de su contexto familiar, por tanto, refiere que el género femenino perteneciente a población de persona mayor le otorga más importancia a las pérdidas que transcurren en el ciclo vital, mediante esta idea, Camargo y Chavarro , hacen énfasis en que las mujeres están expuestas a la viudez y al abandono por parte de los hijos.

Por otra parte, indican que:

El estrato socioeconómico se encuentra como un factor asociado, debido a la reducción aparente de ingresos económicos y a falta de un seguro de pensión de la vejez, que pone en riesgo el bienestar social. Se establece que a mayor nivel socioeconómico se genera un aumento de la red social. Camargo, C. y Chavarro, D. (2020).

Por tanto, bajo el relacionamiento de estas dos últimas investigaciones presentadas en referencia a las situaciones de abandono en la persona mayor, es posible identificar las afectaciones que produce, dado que repercute en sentimientos de marginación, soledad y falta de afecto por su entorno familiar, llevando a las personas mayores a un proceso de duelo en el que se trata de llevar un sentido de superación por la soledad.

Por ende, la situación en la vereda Ganco del Municipio de Ubaque, Cundinamarca, destaca la relevancia de las prácticas culturales en el manejo de pérdidas significativas entre las personas mayores, especialmente en un contexto de elevado analfabetismo y falta de registros documentales. A través del diálogo con líderes comunitarios y la recolección de datos orales, se subraya la necesidad de rescatar y documentar estas prácticas culturales, que a menudo se ven amenazadas por la modernización y el abandono.

El estudio de Alicia Mojomboy sobre las prácticas ancestrales en comunidades indígenas del departamento del Cauca, resalta la importancia de transmitir conocimientos culturales como medio de fortalecer la identidad y el bienestar comunitario. Mojomboy, enfatiza que la enseñanza de costumbres ancestrales desde temprana edad es crucial para la preservación cultural, una perspectiva que se alinea directamente con la problemática de Ganco, donde las tradiciones familiares y comunitarias son fundamentales para el afrontamiento del duelo y la pérdida.

Además, las investigaciones de Sandra Quintero y Janny Trompiz en Venezuela destacan el papel crucial de las personas mayores como transmisores de cultura y tradiciones, lo que no solo contribuye a la preservación cultural sino también al bienestar personal y social de los mayores. Este aspecto es vital en el contexto de Ganco, donde los mayores enfrentan el abandono y la muerte de seres queridos sin el apoyo adecuado para manejar su duelo.

Por último, los estudios sobre el impacto de las pérdidas familiares en la salud mental y física de las personas mayores, como los de Alfonso Ayara y Pamela Jofré en Chile, ponen de relieve la necesidad de estrategias efectivas de afrontamiento del duelo. La creación de una cartilla para la Pastoral Familiar, basada en interpretaciones culturales de las prácticas de duelo, busca mitigar este vacío, proporcionando herramientas culturalmente relevantes que pueden ayudar a las personas mayores a procesar sus pérdidas de manera saludable.

En resumen, los antecedentes teóricos y estudios previos demuestran la necesidad urgente de documentar y revitalizar las prácticas culturales en Ganco. La propuesta de una cartilla educativa no solo apunta a preservar estas tradiciones, sino también a ofrecer un apoyo tangible para que las personas mayores puedan manejar sus pérdidas familiares de manera sana.

1.1.3.2 Estado de arte

En este apartado se presenta una apuesta alternativa frente al estado de arte, debido a que no se presenta la habitual matriz de antecedentes y estado de arte, en su lugar reposa un escrito a forma de ensayo donde se exponen ideas y aportes de los distintos autores abordando temas clave del proyecto de investigación, entendiendo que la redacción permite una explicación más detallada y contextualizada de cada estudio o investigación revisada.

La estructura de la población ha cambiado como consecuencia de la dinámica demográfica actual, descendiendo la población infantil y creciendo más rápidamente la población

mayor de 60 años. Según estimaciones de la Organización de las Naciones Unidas (2019), los adultos mayores representan actualmente el 9% de la población mundial y representarán el 16% de todas las personas en 2050, en Colombia el último censo realizado en el año 2018 se evidenció que, del total de la población, 13,3% correspondía a personas de 60 años (DANE,2018).

Por su parte, la vejez es una etapa a la cual todas o por lo menos la gran mayoría de las personas llegarán, y es por esto que resulta importante tener un apoyo integral, que no solamente se concentre en un ámbito, sino que abarque diversas esferas de la vida de las personas, transitando por el entorno emocional y social, hasta el económico, entre otros. Cardona y Peláez (2012)

De acuerdo con los diálogos llevados a cabo por las trabajadoras Sociales en formación, el párroco José Saúl y el representante de la Junta de Acción Comunal de Ganco se destacan algunas dificultades que trae consigo el envejecimiento de la población de la vereda de Ganco, como el aumento de las necesidades de cuidados y el aumento de los requerimientos de cuidados de las familias, lo que representa un problema cuando se abordan las pérdidas familiares ya sea por muerte o abandono.

Para el proceso investigativo se tuvo en cuenta el documento: Envejecimiento activo, un cambio de paradigma sobre el envejecimiento y la vejez por la Autora Rosario Limón Mendizábal quien propone que con el envejecimiento activo, se buscan no solo objetivos de salud sino también objetivos sociales de independencia, de movilidad, de facilitar la posibilidad de desarrollar programas y trabajos que constituyan una continuidad con lo que ha sido la vida previa de cada uno y contribuyan al bien común, debido a que mientras para algunos supone una continuidad de lo que ha sido la vida previa, para otros será un inicio (Limón,2018).

En este sentido, el presente documento aporta al proceso de investigación en medida de reconocimiento de que las personas en general son quienes proyectan su cambio, en lo que se muestra una perspectiva abierta donde se trata de incentivar a la persona mayor para ser un factor de su propio cambio.

En línea con lo anterior, cabe mencionar que el sistema en el que vivimos, a las personas y objetos se les asigna valor en función de lo que produzcan y la utilidad que generen, con respecto a esto Zygmund Bauman habla de la modernidad líquida, la cual está empatada con el consumismo, que consiste en usar los objetos y desecharlos y hacer espacio para nuevos (Bauman, 1992 citado en Zamora, 2015).

En las personas mayores esta situación de utilidad y desechabilidad las afecta diferencialmente, Según Pérez et al. (2018), las personas mayores se ven afectadas de manera desigual por la percepción de utilidad y desechabilidad. A menudo viven al margen debido a imaginarios negativos asociados con su edad, como la creencia de que son enfermos, incapaces de realizar muchas actividades y una carga. Estos estigmas generan discriminación, exclusión y, en muchos casos, abandono, ya sea intencional o no intencional. Estas concepciones provienen de diversos actores en su vida, incluidas sus propias familias, lo que impide su pleno desarrollo y disfrute de la vida.

El documento “El envejecimiento en Colombia: Una construcción social.” expresa la preocupación frente a la vulnerabilidad en la que se encuentran las personas mayores en Colombia, dado a las diversas condiciones de desigualdad en las que se encuentra el país; entendiendo que vivimos en una sociedad que valora y prioriza a las personas en función de su utilidad y valor en el mercado, las personas mayores experimentan afectaciones directamente relacionadas con el imaginario que existe entorno a su edad.

Por otra parte, se retoma el documento denominado “Actitud y Miedo Ante La Muerte En Adultos Mayores” realizado por Uribe, Valderrama y López (2007), Este documento abarca una conceptualización que tiene la persona mayor sobre la muerte, en lo cual se tiene en cuenta una percepción de las actitudes y el miedo ante la muerte, siendo una muestra conformada por 170 adultos mayores de la ciudad de Cali, Colombia.

En este apartado introductorio, los autores Uribe A., Valderrama L. y López S. (2007.p.4), señalan que:

La construcción del concepto de muerte en el adulto mayor está mediada por diversos factores, entre ellos está el presenciar muertes cercanas, las enfermedades, el distanciamiento de los hijos, las separaciones, la jubilación, las pérdidas vividas y la elaboración de duelos correspondientes. (Viguera, 2005, citado por, Uribe A., Valderrama L. y López S. (2007.p.4).

Todo está influenciado por la cultura, donde específicamente en la occidental, los conceptos más comunes en relación al tema de la muerte se operacionalizan en que es un hecho biológico por el que atraviesa todo ser humano, un rito de traspaso, algo inevitable, un hecho natural, un castigo, la realización de la voluntad de Dios, entre otros. Por tanto, se puede decir que las representaciones sociales como una forma de conocimiento de la realidad, se configuran en los adultos mayores desde las propias expectativas, al igual que con sus ideas de aceptación personal y psicológica”. (Pinazo y Bueno, 2004 citado por, Uribe A., Valderrama L. y López S. (2007.p.4)

1.1.3.3 Marco Legal

En el ejercicio de fundamentar el siguiente proyecto, se retoman normativas a nivel internacional, nacional y municipal que sustenta la investigación y a su vez aporta elementos que

permiten hacer una aproximación a la temática tratada desde una mirada jurídica. A continuación, en la tabla 1 se encuentra el marco legal que rige el proceso investigativo:

Tabla 1.

Marco Legal a nivel internacional, nacional y municipal frente a la persona mayor.

Normatividad	Descripción	Relación de la normatividad con el proyecto de investigación
Convención Interamericana sobre la protección de los Derechos de las personas Mayores. (2015)	<p>La convención sobre la protección de los Derechos de las personas Mayores fue aprobada el 15 de junio del 2015, es utilizada para promover y proteger los derechos de las personas mayores.</p> <p>En el título III denominado “Deberes generales de los Estados Parte” - Artículo 4 menciona que se:</p> <p>“Adoptarán medidas para prevenir, sancionar y erradicar aquellas prácticas contrarias a la presente Convención, tales como aislamiento, abandono, sujeciones físicas prolongadas, hacinamiento, expulsiones de la comunidad, la negación de nutrición, infantilización, tratamientos médicos inadecuados o desproporcionados, entre otras, y</p>	<p>Este documento sugiere reconocer a las personas mayores como sujetos titulares de derechos y establece que los Estados están obligados a garantizar los. Desde la inclusión, integración y participación social.</p>

	<p>todas aquellas que constituyan malos tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes que atenten contra la seguridad e integridad de la persona mayor” (Convención Interamericana sobre la protección de los Derechos de las personas Mayores,2015)</p>	
<p>Constitución Política de Colombia (1991).</p>	<p>El Artículo 13 de la Constitución Política de Colombia (1991) menciona que: “El Estado protegerá especialmente a aquellas personas que, por su condición económica, física o mental, se encuentren en circunstancia de debilidad manifiesta y sancionará los abusos o maltratos que contra ellas se cometan.” (p.2).</p>	<p>Visto desde la constitución, este artículo presenta un aporte a nuestro proceso de investigación, debido a que menciona la protección a las personas “Vulnerables” por ende actúa como un insumo hacia el reconocimiento de los derechos de las personas mayores ya que estas son consideradas como población vulnerable.</p>
<p>Política Nacional de Envejecimiento y Vejez (2007-2019)</p> <p>Ampliada con el Decreto No. 681 de 2022 (Por el periodo 2022-2031)</p>	<p>El objetivo general de la política señala “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</p>	<p>Dando relevancia a la garantía de los derechos de las personas mayores y actúa de igual manera cómo un insumo hacia el reconocimiento de los mismos.</p>

	principio de corresponsabilidad individual, familiar, social y estatal.” (Ministerio de Salud y protección social, 2022. p.28)	
Ley 2055 del 2020	Por medio de la cual se aprueba en Colombia la “Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores”, adoptada en Washington, el 15 de junio de 2015. (Congreso de la República, 2015).	El documento hace un aporte al proyecto de investigación, debido a que actúa como un referente para que Familia e instituciones brinden aseguramiento y goce pleno de los derechos a Personas Mayores en Colombia.
Ley 1251 del 2012 (Por la cual se dictan normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores)	El Artículo 1 de la Ley 1251 del 2012 menciona que: “La presente ley tiene como objeto proteger, promover, restablecer y defender los derechos de los adultos mayores, orientar políticas que tengan en cuenta el proceso de envejecimiento, planes y programas por parte del Estado, la sociedad civil y la familia y regular el funcionamiento de las instituciones que prestan servicios de atención y desarrollo integral de las	La Ley 1251 del 2012 es por la cual se dictan normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores, pretende brindar un marco acerca de los derechos de esta población y herramientas para que las personas mayores sean partícipes del desarrollo social.

personas en su vejez, de conformidad con el artículo 46 de la Constitución

Nacional, la Declaración de los Derechos Humanos de 1948, Plan de Viena de

1982, Deberes del Hombre de 1948, la Asamblea Mundial de Madrid y los

diversos tratados y convenios internacionales suscritos por Colombia.” (Congreso de la República 2008)

Plan de desarrollo municipal ubaque, turístico en desarrollo un gobierno de verdad (2020-2023)

Se ejecuta a través de 6 líneas estratégicas que apuntan a incrementar el desarrollo sostenible del municipio:

Línea estratégica 1: Ubaque un gobierno seguro, justo y participativo de verdad.

Línea estratégica 2: Ubaque auténtico, diverso, turístico y cultural recuperando nuestra ancestralidad.

Línea estratégica 3: Ubaque innovador, productivo, competitivo y ambientalmente sostenible de verdad.

Línea estratégica 4: Ubaque educado, consciente y saludable para un verdadero bienestar.

Desde la vinculación de este plan de desarrollo municipal hacia el proyecto de investigación se pretende hacer énfasis en la línea estratégica 2, derivado de la recuperación de ancestralidad, lo que se espera hacer mediante el reconocimiento de las prácticas culturales de las personas mayores.

Línea estratégica 5: Ubaque moderno y ordenado para un verdadero porvenir.

Línea estratégica 6: Ubaque con infraestructura para un desarrollo verdaderamente armónico.

(Consejo Municipal de Ubaque Cundinamarca, 2020)

Nota. La tabla contempla las normas jurídicas correspondientes a la conceptualización de la persona mayor y la protección de sus derechos humanos.

1.1.3.4 Fundamentación Conceptual

En el siguiente apartado, se pueden apreciar los fundamentos conceptuales que orientan el estudio de acuerdo al problema de investigación, en este sentido cabe mencionar que es de gran importancia el reconocimiento de los términos conceptuales que se establecen por la comunidad científica, y de estos se retoman los aportes de distintos autores que desde sus conocimientos le dan forma a los términos claves que se seleccionaron en este estudio, los cuales son; prácticas culturales, persona mayor y pérdidas familiares.

Posterior a la búsqueda de estos términos, se realiza una relación entre los conceptos que plantean distintos autores. De esta manera y en concordancia con la línea metodológica que plantea la autora Elsy Bonilla desde el abordaje cualitativo, esta investigación pretende abastecer estos conceptos desde el estudio de las interpretaciones que le otorgan los actores sociales a la realidad social planteada.

De acuerdo con el párrafo anterior, se tiene en cuenta la categoría de prácticas culturales, dado a que es un eje central de la investigación. Sin embargo, antes de hablar sobre las prácticas culturales cabe conceptualizar acerca de lo que es la cultura.

El sociólogo Ezequiel Ander Egg explica:

La cultura emprende el tejido de todas las capacidades, códigos y costumbres adquiridos o contruidos por los seres humanos en asociación con sus congéneres, en un determinado contexto social. Comprende los hechos materiales propios de una sociedad como su arte y los no tangibles o inmateriales como los ideológicos. (Ander E. 1986. p. 20).

Por tanto, la cultura se encuentra inmersa en la comunidad y abarca todos los aspectos de la vida social, incluidos el pensamiento y el comportamiento desarrollándose en el entorno de la persona e influyendo directamente en su forma de pensar y actuar, mediante la vinculación de creencias, prácticas y costumbres, de esta manera se abre paso al concepto de prácticas culturales donde Holliday. (2013), citado por Javier, C. (2022) entiende las prácticas culturales como, "Cosas cotidianas que hacemos que pueden parecer extrañas para las personas que provienen de culturas extranjeras: cómo comemos, nos lavamos, saludamos, mostramos respeto, organizamos nuestro entorno".

Por su parte, Pérez y Gardey (2019) señalan que, "las prácticas culturales son actividades y rituales vinculados a las tradiciones de una comunidad". En este sentido, las comunidades o grupos sociales en específico están compuestos por un conjunto de sujetos, quienes se caracterizan por tener una interpretación propia del mundo y así mismo materializan las prácticas culturales que determinan su entorno.

Frente a esta idea, Rodríguez, C. (2021), expone que:

cada sujeto, que interpreta a través de la socialización cultural en relación con su mundo, un conjunto de sentidos, significados que revelan una interiorización en su conciencia y que manifiestan cómo él, ha sido capaz de interpretarla, recrearla

y transformarla a partir de su universo cultural, de forma que contribuye a modos de conductas diferentes en el mundo que le rodea (p.11)

Analizar el concepto de “prácticas culturales” exige retroceder analíticamente el camino del consenso para ver en el mismo proceso el necesario trabajo de construcción de aquello que pensamos y que forma parte del canon cultural, en este sentido Rizo M. menciona que, “ las prácticas culturales son generadoras de identidad, en tanto que producen sujetos concretos a la vez, las prácticas son generadas por esa misma identidad por el habitus incorporado”(2004. p.120).

Por ende, la autora hace énfasis en que para que la incorporación del habitus se lleve a cabo, el actor necesita poner en práctica el valor, la norma o la representación, lo que nos lleva a suscribir la idea de que no hay acción social sin representación, y de igual forma, no hay representación que no sea puesta en práctica. En este sentido, la autora Rizo menciona; “el mundo social se construye a partir de lo ya construido en el pasado, que se erige en forma de habitus, y, por otra parte; las formas sociales del pasado son reproducidas, apropiadas, desplazadas y transformadas en las prácticas y las interacciones de la vida cotidiana de los actores” (2004. p.120).

De esta forma, propone una vinculación entre identidad, habitus y prácticas culturales a partir del siguiente esquema:

Figura 3.

Vinculación Conceptual entre habitus, identidad y práctica.



Nota: Prácticas culturales y redefinición de las identidades de los Inmigrantes en el Raval.

Fuente: Rizo (2004).

Es así como con desde un enfoque territorial, rural y poblacional diferencial (Persona mayor) se reconoce a el Municipio de Ubaque como un territorio donde coexisten diferentes poblaciones que promueven y reivindican sus derechos y desarrollan diversas prácticas culturales que se relacionan como aquellos hábitos, usos y costumbres que responden a procesos colectivos a través de los cuales se generan sentidos identitarios para la construcción comunitaria.

En Ubaque, como en muchas regiones de Colombia, las prácticas culturales pueden ser influencia importante en la vida de la población persona mayor, debido a que estas pueden contribuir en la percepción del envejecimiento y en la forma en que las personas mayores son tratadas en sus comunidades, algunas culturas pueden tener un fuerte sentido de respeto y veneración hacia la población mayor, lo que puede influir en la atención y el apoyo que reciben.

En el contexto del envejecimiento y las pérdidas familiares, las prácticas culturales desempeñan un papel crucial en la forma en que las personas y las comunidades abordan y comprenden estas experiencias; las prácticas culturales pueden influir en la percepción del envejecimiento y en la forma en que las personas mayores son tratados en sus comunidades, debido a que este grupo poblacional se encuentra en una etapa avanzada de la vida, a menudo caracterizada por desafíos físicos, emocionales y sociales, el envejecimiento presente en esta etapa del ciclo vital puede ser influenciado por las prácticas culturales que rodean a esta población, incluyendo la percepción de la vejez, el papel de las personas mayores en la familia, la comunidad, y las expectativas sociales.

Las personas mayores viven al margen por el imaginario negativo que existe en torno a su edad, esto se atribuye principalmente a sus enfermedades (comorbilidades) que los hacen sentirse cómo una carga social, enmarcando la desigualdad de oportunidades en contraste con el incremento de debilidades y amenazas relacionadas con la edad.

En este sentido, la Organización Panamericana de la Salud (2017) hace énfasis en que los términos usados para describir a las personas mayores se basan en una variedad de voces; algunas de las conceptualizaciones son particularmente importantes conforme al significado ideológico que adquieren las palabras a través del uso repetido, es decir algunas de las conceptualizaciones que se le atribuyen a la persona mayor tienen especial significación debido al peso ideológico que el uso le imprime a las palabras a través del tiempo cómo abuelito, adulto mayor, viejito, etc.

Por otra parte, la Convención Interamericana sobre Derechos Humanos de las Personas Mayores, define en su artículo 2º, como “Persona mayor a aquella de sesenta años o más, salvo que la ley interna determine una edad base menor o mayor, siempre que ésta no sea superior a los sesenta y cinco años. Este concepto incluye, entre otros, el de persona adulta mayor”. (2015. p.4).

En este punto es importante retomar el término de adulto mayor, dado a que actualmente no se encuentra un abastecimiento teórico y conceptual amplio sobre la persona mayor, sin embargo, es de aclarar que se mantienen los mismos significados.

Por esta razón, para asegurar que la población mayor de la vereda Ganco tiene la atención y los cuidados adecuados, se deben tomar acciones para hacer frente a los cambios generados en su curso de vida; si bien las personas mayores son responsables de su salud y de su bienestar y es decisión de cada persona si desea seguir realizándose social y personalmente, esto no resta

importancia a que las personas mayores puedan tener una red de apoyo que les beneficie conservando sus capacidades, su autonomía, mejorar su estado de salud previniendo procesos de dependencia y brindando así una mejor calidad de vida, lo que se ve limitado cuando se presenta abandono familiar o muerte por familiar responsable.

Para desarrollar la temática de las pérdidas familiares, es esencial abordar el concepto de pérdida. Según Gómez del Campo (1994), O'Connor (1990), Piña (1994) y Viorts (1990), citados en Tovar (2004), “cada persona reacciona de manera diferente ante el conocimiento de una pérdida significativa. Las creencias e interpretaciones que cada individuo tiene sobre las pérdidas son factores cruciales en su respuesta a las mismas” (p. 23).

Es importante mencionar que, para abordar las pérdidas familiares, nos referimos al tipo de pérdidas que Tizón (2004) denomina pérdidas relacionales. Las pérdidas relacionales son aquellas relacionadas con la pérdida de un ser querido, ya sea por muerte o por abandono.

Por otra parte, Parkes (1998) retomado de Bamba (2017) observó que, ante una pérdida, se pone en marcha una serie de procesos diferenciados, que oscilan y se entremezclan según los momentos del duelo y la personalidad:

- a. Procesos de aislamiento, embotamiento de la sensibilidad, retirada esquizoide (aislamiento y disociación en el duelo).
- b. Procesos de retirada de la atención y la actividad con respecto a lo perdido y aquello que lo recuerda (represión en el duelo).
- c. Procesos que tienden a mantener la creencia y el sentimiento de reversibilidad de la pérdida (negación en el duelo).
- d. Procesos tendientes al reconocimiento de la pérdida, de su importancia para nosotros y de que persisten los vínculos mentales con lo perdido (momentos más

reparatorios del duelo) (p.13).

Estas etapas contribuyen a un estado de superación por pérdida en las personas, por lo tanto, es importante comprender que los actores sociales no contemplan de la misma manera los procesos de duelo; para las personas a nivel general y en este caso para la persona mayor, la pérdida de los vínculos de apego, de los roles del hogar y de la identidad o algo que tenía un significado propio o costumbre terminará en un duelo. Debido a que la principal consecuencia del abandono es el duelo, causado por todas las pérdidas que la situación de desamparo o vulnerabilidad comprende; de esta forma, la tarea a la que se enfrenta el adulto mayor es darle un nuevo sentido a su vida emocional.

En este sentido, también se hace necesario reconocer el proceso que afronta la persona mayor a causa de una pérdida por muerte de un ser perteneciente a su contexto familiar, como lo expresa Pérez

El fallecimiento de una persona suele ocasionar, en quienes mantenían un vínculo estrecho y significativo con él, cambios importantes en el concepto que tienen de sí mismos y del mundo que les rodea que pueden manifestarse en síntomas diversos. Con el fin de adaptarse a dichos cambios, se necesita un proceso de transición hacia una nueva identidad, proceso que habitualmente se denomina duelo, el duelo es un conjunto de reacciones emocionales, físicas, cognitivas y espirituales que cada persona experimenta de un modo peculiar, con un ritmo y una intensidad propios. (2016, p 280).

En concordancia con lo anterior, es indispensable retomar que este proyecto investigativo contempla las pérdidas familiares en las personas mayores desde dos puntos. Una que fue la

anteriormente mencionada, que es el fallecimiento de personas que pertenecen al contexto familiar de persona mayor y otra, que responde al abandono.

En este caso, la oficina regional de la Organización Mundial de la salud, en su guía de diagnóstico y manejo "Abuso (maltrato) y negligencia (abandono), indica que, "el abandono implica descuido u omisión en la realización de determinadas atenciones o desamparo de una persona que depende de uno o por la cual uno tiene alguna obligación legal o moral. La negligencia o abandono puede ser intencionada o no intencionada". (2000. p.130).

Abarcando las pérdidas por abandono, la presente investigación permite comprender que hay dos formas de abandono, una que se da de manera intencional, es decir que el familiar tiene las capacidades y condiciones aptas para cuidar de la persona mayor, pero decide no hacerlo por no hacerse cargo de esta responsabilidad, y la otra forma de abandono es desintencionado, que sucede cuando se genera un descuido por parte del familiar a la persona mayor, pero esto sucede porque el familiar no tiene las capacidades para hacerse completamente cargo de todas las necesidades que demanda la persona mayor, lo que se considera un abandono no intencionado.

Las pérdidas familiares en Ubaque pueden ser especialmente significativas debido a la importancia de la familia en la cultura colombiana, la pérdida de un ser querido puede desencadenar rituales de duelo y luto que varían según las tradiciones locales y religiosas.

En algunas áreas rurales cómo suele suceder en el municipio de Ubaque, las familias suelen mantener la práctica de vivir juntas en un mismo hogar, lo que puede influir en la forma en que las pérdidas familiares se manejan y comparten entre los miembros de la familia, por tanto, es fundamental comprender cómo las prácticas culturales y la importancia de la familia pueden influir en la experiencia de envejecer y enfrentar pérdidas familiares.

Los programas y servicios dirigidos a la población adulto mayor en Ubaque deben ser culturalmente sensibles y tener en cuenta la estructura social y de apoyo existente en la comunidad, además, es importante considerar cómo se pueden fortalecer las redes de apoyo social y familiar para los adultos mayores en este contexto específico.

Para finalizar, esta fundamentación conceptual proporciona una visión general de cómo las categorías de prácticas culturales, persona mayor y pérdidas familiares pueden estar interconectadas en el contexto de la vereda Ganco en el municipio de Ubaque.

A su vez, tienen relación con el quehacer del trabajador social, ya que los profesionales de este área deben ser culturalmente sensibles, y estar familiarizados con las prácticas culturales de la población con la que se trabaja, esto implica comprender las creencias, valores y tradiciones culturales de las personas mayores en la vereda de Ganco, para proporcionar una atención que respete y se adapte a su contexto cultural, generando un acompañamiento frente a las pérdidas en donde puedan proporcionar apoyo emocional y psicosocial a las personas mayores con el fin de generar un bienestar social.

1.2 Formulación del problema

Este proyecto se encuentra orientado desde la línea metodológica que propone la autora Elssy Bonilla, en esta primera etapa denominada; definición de la situación a investigar, señala que se debe “abarca la exploración de la situación, la formulación del problema de investigación, el diseño propiamente dicho y la preparación del trabajo de campo” (Bonilla, E. y Rodríguez, P. 1997, p.12).

Por tanto, el planteamiento de este proyecto se fundamenta desde las necesidades a nivel social que evidencian el Párroco José Saúl Cano como representante de la Pastoral Familiar de Ubaque , y Cristian Suenchoque como Presidente de la Junta de Acción Comunal de la vereda

Ganco, cabe mencionar que estos dos actores sociales desde sus distintos ejercicios profesionales, tienen como foco principal el trabajo por el bienestar comunitario, a partir de la identificación de estas realidades sociales se articulan las trabajadoras sociales en formación.

Desde este punto, indican la importancia de realizar procesos que se involucren en contribuir a la comunidad de Ganco, desde la recuperación de conocimientos de las personas mayores sobre aspectos históricos de la vereda y de los saberes culturales que se han perdido en la misma.

La relevancia que se le otorga a estos aspectos surge dado que los poseedores de estos conocimientos son las personas mayores que habitan en la vereda, quienes se han dedicado al trabajo en las tierras y han dejado de lado la educación, por lo cual un gran porcentaje presenta analfabetismo. Este analfabetismo de la población se convirtió en una gran problemática ya que no se tienen registros documentales sobre la vereda y su población, así como tampoco se tiene registro de los saberes culturales, por lo cual estos han sido conocidos por la voz a voz de los habitantes, siendo sus relatos la forma más fácil de recuperarlos.

En este sentido, el padre José Saúl hace énfasis en las manifestaciones de pérdidas que se generan en la comunidad y como desde un abordaje disciplinar del Trabajo Social que contempla las características culturales de los actores sociales, se puede establecer una herramienta de apoyo orientada a los distintos procesos de pérdida, entendiendo que cada actor social cuenta con capacidades e interpretaciones de la realidad distintas. Por ende, sus formas de actuar y asimilar este tipo de situaciones varían.

1.2.1 Descripción del problema

A través del proceso de práctica comunitaria llevado a cabo por las trabajadoras sociales en formación, pertenecientes a la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca se establecen

diálogos con el párroco José Saúl Cano y el presidente Comunal de Ganco, Cristian Subachoque, donde se logra obtener un acercamiento a una situación latente en el Municipio de Ubaque, Cundinamarca, específicamente en la vereda Ganco.

Esto, debido a que hay un alto número de habitantes de la vereda que superan los sesenta años y sufren pérdidas significativas a nivel familiar, estas pérdidas en algunos casos se presentan por abandono, dado a que los familiares no cuentan con las capacidades físicas, emocionales o económicas para solventar todas las necesidades de la persona mayor. Por otra parte, también se presentan casos por fallecimiento.

Frente a esta realidad, muchas de las personas mayores no tienen conocimiento de cómo afrontar las pérdidas de manera que no repercutan en su salud física o mental, o por el contrario hay otras personas mayores que recurren a actividades culturales que hacen parte de sus tradiciones familiares o comunitarias. Sin embargo, este tipo de actividades culturales pueden estarse viendo afectadas en su falta de práctica, puesto a que se están perdiendo en el desconocimiento.

De esta forma, surge la necesidad de conservar los saberes ancestrales propios de la persona mayor, como lo menciona el Presidente de Ganco:

En la vereda la población es mayoritariamente longeva; y no se conservan escritos acerca de sus conocimientos, con el tiempo estas personas mayores están falleciendo y todos estos saberes propios ancestrales se están perdiendo, es este el motivo por el cual necesitamos reconocer a la persona mayor y escucharla. (Subachoque, C., Comunicación personal, 22 de enero de 2023).

Por su parte, el Párroco José Saúl manifiesta su preocupación ante los actores sociales pertenecientes a la comunidad en temas relacionados al duelo, dado a que desde su experiencia

en la Pastoral familiar identifica cómo las personas que sufren algún tipo de pérdida, específicamente las personas mayores tienen distintas formas de afrontar esta situación, en las cuales algunas están repercutiendo en su bienestar tanto físico como emocional. Partiendo de este planteamiento, el párroco tiene un gran interés en poder contribuir a la comunidad en una cartilla de afrontamiento a las pérdidas, desde acciones que se pueden llevar a cabo en su propio contexto social y cultural.

Por tanto, cabe mencionar que este proyecto investigativo toma la orientación metodológica de las autoras Elsy Bonilla y Penélope Rodríguez, dado a que desde esta metodología es posible conocer el fenómeno social a profundidad y plantear una respuesta desde el análisis de la subjetividad de los actores sociales que evidencian esta realidad.

De acuerdo con la situación descrita con anterioridad, se plantea la siguiente pregunta de investigación:

1.2.2 Pregunta de Investigación

¿Cómo las prácticas culturales de la persona mayor perteneciente a la vereda Ganco del Municipio de Ubaque, influyen en la forma de afrontar sus pérdidas familiares?

1.2.3 Justificación

Los rasgos culturales de una comunidad son indispensables, ya que estos le otorgan una identidad propia, sin embargo, a través del tiempo se presentan diversos cambios culturales dado a los avances sociales, tecnológicos, económicos, políticos y medio ambientales que suceden en los territorios, los cuales obligan a los saberes y costumbres ancestrales transformarse de manera que armonicen con las prácticas sociales de la actualidad y de la misma forma contribuyan al desarrollo social.

Estos cambios en la sociedad pueden contribuir en el bienestar colectivo, como también pueden repercutir en otros aspectos importantes para los actores sociales como es el caso de las tradiciones culturales, teniendo en cuenta que estas parten de actividades propias de un grupo social específico.

Al momento en el que este grupo, busca acoplarse a los cambios que demanda la sociedad pueden verse comprometidas sus prácticas culturales, desembocando en el desconocimiento sobre las tradiciones culturales de una comunidad o territorio, o en mejores palabras como lo señala la autora Mojomboy, “El desconocimiento de la simbología ancestral” (2019. p.7), ya que una gran parte de las sociedades en la actualidad le restan importancia a todos los procesos culturales que hoy son historia, pero fueron un gran aporte en la construcción de la actualidad.

Teniendo presente la situación expuesta con anterioridad, en aras de la construcción colectiva que pretenden el párroco José Saúl Cano Soler, el representante de la Junta de Acción Comunal de la vereda Ganco ubicada en el municipio de Ubaque, Cundinamarca y las trabajadoras sociales en formación, pertenecientes a la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca mediante el reconocimiento de la problemática en el territorio, se plantea el presente proyecto investigativo.

Este proyecto tiene como propósito central la recolección de información a través del diálogo directo con los actores sociales; esto permite analizar y documentar datos cruciales para la consolidación de futuros proyectos de intervención. La meta es que, a través de la Pastoral Familiar de la parroquia de Ubaque, se pueda contribuir significativamente a la comunidad en el difícil proceso de afrontar pérdidas, ya sea por abandono o fallecimiento de un ser querido, mediante la integración y aprovechamiento de sus prácticas culturales.

Por otra parte, el proyecto tiene una fuerte intencionalidad en plasmar una huella que permita seguir un camino donde el Trabajo Social no se desligue de los procesos que se construyen a partir de los rasgos propios de las comunidades para responder a los diversos fenómenos sociales que se presentan y seguirán presentándose en mayor magnitud y diversidad.

Por tanto, es indispensable adoptar una mirada integral a las diversas situaciones que se presentan en la sociedad partiendo del hecho de que esta es dinámica y cambiante y los sujetos no deben verse afectados por la incapacidad de incorporar saberes propios de la comunidad.

1.2.4 Objetivos

1.2.4.1 Objetivo General

Reconocer cómo las prácticas culturales de la persona mayor perteneciente a la vereda Ganco del Municipio de Ubaque influyen en la forma de afrontar sus pérdidas familiares, para contribuir en los procesos de la Pastoral familiar de la parroquia N.S.B durante el año 2023.

1.2.4.2 Objetivos Específicos

1. Identificar las prácticas culturales que se contemplan en el manejo de las pérdidas familiares desde las narrativas de las personas mayores, pertenecientes a la vereda Ganco del Municipio de Ubaque.
2. Conocer las percepciones de las personas mayores sobre el abandono y fallecimiento de familiares, a partir de sus propias experiencias.
3. Aportar a los procesos de la Pastoral Familiar de la parroquia Nuestra Señora de Belén mediante el diseño de una cartilla enfocada a brindar herramientas para el afrontamiento de pérdidas familiares en persona mayor.

2 Diseño Metodológico

El diseño metodológico dentro del ejercicio de la investigación es una fase de gran importancia, dado que permite orientar de qué manera se desarrolla el estudio, contemplando una línea metodológica de autores, paradigmas, enfoque, técnicas e instrumentos para la recolección de información que finalmente aporta en los resultados del proceso.

De esta manera, Elssy Bonilla y Penélope Rodríguez en su obra , “Más allá del dilema de los métodos” (1997), señalan la importancia de empezar la investigación definiendo la naturaleza del fenómeno para así mismo utilizar las herramientas metodológicas aptas para comprenderlo y estudiarlo, si esta formulación no se realiza de manera adecuada al momento de implementar las técnicas de recolección de información o analizar esta misma se presentarán complejidades dado a que no está articulando con el tema que se pretende abordar desde un inicio.

Por tanto, en esta etapa las autoras indican que es de suma importancia para el investigador “hacer una estrategia preliminar que permita la exploración del terreno y que instrumentos de recolección son pertinentes, así mismo como detectar los principales parámetros que estructuran el problema”. Bonilla. E. y Rodríguez, P. (1997. p.77).

En el presente proyecto, se retoma el proceso de investigación cualitativa que plantean las autoras Elssy Bonilla y Penélope Rodríguez, quienes expresan qué:

Las realidades sociales tienen dos formas de ser estudiadas en el discurso de las ciencias sociales, una constituye a métodos cuantificables que implican medir los fenómenos sociales con resultados exactos, mientras la cualificación busca conocer las realidades sociales, en la comprensión de la naturaleza de los fenómenos que se presentan desde una perspectiva flexible y que involucra la subjetividad de los actores sociales inmersos en el mismo. (P.1997).

2.1 Paradigma y enfoque

De acuerdo con la línea metodológica enfocada en la investigación cualitativa que tiene como principal característica “el interés por captar la realidad social a través de los ojos de la gente que está siendo estudiada”. (Bonilla y Rodríguez. 1997. p.83) se toma como paradigma para este proceso investigativo, el paradigma Comprensivo interpretativo desde el autor Husserl, E. s.f. Citado por García, E., et al. quien menciona que este paradigma “comprende la realidad como dinámica y diversa al significado de las acciones humanas, la práctica social, a la comprensión y significación, el cual busca la profundización del conocimiento y comprensión del porqué de una realidad”. (2013.)

Así mismo, desde los antecedentes históricos de este paradigma se encuentra la fenomenología, la cual, según Husserl citado por García, E., et al. :

“Nos permite distinguir cómo son las cosas a partir de cómo nosotros pensamos que son en realidad, a este autor no le interesa la interacción física de las personas, si no el cómo se comprenden recíprocamente sus conciencias, como se establece el significado y la comprensión en el interior de las personas”. (2013.)

La relación que se establece con el enfoque epistemológico seleccionado para esta investigación que corresponde a la fenomenología, parte desde la intención de comprender la realidad desde los significados que cada actor social le otorga partiendo de sus propias vivencias, de esta manera se retoma el enfoque fenomenológico desde los autores Aguirre y Jaramillo, quienes contemplan la fenomenología desde “ la esfera de conciencia del sujeto y esta tiene como meta la descripción de la corriente de vivencias que se dan en la conciencia” (2012. p.55), así mismo también abarcan la idea de que, “las evidencias descritas no son de dominio exclusivo del sujeto, sino que son comunicables a las otras personas y estas a su vez pueden compartir las suyas” Aguirre, J. y Jaramillo, E. (2012. p.56).

Por tanto, desde esta conceptualización se logra evidenciar como la fenomenología permite identificar las subjetividades que se dialogan entre distintos actores sociales y la amplitud que puede tener al establecer un método que permita al sujeto abarcar sus vivencias de una forma abierta y flexible para la comprensión de la misma y de un fenómeno, como expresa Husserl, (1992, citado por Soto y Vargas. 2017, p. 45). “El fenómeno se constituye a través de la percepción directa o intuición clara de la conciencia”.

De este modo, el paradigma fenomenológico es un enfoque en la filosofía y en la investigación cualitativa que se centra en la experiencia subjetiva y en la interpretación de los fenómenos tal como se presentan a la conciencia como se ha presentado, esta perspectiva tiene varias implicaciones para leer y entender el contexto de las personas mayores en Ganco de acuerdo a las pérdidas familiares.

Centrándose inicialmente en el enfoque en la experiencia subjetiva: aquí la fenomenología pone énfasis en cómo las personas experimentan y perciben el mundo. Esto significa que para entender el contexto, se deben considerar las percepciones, sentimientos y significados que los individuos atribuyen a sus experiencias, en el caso de las personas mayores está justamente vinculado a cómo ellos perciben el entorno de Ganco, su relación con la comunidad, entre otros.

Por otra parte se da la descripción en lugar de explicación, es decir que en lugar de buscar causas o explicaciones objetivas, la fenomenología se centra en describir las experiencias tal como se viven, esto ligado a las personas mayores de acuerdo a como viven sus pérdidas, teniendo en cuenta que esto es un proceso individual e implica una atención detallada a cómo se manifiestan los fenómenos en la conciencia de cada uno de los individuos, por lo tanto es necesario no plantearse juicios inicialmente y evitar las suposiciones

Finalmente la fenomenología sostiene que la conciencia siempre está dirigida hacia algo (intencionalidad). Así, que para leer el contexto, se debe considerar hacia qué están dirigidas las experiencias y percepciones de las personas mayores.

2.2 Etapas de la investigación

Dando continuidad a la línea metodológica seleccionada para este estudio, las autoras Elssy Bonilla y Penélope Rodríguez (1995), plantean un proceso en el método cualitativo, el cual se desarrolla de manera cíclica y presenta en las siguientes etapas:

2.2.1 La definición de la situación a investigar

En esta etapa inicial, se lleva a cabo una revisión exhaustiva de la literatura existente relacionada con las prácticas culturales de las personas mayores y cómo enfrentan las pérdidas familiares en diversas culturas y contextos, permitiendo de esa manera abastecer la fundamentación conceptual, al igual que examinar las prácticas culturales de las personas mayores residentes en el municipio de Ganco y cómo estas prácticas influyen en su respuesta y manejo de las pérdidas familiares ya sea por muerte o abandono.

Por otra parte, en la vereda Ganco, las personas mayores se enfrentan a pérdidas familiares significativas, ya sea por la muerte de seres queridos o el abandono de familiares, estas pérdidas plantean desafíos emocionales y sociales únicos para esta población en particular. El problema central de esta investigación, radica en entender cómo las prácticas culturales arraigadas en la comunidad de personas mayores de Ganco influyen en sus formas de afrontamiento para responder estas pérdidas familiares, con el objetivo de reconocer cómo las prácticas culturales de la persona mayor perteneciente a la vereda Ganco del Municipio de

Ubaque infieren en la forma de afrontar sus pérdidas familiares, para contribuir en los procesos de la Pastoral familiar de la parroquia N.S.B durante el año 2023.

Es por esto que en el transcurso de la investigación y en la búsqueda conceptual, se plantean distintos interrogantes ¿Cuáles son las prácticas culturales predominantes en el municipio de Ganco relacionadas con la muerte y el abandono, y cómo son transmitidas a la población de persona mayor?, ¿Cómo experimentan y procesan las personas mayores de Ganco las pérdidas familiares, tanto en términos emocionales como en su vida cotidiana, a la luz de estas prácticas culturales?.

De esta manera, se formula la pregunta de investigación: ¿Cómo las prácticas culturales de las personas mayores de la vereda Ganco del municipio de Ubaque influyen en la forma de afrontar sus pérdidas familiares?, este enfoque tiene como objetivo proporcionar una visión más profunda de cómo las prácticas culturales locales impactan el afrontamiento de las pérdidas familiares en esta población. A su vez, esto puede contribuir al desarrollo de estrategias de apoyo y cuidado específicas para la comunidad.

Por otra parte, antes de iniciar el trabajo de campo se reafirma los objetivos de la investigación, seguido de la selección de la muestra, entre la población a quien se pretende aplicar el instrumento, en el caso de la presente investigación se debe contar con un mínimo de diez personas, que estén dispuestas a participar en este proceso, una vez teniendo esto fijo se pasa a la elaboración de una guía de entrevista fenomenológica que incluya preguntas abiertas y flexibles, diseñadas para explorar las experiencias, creencias y prácticas culturales de las personas mayores en relación con las pérdidas familiares .

Lo que se busca con este instrumento, es que las preguntas deben fomentar una narración en profundidad, en esta etapa también se planificó la logística de las entrevistas, incluyendo la

ubicación, el horario y las fechas convenientes para los participantes, realizando una vinculación directa con el presidente de la junta de acción comunal de la vereda Ganco, Cristian Suenchoque.

2.2.2 Trabajo de campo

El trabajo de campo abarcó el periodo temporal de dos meses, donde se llevó a cabo la recolección y organización de los datos, con un enfoque centrado en la interacción directa y cercana con la población objeto de estudio. Gracias al apoyo del presidente de la junta de acción comunal, se estableció un proceso meticuloso de entrevistas fenomenológicas con diez personas mayores seleccionadas quienes cumplían con los requisitos necesarios de selección en el proceso de muestra.

En este punto es indispensable mencionar que las entrevistas se realizaron de manera individual y personalizada, con el objetivo de profundizar en la experiencia y percepción lo que permitió que cada sesión se caracterizará por un ambiente de confianza y respeto mutuo, donde se abordaron las preguntas planteadas en la guía con el propósito de obtener respuestas significativas y detalladas que contribuyeron al análisis y comprensión del fenómeno estudiado al cual se le quiere dar respuesta mediante la presente investigación.

2.2.3 La identificación de patrones culturales en la que se organiza la situación y comprende de tres fases:

- **El análisis:**

Durante el análisis de la información, se examinaron minuciosamente los datos recopilados, identificando tendencias y patrones emergentes. Esto parte de un análisis individual de cada entrevista donde se tuvo en cuenta puntos claves cómo: prácticas culturales y religiosas, cambios en las costumbres, creencias espirituales, rutinas diarias, experiencias de pérdidas, apoyo en tiempo de duelo y consejos para enfrentar la pérdida. Seguido de esto se hizo un análisis

conjunto donde se destacó experiencias, creencias comunes y puntos en los que difieren las personas mayores habitantes de Ganco, para finalmente hacer un análisis conjunto donde se retomaban las categorías de prácticas culturales y pérdidas familiares en relación con todas las experiencias de las personas mayores.

- **La Interpretación:**

A partir de toda la información que se obtiene de las entrevistas, se procede a realizar su debida clasificación dentro de la fase de análisis, donde se profundiza en la comprensión del significado detrás de estos patrones. A partir de esta, se hace revisión de cómo cada narrativa responde a una pregunta específica en la entrevista, así mismo se establece la relación con el proceso de investigación. Es preciso mencionar que en esta fase se tuvo en consideración el contexto cultural y las experiencias individuales de los participantes en el estudio.

- **La conceptualización inductiva**

Tras la interpretación de los conceptos que se encuentran en las categorías deductivas, surge la elaboración de un cuadro con categorías inductivas. En este, se genera una serie de subcategorías que reflejan los hallazgos de las entrevistas realizadas de manera holística y significativa, permitiendo una comprensión más profunda y enriquecedora de la percepción que tienen las personas mayores sobre las prácticas culturales y las pérdidas familiares estudiadas.

2.3 Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

Dando continuidad al abordaje metodológico, en este apartado se habla de una etapa específica en el proceso de investigación que corresponde a selección de técnicas e instrumentos para la recolección de datos, que posteriormente dan lugar a los resultados de la investigación.

En esta etapa, es de suma importancia comprender la forma en la que se lleva cabo la investigación, por ende, la autora Martínez indica, que la técnica en investigación es " la manera de recorrer el camino que se delinea en el método; son las estrategias empleadas para recabar la información requerida y así construir el conocimiento de lo que se investiga". (2013.p.2).

Ahora bien, como se ha hablado a lo largo de este documento, esta investigación se caracteriza por ser cualitativa y de enfoque fenomenológico, esto quiere decir que toma gran relevancia la subjetividad de los individuos inmersos en el estudio, ya que partir de sus vivencias se tomarán los resultados de la investigación, por tanto, se toma como técnica de recolección de información la entrevista fenomenológica que se realiza a personas mayores pertenecientes a la vereda Ganco, que hayan sufrido alguna pérdida familiar, ya sea por abandono o fallecimiento, y como instrumento de esta técnica, las trabajadoras sociales en formación a cargo elaboran una guía de preguntas con base a las categorías teóricas descritas en los apartados anteriores de este documento.

En el siguiente cuadro se puede apreciar la definición de la técnica e instrumento seleccionados para la recolección de datos de la investigación.

Tabla 2.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Técnica	Descripción	Instrumento	Descripción
Entrevista fenomenológica	“La entrevista fenomenológica se puede definir como un encuentro	Guión de entrevista	En este sentido, Pierre N. (2022), indica, "El guión de entrevista se usa en las

entre dos personas (entrevistador-entrevistado), un diálogo que permite a través del lenguaje aprender un fenómeno. Fuera de prejuicios, preconceptos, juicios de valor, categorizaciones o clasificaciones, la entrevista fenomenológica es por demás un método y una técnica a la vez.

La peculiaridad de la entrevista fenomenológica es sin duda que es un diálogo abierto entre dos personas, el entrevistador es el propio instrumento que está dispuesto a escuchar, captar y convivir con el fenómeno. Ese fenómeno será transmitido a través de los discursos de las personas. Esos discursos son rescatados por la misma persona respecto a una vivencia que ha sido experimentada por ella en un momento de su vida o bien en el presente y que ha codificado almacenando la en su conciencia, es decir, le ha dado significación”.

Guerrero, R., Ojeda, G. y Oliva, T. (2017).

De acuerdo a esta definición, se toma esta técnica para el desarrollo de la investigación dado a que es flexible y tiene como finalidad identificar datos relevantes mediante un diálogo abierto. Este permite tener una comprensión más amplia del tema a tratar y aporta en gran medida a la

entrevistas cualitativas para estructurar la discusión y ayuda a determinar un flujo «lógico» para tratar los temas. Recomendamos estructurar las preguntas según el principio del embudo: empieza con los temas más generales y «sencillos» para el participante y pasa de manera gradual a temas más específicos que requieren más reflexión”.

Teniendo claro este concepto, es importante mencionar que este instrumento se elabora como una herramienta que orienta la entrevista fenomenológica, permitiendo abordar los temas necesarios para la recolección de datos de la investigación. Sin embargo, esta herramienta no se realiza de forma estructural, por lo cual permite tener un diálogo de saberes con los actores sociales.

investigación, teniendo una base de conocimiento amplia desde las vivencias de los actores sociales inmersos en el estudio.

Nota. Entrevista fenomenológica y guión de entrevista. Fuente: Elaboración propia según Guerrero, Ojeda, Oliva, (2017) y Pierre (2022).

2.4 Muestra

Este punto, corresponde a la descripción de los sujetos de estudio que fueron seleccionados para la aplicación de técnicas e instrumentos de recolección de datos, de esta forma es importante tener cuenta a la población en términos “demográficos, socioeconómicos y culturales, como también la edad, el sexo, la educación, la estratificación, ocupaciones, distintos grupos étnicos, etc.,” Bonilla, E. y Rodríguez, P. (1997. p,104).

Por tanto, según las descripciones poblacionales de Cristian Suenchoque , Ganco es una de las veintiún veredas del Municipio de Ubaque y presenta un alto grado de vulnerabilidad social. La mayoría de sus habitantes son hombres y mujeres de sesenta años o más, quienes, debido a diversas condiciones físicas, económicas, psicológicas, emocionales y sociales, no están en capacidad de laborar. Esta situación dificulta su calidad de vida, ya que muchos dependen de los subsidios de la alcaldía para satisfacer sus necesidades básicas. Además, el poco trabajo que pueden realizar en el área de cultivos y siembras, así como la venta de frutas y verduras en el pueblo, es insuficiente. En su defecto, dependen del apoyo de sus familias. (Comunicación personal, 2023).

De esta forma, Cristian Subachoque, quien es el presidente de la Junta de Acción Comunal de la vereda Ganco, relata que muchas de las personas mayores que habitan la vereda son descendientes de la comunidad indígena Muisca y otra parte pertenece a habitantes de otras regiones que llegaron a este Municipio por situación de desplazamiento forzado.

Para esta etapa investigativa, se retoma la aproximación que las autoras Bonilla y Rodríguez (1995) hacen acerca de la selección de la muestra, en lo cual señalan que es importante caracterizar a la población escogida para la aplicación de los instrumentos que permiten la recolección de datos, donde el rol de las investigadoras a cargo en este proceso investigativo consta en escoger los parámetros de caracterización más representativos y pertinentes de manera que permita obtener la información necesaria.

Teniendo en cuenta este punto, para el siguiente apartado se toman los siguientes criterios para seleccionar a la población participe de este estudio, siendo un total de diez personas mayores seleccionadas utilizando un enfoque mixto que combina la selección aleatoria y estratégica, debido a que se identifican posibles participantes a través de los diálogos con el presidente de la junta de acción comunal de la vereda Ganco, Cristian Suenchoque.

Por otra parte, cumplen con los criterios de selección que corresponden a: edad, la cual determina si son personas mayores, lugar de origen y tiempo de habitabilidad en la vereda, lo cual permite verificar si actualmente las personas pertenecen a la vereda y sus años habitando esta. También se tiene en cuenta si han sufrido algún tipo de pérdida familiar ya sea por motivo de fallecimiento o abandono y por último se toma el género al que pertenece la persona, para simplificar esta información la siguiente tabla permite visualizar gráficamente lo expuesto anteriormente.

Tabla 3.
Cuadro de actores.

# Acto r	Nombre	Código	Edad (años)	Lugar de origen	Tiempo de habitabilidad en la vereda	Tipo de pérdida		Género	
						Muerte	Abandono	M	F
1	Rosalba Gómez	R G	68	Villavicencio	64 años	x			X

2	Agustin Sterlig	A S	72	Ubaque (Ganco)	72 años	x	x
3	María Umaña	A U	68	Ubaque (Rio negro)	42 años	x	X
4	Victor Jesús Torres	V T	74	Ubaque (Ganco)	74 años	x	x
5	Ana Graciela Torres	A T	70	Cáqueza	34 años	x	X
6	María Inés Lavado	M L	75	Ubaque (Ganco)	75 años	x	X
7	José Ernesto Días	J D	81	Ubaque (Romero Bajo)	61 años	x	x
8	Luis Jaime Vigoya Herrera	L V	67	Ubaque (Ganco)	67 años	x	x
9	María Elvira Moreno	M M	82	Ubaque (Santa Ana)	63 años	x	X
10	María del Transito Cantor	M C	82	Ubaque (Ganco)	82 años	x	X

Nota. Listado de las personas mayores que accedieron a participar en el estudio.

Fuente: Elaboración propia según Junta de Acción Comunal de Ganco (2024).

Finalmente, se resalta la importancia de la redacción de un consentimiento informado, es por esto que antes de incluir a los participantes en la investigación, se les proporcionará información detallada sobre el propósito de la investigación, haciendo la aclaración de que solo aquellos que otorguen su consentimiento informado participarán en las entrevistas y el producto de estas será

únicamente para fines académicos que se puede observar el anexo E. *Consentimiento informado de la entrevista*.

3. Trabajo de Campo

Esta fase final, corresponde a la recolección y organización de los datos obtenidos a partir del desarrollo de las técnicas estructuradas, finalmente se da la identificación de patrones culturales, los cuales deben comprender tres fases fundamentales: el análisis, la interpretación y la conceptualización inductiva (Bonilla, 2005).

3.1 Recolección de información

A partir de Bonilla. E (2005), el proceso de organización consiste en “*documentar, archivar, chequear y limpiar desde el mismo momento en que este es registrado*” (p.141). Por ende, en un primer momento se realizó los antecedentes, el estado del arte y la fundamentación conceptual, a partir de la clasificación de la información de interés donde se retoman los aportes de distintos autores que desde sus conocimientos le dan forma a los términos claves que se seleccionaron en este estudio para desarrollar las categorías a nivel investigativo. Posteriormente, se acordaron las técnicas e instrumentos de recolección de datos, siendo finalmente la aplicación de la entrevista semiestructurada fenomenológica.

A continuación, en la tabla 4, se presenta el cronograma de aplicación de técnicas y recolección de información definidos en la investigación; La transcripción de las entrevistas desarrolladas a las personas mayores pertenecientes a la vereda Ganco se encuentran en anexo F, finalmente el formato de consentimiento informado para realización de las entrevistas, se encuentran en el anexo E.

Tabla 4.*Cronograma aplicación de técnica para la recolección de información*

Cronograma de aplicación de entrevista semiestructurada fenomenológica					
Fecha	Actores	Elementos	Instrumentos	Objetivo de la entrevista	Responsables
3 de noviembre de 2023	Rosalba Gómez	-Agenda de apuntes. -Esfero. -Consentimiento de grabación.	- Guión de entrevista.	La recolección de datos que parte de los relatos de los mismos actores	Laura Valentina Bravo y Angie Valentina Gonzalez
3 de noviembre de 2023	Agustin Sterlig	-Teléfono celular como dispositivo de grabación	- Guión de entrevista. - Guión de entrevista.		Laura Valentina Bravo y Angie Valentina Gonzalez
22 de noviembre del 2023	María Umaña		- Guión de entrevista.		Laura Valentina Bravo y Angie Valentina Gonzalez
22 de noviembre del 2023	Victor Jesús Torres		- Guión de entrevista.		Laura Valentina Bravo y Angie Valentina Gonzalez
22 de noviembre del 2023	Ana Graciela Torres		- Guión de entrevista.		Laura Valentina Bravo y Angie Valentina Gonzalez

23 de noviembre del 2023	María Inés Lavado	- Guión de entrevista.	Laura Valentina Bravo y Angie Valentina Gonzalez
23 de noviembre del 2023	José Ernesto Días	- Guión de entrevista.	Laura Valentina Bravo y Angie Valentina Gonzalez
24 de noviembre del 2023	Luis Jaime Vigoya Herrera	- Guión de entrevista.	Laura Valentina Bravo y Angie Valentina Gonzalez
2 de diciembre de 2023	María Elvira Moreno	- Guión de entrevista.	Laura Valentina Bravo y Angie Valentina Gonzalez
2 de diciembre de 2023	María del Transito Cantor	- Guión de entrevista.	Laura Valentina Bravo y Angie Valentina Gonzalez

Fuente. Elaboración propia. (2024).

3.2 Organización de la información

El proceso de organización se desarrolla en tres fases:

1. Recolección de información mediante la técnica e instrumentos, siendo esta la entrevista semiestructurada fenomenológica.
2. Transcripción de entrevistas

3. Matrices de categorización propuesta por Elsy Bonilla y análisis de la información, entre las matrices se encuentran dos:

- la primera denominada: Matriz de categorización general, fuentes de información por el cuadro de categorías y subcategorías deductivas Tabla 5, (se encuentra el Anexo F, (Entrevistas))
- la segunda denominada: Matriz de Categorización deductiva inductiva que se encuentra a continuación en la Tabla 6.

En la siguiente tabla se presenta el cuadro de categorías y subcategorías deductivas:

Tabla 5.

Cuadro de categorías y subcategorías deductivas.

Categoría	Subcategoría	Subcategoría 2	Subcategoría 3
Prácticas Culturales	Cultura	Tejido	Constructo Social
		Costumbres	
		Ideología	Pensamientos y comportamientos.
		Creencias	
		Prácticas	

		Cotidianidad	Cómo comemos, cómo nos lavamos, cómo nos saludamos, cómo mostramos respeto, cómo organizamos nuestro entorno.
	Actividades y rituales	Tradiciones de una comunidad	Conjunto de sujetos (sentido y significado)
	Interpretación propia del mundo	Modos de conductas diferente al mundo que los rodea	Interpretarla, crearla y transformarla.
	Identidad	Hábitos	Hábitos transformados
Perdidas Familiares	Pérdida	Creencias e interpretaciones	cada persona reacciona de diferente forma ante el conocimiento de una pérdida significativa
		Tipo de pérdida	Pérdida relacional (Muerte – Abandono)
		Procesos de duelo	Los sujetos no contemplan de la misma manera los procesos de duelo

Muerte	Cambios	Propios	—
		Pueden manifestarse en síntomas diversos	—
			—
Abandono	Intencionado	Negligencia Familiar	—
		Omisión de atenciones	—
	No intencionado	Malas condiciones económicas	—
		Nulas capacidades de cuidado	—
		Descuido de atenciones	—

Nota. Categorización de significados que se desprenden de la revisión teórica y bibliográfica. La segunda denominada: Matriz de Categorización deductiva e inductiva que se encuentra en la siguiente tabla.

De acuerdo con la categorización que se realiza teniendo el abastecimiento bibliográfico se procede a hacer su respectiva relación con los fragmentos narrativos que se obtienen de las interpretaciones de los sujetos en un enfoque fenomenológico que permite ampliar la información desde las vivencias propias, lo mencionado con anterioridad se encuentra organizado en las siguientes tres figuras (4,5,6).

Figura 4.

Matriz de análisis de categorías deductivas e inductivas 1.

Categorías deductivas	Categorías inductivas	Sub categorías inductivas	Pregunta orientadora	Fragmento de similitud
Prácticas culturales	Tradiciones que tejen la vida cotidiana	Vínculos comunitarios a través de la celebración y el folclore	(1) ¿Qué actividades o eventos culturales reconoce que son importantes para la comunidad de Ganco?	“Festivales folclóricos, celebrar las fiestas patronales... veladitas comunitarias” (Moreno, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)
		Celebraciones que mantienen las costumbres familiares.	(2) ¿Cómo suele celebrar eventos importantes de su cultura? ej. bodas, nacimientos, logros.	“Celebraciones pequeñas en familia” (Sterling A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)
		Roles de Género y Rutinas Diarias	(5) ¿Cuál es su rutina diaria?	“Yo me levanto, me hago el aseo, me hago mi desayuno, ya no aguanto por allá ir a trabajar, en la noche un cafecito, rezar y a dormir para el otro día lo mismo”. (Um aña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)
		Apoyo, solidaridad y acompañamiento.	(8) ¿Qué actividades se acostumbra realizar ante el fallecimiento de una persona de la vereda?	“Esa noche se trasnocha la gente, viene y cada persona ofrece su rosario y lo acompañan a uno”. (Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)
	Semillas de sabiduría en el camino de las tradiciones	Transformaciones sociales a lo largo del tiempo	(3) ¿Cómo han cambiado sus costumbres a lo largo de los años?	“Eventos y celebraciones en comunidad y respeto por las prácticas religiosas” (Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)
		Valor por las tradiciones y la unión comunitaria.	(6) ¿Qué le gustaría que sus nietos o los jóvenes de la vereda supieran?	“Les diría que no dejen que se pierdan nuestras raíces... Juntos somos más fuertes”. (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)
	Raíces divinas: fe, tierra y conexión sagrada	Catolicismo y relación con la naturaleza.	(4) ¿Qué creencias espirituales son significativas para usted?	“La fe en Dios, y me hacía ir a la iglesia del pueblo... rezos antes de sembrar para que sean abunda cosechas”. (Vigoya, L., Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023)

Nota. Categorización de significados de las prácticas culturales que surgen a partir de las narrativas de las personas mayores participantes en el estudio. Fuente: Elaboración propia (2024).

Figura 5.

Matriz de análisis de categorías deductivas e inductivas 2.

Perdidas familiares		Pérdidas por fallecimiento o abandono.	(9) ¿De qué pérdidas familiares se acuerda?	“Uno siente más la pérdida de la mamá”. (Umaña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)
	Luz en la oscuridad: Hallando Significado Para salir Adelante	Vínculos familiares.	(10) ¿Qué relación mantenía con la persona que perdió?	“Mi hijo que se fue pa' la ciudad y nunca volvió”. (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)
		Vacío emocional y una sensación de pérdida tras abandono.	(13) ¿Qué ha pasado con esa persona, usted ha vuelto a saber de ella?	“Mis hijos”. “Experimenté alegría y alivio al saber que están bien”. (Vigoya, L., Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023)
	Una presencia amiga hace más que mil palabras	Fortaleza comunitaria.	(7) ¿Cómo se ha sentido a lo largo de todos estos años compartiendo acá en la comunidad?	“Me he sentido agradecido por haber sido parte de esta comunidad durante tanto tiempo, aquí he construido relaciones duraderas con amigos, vecinos”. (Vigoya, L., Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023)
		Acompañamiento en el duelo.	(19) ¿Cómo le hubiera gustado que las personas del municipio le hubieran apoyado en su pérdida?	“Yo no tengo que quejarme acá en la comunidad porque todos le colaboran a uno”. (Umaña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)
	Consuelo y sabiduría tras el recuerdo de una pérdida	Enfrentado a la ausencia, desafíos emocionales.	(11) ¿Qué sentimientos le ha causado la ausencia de su familiar?	“Genera una mezcla de emociones, aceptar la decisión de partir ... cuando la vi sentí deseo de saber cómo ha sido su vida”. (Díaz, J., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)
		Diferentes formas de recordar.	(15) ¿Tiene alguna forma especial de recordar a la persona que perdió?	“La forma especial era el... el cariño y el trato que le daba los hijitos”. (Gómez R., Comunicación personal, Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)

Nota. Categorización de significados de las pérdidas familiares que surgen a partir de las narrativas de las personas mayores participantes en el estudio. Fuente: Elaboración propia (2024).

Figura 6.

Matriz de análisis de categorías deductivas e inductivas 3.

Floreciendo desde la resignación: Un viaje a través del valor y la fortaleza	Formas de evitar una carga emocional.	enfrentan situaciones de pérdida familiar?	
	Impacto emocional del abandono y la incertidumbre.	(14) ¿Qué emociones ha experimentado al no saber de esa persona?	“La ausencia de mi hijo ha dejado un vacío que no se llena fácilmente”. (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)
	Cambios en el bienestar ante la ausencia.	(12) ¿Qué cambió en su apetito, sueño o energía desde la pérdida?	“La tristeza ha estado presente y, a veces, me ha costado hasta comer, el sueño también se ha vuelto más intranquilo”. (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)
	Mecanismos para el afrontamiento de la pérdida.	(16) ¿Cómo hizo para hacer llevadera su pérdida?	“Me centre en el trabajo en la tierra, así cómo me acerque a los vecinos, compartir y hablar con todos ellos me ha ayudado, también Dios me ha ayudado con mucha resignación y fortaleza”. (Vigoya, L., Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023)
	Peticiones espirituales para afrontar la pérdida.	(17) En caso de que responda que con ayuda de Dios o vinculándose a la iglesia se le pregunta ¿Cómo le ayudó Diosito en ese proceso?	“A uno le toca resignarse, pedirle a Dios que le de resignación porque qué más, “Tener resignación para uno poder olvidar un poco”. (Umaña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)
	Prácticas espirituales y cotidianas como fuentes de consuelo ante la pérdida.	(18) ¿Qué actividades o cuáles son los pasatiempos que le dieron consuelo durante este proceso de pérdida?	“labores del campo, la compañía de la comunidad y estar en la naturaleza”. (Moreno, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)

Nota. Categorización de significados de las pérdidas familiares que surgen a partir de las narrativas de las personas mayores participantes en el estudio. Fuente: Elaboración propia (2024).

3. Hallazgos- Identificación de patrones culturales

De acuerdo con Bonilla, E (1997) a partir de la codificación y la categorización de la información obtenida después de la revisión documental y la implementación de las técnicas de recolección es fundamental extraer los datos más relevantes.

Luego de ser recolectada la información por medio las entrevistas fenomenológicas, surgen una agrupación de categorías deductivas, inductivas y subcategorías (ver Tabla 5 y figuras 4,5,6), las cuales aparecen a partir de las respuestas que nos dieron las personas mayores tras la entrevista en el Municipio de Ganco. Por medio de estas categorías, se identifican y presentan dos (2) taxonomías, una por cada categoría teórica, con el fin de analizar la relación de estas con el problema de investigación. Las taxonomías son entendidas por Bonilla, E. y Rodríguez, P. (1997) cómo `clasificaciones más detalladas de la información contenida en las subcategorías. Sirven para visualizar los datos y para comenzar a detectar relaciones entre ellos” (p. 146).

En su mayoría las siguientes categorías inductivas fueron tituladas con fragmentos de las narrativas que proporcionaron las personas mayores desde sus sentires más profundos.

3.1 Prácticas Culturales

Figura 7.

Taxonomía de prácticas culturales



Nota. Clasificación de acuerdo con el análisis de las categorías deductivas e inductivas. Fuente: Elaboración propia (2024).

Geertz (1973) enfatiza en su obra "La interpretación de las culturas" que las prácticas culturales son sistemas simbólicos complejos que las personas utilizan para interpretar y dar significado a sus vidas y experiencias; el autor argumenta que estas prácticas incluyen no solo acciones concretas, sino también símbolos, rituales y significados compartidos que forman la base de la vida social y cultural, destacando cómo las prácticas culturales son esenciales para entender cómo las personas construyen y mantienen su identidad cultural en contextos específicos.

En la vereda de Ganco las personas mayores han sido guardianes incansables de las prácticas agrícolas y del conocimiento transmitido de generación en generación, su vínculo con la tierra y las labores del campo no solo representa un medio de subsistencia, sino también una conexión profunda con la identidad y la historia de la comunidad. A lo largo de los años, estas personas mayores han cultivado no solo la tierra, sino también un sentido de pertenencia arraigado en la tradición y el respeto por la naturaleza; sus manos trabajadoras han labrado los campos y sembrado las semillas que nutren no solo el cuerpo, sino también el alma de la comunidad.

En el trabajo de investigación se toma en cuenta el mundo de las prácticas culturales de las personas mayores de la vereda de Ganco en el municipio de Ubaque, centrándose en su profundo vínculo con la agricultura y el campo como pilares fundamentales de su identidad cultural. A través de este recorrido se espera descubrir la sabiduría y la belleza que emanan de estas tradiciones, arraigadas en las raíces mismas de la comunidad de Ganco.

A continuación, se presentan las categorías emergentes e inductivas que surgen a partir de los datos que se encuentran en las taxonomías según la figura cuatro (7) y la matriz de categorías deductivas e inductivas según las figuras 4, 5 y 6. Estas son: Tradiciones que tejen la vida cotidiana, Semillas de sabiduría en el camino de las tradiciones, Raíces divinas de fe, tierra y conexión sagrada.

4.1.1 Tradiciones que tejen la vida cotidiana

Para aproximarse a la comprensión de “las tradiciones que tejen la vida cotidiana” resulta importante conocer el concepto de tradiciones en este sentido Smith (1992) menciona que las tradiciones son formas culturales y sociales que encarnan el pasado colectivo de una comunidad y proporcionan un sentido de continuidad y pertenencia. En la vida cotidiana, las tradiciones se

manifiestan a través de las pequeñas rutinas diarias y las celebraciones anuales. Según Bourdieu (1979), “las prácticas culturales cotidianas, como la elección de alimentos y las interacciones sociales, reflejan las estructuras sociales y las relaciones de poder subyacente”.

A partir de lo expuesto anteriormente, se reconocen en las entrevistas fenomenológicas las percepciones que tienen las personas mayores en torno a las tradiciones que tejen la vida cotidiana, debido a que estas prácticas están arraigadas en la historia y la cultura de una comunidad, se entrelazan en los tejidos de la vida cotidiana, dando forma a las interacciones sociales, las prácticas diarias y los significados compartidos, cómo lo menciona Hobsbawm y Ranger (1983) :

- Las tradiciones son invenciones del pasado, adaptadas continuamente al presente para satisfacer las necesidades culturales y sociales del momento; de acuerdo a esto, nacen las subcategorías: Vínculos comunitarios a través de la celebración y el folclore, celebraciones que mantienen las costumbres familiares., roles de género y rutinas diarias y apoyo, solidaridad y acompañamiento.

Vínculos comunitarios a través de la celebración y el folclore

En la voz de un grupo de personas mayores, se revela la riqueza y vitalidad de una comunidad que encuentra su identidad y cohesión en la celebración de tradiciones arraigadas y la preservación del folclore, en las entrevistas se logra identificar que para estos miembros de la comunidad, las festividades, celebraciones y prácticas folclóricas no solo son eventos aislados, sino la columna vertebral de sus relaciones sociales y la expresión más vívida de su conexión con el pasado y su visión de futuro.

En esta exploración, destacamos la importancia que las personas mayores atribuyen a la celebración y el folclore como instrumentos fundamentales para fortalecer los lazos comunitarios

y preservar la esencia de su cultura, puesto que la comunidad disfruta participando en una variedad de eventos culturales y religiosos que reflejan sus tradiciones arraigadas, ellos mencionan que les encanta reunirse en festivales folclóricos, bazares y fiestas del retorno organizadas por la Junta de Acción Comunal (JAC) liderada por Cristian Subachoque, debido a que estas les permiten mantener la cohesión social dentro de su comunidad, por su lado, mencionan entusiasmo relacionado con la celebración de las fiestas patronales en honor a la Virgen de Belén y San Roque, así como otras festividades religiosas como el sagrado corazón en junio, el rosario en mayo y la vinculación a la sagrada eucaristía los fines de semana y la oración diaria, debido a que estas les brindan la oportunidad de profundizar su fé.

cómo se menciona en las entrevistas, las fiestas patronales, como la de la Virgen de Belén, son eventos de gran importancia que refuerzan los lazos comunitarios (Sterling, A., comunicación personal, 03 de noviembre de 2023). Estas festividades, junto con otras celebraciones como las fiestas del campesino y los bazares, son momentos en que la comunidad se reúne para celebrar y mantener vivas sus tradiciones (Umaña, M., comunicación personal, 22 de noviembre de 2023). Además, la práctica de velar a los fallecidos en casa con la familia es una tradición que fomenta la solidaridad y el apoyo mutuo en momentos difíciles (Gomez R., comunicación personal, 03 de noviembre de 2023).

Por otra parte, el grupo de personas mayores mencionan que no hay nada que les guste más que participar en eventos familiares como matrimonios, primeras comuniones y bautizos, así como ir juntos a la misa. Para ellos la conexión con la tierra es fundamental, por lo que no es sorprendente que se involucren activamente en ferias agropecuarias y fiestas campesinas para mostrar los frutos de su trabajo y compartir con la comunidad del municipio de Ubaque

Cundinamarca; para ellos estas ferias son momentos importantes, donde no solo exhiben sus productos, sino que también fortalecen lazos entre vecinos.

Además de las festividades y eventos culturales, las personas mayores de la vereda de Ganco encuentran en el folclore una manera de transmitir su historia y valores a las generaciones más jóvenes, a través de la música, la danza y las historias tradicionales, se preservan las raíces de la comunidad y se fortalecen los lazos intergeneracionales. Estas expresiones folclóricas no solo son una forma de entretenimiento, sino también una forma de enseñanza y conexión con la herencia cultural que define su identidad como comunidad.

Celebraciones que mantienen las costumbres familiares.

Al explorar las prácticas culturales arraigadas en una comunidad, se evidencia un interesante contraste entre las festividades comunitarias del pasado y las celebraciones que mantienen las costumbres familiares en la actualidad. Según los relatos de los adultos mayores, las antiguas celebraciones solían ser eventos de gran magnitud, donde toda la comunidad se reunía para compartir momentos de alegría; estas reuniones estaban marcadas por una abundancia de comida y bebida, acompañada de música y baile que se prolonga hasta altas horas de la madrugada y por un prolongado tiempo, sin embargo, con el paso del tiempo, estas tradiciones han ido evolucionando hacia celebraciones más íntimas y centradas en el ámbito familiar, como lo mencionan las personas mayores.

Aunque los cambios han sido evidentes, estas festividades aún conservan su esencia comunitaria como momentos de unión y celebración, manteniendo vivas las costumbres familiares que definen la identidad cultural de la comunidad; es importante señalar que, incluso con estos cambios, aún persiste la práctica de asistir a la eucaristía antes de las celebraciones religiosas, como lo mencionan los participantes en la entrevista semiestructurada

fenomenológica, esta tradición evidencia la continua importancia de la religión en la vida comunitaria.

A pesar de la evolución que se presenta en la vereda hacia celebraciones más íntimas y familiares, la esencia de las festividades sigue siendo la misma: celebrar la unidad familiar y fortalecer los lazos afectivos entre parientes y seres queridos, en estas ocasiones especiales, las personas mayores se reúnen para compartir risas, recuerdos y tradiciones, creando momentos inolvidables que se convierten en parte del tejido emocional de la familia. Además, estas celebraciones son una oportunidad para transmitir valores y enseñanzas a las nuevas generaciones, reafirmando así la importancia de la continuidad cultural y el legado familiar en la vida de la comunidad de la vereda de Ganco.

Las celebraciones familiares, aunque más pequeñas y a menudo limitadas a reuniones íntimas, siguen siendo una parte crucial de la vida cotidiana. Estas reuniones permiten a las familias reforzar sus lazos y compartir momentos significativos. Por ejemplo, la celebración de cumpleaños con un almuerzo y una reunión familiar es una práctica común que subraya la importancia de la unión familiar (Lavado, M., comunicación personal, 23 de noviembre de 2023).

Roles de género y rutinas diarias

Las rutinas diarias y los roles de género juegan un papel crucial en la vida cotidiana de las personas mayores. Las labores del hogar y la atención a la familia y a los trabajadores son tareas habituales para muchas mujeres, reflejando la continuidad de roles tradicionales de género. Como uno de los entrevistados menciona, "ir a misa, rezar el rosario todas las noches... oraciones por la familia" (Torres, G., comunicación personal, 22 de noviembre de 2023). Por otro lado, los hombres a menudo mencionan actividades como trabajar la tierra y luego descansar y

entretenerse con medios electrónicos por la noche. Un participante destaca esta rutina: "Trabajo de la tierra... en horas de la noche coinciden en descansar, hablar y entretenerse con medios electrónicos" (Torres, V., comunicación personal, 22 de noviembre de 2023).

Además, la rutina de levantarse temprano para hacer el aseo, preparar el desayuno y luego descansar es común entre los mayores, demostrando cómo las prácticas diarias están profundamente arraigadas en sus vidas. Una entrevistada expresa: "Yo me levanto, me hago el aseo, me hago mi desayuno, ya no aguanto por allá ir a trabajar" (Umaña, M., comunicación personal, 22 de noviembre de 2023). La práctica de la oración diaria y la misa televisada también refleja cómo las tradiciones religiosas siguen siendo una parte integral de sus rutinas diarias. Sterling comenta: "Levantarme hago oración a veces rezamos Rosario con la esposa, miramos la misa por televisión y después doy una vueltica por el pueblo" (Sterling, A., comunicación personal, 03 de noviembre de 2023).

Al examinar las rutinas diarias de la comunidad, se observa una clara distinción de roles de género que estructuran las actividades cotidianas de sus miembros. Mayoritariamente, los participantes describen cómo comienzan su día con una expresión de gratitud hacia lo divino por el nuevo amanecer, seguido por el ritual de disfrutar una taza de café.

Las mujeres, en su mayoría, asumen el deber de preparar el desayuno, que suele consistir en huevos, pan y café, por otro lado, los hombres se encargan mayoritariamente de las tareas agrícolas, dejando el cuidado del hogar y la cocina en manos de sus esposas; a la hora del almuerzo, los hombres regresan a casa para descansar. Por la noche, la familia se reúne para ver televisión o rezar el rosario antes de retirarse temprano a descansar.

Sin embargo, entre los relatos de las personas mayores, se destacan dos casos que revelan la fatiga acumulada por décadas de trabajo arduo; estas personas describen una rutina más pausada, donde se limitan a levantarse, hacer una oración y sintonizar la misa por televisión antes de dar un paseo por el pueblo, sin embargo, debido a problemas de salud, se ven obligados a restringir sus actividades. “no, ya no aguanto por allá ir a trabajar”.(Umaña, M.,Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)

Este contraste en las rutinas diarias de la comunidad refleja no solo la distribución tradicional de roles de género, sino también las realidades individuales de salud y envejecimiento que influyen en la forma en que las personas mayores experimentan y llevan a cabo sus actividades cotidianas.

Además de la distribución tradicional de roles de género que se encuentra dentro de las particularidades de la vereda, así como las realidades individuales de salud, las rutinas diarias de la comunidad también reflejan la profunda conexión con la naturaleza y la vida rural; para muchos, las actividades agrícolas no son solo una forma de subsistencia, sino una expresión de identidad y arraigo a la tierra, por ende la relación con la naturaleza se manifiesta en cada tarea diaria, desde el cultivo de alimentos hasta el cuidado del ganado; creando un vínculo íntimo entre los miembros de la comunidad y su entorno. Esta conexión con la tierra no solo sustenta sus actividades diarias, sino que también nutre su sentido de pertenencia y arraigo a su lugar de origen.

Apoyo, solidaridad y acompañamiento.

Las respuestas recopiladas revelan una profunda muestra de apoyo, solidaridad y acompañamiento dentro de la comunidad ante la pérdida de un ser querido. Cuando alguien

fallece en la vereda, la comunidad se moviliza rápidamente hacia la casa de los familiares para ofrecer consuelo y asistencia práctica. Este apoyo se manifiesta mediante la entrega de alimentos, proporcionando una ayuda tangible en momentos difíciles. Además, destaca la tradición de encender velas en la casa del difunto, simbolizando el acompañamiento en su tránsito hacia el más allá.

Los velorios, que antiguamente se realizaban en las casas de los familiares, ahora se llevan a cabo en lugares designados para tal fin. Actualmente, el centro de velación se encuentra en el interior de la parroquia. “Esa noche se trasnocha la gente, viene y cada persona ofrece su rosario y lo acompañan a uno”. (Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)

Sin embargo, la comunidad sigue participando activamente en estas ceremonias, acompañando al difunto en el cortejo y entierro. Aunque hoy en día se cuenta con servicios funerarios pagados y la inclusión de elementos como flores y ramos en los funerales, la esencia de la solidaridad y el apoyo comunitario sigue siendo fundamental en estos momentos difíciles. Estas prácticas funerarias reflejan no solo la importancia de la cohesión social en la comunidad, sino también su capacidad para brindar consuelo y apoyo emocional a sus miembros en tiempos de duelo y pérdida.

Además del apoyo durante los momentos de duelo, la solidaridad y el acompañamiento se extienden a otras situaciones de necesidad dentro de la comunidad, cuando alguien enfrenta dificultades económicas o de salud, los vecinos se unen para ofrecer ayuda y apoyo práctico, desde la recolección de fondos para gastos médicos hasta la prestación de servicios de cuidado y compañía, la comunidad demuestra su compromiso de estar presente en los momentos de alegría y tristeza, fortaleciendo así los lazos de solidaridad y cooperación que sostienen el tejido social de la vereda de Ganco.

El sentido de comunidad y apoyo mutuo es evidente en cómo las personas mayores describen sus interacciones sociales. La organización de misas mensuales en las veredas y la celebración de eventos religiosos refuerzan la cohesión social y proporcionan un sentido de pertenencia, como refiere Lavado, M. “Él ha hecho muchas actividades y para nosotros los abuelitos, a nivel religioso también en la vereda hay misa cada mes (Lavado, M., comunicación personal, 23 de noviembre de 2023). Asimismo, el acompañamiento durante los velorios y la práctica de encender velas por los difuntos son tradiciones que fortalecen la solidaridad comunitaria, Esta vista en la aplicación de la entrevista de esta manera: “Nos juntamos en la casa de los familiares, llevamos alimentos pa' ayudar en esos momentos difíciles. Se encienden velas por el difunto”. (Cantor, M., comunicación personal, 2 de diciembre de 2023).

4.1.2 Semillas de sabiduría en el camino de las tradiciones

Para aproximarse a la comprensión de “Semillas de sabiduría en el camino de las tradiciones” resulta importante conocer las lecciones y enseñanzas que dejan en la comunidad las tradiciones, por su parte Geertz (1973) sostiene que las tradiciones ofrecen una comprensión más profunda de la cultura y la identidad de una comunidad; en "La interpretación de las culturas", destaca cómo las prácticas tradicionales transmiten valores, creencias y conocimientos que enriquecen la vida humana, Como menciona Gómez R. (Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023), "Se levanta uno va al baño , se baña enterita o partida otra vez a mirar qué será la cenita qué será qué se le va a dar de segundilla también”.

Por ende, las tradiciones son semillas de sabiduría que enriquecen el camino de la vida, al honrar y preservar las tradiciones, las comunidades cultivan un tesoro invaluable de conocimientos y lecciones que guían y nutren el desarrollo personal y colectivo a lo largo del

tiempo, cómo lo indica Smith (1992) quien aborda la importancia de la transmisión intergeneracional de conocimientos a través de las tradiciones, En su obra "National Identity", examina cómo las tradiciones son vehículos poderosos para compartir experiencias y enseñanzas entre generaciones, fortaleciendo así el tejido social y cultural de una comunidad, de acuerdo a esto, nacen las subcategorías: Transformaciones sociales a lo largo del tiempo y Valor por las tradiciones y la unión comunitaria.

Transformaciones sociales a lo largo del tiempo

A lo largo del tiempo, las comunidades experimentan transformaciones sociales que impactan profundamente en sus costumbres y formas de vida. Las respuestas proporcionadas reflejan cómo estas dinámicas han moldeado la vida en la vereda, llevando consigo cambios significativos en las celebraciones, la relación con la religión y las actividades agrícolas; las transformaciones sociales afectan profundamente las tradiciones y costumbres de una comunidad a lo largo del tiempo. Como señaló Gomez R. (Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023), "Las fiestas patronales, la virgen de Belén... y así hay otras fiestas", indicando cómo las celebraciones han cambiado con el tiempo, reflejando una evolución en las prácticas culturales y sociales.

Los relatos de las personas mayores reflejan una transformación notable en las prácticas culturales de la vereda a lo largo del tiempo, debido a que en épocas pasadas, las celebraciones eran eventos abundantes y participativos, donde cada miembro de la comunidad contribuía activamente, marcando así una época de tranquilidad y cohesión social; aunque la vida en la vereda implicaba ciertas dificultades, como los desafíos relacionados con la disponibilidad de

servicios básicos como la electricidad, la comunidad encontraba en sus tradiciones una fuente de fortaleza y unión.

La importancia de las festividades religiosas y las tradiciones agrícolas era innegable, y cada miembro de la comunidad participaba con entusiasmo en estas prácticas arraigadas; sin embargo, con el paso del tiempo, se ha observado un cambio significativo en la dinámica social y cultural de la vereda, debido a que la juventud, motivada por la búsqueda de oportunidades fuera de su entorno rural, ha comenzado a alejarse de las tradiciones y valores que una vez definieron la vida comunitaria, por su parte la introducción de la tecnología ha generado una brecha generacional, evidenciando una disminución en la importancia atribuida a las prácticas religiosas y agrícolas.

Este cambio de paradigma ha marcado una nueva era en la vereda, donde las celebraciones son más pequeñas y la comunidad experimenta una sensación de desunión que contrasta con la época de abundancia y participación comunitaria del pasado, en este sentido, los relatos de las personas mayores revelan no sólo una evolución en las prácticas culturales, sino también un cambio en la identidad y la dinámica social de la vereda a lo largo del tiempo.

Valor por las tradiciones y la unión comunitaria.

En el seno de las comunidades rurales, las tradiciones y la unión comunitaria representan pilares fundamentales que moldean la identidad y el tejido social, éstas prácticas arraigadas en la historia y la cultura local no solo preservan la riqueza del patrimonio, sino que también fortalecen los lazos entre sus miembros, generando un sentido de pertenencia y colaboración mutua.

En el estudio, las voces de las personas mayores resuenan con un mensaje claro: la importancia de valorar y preservar las tradiciones, así como fomentar la unión comunitaria, en concordancia con esto uno de los entrevistados menciona "Nosotros nunca nos acostumbramos a hacer el mal," (Torres, V., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023), con este comentario, destaca la arraigada ética de respeto y colaboración en la comunidad.

Para ellos, estas prácticas ancestrales no son simplemente reliquias del pasado, sino piedras angulares que sostienen la identidad y la cohesión de la vereda, cómo lo menciona uno de los entrevistados cuando dice: "La voy muy bien porque la verdad papá y mamá que también eran del campo nos enseñaron que uno tenía que ser muy bien con los vecinos" (Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023), donde, ilustra la transmisión generacional de valores arraigados en la cultura local.

Asimismo, reconocen que la fuerza de la comunidad radica en su capacidad para mantener vivas estas tradiciones y trabajar juntos en armonía. "Uno de la alcaldía no espera nada" (Umaña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023), refleja la expectativa de apoyo y colaboración entre los miembros de la comunidad.

En este sentido, transmiten a las generaciones más jóvenes la importancia de cultivar un profundo respeto por las tradiciones heredadas, así como el compromiso de colaborar y apoyarse mutuamente en la construcción de un futuro próspero y solidario. "La misma comunidad ayuda brindando fortaleza, la verdad en medio de todo me siento afortunado de haber vivido tantos años aquí" (Díaz, J, Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023), subraya el valor de la comunidad como fuente de apoyo y fortaleza en momentos difíciles.

Por tanto, el deseo compartido por parte de las personas mayores es que sus nietos y los jóvenes de la vereda comprendan la importancia de valorar sus raíces, tradiciones y la conexión con la tierra, ellos Anhelan que trabajen arduamente y se apoyen mutuamente en la comunidad,

reconociendo que la unidad fortalece su tejido social, debido a que es esencial para ellos que conserven la identidad de la vereda, incluso si buscan oportunidades fuera de ella, y que no descuiden la importancia de la educación y el respeto por las creencias religiosas.

Así mismo, los incentivan a esforzarse por ser personas íntegras, evitando la tentación de la delincuencia y recordando que el bienestar propio está vinculado al bienestar de los demás, de igual manera les animan a prepararse para un futuro con educación y valores sólidos, manteniendo siempre una actitud de respeto hacia los demás y hacia sí mismos.

4.1.3 Raíces Divinas, Fe, Tierra y Conexión sagrada

En el corazón de muchas comunidades rurales y tradicionales yace una profunda interconexión entre la fe, la tierra y una conexión sagrada con lo divino, estas tres dimensiones entrelazadas en el tejido cultural, espiritual y social de las comunidades, moldean la identidad colectiva y orientan las prácticas cotidianas de sus miembros, según Geertz (1973), a través de rituales religiosos, tradiciones y creencias transmitidas de generación en generación, los miembros de la comunidad cultivan una relación íntima con lo divino, encontrando consuelo, orientación y propósito en su devoción.

Por otra parte, la tierra considerada sagrada y bendecida, es mucho más que un medio de subsistencia para estas comunidades. según Berry “es el lugar donde se arraigan sus raíces, donde se cultivan los alimentos que nutren sus cuerpos y donde se establece una conexión profunda con la naturaleza y lo divino”. (1977)

La tierra se convierte en un espacio sagrado que inspira reverencia y gratitud, y se manifiesta como una expresión tangible de la providencia divina, finalmente la conexión sagrada

entre los miembros de la comunidad se manifiesta en la unidad y solidaridad que caracterizan sus relaciones, debido a que a través de la práctica religiosa compartida, la celebración de festividades y el apoyo mutuo en tiempos de alegría y adversidad, la comunidad encuentra una profunda comunión en lo divino y en su identidad compartida como hijos de Dios cómo se evidencia en las entrevistas. De acuerdo a esto, nace la subcategoría: catolicismo y relación con la naturaleza.

La conexión entre la fe, la tierra y una conexión sagrada con lo divino se manifiesta en las prácticas religiosas y culturales de la comunidad. Como lo expresó Gomez R. (Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023): "Él ha hecho muchas actividades y para nosotros los abuelitos, a nivel religioso también en la vereda hay misa cada mes". Esta cita resalta la importancia de la fe en la vida cotidiana y cómo la comunidad encuentra consuelo y orientación espiritual a través de sus prácticas religiosas.

Catolicismo y relación con la naturaleza.

La interacción entre el catolicismo y la relación con la naturaleza es un tema que ha permeado profundamente en las comunidades rurales a lo largo de la historia, la práctica religiosa, arraigada en la fe católica, no solo ha moldeado las creencias y prácticas espirituales de estas comunidades, sino que también ha influenciado su percepción y conexión con el entorno natural que las rodea. Esta conexión entre el catolicismo y la naturaleza se manifiesta en rituales, tradiciones y actitudes que reflejan una profunda reverencia por la creación divina y una comprensión de la tierra como un regalo sagrado que sustenta la vida y otorga armonía.

En el estudio, se observa que todas las personas entrevistadas se identifican como miembros de la religión católica y participan activamente en sus prácticas religiosas, asisten

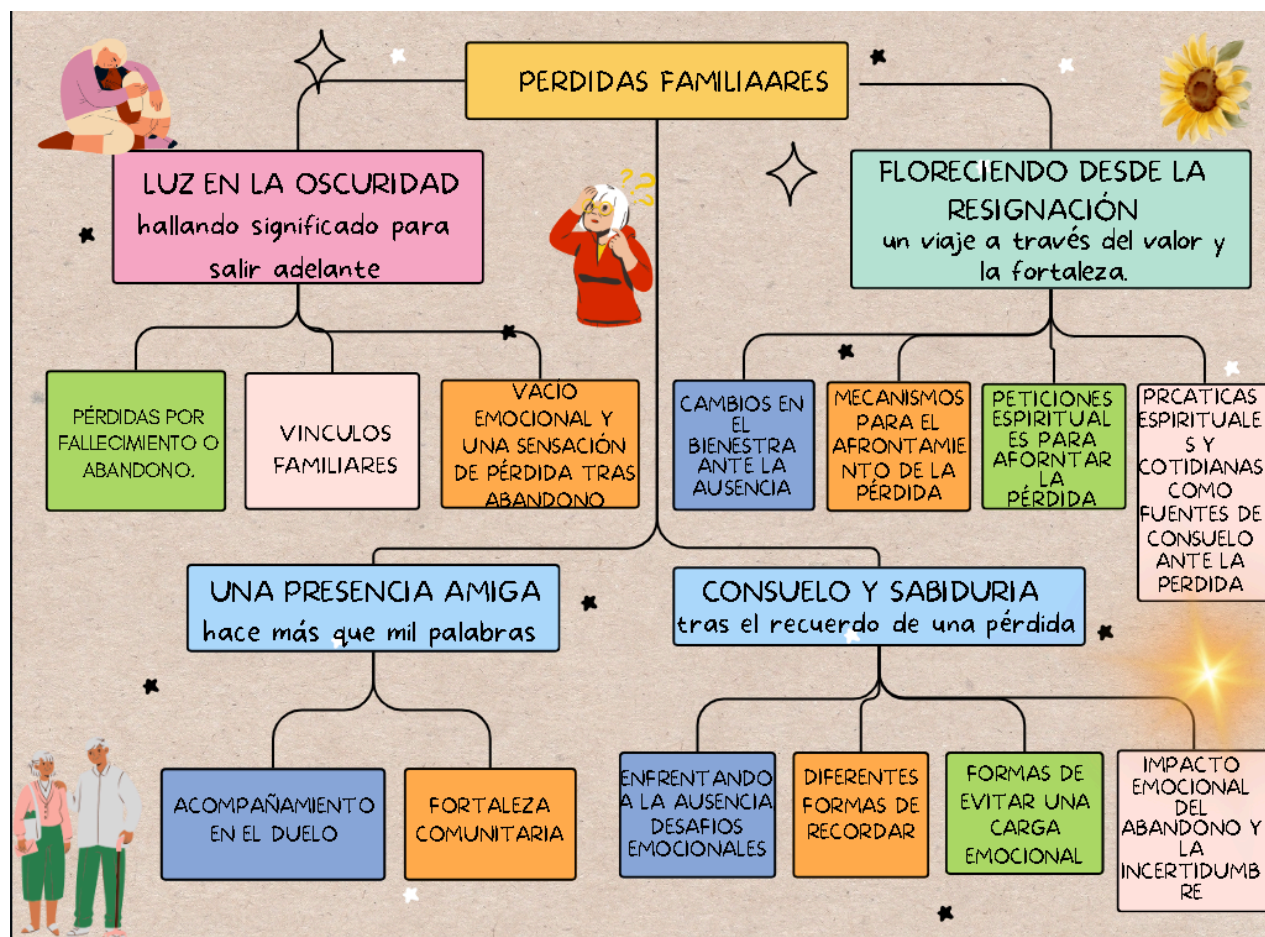
regularmente a misa cada ocho días, rezan el santo rosario a diario y mantienen una fe sólida en Dios, al que agradecen y confían, en su vida diaria es notable que estas creencias religiosas son en gran medida el resultado de la influencia de sus familias, que han procurado mantener viva esta tradición a lo largo del tiempo.

Además de su compromiso con la religión católica, se evidencia una profunda conexión espiritual con la naturaleza, para estas personas, la naturaleza no es simplemente un entorno en el que viven, sino un lugar que les proporciona armonía, sustento y vida misma. Como expresión de esta conexión, realizan pequeñas ceremonias para agradecer a la tierra, reconociendo su papel fundamental en sus vidas y en la comunidad, esta conexión espiritual se ve reforzada por su vínculo con la parroquia NSB y la devoción a los santos que consideran protectores y proveedores.

4.2 Perdidas Familiares

Figura 8.

Taxonomía de pérdidas familiares.



Nota: Clasificación de acuerdo con el análisis de las categorías deductivas e inductivas. Fuente:

Elaboración propia (2024).

Las pérdidas familiares son experiencias profundamente significativas que pueden tener un impacto duradero en la vida de las personas y en la dinámica de las familias. Según Worden (2009), estas pérdidas abarcan una amplia gama de experiencias, desde la muerte de un ser querido hasta la ruptura de relaciones familiares, generando un sentido de pérdida y duelo en el seno familiar.

En la vida, se enfrentan momentos de pérdida que pueden desencadenar emociones abrumadoras y desafíos difíciles de superar, sin embargo, es importante recordar que el duelo es

un proceso natural y necesario para sanar; al permitirnos sentir y expresar nuestras emociones, estamos dando espacio para la sanación y la transformación, la resiliencia no significa evitar el dolor, sino encontrar la fuerza para enfrentarlo y crecer a partir de él ya que en medio de la oscuridad.

Se puede encontrar luz y esperanza en el amor y los recuerdos compartidos con aquellos seres que han partido. Teniendo este punto claro, se presentan las categorías emergentes e inductivas que surgen a partir de los datos que se encuentran en las taxonomías según la figura 8 y la matriz de categorías deductivas e inductivas según las figuras 4,5 y 6, estas son: Luz en la oscuridad: hallando significado para salir adelante, una presencia amiga hace más que mil palabras, consuelo y sabiduría tras el recuerdo de una pérdida y finalmente floreciendo desde la resignación: un viaje a través del valor y la fortaleza.

4.2.1 Luz en la oscuridad: Hallando significado para salir adelante

Para aproximarse a la comprensión de “Luz en la Oscuridad: Hallando Significado para salir adelante” resulta importante conocer el concepto de oscuridad emocional, en este sentido Neimeyer (2000), menciona que la pérdida de un ser querido puede sumirnos en una oscuridad emocional abrumadora, caracterizada por el duelo, la tristeza y la sensación de vacío, sin embargo hace relevancia en que esta oscuridad puede parecer interminable y desalentadora, pero también puede ser el punto de partida para un viaje de autodescubrimiento y crecimiento personal.

Un ejemplo de esta idea es que en medio de las dificultades, surge una narrativa de crecimiento personal y resiliencia que trasciende el dolor, uno de los entrevistados compartió: "Ha sido toda una montaña rusa, mijita... La comunidad es como una familia grande... seguir

adelante con lo aprendido" (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023), reflejando la capacidad humana de encontrar lecciones en la adversidad y utilizarlas como herramientas para el avance personal.

A medida que se navega por la oscuridad emocional, se pueden encontrar destellos de luz que guían hacia la sanación y el significado; según Worden (2009), estos destellos pueden manifestarse a través del apoyo de nuestros seres queridos, la expresión creativa, la conexión espiritual o la búsqueda de significado en la experiencia de la pérdida, por ende, encontrar luz en la oscuridad permite transformar el dolor en una oportunidad para crecer y aprender.

En las entrevistas con las personas mayores se logra rescatar que es necesario abrazar la oscuridad como parte integral de la vida, para así poder descubrir un camino hacia la sanación y la transformación, debido a que el proceso de sanación y adaptación se entrelaza con la búsqueda de significado y propósito. "Tomarme tiempo para reflexionar y consuelo en Dios ha sido fundamental, todo eso me ha ayudado a sanar y adaptarse a las circunstancias" (Díaz, J, Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023), ilustra cómo el acto de reflexionar y buscar consuelo espiritual puede ser un catalizador para el crecimiento interior y la aceptación de la realidad, de acuerdo con esto, nacen las subcategorías: pérdidas por fallecimiento o abandono, vínculos familiares y vacío emocional y una sensación de pérdida tras abandono.

Pérdidas por fallecimiento o Abandono

Las narrativas sobre pérdidas familiares por fallecimiento o abandono ofrecen una ventana a la complejidad emocional y la profundidad del dolor humano, debido a que estos relatos revelan cómo la separación física y emocional de los seres queridos puede generar un profundo vacío y desorientación en la vida de las personas.

En el tejido de estas narrativas de desafíos y superación, se encuentran relatos de pérdida por fallecimiento o abandono, que arrojan luz sobre la complejidad del duelo y la búsqueda de consuelo. "La ausencia de mi hijo ha dejado un vacío que no se llena fácilmente" (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023), expresa la profundidad del dolor y la dificultad para encontrar solaz ante una pérdida tan devastadora

Las experiencias compartidas en la entrevista sobre las pérdidas por abandono y fallecimiento revelan la dificultad inherente a estos eventos. En el caso del abandono, se destaca cómo la separación física y emocional puede generar un profundo vacío y dolor, especialmente cuando se trata de relaciones significativas afectadas por circunstancias difíciles. La sensación de pérdida se intensifica cuando la partida de un ser querido implica una ruptura en los lazos familiares o el sentimiento de abandono debido a la falta de apoyo.

Por otro lado, las pérdidas por fallecimiento también se presentan como experiencias profundamente dolorosas que afectan a nivel material y espiritual. La muerte de los padres no solo genera un profundo dolor emocional, sino que también se percibe como una pérdida de apoyo, sacrificio y enseñanza invaluable, en este sentido se retoman las palabras de quienes han enfrentado esta realidad y reflejan la lucha interna por encontrar sentido y aceptación. "Uno siente el vacío de la separación" (Torres, V., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023), revela el profundo impacto emocional de muerte, mientras que "Tener resignación para uno poder olvidar un poco la muerte de una persona" (Umaña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023), sugiere un intento de reconciliación con la pérdida, aunque sea parcialmente.

Vínculos Familiares

Los vínculos familiares son los cimientos sobre los que se construye el tejido emocional de la vida, que aporta estabilidad y apoyo en el transcurso de la misma, son estos lazos los que nos conectan con nuestras raíces, moldean nuestra identidad y nos brindan un sentido de pertenencia, las respuestas sobre pérdidas familiares que vimos anteriormente nos invitan a reflexionar sobre la importancia de los vínculos familiares en la vida de las personas; debido a que estas resaltan el profundo impacto emocional y relacional de la separación física y emocional de los seres queridos, ya sea por abandono o fallecimiento.

En las entrevistas por abandono se resalta que las pérdidas familiares mencionadas abarcan una gama de experiencias dolorosas, desde la separación física hasta el abandono emocional, los entrevistados mencionan que estas pérdidas pueden ser especialmente difíciles de sobrellevar cuando involucran la separación física y emocional.

En ciertos casos, la relación con la persona perdida implicaba vínculos significativos que fueron afectados por circunstancias difíciles, ya sea la partida de un hijo a la ciudad sin retorno, el sentirse abandonado debido a la falta de apoyo familiar, o la separación causada por la búsqueda de oportunidades fuera de la vereda, estas experiencias han dejado un vacío emocional y una sensación de pérdida. A pesar de estas adversidades, muchos intentan mantener el contacto y valorar los momentos en los que se recuerdan y se sienten queridos, ya sea en persona o a través de una llamada telefónica.

Por otra parte, las respuestas de pérdida por fallecimiento coinciden en que las pérdidas familiares son experiencias profundamente dolorosas que dejan una huella imborrable en la vida de quienes las sufren, para gran parte de los entrevistados la pérdida más significativa es la de los

padres, especialmente la de la madre, quien representa un vínculo único y fundamental en sus vidas, lo que se puede evidenciar en las siguientes narrativas:

“La mayor pérdida que uno tiene es la de la mamá”.(Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023), “Uno siente más la pérdida de la mamá”.(Umaña, M.,Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023).

Los participantes de este estudio recuerdan con cariño y gratitud el apoyo y el sacrificio que sus seres queridos ofrecieron, como el caso del papá que colaboró y ayudó en momentos difíciles, también mencionando que las pérdidas que sufrieron les afectaron tanto a nivel material como espiritual, recordando el legado y la enseñanza que dejaron en ellos, reiteraron que perder a su ser querido es un dolor único y personal que solo aquellos que lo han experimentado pueden entender verdaderamente.

Por su parte, dentro de estas narrativas de adversidad y resiliencia, se destacan los vínculos familiares como pilares fundamentales de apoyo y fortaleza. "Me he sentido muy bien porque la verdad papá y mamá, que también eran del campo, nos enseñaron que uno tenía que ser muy bien con los vecinos" (Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023). Estas palabras reflejan la influencia positiva de la familia en la formación de valores y actitudes de solidaridad hacia la comunidad, así mismo, en medio de los desafíos, la familia emerge como un refugio de amor y contención. "No tengo queja acerca de esto, ellos me han apoyado de forma certera" (Díaz, J, Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023), expresa gratitud hacia la comunidad que, en momentos difíciles, se convierte en una extensión de la familia, brindando consuelo y compañía.

Vacío emocional y una sensación de pérdida tras abandono.

Las emociones experimentadas por aquellas personas mayores que han enfrentado la pérdida por abandono, ya sea que tengan conocimiento de esta o no, tienden a manifestarse de una forma compleja y contradictoria. La sensación de vacío emocional y pérdida tras un abandono es un tema delicado que resuena en las narrativas de aquellos que han experimentado la partida de seres queridos. "Hay días en los que de verdad no puedo dormir y no dan ganas ni de comer" (Díaz, J, Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023), "La ausencia de mi hijo ha dejado un vacío que no se llena fácilmente" (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023) quienes revelan la herida que deja la pérdida y cómo esta afecta la rutina diaria y el bienestar en general de la persona.

En el caso de aquellos que han vuelto a saber de sus seres queridos después de un largo periodo de separación, el reencuentro trae consigo un conjunto de emociones contradictorias; por un lado, la noticia de que están bien, genera alivio y alegría, mitigando la preocupación inicial; sin embargo, también surge la sensación de tristeza y desolación, al darse cuenta de que no han sido extrañados y que la conexión familiar se ha visto interrumpida; este reencuentro implica la necesidad de aceptar las decisiones pasadas y comprender las razones detrás de ellas, lo que puede resultar especialmente difícil en el caso de la partida de un ser querido.

Además, la noticia adicional de nuevos acontecimientos importantes en la vida de la persona, como convertirse en padre o madre, agrega otra capa de complejidad emocional, despertando el deseo de establecer vínculos con la nueva generación familiar y la incertidumbre sobre el futuro y las posibilidades de mantener esa conexión.

Por otro lado, quienes no han tenido noticias de sus seres queridos, experimentan una profunda sensación de vacío y desconcierto, la falta de información sobre el paradero de la

persona perdida provoca angustia y preocupación, como si hubieran desaparecido sin dejar rastro, seguido de esto la esperanza de volver a saber de ellos se mezcla con la incertidumbre sobre su situación actual, generando una montaña rusa de emociones que oscila entre la alegría y la preocupación ya que imaginar el reencuentro puede despertar ilusión y felicidad, pero también temor y ansiedad ante lo desconocido.

4.2.2 Una presencia amiga hace más que mil palabras

Para aproximarse a la comprensión de “Una presencia amiga hace más que mil palabras” resulta importante tener en cuenta que en el Trabajo Social se reconoce la importancia del apoyo emocional en el fortalecimiento de las redes de apoyo social de las personas. Autores como Karen S. Haynes y James S. Mickelson, en su libro "Racism in the United States: Implications for the Helping Professions" (2017), destacan cómo el apoyo emocional proporcionado por amigos y seres queridos puede ser crucial para la salud mental y emocional de las personas, especialmente en comunidades marginadas o en situaciones de estrés y adversidad.

“Unas palabras de aliento y compañía en esos primeros días habrían significado muchas veces, una presencia amiga hace más que mil palabras”. (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)

En el tejido de la experiencia humana, la presencia de un amigo se erige como un pilar fundamental que nutre nuestra salud emocional y bienestar, la teoría del apoyo social, desarrollada por George C. Homans en su libro "Social Behavior: Its Elementary Forms" (1951), resalta la importancia del apoyo emocional en las relaciones sociales. Homans sostiene que el apoyo emocional proporcionado por amigos y seres queridos es crucial para el bienestar

psicológico de las personas. A partir de esto, surgen las subcategorías: Fortaleza comunitaria y acompañamiento en el duelo.

Fortaleza comunitaria

Las personas entrevistadas resaltan la influencia que la fortaleza comunitaria ha tenido en sus vidas a lo largo de los años. A pesar de los desafíos emocionales experimentados, tales como altibajos y dificultades, valoran en gran medida el sentido de pertenencia y la solidaridad que caracterizan a su comunidad. Este sentido de conexión se ve respaldado por la vida sencilla del campo, donde las tradiciones arraigadas y las relaciones interpersonales sólidas actúan como pilares fundamentales.

En la comunidad, la ayuda mutua es fundamental. Vecinos y amigos comparten sus alegrías y tristezas, lo que fortalece los lazos sociales y crea un sentido de unión. Este intercambio emocional brinda consuelo y apoyo en momentos difíciles. “Yo quedé muy agradecida con la gente que me colaboró con las oraciones, venían, ofrecían su santo rosario, nos acompañaron... con eso basta con el corazón de uno ”.(Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023). Además, el respeto mutuo es un valor clave que fomenta la colaboración y la solidaridad entre los miembros de la comunidad.

A pesar de la apreciación hacia la vida comunitaria, las personas entrevistadas reconocen la necesidad de más recursos para la educación y el desarrollo personal, este reconocimiento refleja una aspiración hacia un futuro más próspero y equitativo, donde todos los miembros de la comunidad tengan acceso a oportunidades de crecimiento y realización personal.

Finalmente, la gratitud por ser parte de esta comunidad se refleja en el orgullo de llevar consigo los valores y enseñanzas aprendidos en este entorno, la fortaleza comunitaria no solo

brinda un sentido de pertenencia y apoyo emocional, sino que también enriquece la vida de quienes forman parte de ella; nutre el espíritu y fortalece el tejido social que sostiene a la comunidad en su conjunto.

Acompañamiento en el duelo

El duelo es un proceso desafiante que requiere de apoyo y comprensión por parte de la comunidad, los actores entrevistados resaltan el valor del acompañamiento en el duelo, destacando que, en estos momentos difíciles, el consuelo ofrecido por los vecinos de la vereda es lo que más aprecian; más que cualquier ayuda económica, el gesto de estar presente, compartir palabras de aliento y ofrecer compañía durante los primeros días de duelo se convierte en un bálsamo para el alma.

El ritual de honrar la memoria de los seres queridos fallecidos se convierte en una expresión comunitaria de apoyo y solidaridad, a través de misas, rosarios, oraciones y momentos de charla, la comunidad se reúne para acompañar a quienes atraviesan el duelo, brindándoles un espacio seguro para expresar sus sentimientos y liberar sus cargas emocionales, como menciona uno de los entrevistados: "Una presencia amiga hace más que mil palabras", resaltando la importancia del simple acto de estar presente y ofrecer compañía en momentos de dolor.

A pesar de que se reconoce y agradece el apoyo y acompañamiento que brinda la comunidad de Ganco, algunos actores muestran cierta insatisfacción y decepción con las instituciones municipales, como la alcaldía, por no ofrecer ningún tipo de ayuda o acompañamiento psicosocial durante el duelo. Esta falta de apoyo institucional resalta la importancia de la solidaridad y la empatía comunitaria como pilares fundamentales en el proceso de duelo y recuperación emocional ante la pérdida.

4.2.3 Consuelo y sabiduría tras el recuerdo de una pérdida

La experiencia de la pérdida, especialmente la de un ser querido, es un aspecto inevitable de la condición humana. En este contexto, el consuelo y la sabiduría emergen como elementos esenciales en el proceso de duelo y en la construcción del significado que otorgamos a las pérdidas. La sabiduría surge de la reflexión y el aprendizaje que acompaña a la experiencia de la pérdida. Autores como Elisabeth Kübler-Ross, en su libro "On Death and Dying" (1969), destacan cómo la pérdida nos invita a reflexionar sobre la naturaleza de la vida, la muerte y el significado de nuestra existencia, a través de este proceso reflexivo, se puede alcanzar una mayor comprensión y aceptación de la pérdida, así como una apreciación más profunda de la vida y las relaciones humanas.

Por otra parte, el recuerdo de una pérdida puede ser una fuente de consuelo y sabiduría cuando se le otorga un significado personal y trascendente. Autores como Robert A. Neimeyer, en su obra "Meaning Reconstruction and the Experience of Loss" (2001), exploran cómo el acto de recordar a los seres queridos perdidos nos permite mantener viva su memoria y presencia en nuestras vidas, es así como a través de la búsqueda y construcción de significado en la pérdida, podemos encontrar consuelo en los recuerdos compartidos y extraer lecciones de sabiduría que nos ayuden a seguir adelante, de acuerdo a esto, nacen las subcategorías: Enfrentando a la ausencia: desafíos emocionales, Diferentes formas de recordar, Formas de evitar una carga emocional, Impacto emocional del abandono y la incertidumbre.

Enfrentando a la ausencia: desafíos emocionales

La pérdida, ya sea por abandono o por muerte, conlleva una serie de desafíos emocionales que impactan profundamente en la vida de quienes la experimentan, en ambos

casos, se observa una profunda sensación de vacío y tristeza que se manifiesta en cambios emocionales y físicos significativos.

Cuando se enfrentan al abandono, los individuos experimentan una intensa melancolía y soledad, exacerbada por la falta de contacto con los seres queridos. Esta ausencia se refleja en alteraciones en el apetito, el sueño y la energía, lo que dificulta la capacidad para afrontar el día a día. Aunque reconocen la necesidad de seguir adelante, encontrar motivación puede resultar desafiante frente a la abrumadora sensación de pérdida.

En ambos casos de pérdida, los individuos se enfrentan a momentos de profunda tristeza y pensamientos recurrentes sobre la partida de sus seres queridos; sin embargo, también muestran una determinación por adaptarse y encontrar fortaleza en la fe y en la memoria de quienes han perdido.

Diferentes formas de recordar

Las respuestas proporcionadas revelan la diversidad de formas en que las personas enfrentan la pérdida de sus seres queridos y la importancia que atribuyen a mantener viva su memoria. Mencionan que entre las diferentes formas de recordar, utilizan objetos tangibles como fotografías y cartas, así como rituales y prácticas espirituales para mantener un vínculo emocional con aquellos que ya no están físicamente presentes, este proceso de recordar y honrar a los seres queridos perdidos no solo refleja la necesidad de mantener una conexión con el pasado, sino también la manera en que estas personas continúan influyendo en sus vidas.

El acto de recordar a los seres queridos perdidos se convierte en un medio para preservar su legado, destacando los valores, enseñanzas y el amor compartido como parte fundamental de su influencia en la vida de quienes los recuerdan, esta práctica no solo permite mantener vivos los recuerdos y las emociones asociadas con los seres queridos, sino que también proporciona

consuelo y apoyo emocional en momentos de duelo y dolor, al recordar a aquellos que han partido, las personas encuentran una forma de mantener su presencia en sus vidas y continuar su legado en la memoria colectiva de la comunidad.

Por otro lado, también se reconoce que el proceso de recordar a los seres queridos perdidos puede ser complicado y doloroso, especialmente cuando la partida estuvo marcada por circunstancias traumáticas, como el abandono o el distanciamiento. En algunos casos, estas experiencias pueden provocar sentimientos de resentimiento y traumas no resueltos, lo que dificulta el proceso de duelo y la capacidad de recordar de manera positiva a quienes se han ido. A pesar de esto, la importancia de mantener viva la memoria de los seres queridos perdidos sigue siendo fundamental para aquellos que valoran su legado y desean mantener su influencia presente en sus vidas, el acto de recordar a los seres queridos perdidos representa una forma significativa de honrar su vida y legado, proporcionando consuelo y apoyo emocional a quienes los recuerdan, a través de diferentes prácticas y rituales, las personas encuentran una manera de mantener viva su memoria y continuar su influencia en sus vidas y en la comunidad en general.

Formas de evitar una carga emocional

Los actores sociales, a partir de sus experiencias de pérdida, ofrecen una serie de estrategias para evitar la carga emocional y sobrellevar los efectos de la ausencia de sus familiares, ya sea por fallecimiento o abandono. Estas estrategias reflejan una combinación de recursos espirituales, apoyo social y actividades prácticas que les permiten afrontar la situación de manera gradual y constructiva.

En primer lugar, se destaca la resignación como un elemento clave para sobrellevar la pérdida, la resignación implica aceptar la realidad de la ausencia y aprender a vivir con ella poco

a poco; esta actitud refleja una disposición a adaptarse a las circunstancias y encontrar un sentido de paz y aceptación en medio del dolor, el apoyo espiritual también emerge como una fuente importante de fortaleza para muchos, ya que recurren a su fé en Dios como un recurso para encontrar consuelo y orientación en momentos difíciles.

Por otro lado, aquellos que cuentan con el apoyo de otros familiares encuentran beneficio en expresar abiertamente sus emociones y pensamientos, la comunicación abierta y la expresión de sentimientos les permite procesar el duelo de manera más saludable y evitar que las emociones se conviertan en una carga emocional; este enfoque resalta la importancia del apoyo social en el proceso de duelo y la necesidad de compartir la carga emocional con otros que puedan comprender y ofrecer consuelo.

Para aquellos que carecen de un fuerte apoyo familiar, se recomienda ocupar la mente y participar en actividades que ayuden a distraer los pensamientos de la pérdida, esta estrategia sugiere que mantenerse ocupado con actividades prácticas y significativas puede ayudar a desviar la atención de la pérdida y fomentar un sentido de propósito y significado en la vida diaria; a través de estas actividades, las personas pueden comenzar a encontrar un camino hacia la aceptación y la renovación, reconociendo que la vida aún tiene valor y sentido pese a la pérdida experimentada.

Impacto emocional del abandono y la incertidumbre.

El impacto emocional del abandono y la incertidumbre es profundo y complejo, afectando a quienes experimentan estas situaciones de manera significativa en varios niveles emocionales.

El abandono puede desencadenar en los entrevistados una serie de emociones intensas, como la tristeza, la desolación y la sensación de vacío emocional, algunos mencionan que el

reencuentro con la persona perdida puede generar alivio y alegría, pero también confrontación con los sentimientos de abandono y la dificultad para comprender las razones detrás de la separación; así mismo la incertidumbre sobre el futuro y la posibilidad de mantener una conexión significativa pueden añadir una capa adicional de complejidad emocional.

Por otro lado, la incertidumbre sobre el paradero de la persona perdida puede provocar ansiedad, angustia y un profundo sentimiento de desconcierto, la falta de información sobre su situación actual puede generar una mezcla de emociones, desde la esperanza hasta el miedo y la preocupación; la fluctuación constante entre la esperanza de un posible reencuentro y el temor a lo desconocido puede generar una carga emocional significativa. En ambos casos, el impacto emocional del abandono y la incertidumbre puede ser abrumador y duradero, afectando la salud mental y el bienestar de quienes lo experimentan.

4.2.4 Floreciendo desde la resignación: un viaje a través del valor y la fortaleza

Para aproximarse a la comprensión de “Floreciendo desde la resignación: un viaje a través del valor y la fortaleza.” resulta importante tener en cuenta como la resignación aporta de manera positiva en un proceso de resiliencia, en este sentido Stephen Joseph: En "What Doesn't Kill Us: The New Psychology of Posttraumatic Growth" (2013), profundiza en la idea de que el sufrimiento puede ser un catalizador para el crecimiento personal, el autor examina cómo las personas pueden encontrar significado y propósito después de enfrentar adversidades significativas; por su parte, la búsqueda de significado y propósito en la vida puede ser un factor importante en la capacidad de florecer desde la resignación. La obra de Viktor E. Frankl, "Man's Search for Meaning" (1946), explora cómo encontrar un sentido en las experiencias más difíciles puede proporcionar a las personas una base para superar la adversidad; es decir, la forma en que

las personas enfrentan el estrés y la adversidad puede influir en su capacidad para florecer desde la resignación.

Floreciendo desde la resignación es un recordatorio de que la fortaleza no siempre se manifiesta en la ausencia de dificultades, sino en la capacidad de enfrentarlas y superarlas con coraje y determinación, en este proceso que se toma como viaje, podemos descubrir que la resignación no es una rendición final, sino el punto de partida hacia una nueva etapa de crecimiento personal y espiritual, de acuerdo a esto, nacen las subcategorías: Cambios en el bienestar ante la ausencia, Mecanismos para el afrontamiento de la pérdida, Peticiones espirituales para afrontar la pérdida, Prácticas espirituales y cotidianas como fuentes de consuelo ante la pérdida.

Cambios en el bienestar ante la ausencia

La ausencia de seres queridos, ya sea por abandono o por muerte, puede tener un profundo impacto en el bienestar emocional de las personas; en el caso del abandono, se experimenta una profunda sensación de vacío y tristeza, lo que puede llevar a cambios en el apetito, alteraciones en el sueño y una disminución notable en la energía y las ganas de enfrentar el día, la melancolía y la sensación de soledad que acompañan a la ausencia de familiares pueden resultar abrumadoras; por otro lado, la pérdida por muerte también desencadena una serie de sentimientos dolorosos, cambios emocionales y cambios en las rutinas como; la falta de sueño, la sensación de vacío y la necesidad de compañía son comunes entre aquellos que han perdido a un ser querido, este duelo se manifiesta en la pérdida de apetito y energía, acompañado de una sensación de desamor.

Mecanismos para el afrontamiento de la pérdida

Las respuestas revelan una serie de herramientas prácticas de afrontamiento utilizadas por las personas mayores para lidiar con la pérdida, ya sea por abandono o por muerte. En primer lugar, el apoyo social emerge como un elemento crucial en el proceso de duelo, tanto el acompañamiento de otros familiares o vecinos de la comunidad como la participación en actividades comunitarias, proporcionan un sentido de conexión y pertenencia que contrarresta el sentimiento de soledad y tristeza. "En el momento la ausencia de mi esposo, me ha dado muy duro" (Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023), ilustra la dificultad emocional experimentada tras la pérdida de un ser querido.

Además, la dimensión espiritual juega un papel significativo en el afrontamiento de la pérdida, La fe y la práctica religiosa brindan consuelo y fortaleza emocional, permitiendo a las personas encontrar sentido y paz en medio del dolor; la oración se presenta como un recurso importante para expresar emociones, buscar respuestas y encontrar apoyo en la creencia de una presencia divina que acompaña y sostiene en momentos difíciles. "Pedirle mucho a mi Dios, que me diera mucha, mucha resignación, que mejor dicho me diera valor" (Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023).

Por otro lado, la realización de actividades se destaca como una estrategia efectiva para distraer la mente del dolor emocional y encontrar momentos de alegría y conexión con el entorno; la participación en actividades comunitarias, como visitar a vecinos o salir a caminar en la naturaleza, ayuda a mantenerse activo y a enfocarse en experiencias positivas, lo que contribuye al bienestar emocional y al proceso de adaptación ante la pérdida.

Estas herramientas de enfrentamientos de pérdida de las personas mayores de Ganco en Ubaque reflejan la importancia del apoyo social, la espiritualidad y la participación constante en actividades como recursos clave para enfrentar y superar el dolor de la pérdida.

Peticiones espirituales para afrontar la pérdida

En las respuestas de las personas mayores se revela la importancia del componente espiritual en el proceso de afrontamiento de la pérdida. La cercanía espiritual con Dios emerge como un recurso fundamental para encontrar consuelo y fortaleza en tiempos de dolor y tristeza. El hecho de recurrir a Dios para pedir resignación, valor y fortaleza sugiere una búsqueda de apoyo y orientación en una fuerza superior que trasciende las limitaciones humanas. "Oro mucho por la noche, yo voy a misa, yo le pido a mi Diosito que me dé resignación" (Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023).

Además, la idea de que aún hay una vida por delante que deben seguir indica una actitud de perseverancia y esperanza en el futuro, aunque experimenten dolor y tristeza al recordar a sus seres queridos perdidos, están dispuestos a continuar avanzando en sus vidas, confiando en que la fe les brindará la fuerza necesaria para superar los desafíos que enfrentan.

Prácticas espirituales y cotidianas como fuentes de consuelo ante la pérdida.

En el seno de la comunidad de Ganco y en concordancia con las respuestas de la entrevista, se destaca el papel significativo que desempeñan tanto las prácticas espirituales como las actividades cotidianas en el proceso de búsqueda de consuelo tras la pérdida de un ser querido, ya sea por fallecimiento o abandono. "Uno siente el vacío de la separación" (Torres, V., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023), revela el profundo impacto emocional de la pérdida en la vida cotidiana.

Por un lado, las prácticas espirituales, como asistir a misas, rezar el rosario, escuchar la misa por la radio y encomendarse a Dios, ofrecen un espacio sagrado para honrar la memoria del ser querido fallecido y encontrar consuelo en la fe, estas actividades proporcionan un sentido de conexión con lo divino y permiten a los actores sociales expresar sus emociones, deseos y

preocupaciones a través de la oración, buscando la fortaleza espiritual para sobrellevar el dolor de la pérdida.

Por otro lado, las actividades cotidianas, como trabajar en la tierra, salir a caminar, hacer manualidades o realizar tareas domésticas, ofrecen una forma de distracción y ocupación tanto para la mente como para el cuerpo, estas actividades permiten a los individuos encontrar momentos de respiro y calma en medio del dolor, proporcionando un espacio para la reflexión y la búsqueda de consuelo en la rutina diaria. La combinación de prácticas espirituales y actividades cotidianas refleja una estrategia integral de afrontamiento que aborda tanto las necesidades emocionales como las prácticas de la vida diaria.

4.3 Discusión Final: categoría de prácticas culturales y pérdidas familiares de las personas mayores pertenecientes a la vereda de Ganco y entrega de cartillas

Dando respuesta a la pregunta problema del presente trabajo de investigación que se realizó teniendo en cuenta las categorías de prácticas culturales y pérdidas familiares, es evidente como las dos tienen una fuerte conexión e incidencia en el día a día de las personas mayores partícipes en este estudio, dado a que dentro de su cotidianidad está presente la práctica de creencias espirituales como rezar, hacer el rosario, asistir a las eucaristías y celebrar cada evento religioso, los cuales son conocimientos y prácticas que se han traspasado de generación en generación, manteniendo viva una esencia cultural que los caracteriza como comunidad.

Por otra parte, un aspecto importante es la forma en la que se establecen los vínculos sociales, tejiendo toda una red de apoyo desde la unión familiar y comunal, entendiendo que todos provienen de un mismo lugar que se debe seguir manteniendo con sus costumbres y tradiciones, pese a que los distintos factores sociales exijan cambios aún hay personas con un

vasto sentido de pertenencia que se encargan de transmitir sus conocimientos para que se adopten estos nuevos cambios sin dejar de lado lo que sus padres o abuelos les inculcaron convirtiéndose en tradiciones culturales.

Cabe mencionar que esta red construida por los mismos habitantes de Ganco, demuestra fuertes capacidades de unión cuando alguno de sus miembros atraviesa una situación adversa como es el caso de las pérdidas familiares. Es en este punto, donde las semillas que un día sus antepasados dejaron plantadas en la tierra de la vereda empiezan a florecer desde el acompañamiento, solidaridad y apoyo que brinda la comunidad.

La forma en que se establecen los vínculos sociales en la comunidad refleja la importancia de la unidad familiar y comunal en el proceso de afrontamiento de las pérdidas, la red de apoyo tejida a través de la unión familiar y la solidaridad comunitaria demuestra la fortaleza y resiliencia de la comunidad de Ganco ante las adversidades. Es notable cómo, en momentos de dolor y pérdida, la comunidad se une para brindar consuelo, apoyo emocional y ayuda práctica a quienes están atravesando por situaciones difíciles.

Esta conexión entre las prácticas culturales y las experiencias de pérdida familiar también subraya la importancia de la transmisión intergeneracional de conocimientos y valores; los mayores, como guardianes de la tradición y la cultura, desempeñan un papel crucial al transmitir sus conocimientos y enseñanzas a las generaciones más jóvenes. A través de este proceso, se preservan y fortalecen las tradiciones culturales, asegurando su continuidad en el tiempo y su relevancia en la vida de la comunidad.

4.4 Floreciendo desde la resignación un viaje a través del valor y la fortaleza

A partir de este proceso investigativo, de manera empírica y teniendo fundamentación en las narrativas de las diez personas mayores pertenecientes a la vereda Ganco que fueron

entrevistadas, se logra materializar el tercer objetivo del proyecto, que corresponde a la construcción de la cartilla titulada **“Floreciendo desde la resignación: Un viaje a través del valor y la fortaleza”** la cual tiene como objetivo plasmar las interpretaciones de las personas mayores frente a las prácticas culturales que se llevan a cabo tras sufrir una situación de pérdida por parte de un familiar, ya sea por fallecimiento o abandono.

Cabe resaltar que la cartilla está enfocada en brindar estrategias para el afrontamiento de las pérdidas en las personas mayores, sin embargo, está abierta para todo tipo de personas que necesiten encontrar dinámicas que le permitan atravesar un proceso de duelo sano. Ya que se resalta la importancia de la unión familiar, las prácticas culturales y la solidaridad comunitaria, la cartilla se centra en proporcionar estrategias prácticas que brindan herramientas a las personas mayores para navegar por los desafíos de las pérdidas familiares. Este busca honrar la resiliencia y fortaleza de la comunidad de Ganco, ofreciendo un camino hacia la sanación y el crecimiento personal en momentos de dificultad.

Por tanto, el material fue estratégicamente entregado a la Pastoral Familiar, La Junta de Acción Comunal de la vereda Ganco, la policía municipal de Ubaque, la Secretaría de Desarrollo Humano y Cultura. Dado a que estas instituciones en primer lugar se involucraron de manera directa e indirecta en el proyecto y son visibles en el municipio, lo que permite que desde su ejercicio profesional puedan orientar estos procesos de apoyo a la comunidad ubaquense.

La evidencia de este material, se puede evidenciar en los siguientes anexos: Anexo H. Cartilla floreciendo desde la resignación: un viaje a través del valor y la fortaleza, M. comprobante entrega de cartilla a la Pastoral Familiar, N. comprobante entrega de cartilla al presidente de la JAC de Ganco, O. comprobante entrega cartilla Policía Nacional de Ubaque y P. comprobante entrega de cartilla a la secretaria de desarrollo humano y cultura. En estos se

incluyen fotografías de las cartas comprobantes de la entrega y socialización de las cartillas en las distintas entidades municipales, tales como: La Pastoral familiar de la Parroquia Nuestra Señora de Belén de Ubaque, la Policía Nacional de Ubaque, la Secretaría de Desarrollo Humano y Cultura y la J.A.C de la vereda de Ganco.

Por su parte, en los anexos: J. Registro fotográfico de entrega de la cartilla a Policía Nacional de Ubaque, K. Registro fotográfico de entrega de cartilla a Pastoral familiar, L. Registro fotográfico J.A.C vereda Ganco, se incluyen fotografías que documentan el momento de entrega de la cartilla "Floreciendo desde la resignación: un viaje a través del valor y la fortaleza" a los miembros de la comunidad de Ganco.

Las imágenes muestran a las trabajadoras sociales Laura Valentina Bravo y Angie Valentina González interactuando con los destinatarios de la cartilla, se capturan expresiones de gratitud y gestos de apoyo entre los colaboradores y los beneficiarios, estas fotografías ofrecen una visión del proceso de entrega de la cartilla y resaltan la importancia del contacto humano y la solidaridad en la entrega de recursos para el afrontamiento de las pérdidas familiares en la comunidad de Ganco.

5 Conclusiones

Después de realizar un extenso análisis de las narrativas de las personas mayores de la vereda Ganco en el Municipio de Ubaque, emerge una comprensión más amplia sobre la complejidad del proceso de afrontamiento de pérdidas familiares en el contexto social, cultural y espiritual de esta comunidad. Por tanto, en el presente estudio se elaboran las siguientes conclusiones que abordan los aspectos clave identificados en el proceso investigativo:

- Las prácticas culturales arraigadas en la comunidad de la vereda Ganco sirven como pilares fundamentales de resiliencia frente a las pérdidas familiares; estas prácticas proporcionan

consuelo, fortaleza y un sentido de pertenencia que ayudan a las personas mayores a sobrellevar el dolor y la tristeza.

- Es notorio que al pasar de los años se han presentado cambios en las tradiciones de la comunidad de Ganco a nivel cultural. Sin embargo, uno de los aspectos importantes que aún se conserva es la unión comunitaria, especialmente en situaciones adversidad la comunidad responde con un sentido de resiliencia frente a las pérdidas familiares y en uso de sus propias prácticas culturales proporcionan consuelo, fortaleza y un sentido de pertenencia que ayudan a las personas mayores a sobrellevar el dolor y la tristeza.

- La conexión con la fe y las creencias espirituales emerge como un recurso significativo para encontrar consuelo y esperanza en medio del sufrimiento, la fe en Dios y la práctica de rituales religiosos ofrecen un espacio sagrado para la reflexión y la sanación, así mismo como la conexión espiritual con la naturaleza.

- Prevalece una fuerte conexión con el pasado, sus ancestros y las tradiciones que les fueron enseñadas durante un largo periodo de tiempo, ya que estas se trasladaban de generación en generación. Frente a esta situación hay una preocupación dado a que las nuevas generaciones no tienen interés de mantener vivas algunas de las tradiciones en lo cual abarca el trabajo por la tierra y la comunidad para su progreso, la creencia en Dios vista desde la religión católica y las prácticas espirituales que se le atribuyen a esta, además de la falta de motivación por estudiar y tener mejores oportunidades de empleo que se puedan implementar en la vereda.

- Frente a las experiencias de pérdida familiar por fallecimiento que han experimentado las personas mayores indican que la forma de afrontar la ausencia de su ser querido se centra en resignarse a que dicha persona fallecida no volverá a estar presente, sin embargo, se mantiene

viva su memoria mediante las oraciones y los recuerdos, aferrándose a sus creencias espirituales, pidiendo a Dios tener fortaleza y valor para seguir adelante.

- Frente a las experiencias de pérdida familiar por abandono que han experimentado las personas mayores, señalan que permanecen con intranquilidad y profundos vacíos emocionales ya que con esperanza anhelan que en algún momento inesperado su ser querido vuelva y pueda recuperar el tiempo perdido en lo que les resta de vida, dado a que por su vejez temen fallecer sin encontrarse con su familia. Así mismo como persiste un sentimiento de culpa por no evitar que sus familiares tomaran distancia.

- La comunidad y el entorno familiar cumplen un rol fundamental ante las situaciones de pérdida familiar en las personas mayores, ya que conforman una red de apoyo que brinda solidaridad y compañía como forma de consuelo ante la ausencia de los seres queridos, así mismo como mediante de las prácticas espirituales se da cristiana sepultura y se honra la memoria de la persona en caso de fallecimiento. Por otra parte, en los casos de abandono donde no está presente el entorno familiar, la comunidad se mantiene atenta del bienestar de la persona mayor y trata de brindar compañía

- Se entiende que los procesos de duelo en cada individuo son distintos, ya que dependen del contexto social, familiar, económico en el que se encuentren y especialmente las condiciones emocionales, dado a que no todos pueden asimilar la ausencia física de un ser querido de la misma forma, sin embargo teniendo en cuenta las generalidades que expresan las personas mayores de acuerdo a sus sentires y los aspectos que contribuyeron a afrontar su pérdida y como aporte a los procesos de la Pastoral Familiar de la P.N.B.U se elabora la cartilla 112 “Floreciendo desde la resignación: un viaje a través del valor y la fortaleza, herramientas para el afrontamiento de pérdidas familiares en persona mayor “ con el propósito de brindar

estrategias para el afrontamiento de pérdidas familiares que se presentan por fallecimiento o abandono en las personas mayores.

6 Recomendaciones

Después de analizar las narrativas de las personas mayores de la vereda Ganco en el Municipio de Ubaque, se ha podido identificar la influencia significativa de las prácticas culturales que juegan un papel fundamental en el proceso de afrontamiento de las pérdidas familiares, tanto por abandono como por fallecimiento. Por tanto, frente a los hallazgos de este proceso investigativo surgen unas recomendaciones a nivel comunal, parroquial, institucional, disciplinar y municipal, con la finalidad de generar conciencia de la importancia de aplicar herramientas adecuadas para que las personas mayores puedan atravesar un duelo sano y armónico con su contexto social y cultural.

Las personas mayores resaltan la importancia de las tradiciones religiosas y espirituales, así como la participación en actividades comunitarias, como una forma de encontrar consuelo y apoyo durante estos momentos difíciles; además, se evidencia una profunda conexión con la naturaleza y las actividades cotidianas como una fuente de distracción y reflexión para superar el duelo. Con base a lo observado, se formulan las siguientes recomendaciones:

1. A la Comunidad:

- **Promoción del auto apoyo y autocuidado:** Se recomienda a las instituciones que se les brindó la cartilla como la Policía municipal de Ubaque, la Secretaría de Desarrollo Humano de Ubaque, la Parroquia N.S.U y la Junta de Acción Comunal de Ganco, hacer promoción de la misma ante los casos de pérdida familiar que se puedan presentar, incentivando un mensaje de auto apoyo y solidaridad comunitaria.

- **Apropiación y participación comunitaria:** Se anima a la comunidad, desde las instituciones municipales, la parroquia y las juntas de acción comunal a apropiarse de este tipo de herramientas que contribuyen a fortalecer capacidades para el afrontamiento del duelo, además de establecer espacios de reflexión y divulgación que permitan llegar a otros individuos que necesiten este tipo de apoyo.

- **Participación activa:** Se invita a los miembros de la comunidad a participar activamente en iniciativas y actividades que promuevan el bienestar emocional y espiritual de las personas mayores, contribuyendo así a la creación de un entorno de cohesión colectiva.

2. A la Pastoral Familiar:

- **Dar continuidad al acompañamiento espiritual en situaciones de pérdida familiar:** Es importante dar continuidad a los procesos de acompañamiento y fortalecer las facultades de la pastoral familiar para brindar un acompañamiento espiritual no solo a las personas mayores, sino a todo aquel que enfrente pérdidas familiares, reconociendo la importancia de las prácticas espirituales y culturales arraigadas en la comunidad.

- **Incorporación de herramientas de apoyo emocional:** Se recomienda desarrollar e implementar programas de apoyo emocional que complementan el enfoque espiritual de la pastoral, brindando espacios de contención emocional y ofreciendo herramientas prácticas para el afrontamiento del duelo, comprendiendo que este se presenta de distintas formas en cada individuo. En este sentido, se recomienda el uso y promoción de la cartilla “Floreciendo desde la resignación: un viaje a través del valor y la fortaleza, herramientas para el afrontamiento de pérdidas familiares en persona mayor”.

- **Promoción de la participación comunitaria:** La pastoral familiar puede promover la participación activa de la comunidad en actividades de apoyo mutuo y solidaridad,

fomentando el sentido de pertenencia y la construcción de redes de apoyo entre vecinos y familias, así mismo, involucrar a las distintas instituciones municipales, mediante la implementación de estrategias para el afrontamiento de pérdidas familiares, duelo y fortalecimiento de la salud mental en las personas mayores.

3. A la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, el Programa de Trabajo Social y el Municipio de Ubaque Cundinamarca:

- Continuidad y seguimiento del proyecto: De acuerdo a los convenios académicos existentes entre el municipio y la institución educativa, se sugiere continuar con el seguimiento y evaluación del proyecto a lo largo del tiempo, asegurando su sostenibilidad y evaluando su impacto a nivel comunitario, con el fin de identificar áreas de mejora y ajustar las estrategias según las necesidades emergentes, así mismo se sugiere la ejecución de un plan de intervención de acuerdo a las necesidades de las personas mayores.
- Investigación y desarrollo en diversos contextos sociales: Es importante fomentar la investigación continua en el ámbito del afrontamiento de las pérdidas familiares en contextos culturales específicos, con el objetivo de generar conocimiento relevante y aplicable que contribuya al bienestar de las comunidades.
- Capacitación y formación: La universidad puede ofrecer programas de capacitación y formación dirigidos a, trabajadores sociales, líderes comunitarios, presidentes de junta de acción comunal, personal de la Pastoral familiar o cualquier persona, de manera que se diseñen procesos orientados a fortalecer sus habilidades en el acompañamiento y apoyo a personas mayores que enfrentan pérdidas familiares.

4. A la alcaldía municipal de Ubaque:

- Realizar un análisis de viabilidad frente al diseño nuevas estrategias enfocadas en la salud mental de la persona mayor, contemplando programas que se implementen al Plan de Desarrollo Municipal con la finalidad de brindar un acompañamiento integral en el envejecimiento de las personas mayores involucrando aspectos como el duelo.

7 Referencias

Acuerdo No. 008 de 2020 Por medio del cual se adopta el Plan de Desarrollo Territorial del Municipio de Ubaque Cundinamarca 2020-2023. 31 de mayo de 2020.

https://ubaquecundinamarca.micolombiadigital.gov.co/sites/ubaquecundinamarca/content/files/000614/30676_plan-de-desarrollo-municipal.pdf

Aguirre, J. y Jaramillo, E. (2012). Aportes del método fenomenológico a la investigación educativa. <https://www.redalyc.org/pdf/1341/134129257004.pdf>

Alcaldía Municipal de Ubaque. (2013). Informe de gestión 2012-2013.

<https://repositoriocdim.esap.edu.co/bitstream/handle/123456789/14499/14647-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ander E.(1986).Diccionario de Trabajo Social. Bogotá, Colombia

<https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2017/05/Diccionario-de-trabajo-social-Ander-Egg-Ezequiel.pdf>

Araya, T. Y Jofré, P. (2017). La pérdida en la vejez: relación entre sistemas de significado y experiencias de afrontamiento a la pérdida de seres queridos.

[/https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/175067/La%20p%C3%A9rdida%20en%20la%20vejez.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/175067/La%20p%C3%A9rdida%20en%20la%20vejez.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Archivo documental de Ganco. (2024). Junta de acción comunal Ganco Arquidiócesis de Bogotá. (2021). Santuario Nuestra Señora de Belén de Ubaque.

- Bamba, B.M. (2017). El duelo y la pérdida en la familia. revisión desde una perspectiva relacional. Hospital Universitario Miguel Servet.
<https://www.studocu.com/cl/document/universidad-santo-tomas-chile/psicologia/duelo-y-perdida-familiar/26110812>
- Bennett, R. T. (2017). El éxito en la vida no se mide por lo que logras, sino por los obstáculos que superas.
- Berry, W. (1977). The Unsettling of America: Culture and Agriculture. San Francisco: Sierra Club Books. <https://www.jstor.org/stable/24881618>
- Bonilla, E., Rodríguez, P. (1997). Más allá de los dilemas de los métodos. La investigación en ciencias sociales.
[/https://laboratoriociudadut.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/05/mas-alla-del-dilema-de-los-metodos.pdf](https://laboratoriociudadut.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/05/mas-alla-del-dilema-de-los-metodos.pdf)
- Bourdieu, P. (1979). La Distinción: Criterios y bases sociales del gusto. Madrid: Taurus.
<https://atheneadigital.net/article/view/n6-orta/162-html-es>
- Caldas, L., et al. (2020). Fortalecimiento del plan pastoral del santuario Nuestra Señora de Belén del Municipio de Ubaque-Cundinamarca en el año 2020.
file:///C:/Users/ponch/Downloads/Dialnet-Entrecruces Las Creencias ReligiosasContemporaneasE-7282405.pdf
- Camargo, C. Chavarro, D. (2020). El sentimiento de soledad en personas mayores: conocimiento y tamización oportuna.

[https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/UMED/61-2%20\(2020\)/231062391009/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/UMED/61-2%20(2020)/231062391009/)

Cardona, D., & Peláez, E. (2012). Envejecimiento poblacional en el siglo XXI: oportunidades, retos y preocupaciones. Revista Salud Uninorte.

<https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/view/1570>

Carrillo, S. et al. (2016). Cuáles son las causas del abandono de los adultos mayores que se encuentran recluidos en el Centro San Pedro Claver en la ciudad de Bogotá.

https://repository.ugc.edu.co/bitstream/handle/11396/4462/Causas_abandono_adultos_mayores.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Constitución Política de Colombia [Const]. Art.13. 4 de julio de 1991 (Colombia).

<https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=4125>

Convención interamericana sobre la protección de los derechos de las personas mayores.

Título III: Deberes generales de los Estados parte- Artículo 4. 15 de junio de 2015.

https://www.oas.org/es/sla/ddi/docs/tratados_multilaterales_interamericanos_a-70_de_rechos_humanos_personas_mayores.pdf

Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE). (2018). Censo Nacional de Población y Vivienda 2018.

<https://www.dane.gov.co/files/censo2018/informacion-tecnica/cnpv-2018-presentacion-3ra-entrega.pdf>

Frankl, V. E. (1946). Man 's Search for Meaning. Beacon Press. García, E., et al. (2013).

Paradigma interpretativo en investigación.

<https://www.monografias.com/trabajos97/paradigma-interpretativo/paradigma-interpretativo>

Geertz, C. (1973). La interpretación de las culturas. Barcelona: Gedisa.

https://monoskop.org/images/c/c3/Geertz_Clifford_La_interpretacion_de_las_culturas.pdf

Guerrero, R., Ojeda, G. y Oliva, T.(2017). Características de la entrevista fenomenológica en investigación en enfermería.

<https://www.scielo.br/j/rgenf/a/GDjsMnYpgDBM5cL55msXpwg>

Haynes, K. S., & Mickelson, J. S. (2017). Racism in the United States: Implications for the Helping Professions. Pearson.

<https://www.yu.edu/sites/default/files/inline-files/SocialPolicyMSW.Syllabus.Summer2017%20%282%29.pdf>

Hobsbawm, E. J., & Ranger, T. (Eds.). (1983). The Invention of Tradition. Cambridge: Cambridge University Press.

https://psi424.cankaya.edu.tr/uploads/files/Hobsbawm_and_Ranger_eds_The_Invention_of_Tradition.pdf

Homans, G. C. (1951). Social behavior: Its elementary forms. Harcourt, Brace and Company.

Javier C. (2022). Universidad de Guanajuato. Clase digital 9. Prácticas culturales.

<https://blogs.ugto.mx/rea/clase-digital-9-practicas-culturales/>

Joseph, S. (2013). What Doesn't Kill Us: The New Psychology of Posttraumatic Growth.

https://www.researchgate.net/publication/256408769_What_doesn't_kill_us

Kübler-Ross, E. (1969). On Death and Dying. Scribner.

<https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=1188071>

Ley 1251 de 2008. Por la cual se dictan normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores. Noviembre 27 de 2008.

D.O. No. 47.186.

http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1251_2008.html

Ley 2055 de 2022. Por medio de la cual se aprueba la Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores, adoptada en Washington 2015. 10 de septiembre de 2022. D.O. No. 51433.

https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/normatividad/ley_2055_del_10_de_septiembre_de_2020_0.pdf

Limón Mendizábal, R. (2018). Envejecimiento activo, un cambio de paradigma sobre el envejecimiento y la

vejez. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/221814>

Martínez, L. (2013). Métodos, técnicas e instrumentos de investigación.

https://www.academia.edu/11027675/M%C3%A9todos_t%C3%A9cnicas_e_instrumentos_de_investigaci%C3%B3n

Méndez, A. (2018). Los procesos del duelo en la Infancia. Universidad de la Laguna.

<https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/10938>

Ministerio de Salud y Protección Social. Decreto 681 de 2022 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. 2 de mayo del 2022. D.O. No. 52.022.

https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Decreto%20No.%20681%20de%202022.pdf

Mojomboy, I. (2019). La chagra cultural “nukanchipa iuai” nuestro pensamiento y transformación actitudinal hacia prácticas ancestrales desde la lengua propia, en el Resguardo Floresta- la española.

[/https://repository.unad.edu.co/jspui/bitstream/10596/31412/1/66916489.pdf](https://repository.unad.edu.co/jspui/bitstream/10596/31412/1/66916489.pdf)

Neimeyer, R. A. (2001). Meaning Reconstruction and the Experience of Loss. En D. R. Papadatou & M. A. Huges (Eds.), Handbook of Thanatology: The Essential Body of Knowledge for the Study of Death, Dying, and Bereavement (pp. 55-69). Routledge

Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud. (2000). Guía de diagnóstico y manejo: Abuso (maltrato) y negligencia (abandono).

http://inger.gob.mx/pluginfile.php/1682/mod_resource/content/19/Repositorio_Cursos/Archivos/Alzheimer/MODULO_IV/UNIDAD_3/ManualOPS.pdf

Organización de Naciones Unidas. (2019). Perspectivas de la población mundial 2019.

https://population.un.org/wpp/Publications/Files/WPP2019_PressRelease_ES.pdf

Organización Mundial de la Salud. 1989. La salud de las personas de edad. Informe del comité de expertos de la OMS. Serie de informes técnicos 779. Ginebra, Suiza.

Organización Panamericana de la Salud. (2017). <https://www.paho.org/es>

Pérez M. (2016). El proceso de duelo y la familia.

<https://paliativossinfronteras.org/wp-content/uploads/procesol-de-duelo-y-familia-PE REZ.pdf>

Pérez J., Gardey, A. (2019). Prácticas culturales , Qué son, definición y concepto.

<https://definicion.de/practicass-culturales/>

Pérez, et al. (2018). El envejecimiento en Colombia: Una construcción social.

<https://www.redalyc.org/pdf/308/30843703004.pdf>

Pierre N. (2022). Guión de entrevista: ejemplos, métodos y consejos para su preparación.

<https://www.intotheminds.com/blog/es/guion-entrevista/#cual-es-el-objetivo-de-un-guion-de-entrevista-75250d85-15b4-4484-bbbe-c5a7b72750ee>

Plan de Desarrollo Municipal Ubaque, Turístico en Desarrollo: Un Gobierno de Verdad (2020-2023). Ubaque, Colombia.

<http://www.ubaque-cundinamarca.gov.co/planes/plan-de-desarrollo-municipal-ubaque-turistico-en-desarrollo>

Política Nacional de Envejecimiento y Vejez. (2007-2019). Eje 1: Promoción y garantía de los derechos humanos de las personas Mayores. Bogotá, Colombia.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/Pol%C3%ADtica-colombiana-envejecimiento-humano-vejez-2015-2024.pdf>

Quintero, S., Trompiz, J. (2013). El adulto mayor como transmisor de tradición y cultura de la corianidad. <https://www.redalyc.org/pdf/904/90428348005.pdf>

Rizo García, M. (2004). Prácticas culturales y redefinición de las identidades de los Inmigrantes en el Raval (Barcelona) Aportaciones desde la comunicación. (2004). Barcelona, España.
<https://ddd.uab.cat/pub/tesis/2004/tdx-1217104-141705/mrg1de1.pdf>

Rodríguez, C. et al (2021). Las prácticas culturales: Una vía para el desarrollo de sentimientos de identidad en niños y jóvenes.
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/1420/1962>

Smith, A. D. (1992). National Identity. Reno: University of Nevada Press. Soto, C. y Vargas, I. (2017). La fenomenología de Husserl y Heidegger.
https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/69271/1/CultCuid_48_05.pdf

Tizón, J. L. (2004). Pérdida, pena, duelo. Vivencias, investigación y asistencia. Barcelona: Fundació Vidal i Barraquer y Paidós.
<https://books.google.com.pe/books?id=-jrPFKEtoZQC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

Tovar, O. T. (2004). El Duelo Silente. (Tesis Maestría de Desarrollo Humano). Universidad Iberoamericana, México D.F. <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014445/014445.pdf>

Universidad Nacional de Colombia. (2013). [Ubicación y localización geográfica de Ubaque].

Uribe A., Valderrama L. y López S. (2007). Actitud y miedo ante la muerte en adultos mayores. Pontificia Universidad Javeriana de Cali.

<file:///C:/Users/Hp14%20AM071/Downloads/74-Texto+del+art%C3%ADculo-218-1-10-20121001.pdf>

Worden, J. W. (2009). Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner (4th ed.). Springer Publishing Company.

<https://psycnet.apa.org/record/2008-12814-000>

Zamora, M. (2015). La vejez en la modernidad líquida. Universidad Nacional Autónoma de

México. <http://132.248.9.195/ptd2015/julio/0731623/0731623.pdf>

Anexos.

Anexo A. Matriz de Metodologías

En el mundo contemporáneo, la diversidad de enfoques metodológicos para abordar distintos problemas o realizar investigaciones es vasta y en constante evolución. Este abanico de metodologías ofrece a los investigadores y profesionales una amplia gama de herramientas y perspectivas para analizar y resolver cuestiones específicas. La selección de la metodología adecuada es crucial, ya que puede influir significativamente en los resultados obtenidos y en la eficacia de los procesos implementados, en este contexto, la revisión exhaustiva de diversas metodologías se vuelve fundamental, por ende, se desarrolla la siguiente matriz de metodologías.

Metodologías de investigación.

Fuente: Elaboración propia.

Metodologías indagadas	Características de la metodología (pasos)	¿En qué aporta la metodología a mí al trabajo de grado?	¿Qué disonancias o dificultades encuentro en la metodología de modo que no aporta al TG?
Metodología 1 Más allá del dilema de los métodos. La investigación en ciencias sociales	1. Busca indagar cómo los individuos tienen una percepción propia sobre la realidad y los fenómenos sociales, así como también se	Esta metodología dentro del proceso de investigación en el marco de los patrones culturales que inciden en el afrontamiento del duelo en adultos mayores, genera una base teórica para la comprensión de cómo la población a estudiar percibe y actúa, desde	Realizando un exhaustivo análisis en lo que plantean las autoras referentes al proceso metodológico de la investigación cualitativa, se deduce que no se presentan complicidades con esa metodología. Por lo contrario, dispone de una serie de elementos

<p>Elssy Bonilla y Penélope Rodríguez</p>	<p>desenvuelven en el mismo.</p> <p>2. Explora de manera sistemática los conocimientos, valores y creencias que tienen los individuos de un contexto específico</p> <p>3. Las autoras plantean un proceso cíclico compuesto por 3 momentos importantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Se define la situación a investigar, con la formulación del problema, el diseño y la preparación del trabajo de campo. ● Se hace énfasis en la investigación para la correcta recolección y/o organización de datos. ● Interpretación y conceptualización base de los 	<p>características propias de su cultura, en esta realidad social.</p> <p>Por otra parte, las autoras como tercera fase mencionan un aspecto importante que es la identificación de patrones culturales que permiten organizar los datos obtenidos a través de la fase diagnóstica.</p>	<p>importantes que van acorde con el proyecto de investigación que se pretende llevar a cabo. Dado a que el eje central es el estudio de patrones culturales, los cuales se desarrollan de manera distinta en cada individuo, este proceso metodológico permite estudiar a fondo estos patrones desde las interpretaciones de cada adulto mayor.</p> <p>Por otra parte, esta metodología permite la construcción de conocimientos profundos al mismo tiempo que se están recolectando los datos.</p>
--	---	---	--

	patrones culturales , como plan de acción..		
<p>Metodología de la investigación.</p> <p>Roberto Sampieri</p>	<p>La investigación según Sampieri es un conjunto de procesos sistemáticos, críticos y empíricos que se aplican a el estudio de un fenómeno cómo resultado de emplear unos conocimientos en el proceso empírico, es donde se da a conocer la primera impresión del planteamiento del problema.</p> <p>Roberto Sampiere menciona que los enfoques cuantitativo, cualitativo y mixto constituyen posibles elecciones para enfrentar problemas de investigación y resultan igualmente valiosos. Son, hasta ahora, las mejores formas diseñadas por la humanidad para investigar y generar conocimientos.</p> <p>Esta metodología está compuesta por una serie de pasos entre los que se encuentran:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Concebir la idea a investigar. 2. Plantear el problema de investigación (Objetivos, Preguntas y Justificación) 3. Establecer marco teórico (Revisión, obtención y consulta de literatura, Extracción y 	<p>Esta metodología en cuestión de trabajo de grado, brinda un amplio acceso a situaciones y personas, permitiéndonos cómo grupo de trabajo tener contacto con pequeños detalles en el contexto del usuario, específicamente hablando del nivel cultural, comunitario y de los procesos de duelo que lleva el adulto mayor dentro de la misma comunidad (centrándonos en el hecho de que esta es la población donde nos encontramos situados).</p> <p>Así mismo, esta metodología nos brinda con la consecución de sus distintas fases el paso a la visualización de resultados a través de la implementación de una serie de instrumentos, mediante el trabajo de campo, brindando una estructura bastante completa acerca de la implementación de la misma y siendo específica en su paso a paso.</p>	<p>La investigación en la que basaremos nuestro trabajo de grado va basada en la interpretación de los patrones culturales que se dan a partir del proceso del duelo, por tanto para el grupo investigador es relevante que esta conceptualización sea incluida en medio del proceso metodológico, para trabajar ampliamente esta categoría que es una de las principales al momento de investigar.</p>

	<p>recopilación de información de interés y construcción del marco teórico)</p> <p>4. Definir la investigación cómo exploratoria, descriptiva, correlacional y explicativa, así cómo hasta qué nivel llegará.</p> <p>5. Establecer la hipótesis. (Detectar variables, definir operacional y conceptualmente las variables)</p> <p>6. Seleccionar el diseño de la investigación (Experimental, no experimental)</p> <p>7. Seleccionar la muestra. (Determinar universo y extraer muestra)</p> <p>8. Recolección de datos. Elaborar instrumentos de medición y aplicarlo, calcular validez y confiabilidad del instrumento, codificar datos y crear archivos que contengan los datos).</p> <p>9. Analizar datos. (Seleccionar pruebas estadísticas, elaborar el problema de análisis, realizar el análisis)</p> <p>10. Presentación de resultados. (Elaborar y presentar el reporte de investigación).</p>		
<p>La investigación participativa de francés, Alaminos, Penalba y SantaCreu</p>	<p>La investigación de acción participativa (IAP) es un enfoque de investigación en comunidades que enfatiza la participación y la acción. Busca entender el</p>	<p>En cuestión de nuestro trabajo de grado, esta metodología brinda amplias herramientas, ya que la misma está relacionada con procesos de educación popular, y</p>	<p>Esta metodología pese a que brinda grandes aportes al sentido investigativo a nuestro trabajo de grado, no cumple a cabalidad con los objetivos propuestos</p>

	<p>mundo tratando de cambiarlo, en colaboración y siguiendo la reflexión.</p> <p>Esta metodología está compuesta por una serie de fases entre las que se encuentran:</p> <p>1. Negociación de la demanda y estudio preliminar: (En esta primera etapa se realiza la negociación de la demanda con actores sociales, un planteamiento inicial de temas y objetivos, así mismo la presentación e información del proceso, también procesos como la recogida de información exploratoria, tareas de autoformación, constitución del grupo de investigación acción participativa y comisión de seguimiento, para finalmente hacer difusión del documento)</p> <p>2. Autodiagnóstico: (En esta fase, se dan los procesos de devolución de información, así como el trabajo de campo con técnicas de creatividad social, el análisis e interpretación de la información para finalmente hacer una segunda entrega donde se plantea el diagnóstico y primeras propuestas de acción)</p>	<p>también se relaciona ampliamente con procesos comunitarios y la gestión de la misma, Esta metodología se centra en la emancipación desde la subjetividad, por eso brinda grandes herramientas importantes para nuestro proceso investigativo, debido a que esta asume la participación como uno de sus elementos focales.</p>	<p>para el desarrollo del mismo, una de las principales desventajas que se encuentre ante la implementación de dicha metodología es el tiempo que requiere la investigación y las necesidades de urgente solución, así mismo el investigador dentro de esta metodología tiene un alta participación e inmersión dentro de la comunidad para mirar desde el interior la problemáticas que se presentan y poder entenderla, por tanto al ser una investigación acción participativa, se pueden retomar algunos elementos que brindar gran sustento aporte a nuestra investigación, pero no cumple a cabalidad con el objetivo del proceso que requerimos en nuestra investigación.</p>
--	--	--	--

	<p>3. Programación y puesta en marcha de acciones: (En esta fase se abordan los talleres de negociación y decisión, la propuesta de acción ciudadana, el diseño de la participación acción investigativa, así mismo realizar la evaluación para finalmente hacer entrega del tercer documento que ya sería denominado cómo informe final)</p>		
<p>Metodología 4</p> <p>Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica.</p> <p>Carlos A. Monje</p>	<p>La investigación cuantitativa, propone un proceso sistemático, ordenado y bastante riguroso que determina una serie de elementos y pasos a seguir que tienen por objeto dar respuesta al cuestionamiento propuesto, siendo muy claro y objetivo en el punto que se quiere tratar. Dado a que estos aspectos que construyen el proceso metódico están lógicamente estructurados, imposibilita tener este enfoque en una investigación que requieran de flexibilidad y profundización extensa de conocimientos. Las fases que propone, indican:</p> <p>1. Fase conceptual: Se realiza la formulación y delimitación del problema con la construcción del marco</p>	<p>Puesto a que es un enfoque de investigación permite realizar un análisis profundo en datos exactos, como es la población de adulto mayor, los instrumentos para la recolección de información que posteriormente pasan por un riguroso análisis que permite determinar variantes en el proceso. Siguiendo esta línea desde un enfoque cualitativo se da profundidad a estas variantes como ejes transversales en el proceso, que pueden alimentar la indagación planteada.</p>	<p>Este método, plantea objetivos específicos, para así mismo tener respuestas exactas, por lo cual en algunos casos puede verse limitado ya que no tiene interés en ir más allá de los conocimientos que se pueden transversalidad en el proceso. Dado a lo expuesto anteriormente, imposibilita direccionar el proyecto enfocado a indagar sobre patrones culturales, dado que cada individuo como objeto de estudio, tiene una percepción distinta de estos, lo que indica establecer una investigación de carácter flexible, lo cual no está acorde a la investigación cuantitativa.</p>

	<p>teórico y la hipótesis del problema.</p> <p>2. Fase de planeación y diseño: Se realiza un diseño metodológico que orienta la investigación, determinando la población, muestra, instrumentos para la recolección de información y un estudio piloto.</p> <p>3. Fase empírica: Corresponde a la recolección de datos.</p> <p>4. Fase analítica: Se hace revisión y análisis de todos los datos obtenidos en el proceso.</p> <p>5. Fase de difusión: Comunicación y aplicación de las observaciones.</p>		
--	---	--	--

Entre las múltiples opciones metodológicas, la propuesta de Elsy Bonilla emerge como un enfoque especialmente relevante y prometedor. El trabajo de Bonilla se distingue por su enfoque innovador, riguroso y adaptativo, así como por su capacidad para integrar diversas perspectivas teóricas y metodológicas. En este contexto, este trabajo se propone explorar la importancia de revisar varias metodologías antes de seleccionar la propuesta de Elsy Bonilla como el marco metodológico más apropiado para abordar el problema o la investigación en cuestión.

Anexo B. Cronograma de actividades.

La elaboración de un cronograma de actividades proporciona una estructura visual que facilita la planificación, organización y seguimiento de las tareas a realizar en un determinado periodo de tiempo. En este contexto, presentamos el cronograma de actividades correspondiente a lo realizado durante la investigación.

En el siguiente vínculo se encuentra el cronograma de planeación de actividades, de acuerdo a los trimestres y las semanas de los mismo: [📅 CRONOGRAMA](#)

Cronograma de Actividades.

No	FASES DEL PROYECTO	ACTIVIDADES	TIEMPO DE DURACIÓN	
			PERIODO 2023	PERIODO 2024
			febrero- diciembre	enero- junio
1	Búsqueda de la situación problema a investigar y establecimiento de acuerdos con la	Diálogo con el Párroco	25 de febrero - 05 de marzo	

	Pastoral familiar			
2	Asignación directora de trabajo de grado	Presentación del T.G a comité de investigaciones y la docente a cargo	16 de marzo	
3	Definición de la situación problema a investigar	Formulación pregunta problema, objetivos y justificación	25 de marzo- 20 de abril	
		Marcos de referencia	15 abril- 10 mayo	
		Fundamentación conceptual	15 de abril - agosto	
4	Diseño metodológico	Definición de la metodología, paradigma y enfoque	20 de mayo -05 de junio	
		Definición de la muestra poblacional	julio - 24 de octubre	
		Técnica e instrumentos para la recolección de datos	05 de junio	
5	Trabajo de campo	Recolección de datos (Entrevistas)	03 de noviembre - 02 de diciembre	
		Organización de la información (transcripción de entrevistas)		20 enero- 14 de febrero
		Análisis de datos (Categorización)		20 febrero- 05 de marzo
6	Hallazgos	Identificación de patrones culturales		15 de mar
7	Finalización	Conclusiones		20 de marzo - 10 de

		Recomendaciones		abril
		Organización del documento base		
		Elaboración de la cartilla		01 abril- 20 abril
8	Entrega de T.G	Sustentación		mayo-junio

Anexo C. El cuadro de categorías abre paso a la creación del instrumento.

Este cuadro de categorías representa el primer paso hacia la creación de nuestro instrumento, ofreciendo una visión estructurada y detallada de los elementos fundamentales que guiarán nuestro proceso de desarrollo

CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	SUBCATEGORÍA 2	SUBCATEGORÍA 3	PREGUNTAS
Prácticas Culturales	Cultura	Tejido	Construido por los seres humanos. 1, 2,,3	1.¿Conoce alguna actividad o evento cultural que sea importante para la comunidad de Ganco? ¿Participa en celebraciones culturales específicas de la comunidad?
		Capacidades		
		Códigos		
		Costumbres		
		Contexto social	Pensamientos y comportamientos. 4	¿Cómo han cambiado sus costumbres a lo largo de los años ? ¿Cómo influyen sus costumbres culturales con personas cercanas que
		Arte		
		Ideología		
		Creencias		
Prácticas				

			<p>tienen diferentes significados culturales?</p> <p>¿Qué actividades artísticas como bailes, cantos o artesanías disfruta participando o compartiendo en comunidad?</p> <p>Señor X ¿Venga cuéntenos qué costumbres tienen acá?</p> <p>¿Cómo influyen sus creencias espirituales o religiosas en sus prácticas culturales?</p>
		Cotidianidad	<p>Cómo comemos, cómo nos lavamos, cómo nos saludamos, cómo mostramos respeto, cómo organizamos nuestro entorno.</p> <p>¿Practica rituales culturales en su vida diaria?</p> <p>Cuénteme un día suyo. Rutina</p> <p>¿Qué actividades tradicionales están presentes en las acciones de su día a día ?</p> <p>¿Cómo mantiene su vida social con familiares y conocidos en la vida cotidiana ?</p> <p>¿Con qué frecuencia cambia sus actividades en su vida diaria? - Nos podría contar cómo usualmente son sus días ,</p>

				que hace a lo largo de ellos en la semana?
	Actividades y rituales	Tradiciones de una comunidad	Conjunto de sujetos	<p>¿Qué actividades se acostumbran realizar ante el fallecimiento de una persona de la vereda?</p> <p>¿Qué tipos de eventos suelen celebrar en la vereda?</p> <p>¿Cómo suele celebrar eventos importantes de su cultura? ej: bodas, nacimientos, logros.</p> <p>¿Ha compartido alguna costumbre cultural con la generación más joven de su familia o comunidad?</p> <p>¿Qué creencias espirituales son especialmente significativas para el sur?</p>
	Interpretación propia del mundo	Comunidades o grupos sociales específicos	Significados y sentidos	
		Modos de conductas diferente al mundo que los rodea	Interpretarla, crearla y transformarla.	
	Identidad	Hábitos	Hábitos apropiados	<p>¿Qué consejo le daría a las personas de las nuevas generaciones para mantener y alimentar sus prácticas culturales?</p> <p>¿Qué normas y valores usted le enseñaría considera que se deben enseñar a las generaciones más jóvenes?</p>
			Hábitos transformados	
			Hábitos reproducidos-desplazados	
		Normas	Lo que el actor social pone en práctica	¿Cómo se siente con todo lo que ha hecho a lo largo
	Valores códigos culturales			

				<p>de su vida, con sus aprendizajes y lo que ha enseñado?</p> <p>¿Señor X de acuerdo a esos aprendizajes y valores que usted tiene que le gustaría que sus nietos o los jóvenes de la vereda supieran?</p> <p>¿Qué aspectos de su cultura son significativos en su proceso de envejecimiento ?</p> <p>Señor X, usted lleva X tiempo en la vereda ¿Cómo se ha sentido a lo largo de todos estos años?</p>
--	--	--	--	--

CATEGORÍA DE PRÁCTICAS CULTURALES:

Se tiene en cuenta la categoría de **Prácticas Culturales**, dado a que es un eje central de la investigación. Sin embargo, antes de hablar sobre las prácticas culturales cabe conceptualizar acerca de lo que es la **cultura**, el sociólogo Ezequiel Ander Egg menciona que “La cultura emprende el **tejido** de todas las **capacidades, códigos y costumbres** adquiridos o **construidos por los seres humanos en** asociación con sus congéneres, en un determinado **contexto social**. Comprende los hechos materiales propios de una sociedad como **su arte** y los no tangibles o inmateriales como los **ideológicos**.” (Ander, E. 1986. p.20), por tanto esta se encuentra inmersa en la comunidad y abarca todos los aspectos de la vida social, incluidos el **pensamiento y el comportamiento** desarrollándose en el entorno de la persona e influyendo directamente en su forma de pensar y actuar, mediante la vinculación de **creencias, prácticas y costumbres**, de esta manera se abre paso al concepto de prácticas culturales donde Halliday, (2013), citado por Javier, C. 2022 entiende las prácticas culturales como, **"cosas cotidianas** que hacemos que pueden parecer extrañas para las personas que provienen de culturas extranjeras: **cómo comemos, nos lavamos, saludamos, mostramos respeto, organizamos nuestro entorno"**.

Por su parte, Pérez Porto, J., Gardey, A. (2019) señala que, "las prácticas culturales son **actividades y rituales** vinculados a las **tradiciones de una comunidad"**. En este sentido, las **comunidades o grupos sociales en específico**, están compuestos por un **conjunto de sujetos**, quienes se caracterizan por tener una **interpretación propia del mundo** y así mismo materializan las prácticas culturales que determinan su entorno, frente a esta idea,

Rodríguez, C. (2021), expone que cada sujeto, que interpreta a través de la socialización cultural en relación con su mundo, un conjunto de sentidos, significados que revelan una interiorización en su conciencia y que manifiestan cómo él, ha sido capaz de interpretarla, recrearla y transformarla a partir de su universo cultural, de forma que contribuye a modos de conductas diferentes en el mundo que le rodea (p.11).

Analizar el concepto de “prácticas culturales” exige retroceder analíticamente el camino del consenso para ver en el mismo proceso el necesario trabajo de construcción de aquello que pensamos y que forma parte del canon cultural, en este sentido Rizo, García, M (2004) menciona que las prácticas culturales son generadoras de identidad, en tanto que producen sujetos concretos a la vez, las prácticas son generadas por esa misma identidad por el habitus incorporado, por ende el autor hace énfasis en que para que la incorporación del habitus se lleve a cabo, el actor necesita poner en práctica el valor, la norma o la representación, lo que nos lleva a suscribir la idea de que no hay acción social sin representación, y de igual forma, no hay representación que no sea puesta en práctica.

En este sentido, la autora Rizo menciona que el mundo social se construye a partir de lo ya construido en el pasado, que se erige en forma de habitus, y por otra parte; las formas sociales del pasado son reproducidas, apropiadas, desplazadas y transformadas en las prácticas y las interacciones de la vida cotidiana de los actores, por ende propone una vinculación entre identidad, habitus y prácticas culturales.

CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	SUBCATEGORÍA 2	SUBCATEGORÍA 3	PREGUNTAS
Perdidas Familiares	Pérdida	Creencias	cada persona reacciona de diferente forma ante el conocimiento de una pérdida significativa	¿Qué relación mantenía con la persona que perdió?
		Interpretaciones		¿Hay alguna actividad espiritual o religiosa que practique para afrontar su pérdida?
		Tipo de pérdida	Pérdida relacional (Muerte – Abandono)	¿Cómo le ha ayudado su espiritualidad a enfrentar las pérdidas en la vejez? ¿De qué manera sucedió esta pérdida? ¿Qué consejos le daría a otras personas mayores que enfrentan situaciones de pérdida familiar?

		Procesos de duelo (Momentos)	aislamiento y disociación en el duelo represión en el duelo negación en el duelo momentos más reparatorios del duelo Los sujetos no contemplan de la misma manera los procesos de duelo	¿Qué acciones tiene en cuenta para el afrontamiento de su pérdida familiar? ¿Qué prácticas considera que contribuyen a llevar un proceso de duelo que no perjudique su salud física o mental, tras sufrir la pérdida de un familiar?
	Muerte	Cambios	Propios Contexto que rodea Vínculo estrecho y significativo	¿Ha experimentado cambios en su apetito, sueño o nivel de energía desde la pérdida? Tras sufrir esta pérdida, ¿ha recibido algún tipo de apoyo de su contexto familiar y comunitario? De ser así, ¿Nos podría contar qué hicieron estas personas y qué significó para usted? ¿Cómo ha afectado esta pérdida en las relaciones con familiares, amigos o personas cercanas? ¿Cómo describe el vínculo que mantenía con su familiar? ¿Considera que este vínculo afectivo tuvo

				<p>algún cambio significativo después del fallecimiento de su familiar?, si es así, ¿Puede indicar el por qué de ese cambio?</p>
			Pueden manifestarse en síntomas diversos.	¿Qué sentimientos le ha causado la ausencia de su familiar?
	Duelo		Con el fin de adaptarse a dichos cambios, se necesita un proceso de transición hacia una nueva identidad.	<p>¿Cuáles son los pasatiempos que le dieron consuelo durante este proceso de duelo?</p> <p>¿Tiene alguna forma especial de recordar a la persona que perdió?</p> <p>¿Cómo se siente al compartir los recuerdos y emociones de la persona que perdió?</p> <p>¿Cómo ha afectado este duelo en su rutina diaria?</p> <p>¿Cómo le gustaría que los demás lo apoyen en este proceso de duelo?</p>
	Abandono	Intencionado	<p>Negligencia Familiar</p> <p>Omisión de atenciones</p>	<p>Tras sufrir esta situación de abandono, ¿Qué emociones experimentó?</p>
		No intencionado	<p>Malas condiciones económicas</p> <p>Nulas capacidades de cuidado</p>	<p>¿A qué actividades recurre para sentirse más conectado con los demás y menos abandonado?</p> <p>¿A qué actividades ha recurrido para darle</p>

			Descuido de atenciones	<p>manejo a esta situación de abandono?</p> <p>¿Cómo cree que se puede mejorar el apoyo a las personas mayores que enfrentan el abandono en la comunidad?</p> <p>¿Nos puede compartir alguna experiencia en la que se haya sentido abandonado en su vida como persona mayor?</p>
--	--	--	------------------------	--

CATEGORIA DE PERDIDAS FAMILIARES:

La forma en que las **pérdidas familiares** se experimentan y procesan, puede variar significativamente según la cultura. Algunas culturas pueden contemplar prácticas específicas para el duelo, mientras que otras pueden tener tabúes en torno a la expresión de emociones, estas pérdidas pueden tener un impacto profundo en la salud mental y emocional de las personas mayores. Por tanto, es importante considerar la diversidad cultural al proporcionar apoyo y atención a adultos mayores que han experimentado pérdidas familiares.

Para el desarrollo de la temática de pérdidas familiares, es necesario abarcar el concepto de **pérdida**, donde Gómez del Campo (1994), O'Connor (1990), Piña (1994) y Viorts (1990), retomados de Tovar, O (2004), coinciden respectivamente, en la idea de que **cada persona reacciona de diferente forma ante el conocimiento de una pérdida significativa**, las **creencias e interpretaciones** que cada persona tiene sobre las pérdidas, son factores importantes en la forma de responder a la misma. (p.23), es importante mencionar que para abarcar las pérdidas familiares se está hablando del **tipo de pérdidas** al que Tizón, J. L. (2004) hace referencia cómo **pérdidas relacionales**, las pérdidas relacionales son aquel tipo de pérdidas relacionadas con el otro, donde se abarca tanto la pérdida de un ser querido por muerte, cómo por abandono.

Por otra parte, Parkes (1998) retomado de Bamba (2017) observó que, ante una pérdida, ponemos en marcha una serie de procesos diferenciados, que oscilan y se entremezclan según los **momentos del duelo** y la personalidad:

- a. Procesos de aislamiento, embotamiento de la sensibilidad, retirada esquizoide (**aislamiento y disociación en el duelo**).

- b. Procesos de retirada de la atención y la actividad con respecto a lo perdido y aquello que lo recuerda (**represión en el duelo**).
- c. Procesos que tienden a mantener la creencia y el sentimiento de reversibilidad de la pérdida (**negación en el duelo**).
- d. Procesos tendientes al reconocimiento de la pérdida, de su importancia para nosotros y de que persisten los vínculos mentales con lo perdido (**momentos más reparatorios del duelo**) (p.13).


Estas etapas contribuyen a un estado de superación por pérdida en las personas, por lo tanto es importante comprender que **los sujetos no contemplan de la misma manera los procesos de duelo**; para las personas a nivel general y en este caso para la persona mayor, la pérdida de los vínculos de apego, de los roles del hogar y de la identidad o algo que tenía un significado propio o costumbre terminará en un duelo. Debido a que la principal consecuencia del abandono es el duelo, causado por todas las pérdidas que la situación de desamparo o vulnerabilidad comprende; de esta forma, la tarea a la que se enfrenta el adulto mayor es darle un nuevo sentido a su vida emocional.

En este sentido también se hace necesario reconocer el proceso que afronta la persona mayor a causa de **una pérdida por muerte** de un ser perteneciente a su contexto familiar, como lo expresa Pérez M. (2016, p 180). El fallecimiento de una persona suele ocasionar, en quienes mantenían un **vínculo estrecho y significativo** con él, **cambios importantes** en el **concepto que tienen de sí mismos y del mundo que les rodea que pueden manifestarse en síntomas diversos**. **Con el fin de adaptarse a dichos cambios, se necesita un proceso de transición hacia una nueva identidad**, proceso que habitualmente se denomina **duelo**, el duelo es un conjunto de reacciones emocionales, físicas, cognitivas y espirituales que cada persona experimenta de un modo peculiar, con un ritmo y una intensidad propios.

En concordancia con lo anterior, es indispensable retomar que este proyecto investigativo contempla las pérdidas familiares en las personas mayores desde dos puntos. Una que fue la anteriormente mencionada, que es el fallecimiento de personas que pertenecen al contexto familiar de persona mayor y otra, que responde al **abandono**, en este caso la oficina regional de la Organización Mundial de la salud, en su guía de diagnóstico y manejo "Abuso (maltrato) y negligencia (abandono), indica que el abandono **implica descuido u omisión en la realización de determinadas atenciones** o desamparo de una persona que depende de uno o por la cual uno tiene alguna obligación legal o moral. La negligencia o abandono puede ser **intencionada** o **no intencionada**. (2000. p.130).

Abarcando las pérdidas por abandono, la presente investigación permite comprender que hay dos formas de abandono, una que se da de manera intencional, es decir que el familiar tiene las capacidades y condiciones aptas para cuidar de la persona mayor, pero decide no hacerlo por **no hacerse cargo de esta responsabilidad**, y la otra forma de abandono es desintencionada, que sucede cuando se genera un descuido por parte del familiar a la persona mayor, pero esto sucede porque el familiar **no tiene las capacidades para hacerse completamente cargo de todas las necesidades que demanda la persona mayor**, lo que se considera un abandono no intencionado.

Anexo D. Instrumento entrevista semiestructurada fenomenológica.

	<p style="text-align: center;">Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca</p> <p style="text-align: center;">Programa de Trabajo Social</p> <p style="text-align: center;">Trabajo de grado</p> <p style="text-align: center;">Reconocimiento de las prácticas culturales de la persona mayor perteneciente a la vereda Ganco en el Municipio de Ubaque frente al manejo de pérdidas familiares, durante el año 2023.</p>
---	--

Guia de entrevista

Buen día, señor@ X, para nosotras es un honor y un privilegio contar con su participación en esta investigación que busca comprender y valorar las prácticas culturales relacionadas con las pérdidas familiares acá en el Municipio desde sus experiencias, las cuales son bastante significativas para el desarrollo de este estudio.

Señor@ X, con su autorización nos permitimos grabar la entrevista, que será utilizada únicamente para uso académico.

1. En este sentido, nos gustaría que inicie contándonos, ¿Qué actividades o eventos culturales reconoce que son importantes para la comunidad de Ganco?
2. Sumercé nos podría comentar, ¿Cómo suele celebrar eventos importantes de su cultura? ej: bodas, nacimientos, logros.
3. ¿Cómo han cambiado sus costumbres a lo largo de los años?
4. ¿Qué creencias espirituales son significativas para sumercé?
5. Sumercé, cuéntenos ¿Cuál es su rutina diaria?
6. De acuerdo a sus experiencias de vida, ¿Qué le gustaría que sus nietos o los jóvenes de la vereda supieran?
7. Señor@ X, usted lleva X tiempo acá en la vereda ¿Cómo se ha sentido a lo largo de todos estos años compartiendo acá en la comunidad?
8. Usted nos podría comentar ¿Qué actividades se acostumbran realizar ante el fallecimiento de una persona de la vereda?

Nos comentaban que usted es una persona muy importante en la vereda, que es un@ (Mujer-Hombre) Valios@, para este punto queríamos hacerle una pregunta acerca de las pérdidas

familiares que sumerce ha presentado a lo largo de su vida, podría comentarnos por favor, ¿De las pérdidas familiares que se acuerda? (En este punto si menciona que no ha presentado una pérdida por muerte, se hace aclaración de las pérdidas por abandono).

9. Si señor@ comprendemos, coméntanos ¿Qué relación mantenía con la persona que perdió?
10. Claro señor@ x, ¿Qué sentimientos le ha causado la ausencia de su familiar?, en este caso nos podría describir
11. ¿Qué cambió en su apetito, sueño o energía desde la pérdida?
12. En caso de abandono - sólo en caso de abandono 12. ¿Qué ha pasado con esa persona usted ha vuelto a saber de ella?
13. ¿Qué emociones ha experimentado al saber o no saber de esa persona?
14. Sumercé, comprendemos todo lo que este proceso para usted ha representado, nos podría decir si usted ¿Tiene alguna forma especial de recordar a la persona que perdió?
15. ¿Cómo hizo usted para hacer llevadera esa pérdida que presentó? En caso de que responda que con ayuda de Dios o vinculándose a la iglesia se le pregunta
16. ¿Cómo le ayudó Diosito en ese proceso?
17. Nos podría comentar, ¿Qué actividades o cuáles son los pasatiempos que le dieron consuelo durante este proceso de pérdida?
18. Bueno sumercé y de acuerdo a lo que nos comenta, nos gustaría saber ¿Cómo le hubiera gustado que las personas del municipio l@ hubieran apoyado en su pérdida?
19. Desde su experiencia, ¿Qué consejos le daría a otras personas mayores que enfrentan situaciones de pérdida familiar?

¿Cómo se siente ahora? (No, pues bien, o No, pues mal) Nosotras consideramos que lo ha hecho muy bien, mire todo lo que nos ha podido contar y con esto, le agradecemos profundamente por destinar su tiempo y ser partícipe de este estudio al brindarnos la confianza de contar estas experiencias personales y tan importantes, también queremos resaltar su papel como una persona muy valiente al afrontar estas situaciones y esperemos que esta charla también le contribuya a sanar estas pérdidas.

Despedida final.

Anexo E. Formato consentimiento informado de entrevista

Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca
 Programa de Trabajo Social
 Trabajo de grado

Reconocimiento de las prácticas culturales de la persona mayor perteneciente a la vereda Ganco en el Municipio de Ubaque frente al manejo de pérdidas familiares, durante el año 2023.

Formato de autorización para la grabación de contenido audiovisual

Yo _____ mayor de edad, doy mi consentimiento a las trabajadoras sociales en formación, pertenecientes a la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca sede Bogotá, para el uso o la reproducción de las secuencias filmadas en vídeo, fotografías o grabaciones de la voz de mi persona. Entiendo que el uso de la imagen o de la voz del participante, será únicamente para fines académicos de la enseñanza.

De esta forma, no existe ningún límite de tiempo en cuanto a la vigencia de esta autorización; ni tampoco existe ninguna especificación geográfica en cuanto a dónde se puede distribuir este material. Esta autorización se aplica a las secuencias filmadas en vídeo o fotografías para los fines que se indican en este documento.

Como prueba de mi aceptación, se firma en Ubaque Cundinamarca, a los _____ del mes _____ del año _____

Firma: _____

Nombre y Apellidos: _____

Identificación: _____

Celular: _____

Fuente Elaboración propia. (2024).

Anexo F. Transcripción de entrevistas

Las transcripciones que presentamos a continuación representan una etapa crucial en nuestro proceso de investigación. Tras un análisis detenido, estas entrevistas han sido identificadas como piezas fundamentales que aportan una riqueza de datos significativa para nuestro estudio. Su inclusión responde a su relevancia y contribución al análisis, proporcionando perspectivas enriquecedoras y profundizando nuestra comprensión de las prácticas culturales y pérdidas familiares de las personas mayores de Ganco en Ubaque - Colombia.

Entrevista 1. [1. Rosalba Gomez.docx](#)

Entrevista 2. [2. Agustin Sterling.docx](#)

Entrevista 3. [3. Maria Umaña](#)

Entrevista 4 y 5. [4.5. Victor y Ana Graciela](#)

Entrevista 6. [6. Maria Ines](#)

Entrevista 7. [7. Jose Ernesto Dias](#)

Entrevista 8. [8. Luis Jaime Vigoya Herrera](#)

Entrevista 9. [9. Maria Elvira Moreno](#)

Entrevista 10. [10. Maria del Transito Cantor](#)

Apéndice G. Matriz de categorización general, fuentes de información por categorías deductivas.

Categorías		Fuente (Transcripción entrevistas)									
Categorías deductivas	Categorías inductivas	Entrevista 1	Entrevista 2	Entrevista 3	Entrevista 4-5	Entrevista 6	Entrevista 7	Entrevista 8	Entrevista 9	Entrevista 10	
Prácticas Culturales	Tradiciones que tejen la vida cotidiana	“Lo de la religión, lo de ir a misa, lo de rezar el Rosario”.(Gomez R., Comunicación personal, Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)	“Las fiestas patronales, la virgen de Belén... y así hay otras fiestas”. (Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023) “Celebraciones pequeñas	“La fiesta del campesino, bazares y la fiesta de la virgen”. (Umaña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023) “Se celebraban	“Los bazares, las fiestas del retorno, la fiesta del campesino”. (Torres, G., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023) “El asadito, los traguito	“Él ha hecho muchas actividades y para nosotros los abuelitos, a nivel religioso también en la vereda hay misa cada mes”. (Lavado, M., Com	“Nuestras fiestas patronales de San Roque, ..ferias agropecuarias”. (Díaz, J, Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023) “Solemos organizar una comida	“Las fiestas patronales en honor a la virgen” (Vigoya, L, Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023) “Se reúnen las familia y amigos	“Festivales folclóricos, celebrar las fiestas patronales...veladas comunitarias”.(Moreno, M, Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)	“Nos encanta hacer trueques entre vecinos, cada familia prepara algo y luego intercambiamos como muestra de solidaridad”. (Cantor, M., Comunicación personal	

		<p>“Se levanta uno va al baño , se baña enterita o partida otra vez a mirar qué será la cenita qué será qué se le va a dar de segunda también”.</p> <p>(Gomez R., Comunicación persona l, 03 de noviem</p>	<p>s en familia” .(Sterling A., Comunicación persona l, 03 de noviem bre de 2023) “Levante arme hago oración a veces rezamos Rosario con la esposa, miramos la misa por televisión y después doy una vuelta por el pueblo”</p>	<p>muy bonito, ahora ya no porque se acaban esas tradiciones”. (Umaña M., Comunicación persona l, 22 de noviem bre de 2023) “Yo me levanto, me hago el aseo, me hago mi desayuno, ya no aguanto por allá ir a trabajar”.</p>	<p>s, ahorita la sola familia” .(Torres, G., Comunicación persona l, 22 de noviem bre de 2023) “Laborales del hogar, atención a su familia y trabajadores.”(Torres, G., Comunicación persona l, 22 de noviem bre de 2023) “Trabajo de la</p>	<p>unicación persona l, 23 de noviem bre de 2023) “Celebran mis cumpleaños, sin fiesta ni nada, sino el almuerzo y la reunión”.</p> <p>(Lavado M., Comunicación persona l, 23 de noviem bre de 2023) “Como yo soy católica, yo</p>	<p>especial con la familia” .(Diaz, J., Comunicación persona l, 23 de noviem bre de 2023) “Yo no hago más que levantarme temprano... y después me preparo ya para descansar. (Diaz, J., Comunicación persona l, 23 de noviem</p>	<p>más cercano ... baila y eso”. (Vigoya L., Comunicación persona l, 24 de noviem bre de 2023) “Me levanto, agradezco por un nuevo día... en la noche me acuesto a dormir como a las siete”.(Vigoya, L., Comunicación</p>	<p>“Nos reunimos en la casa con la familia y los amigos” (Moreno, M., Comunicación persona l, 2 de diciemb re de 2023)”</p> <p>Mi rutina empieza temprano... así me paso el día”.(Moreno, M., Comunicación persona l, 2 de diciemb</p>	<p>l, 2 de diciemb re de 2023) “Nos reunimos en la casa con la familia, armamos una comilon a con lo que tenemos , y después nos vamos a la plaza del pueblo a disfrutar de la música que ponen”. (Cantor, M., Comunicación</p>
--	--	--	--	--	--	--	--	---	--	---

		bre de 2023) “Se acostumbra a que la velación se hace en la casa con toda la familia” (Gomez R., Comunicación personal, Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)	(Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023) “Compraban un ataúd, como dicen lo metían en cuatro tablas, lo velaban ahí en la vereda”. (Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)	.(Umaña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)	tierra... en horas de la noche coincid en en descansar, hablar y entretenerse con medios electrónicos”. (Torres, V., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)	primero me rezos mis oraciones, me levanto, alisto mi tinto, me hecho mi tinto y después...noche la cena y a dormir” (Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023) “Esa noche se	bre de 2023) “Se lleva al fallecido la familia y ahí...nos unimos para estar con la familia” (Diaz, J., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)	persona l, 24 de noviembre de 2023) “Se hace el velorio en casa, ahí la familia del muerto... También se realiza la misa abajo en la parroquia. (Vigoya, L., Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023)	re de 2023) “Cuando alguien se nos junta, nos velorios, participamos en las ceremonias religiosas, nos apoyamos...La unión comunitaria es clave en esos momentos tan duros. (Moreno, M., Comunicación personal,	persona l, 2 de diciembre de 2023) ”Mi día comienza bien temprano, me levanto al sol...compartir y descansar al atardecer”. (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023) “Nos juntamos en la casa de los
--	--	---	---	--	---	---	---	--	---	--

						<p>trasmoc ha la gente, viene y cada persona ofrece su rosario y lo acompa ñan a uno”. (Lavado M., Com unicaci ón persona l, 23 de noviem bre de 2023)</p>			<p>1, 2 de diciemb re de 2023)</p>	<p>familiar es, llevamo s aliment os pa' ayudar en esos moment os dificiles . Se enciend en velas por el difunto” (Cantor , M., Comuni cación persona l, 2 de diciemb re de 2023)</p>
	<p>Semil las de sabid uría en el cami no de</p>	<p>“Antigu amente se usaban cosas más</p>	<p>“Celebr aciones grandes en comuni dad y por</p>	<p>“Las celebrac iones eran grandes y en</p>	<p>“Festejo s en comuni dad, unión comunit aria, hab</p>	<p>“Evento s y celebrac iones en comuni dad y respeto</p>	<p>“Antes la vida en la vereda era un poco más</p>	<p>“Las celebrac iones eran más abunda ntes y la</p>	<p>“Se va buscand o el camino afuera y la tecnolo</p>	<p>“Antes, nos juntába mos más en la plaza, pero</p>

las tradiciones	naturales". (Gomez R., Comunicación personal, Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023) "Que tuvieran conocimiento de y temor de Dios ya eh... lo otro que sean buenas personas". (Gomez R.,	ejemplo como estudiante a uno le exigían demasiado". (Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023) "La parte sexual como llega un niño al mundo" (Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviem	comunidad". (Umaña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023) "Primero asistía más gente a las eucaristías, la gente se preocupaba más por bautizar los niños". (Umaña, M., Comunicación personal, 22 de	ía más gente". (Torres, G., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023) "Que no dejen el trabajo, que sean alguien la vida, que se defiendan". (Torres, V., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023) "Que estudien, que	por las prácticas religiosas" (Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023) "Que ellos estudien, que la vida del campo es muy dura para los muchachos que no dejen la religión". (Lavado, M., Com	sencillito a...ya los jóvenes de hoy día no le dan la misma importancia a las cosas. (Diaz, J, Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023) "Que es importante trabajar en conjunto, que se apoyen en la comunidad...no	comunidad participaba de manera más activa, todo era más tranquilo". (Vigoya, L, Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023) "Que valoren y respeten nuestras tradiciones y la conexión con la tierra". (Vigoya, L, Comuni	gía nos ha metido su nariz... no perder nuestras costumbres". (Moreno, M, Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)" Les diría a los jóvenes que valoren nuestras tradiciones, que no se olviden de la conexión con la	ahora cada quien está más metido en sus cosas". (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023) "Les diría que no dejen que se pierdan nuestras raíces... Juntos somos más fuertes" (Cantor, M.,
-----------------	---	---	---	--	---	--	---	---	---

		Comunicación personal, Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)	bre de 2023)	noviembre de 2023) “Se educarán”. (Umaña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)	aprovechen las oportunidades”. (Torres, G., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)	unicación personal, 23 de noviembre de 2023)	pierdan ese sentido de... de creer, de tener fé...“ (Díaz, J., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)	cación personal, 24 de noviembre de 2023)	tierra y que siempre se apoyen entre ellos”.(Moreno, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)	Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)
Raíces divinas: fé, tierra y conexión sagrada	“La devoción de ir a la santa misa, entregarle todos los hijitos a Dios y rezar el Rosario”. (Gómez R., Comunicación	“ La religiosidad católicas importantes” (Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)	“Tener los hijos bautizados, que hagan la primera comunión, la confirmación... vayan a las eucaristías. (Catolicismo)	“ Ir a misa, el rosario todas las noches ... oraciones, por la familia”. (Torres, G., Comunicación personal	“Yo soy católica”. (Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)	“Nuestras creencias están arraigadas en la tradición católica” (Díaz, J., Comunicación personal, 23 de noviembre	La fe en Dios, y me hacía ir a la iglesia del pueblo ... rezos antes de sembrar para que sean abunda	“Fé en Dios y nuestras costumbres católicas son lo más importante”.(Moreno, M., Comunicación personal, 2 de	“La conexión con la naturaleza es fundamental, en las siembras... santos que nos protegen y nos proveen”.	

		cación persona l,Comu nicació n persona l, 03 de noviem bre de 2023)		(Umaña , M.,Com unicaci ón persona l, 22 de noviem bre de 2023)	l, 22 de noviem bre de 2023)		bre de 2023)	cosecha s”. (Vigoya , L, Comuni cación persona l, 24 de noviem bre de 2023)	diciemb re de 2023)	(Cantor, M., Comuni cación persona l, 2 de diciemb re de 2023)
Luz en la Oscu ridad: Hallan do Signi ficado para salir adelante.	“Mi papá”. (Gomez R., Comuni cación persona l,Comu nicació n persona l, 03 de noviem bre de 2023)	“La mayor pérdida que uno tiene es de la mamá”. (Sterlin g, A., Comuni cación persona l, 03 de noviem bre de 2023).	“Uno siente más la pérdida de la mamá”. (Umaña , M.,Com unicaci ón persona l, 22 de noviem bre de 2023)	“La de mi papá y un herman o”.(Torr es, G.,Com unicaci ón persona l, 22 de noviem bre de 2023) “La partida de mis papases ” (Torres, V.,Com	“Pues perdida s familiar es he tenido mi padre, mi madre, mi esposo, una herman a”. (Lavado , M.,Com unicaci ón persona	“La ausenci a de mis hijos y la que fue mi esposa, que me abando nó”. “Genera una mezcla de emocio nes, aceptar la decisión de partir ...cuan	“Mis hijos”.“ Experi menté alegría y alivio al saber que están bien”. (Vigoya , L, Comuni cación persona l, 24 de noviem bre de 2023) “Sensac ión de	“Me dejaron sola sin apoyo familiar, y eso ha sido bien difícil de llevar”.(Moreno , M, Comuni cación persona l, 2 de diciemb re de 2023)	“Mi hijo que se fue pa' la ciudad y nunca volvió”. (Cantor, M., Comuni cación persona l, 2 de diciemb re de 2023) “Sería una mezcla de alegría	

					unicación persona l, 22 de noviembre de 2023)	l, 23 de noviembre de 2023)	do la vi sentí deseo de saber cómo ha sido su vida”. (Díaz, J, Comunicación persona l, 23 de noviembre de 2023)	tristeza porque no me han extrañado”.(Vigoya, L, Comunicación persona l, 24 de noviembre de 2023)	“Dolor y también con ese enfrentamiento al abandono” (Moreno, M, Comunicación persona l, 2 de diciembre de 2023)	y preocupación, porque no sabría en qué condiciones lo encontraría”. (Cantor, M., Comunicación persona l, 2 de diciembre de 2023)
Pérdidas Familiares.	Una presencia amiga a hace más que mil palabras	“Me he sentido bien, lo único que hace falta es que venga más gente a	“La voy muy bien porque la verdad papá y mamá que también eran del	“Pues bien, gracias a Dios yo no, dice por ahí yo no peleo con nadie”.	“Nosotros nunca nos acostumbramos a hacer el mal,”. (Torres, V., Com	“No pues hay veces buenos vecinos, regular, pero en general bien”.	“La misma comunidad ayuda brindando fortaleza, la verdad en	“Me he sentido agradecido por haber sido parte de esta comunidad durante	“Ha sido una mezcla de sentimientos” (Moreno, M, Comunicación persona	“Ha sido toda una montaña rusa, mijita... ..La comunidad es como

		<p>trabajar”.</p> <p>(Gomez R., Comunicación personal, Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)</p> <p>“La compañía ya después otras actividades o... o participando de de en la casa de reuniones para</p>	<p>campos enseñaron que uno tenía que se muy bien con los vecinos”</p> <p>(Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)</p> <p>“Yo creo que sí me apoyarón porque los vecinos vivían muy pendientes</p>	<p>(Umaña M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)</p> <p>“Yo no tengo que quejarme acá en la comunidad porque todos le colaboran a uno”.</p> <p>(Umaña M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)</p>	<p>unicación personal, 22 de noviembre de 2023)</p> <p>“Bien, gracias a Dios”.</p> <p>(Torres, G., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)</p> <p>“Pues me hubiera gustado de qué, una misisita, lo que hubiera tenido como más cariño con</p>	<p>(Lavado M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)</p> <p>“Yo quedé muy agradecida con la gente que me colaboró con las oraciones, venían, ofrecían su santo rosario, nos acompañaron... con eso basta con el corazón</p>	<p>medio de todo me siento afortunado de haber vivido tantos años aquí”.</p> <p>(Díaz, J., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)</p> <p>“No tengo queja acerca de esto, la comunidad de Ganco me apoyó de forma</p>	<p>tanto tiempo, aquí he construido relaciones duraderas con amigos, vecinos”.</p> <p>(Vigoya, L., Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023)</p> <p>“Hubiera apreciado ciertos tipos de apoyo por parte de la comunidad del</p>	<p>l, 2 de diciembre de 2023).</p> <p>Aprecio mucho la conexión con la comunidad”</p> <p>(Moreno, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)</p> <p>“Hubiera agradecido que me acompañaran de corazón”.</p> <p>(Moreno, M., Comuni</p>	<p>una familia grande... seguir adelante con lo aprendido”.</p> <p>(Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)</p> <p>“Unas palabras de aliento y compañía en esos primeros días habrían significado muchas veces,</p>
--	--	--	--	--	--	---	---	---	--	--

		rezar el Rosario". (Gomez R., Comunicación personal, Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)	tes de nosotros".	"Uno de la alcaldía no esperada". (Umaña M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)	uno, la persona, familiares, la compañía". (Torres, G., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023) "No hay acompañamiento de de la alcaldía". (Torres V., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)	de uno". (Lavado M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023) "No hay preocupación por la alcaldía". (Lavado M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)	certera". (Díaz, J., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)	municipio más ligado a la compañía". (Vigoya, L., Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023)	cación personal, 2 de diciembre de 2023)	una presencia a amiga hace más que mil palabras". (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)
--	--	---	-------------------	--	---	--	--	---	--	---

<p>Consuelo y sabiduría tras el recuerdo de una pérdida</p>	<p>“La forma especial era él... el cariño y el trato que le daba los hijitos”. (Gomez R., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023) “Que se apeguen mucho a Dios que se apeguen mucho a Dios que le</p>	<p>“Pensando en que ellos lo hayan abandonado a uno y que Dios dónde los tendrá en eternidad”. (Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023) “Algunas fotitos por ahí de ellos, de papá, de mamá</p>	<p>“Tener resignación para uno poder olvidar un poco la muerte de una persona”. (Umaña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023). “Haciendo oración, pidiéndoles también que... lo ayuden a uno las</p>	<p>“Uno siente el vacío de la separación”. (Torres, V., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023) “Pues que les de la fortaleza a mi Dios, y que les ayude, que sean más unidos con la familia”. (Torres, G., Comunicación</p>	<p>“En el momento la ausencia de mi esposo, me ha dado muy duro”. (Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023) “Lo único que me hace recordar lo... y vamos a Villao y vamos a visitar los</p>	<p>“Mucha tristeza” (Díaz, J., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023) “Hay días en los que de verdad no puedo dormir y no dan ganas ni de comer”. (Díaz, J., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023) “Guardo</p>	<p>“La soledad y la distancia pueden pesar en el corazón, en especial la distancia y la falta de contacto han generado sentimientos de tristeza y soledad”. “Hubiera apreciado ciertos tipos de apoyo por</p>	<p>“He sentido soledad y tristeza profunda”. (Moreno, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023) “Dada la situación de abandono, no tengo una forma especial de recordarla”. (Moreno, M., Comunicación</p>	<p>“La ausencia de mi hijo ha dejado un vacío que no se llena fácilmente”. (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de</p>
---	---	---	--	--	--	---	---	--	---

		pidan esa comprensión y esa esa que y esa pérdida que no se note tanto”. (Gomez R., Comunicación persona l, Comunicación persona l, 03 de noviembre de 2023)	de mis suegros, de mis hermanos y esa es una forma de recordar los materialmente”. (Sterling, A., Comunicación persona l, 03 de noviembre de 2023) Yo considero que hay que soportar las situaciones como Dios las tenga presu-	enfermedades y en lo material”. (Umaña M., Comunicación persona l, 22 de noviembre de 2023)	ón persona l, 22 de noviembre de 2023)	chinos”. Mucha resignación. (Lavado M., Comunicación persona l, 23 de noviembre de 2023)	fotografías que recuerdan a los momentos felices que pasamos juntos como familia” (Díaz, J, Comunicación persona l, 23 de noviembre de 2023)	parte de la comunidad del municipio más ligado a la compañía”. (Vigoya, L, Comunicación persona l, 24 de noviembre de 2023) “A veces enciendo velas o rezo en mi hogar, porque pese a todo deseo de corazón que les	persona l, 2 de diciembre de 2023)	diciembre de 2023) “Cada vez que veo una luna llena, recuerdo las noches que pasábamos mirando la juntos, También, conservo algunas fotos y cartas que dejó antes de irse”. (Cantor, M., Comunicación persona
--	--	---	---	--	--	--	---	---	------------------------------------	---

			<p>estadas ... el señor les da fortalez a para que salgan adelante ”. (Sterlin g, A., Comuni cación persona l, 03 de noviem bre de 2023)</p>					<p>vaya bien en todo lo que hagan ...conse rvo fotograf ías. (Vigoya , L, Comuni cación persona l, 24 de noviem bre de 2023) “A no rendirse , y pues las cosas han cambia do mucho es difícil lo que se vive pero se ha</p>		<p>1, 2 de diciemb re de 2023) “Que no guarden todo para' ellas, hablar, compart ir las emocio nes... que encuent ren pequeña s cosas que les den alegría pa' seguir adelante ”. (Cantor, M., Comuni cación persona l, 2 de diciemb</p>
--	--	--	--	--	--	--	--	---	--	---

								mejorado, todo con resignación y confianza en Dios”.(Vigoya, L, Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023)		re de 2023)
	Florencia desde la Resignación: Un viaje a través del valor y la	“Falta de sueño se desvela uno pensando o no quiere hacer nada”. (Gomez R., Comunicación	“Los primeros días semana o meses o hasta más pues no duermo pensando en ellos”. (Sterling, A.,	“Pues pierdo uno como el... el sueño, porque ... uno se pone a pensar”. (Umaña M., Comunicación	“Reciente como desamorado”. (Torres, V., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023) “Yo me soñaba	“Poco duermo ...poco duermo, lo segundo pues siempre hace falta la compañía”. (Lavado M., Com	“El mantenerme conectado con la comunidad a través de actividades y eventos puede ser	“Pueden disminuir mi apetito, mientras que en otros momentos la comida se convierte en una forma	“Han habido cambios en mi apetito, el sueño anda revuelto, y la energía se me ha bajado con esa	“La tristeza ha estado presente y, a veces, me ha costado hasta comer, el sueño también se ha vuelto

fortaleza	<p>comunicación personal, Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023).</p> <p>“El apoyo de Dios y pidiéndole a él con mucha con mucha devoción que le diera una fortaleza y sabiduría para seguir adelante</p>	<p>Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023). “Orientándonos fortaleciéndonos y enseñándonos que de esa manera que nuestros padres nos guiaron orientaron pues salimos adelante” (Sterling, A., Comunicación personal, 03 de</p>	<p>comunicación personal, 22 de noviembre de 2023) “A uno le toca resignarse, pedirle a Dios que le de resignación porque qué más”. “Tener resignación para uno poder olvidar un poco”. (Umaña, M., Comunicación personal,</p>	<p>con él ya... no dormía al principio, lo extrañaba” (Torres, G., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023) “Ser más unidos en familia, le suben el ánimo”. (Torres, G., Comunicación personal, 22 de noviem</p>	<p>unicación personal, 23 de noviembre de 2023) “Gracias a Dios y mi hijo que vive acá el me deja un nietecito... compartimos las comidas”. (Lavado, M., Comunicación personal, 23 de noviem</p>	<p>reconfortante, acá en la comunidad después de este evento no me dejaron solo, se acercaron más y me invitaban más a los distintos eventos”. (Díaz, J, Comunicación personal, 23 de noviem</p>	<p>de no pensar en ellos. (Vigoya, L, Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023). “Me centre en el trabajo en la tierra, así como me acerque a los vecinos, compartir y hablar con todos ellos me ha ayudado,</p>	<p>melancolía”. (Moreno, M, Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023) “labores del campo, la compañía de la comunidad y estar en la naturaleza”. (Moreno, M, Comunicación personal, 2 de</p>	<p>más intranquilo”. (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023) “Pues, salir al campo y recordar los momentos que vivimos... formas de distraer la mente”. (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de</p>
-----------	--	--	--	---	--	--	--	---	--

		<p>”. (Gomez R., Comunicación personal, Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)</p> <p>“Escuchando la misa por la radio, la otra bajando a la a la al pueblo ... que nos protege ra a todos los</p>	<p>noviembre de 2023). “El trabajo” . (Sterling, A., Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)</p>	<p>l, 22 de noviembre de 2023) “Pues haciendo oración y... siendo uno también fuerte”. “Pagarl es también sus intenciones y ser compartido con los familiares”.(Umaña, M., Comunicación personal, 22 de noviembre de</p>	<p>bre de 2023) “Le mandábamos a cantar misa y el rosario para las almitas” . (Torres, G., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023) “Uno se encomienda en todo momento a él y le pide que lo ayude”. (Torres, G., Comunicación</p>	<p>“Pedirle mucho a mi Dios, que me diera mucha, mucha resignación, que mejor dicho me diera valor”. (Lavado , M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)</p> <p>“Oro mucho por la noche, yo voy a misa, yo le</p>	<p>para reflexionar y consuelo en Dios ha sido fundamental, todo eso me ha ayudado a sanar y adaptarme a las circunstancias”. (Díaz, J, Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)</p>	<p>también Dios me ha ayudado con mucha resignación y fortaleza”. (Vigoya , L, Comunicación personal, 24 de noviembre de 2023)</p>	<p>“Encuentro buscando fortaleza en la comunidad y en las labores diarias”. (Moreno, M, Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023) “La herida de la pérdida sigue ahí, pero le sigo poniendo el pecho a la</p>	<p>diciembre de 2023)</p>
--	--	---	--	--	---	---	---	--	--	---------------------------

		<p>demás miembros de la familia”</p> <p>(Gomez R., Comunicación personal, Comunicación personal, 03 de noviembre de 2023)</p> <p>“ El apoyo de Dios y pidiéndole a él ... para seguir adelante ”.</p> <p>(Gomez R., Comuni</p>		bre de 2023)	ón personal, 22 de noviembre de 2023)	<p>pido a mi Diosito que me de resignación”.</p> <p>(Lavado M., Comunicación personal, 23 de noviembre de 2023)</p>			<p>vida”. (Moreno, M, Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)</p>	
--	--	--	--	--------------	---------------------------------------	---	--	--	--	--

		cación persona l,Comu nicació n persona l, 03 de noviem bre de 2023)								
--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--

Nota: Narrativas de las personas mayores. Fuente Elaboración propia. (2024).

Anexo H. Cartilla: Floreciendo desde la resignación: Un viaje a través del valor y la fortaleza.

https://drive.google.com/drive/u/0/folders/1jJWjuS5RzlCTV_Hf5-JmgybLNeiqv5yb

☐ CARTILLA



Agradecimientos



Para la elaboración de esta cartilla, expresamos profundo agradecimiento a:

- El párroco José Saúl Cano Soler, por confiar en nuestro accionar profesional, demostrar interés y apoyo en el proyecto para trabajar arduamente por contribuir en procesos que contribuyan al desarrollo de la comunidad ubaquense, incentivando mensajes de esperanza y resiliencia.
- El presidente de la J.A.C de la vereda Gancho, Cristian Suenchoque, por confiar en nuestro proceso, extendernos la mano y guiarnos a su preciada comunidad, teniendo un fuerte compromiso por el bienestar comunitario.
- Nuestra alma mater, la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, por brindar las bases académicas que nos permiten formarnos como profesionales capaces de leer y afrontar las realidades sociales que se presentan en los territorios.
- La docente Sara Lilibeth Rodríguez Oliveros ya que desde su sabiduría y amor por la educación, se convirtió en una mentora y guía en este proceso.

Introducción



Bienvenido y bienvenida a tu cartilla "Floreciendo desde la resignación: un viaje a través del valor y la fortaleza". En este espacio, te invitamos a sentirte en plena comodidad para reflexionar a cerca de la situación de pérdida que estás experimentando o que experimentaste hace un tiempo y aún no logras sanar.

En momentos de pérdida, la familia junto a la comunidad se convierten en un refugio de amor y consuelo. Sin embargo, también es un momento de gran vulnerabilidad, donde las emociones pueden abrumarnos. Esta cartilla ha sido diseñada con el propósito de ofrecer orientación y apoyo a las personas mayores que atraviesan situaciones de pérdida familiar ya sea por muerte o por abandono, brindando herramientas para afrontar el dolor y encontrar esperanza en medio de la adversidad.

*"A veces, una presencia amiga hace más que mil palabras".
(Cantor M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)*





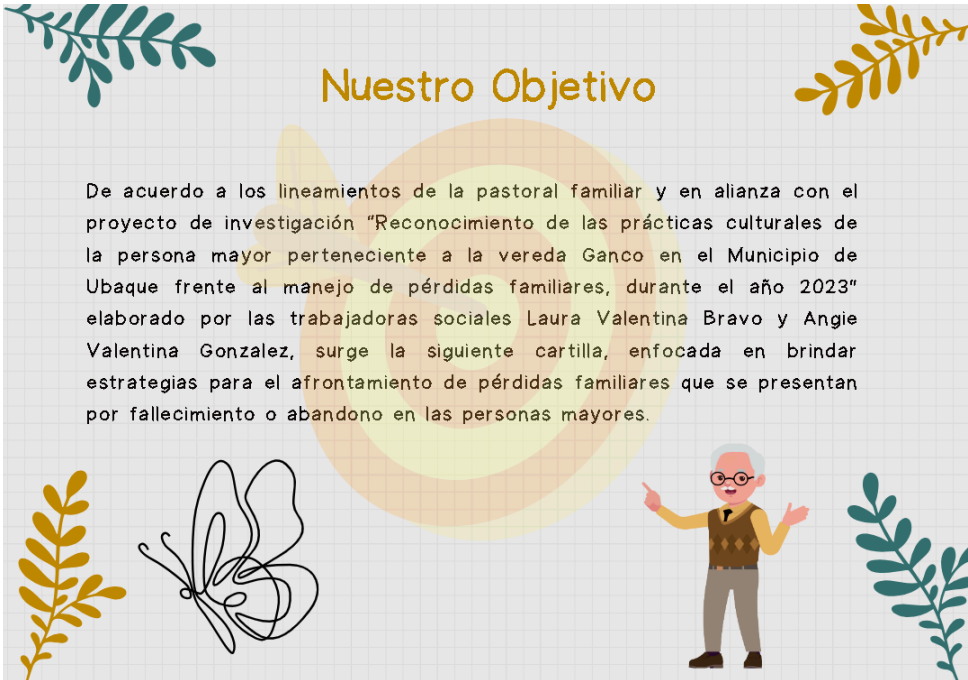
Contexto

A partir de los diferentes proyectos pastorales y de evangelización que dirige el párroco José Saúl Cano Soler, se encuentra el Plan Pastoral de la parroquia Nuestra Señora de Belén de Ubaque, el cuál responde a la dimensión social de la Arquidiócesis de Bogotá. Dicha dimensión, comprende subdimensiones como: cultura de la vida, promoción del desarrollo humano integral, acción solidaria, cultura ciudadana, incidencia social y política, justicia reconciliación y paz, evangelización del mundo penitenciario y evangelización de la movilidad humana. Caldas, et al. (2020. p.7).

En este sentido, el objetivo principal de la Pastoral familiar desde la orientación del Párroco José Saúl, es contribuir a la comunidad en el fortalecimiento de habilidades que permitan afrontar las diferentes situaciones adversas que se presentan en la cotidianidad, mediante la espiritualidad religiosa e incentivando un sentido de resiliencia.

Nuestro Objetivo

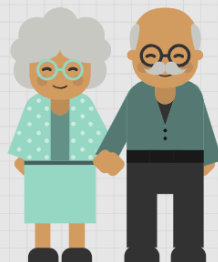
De acuerdo a los lineamientos de la pastoral familiar y en alianza con el proyecto de investigación "Reconocimiento de las prácticas culturales de la persona mayor perteneciente a la vereda Ganco en el Municipio de Ubaque frente al manejo de pérdidas familiares, durante el año 2023" elaborado por las trabajadoras sociales Laura Valentina Bravo y Angie Valentina Gonzalez, surge la siguiente cartilla, enfocada en brindar estrategias para el afrontamiento de pérdidas familiares que se presentan por fallecimiento o abandono en las personas mayores.



El enfoque de esta cartilla, es brindar herramientas que estén a la mano de las personas mayores y contribuyan a enfrentar los procesos de duelo, que se presentan de forma natural tras sufrir alguna pérdida familiar en cualquiera de las dos formas mencionadas con anterioridad.



Estas herramientas de afrontamiento, se construyen a partir de las experiencias de hombres y mujeres mayores que han habitado la vereda Ganco por muchos años y así como han visto la llegada de nuevos habitantes a esta acogedora vereda, también han sentido la partida de muchos familiares, amigos y vecinos que desde sus propias prácticas espirituales aún recuerdan con bastante afecto y honran su memoria.



Nota



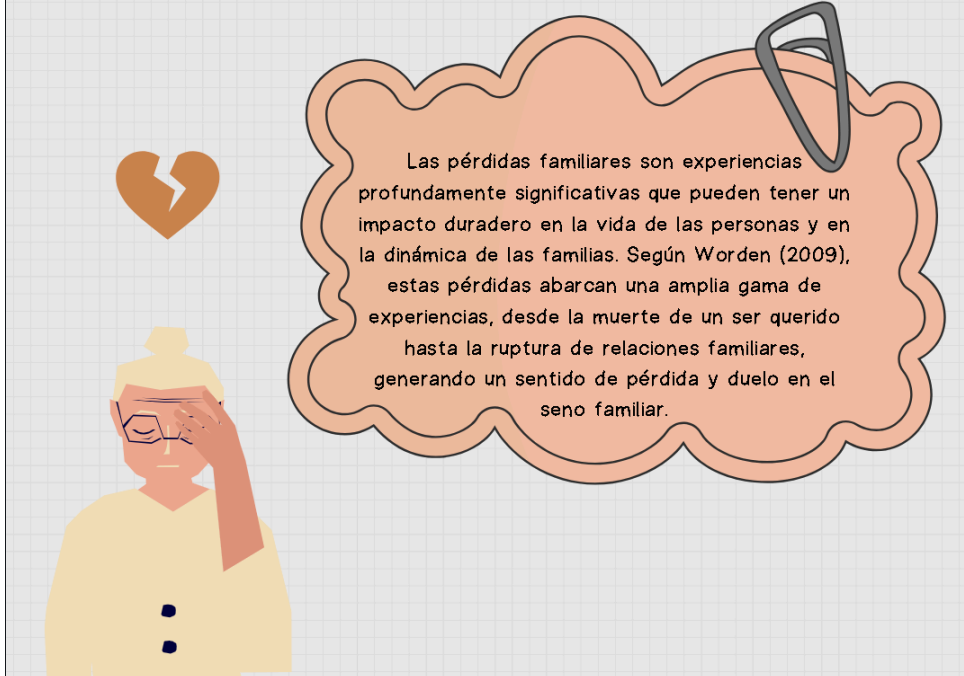
Estas herramientas de afrontamiento se tejen desde las experiencias de las personas mayores pertenecientes a la vereda Ganco en el Municipio de Ubaque Cundinamarca. Sin embargo, estas no se limitan únicamente a dicha población, dado a que pueden ser utilizadas por toda persona mayor que esté enfrentando una situación de pérdida familiar, especialmente si se encuentra en contextos rurales o espacios donde no se tenga mayor apoyo a nivel emocional, familiar o institucional.

Perdida Familiar

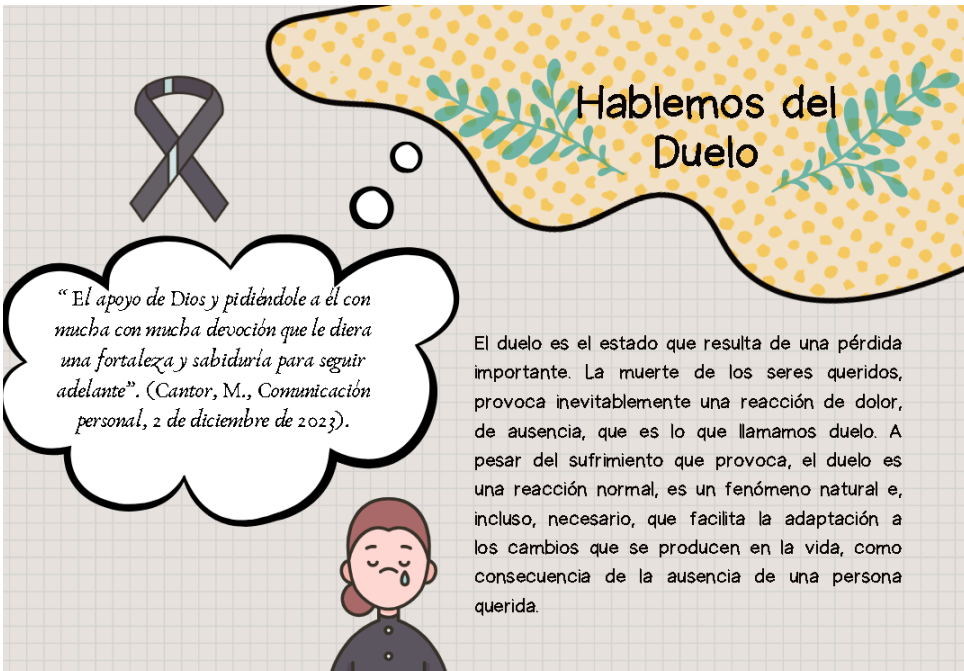
Como seres humanos, a lo largo de nuestra vida enfrentamos momentos de pérdida que pueden desencadenar emociones abrumadoras y desafíos difíciles de superar. Sin embargo, es importante recordar que el duelo es un proceso natural y necesario para sanar; al permitirnos sentir y expresar nuestras emociones estamos dando espacio para la sanación y la transformación en este proceso, es fundamental buscar apoyo y comprensión. Recordemos que la resiliencia no significa evitar el dolor, sino hallar fortaleza para enfrentarlo y crecer a partir de él.



“La herida de la pérdida sigue ahí, pero le sigo poniendo el pecho a la vida”. (Moreno, M, Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023)



Las pérdidas familiares son experiencias profundamente significativas que pueden tener un impacto duradero en la vida de las personas y en la dinámica de las familias. Según Worden (2009), estas pérdidas abarcan una amplia gama de experiencias, desde la muerte de un ser querido hasta la ruptura de relaciones familiares, generando un sentido de pérdida y duelo en el seno familiar.



Hablemos del Duelo

El duelo es el estado que resulta de una pérdida importante. La muerte de los seres queridos, provoca inevitablemente una reacción de dolor, de ausencia, que es lo que llamamos duelo. A pesar del sufrimiento que provoca, el duelo es una reacción normal, es un fenómeno natural e, incluso, necesario, que facilita la adaptación a los cambios que se producen en la vida, como consecuencia de la ausencia de una persona querida.

“El apoyo de Dios y pidiéndole a él con mucha con mucha devoción que le diera una fortaleza y sabiduría para seguir adelante”. (Cantor, M., Comunicación personal, 2 de diciembre de 2023).

Recordemos que éstas pérdidas no se interpretan únicamente desde el fallecimiento del ser querido, sino también por el abandono a la persona mayor con la cual se comparte un vínculo familiar.

Cada duelo es una experiencia única e irrepetible. Dado a que las vivencias, las etapas de vida, la relación con su entorno y la forma en la que se presenta su pérdida, son factores que inciden en cada persona al momento de pensar y actuar ante la ausencia de un ser querido.

Etapas y sentires de la persona mayor en el duelo

1

Negación y Aislamiento

En esta etapa, es común que las personas mayores nieguen la realidad de la pérdida, sintiendo que la persona fallecida o el ser querido que se fue simplemente estará de vuelta, así mismo para "proteger" sus sentimientos. Suelen evitar hablar sobre la pérdida y actuar como si nada hubiera pasado.

2

Ira y Culpa

En esta etapa, las personas mayores pueden sentir una gran cantidad de emociones intensas, como la irritabilidad, resentimiento o enfado hacia los demás, también pueden culparse a sí mismos por cosas que sucedieron o no sucedieron.

Tips de Ayuda

Brindar un espacio seguro para que expresen sus emociones, sin juzgar, así mismo ofrecer información sobre la realidad de la situación de manera gradual y compasiva y finalmente es importante animar a estas personas a la participación en actividades sociales que les brinden apoyo emocional.

Llevar un proceso de escucha activa y mostrar empatía hacia sus sentimientos, sin intentar minimizarlos. Marca la diferencia, así como ayudar a validar sus emociones, recordándoles que es normal sentirse así en momentos de pérdida, finalmente reforzar el perdón, recordándoles que no son responsables de todo lo que sucedió.

Etapas y sentimientos de la persona mayor en el duelo

3

Negociación

Durante esta etapa, las personas mayores pueden intentar negociar con Dios, rezar más frecuentemente, hacer promesas a cambio de que la situación cambie o buscar formas de hacer las paces con la situación.

4

Depresión:

En esta etapa, las personas mayores pueden experimentar una profunda sensación de tristeza y desesperanza ante la realidad de la pérdida. Pueden retirarse socialmente, mostrar cambios en el apetito o el sueño, o perder interés en actividades que antes disfrutaban.

Tips de Ayuda

Es importante animar la expresión de sus pensamientos y sentimientos, sin juzgar, así como ofrece apoyo espiritual. Si es adecuado y solicitado, respetando sus creencias individuales, finalmente ayudarlos a enfocar su energía en acciones concretas que puedan brindarles consuelo y paz interior.

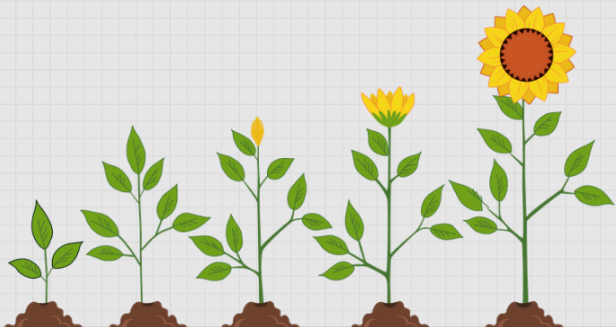
Importante, brindar un apoyo emocional constante y compasivo, asegurándoles que no están solos en su dolor. Así como animarlos a la participación en actividades que puedan proporcionarles consuelo y distracción, como la lectura, la música o la jardinería, tejer, entre otros.

5

Aceptación

En esta etapa, las personas mayores comienzan a aceptar la realidad de la pérdida y a encontrar una manera de seguir adelante con sus vidas. En ella se notan signos de resignación y paz interior, así como un interés renovado en la vida y las relaciones sociales.

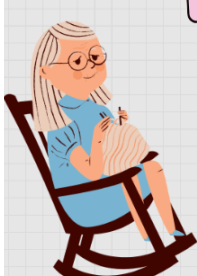
Es importante celebrar cualquier avance hacia la aceptación y la adaptación. Así como fomentar la reconstrucción de la vida después de la pérdida, alentando la búsqueda de nuevos intereses y actividades.



Tips de autoayuda

Entendemos que enfrentar la pérdida de seres queridos, ya sea por fallecimiento o por separación, puede ser uno de los desafíos más difíciles de la vida. En momentos como estos, es normal sentir una mezcla de emociones abrumadoras, desde la tristeza hasta la confusión y la soledad.

Pero quiero recordarte que no estás solo en este viaje.



Permitete sentir

Busca apoyo


Cuida de ti mismo

Manten los recuerdos vivos

Encuentra un propósito


Recuerda que no hay un cronograma establecido para superar la partida de un ser querido, y está bien tomar el tiempo que necesites para sanar. Mantén la esperanza y recuerda que, con el tiempo encontrarás una manera de seguir adelante.

¿COMO ENFRENTARÁS ESTE PROCESO?




PERMITE SENTIR

Es importante reconocer y aceptar tus emociones. No hay una forma "correcta" de sentirse en estos momentos. Permitete sentir tristeza, rabia, confusión o cualquier otra emoción que surja. Es parte del proceso natural del duelo.



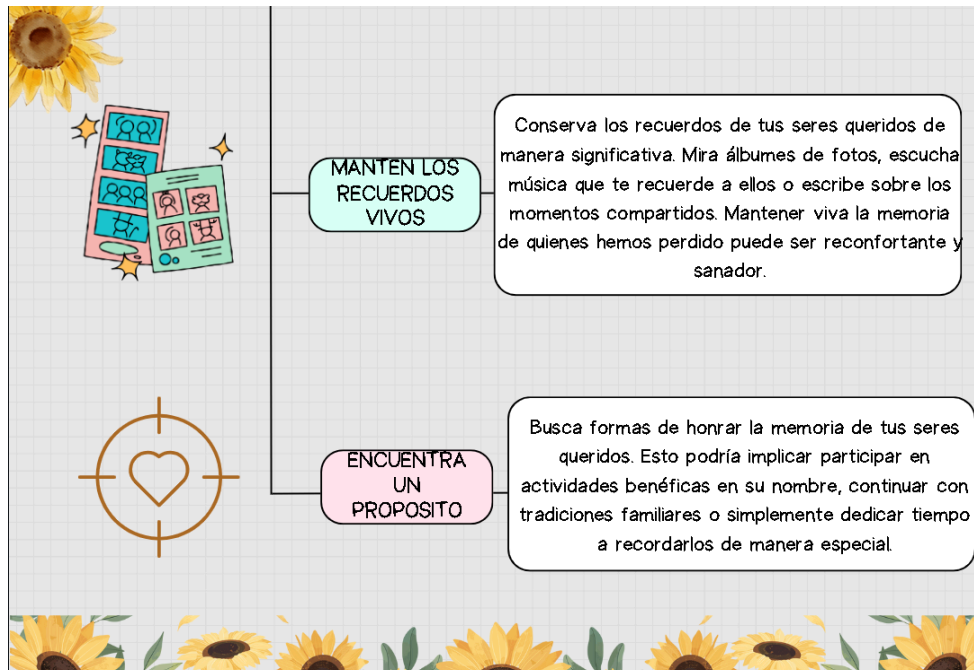
BUSCA APOYO

No tengas miedo de pedir ayuda. Habla con amigos cercanos, familiares o un consejero de confianza. Compartir tus sentimientos puede aliviar la carga emocional y brindarte consuelo.



CUIDA DE TI MISMO

En tiempos de duelo, es fácil descuidar tu bienestar físico y emocional. Asegúrate de comer saludablemente, descansar lo suficiente y hacer ejercicio moderadamente. Encuentra actividades que te traigan paz y consuelo, ya sea caminar al aire libre, practicar la meditación o dedicarte a pasatiempos que disfrutes.



Estrategias *para el afrontamiento de una pérdida*

Querido lector o lectora, para este punto de la cartilla te compartimos las estrategias que se tejen de cuatro elementos esenciales, a partir de las experiencias de resiliencia de las personas mayores que participaron en el proyecto de investigación.

Estas estrategias se consolidan de acuerdo a un proceso de categorización donde se rescatan los puntos más profundos de las narrativas que permiten vivir los efectos de una pérdida, de forma sana.

Es decir, que las actividades y actitudes que se toman para asumir este proceso de pérdida no deben generar afectaciones a nivel físico ni mental en la persona.

Luz en la oscuridad:

Hallando significado para salir adelante

La pérdida de un ser querido puede sumirnos en una oscuridad emocional abrumadora, caracterizada por el duelo, la tristeza y la sensación de vacío, sin embargo hace relevancia en que esta oscuridad puede parecer interminable y desalentadora, pero también puede ser el punto de partida para un viaje de autodescubrimiento y crecimiento personal.
Neimeyer (2000)

Para encontrar esta luz en medio de la oscuridad es necesario que te permitas sentir, que reconozcas y aceptes tus emociones, así mismo no tengas miedo de pedir ayuda y hablar con amigos, familiares o grupos de apoyo que puedan brindarte consuelo y comprensión.

Encuentra pequeñas alegrías, comienza una búsqueda de pequeños momentos de felicidad en tu día a día, como una conversación con un ser querido, una actividad que disfrutes o momentos de tranquilidad y serenidad, así mismo dedica tiempo a actividades que te brinden un sentido renovado de propósito y significado, como expresarte creativamente, conectar con tu espiritualidad o participar en actividades significativas.

Es muy importante en esta búsqueda que seas compasivo contigo mismo, es decir date el tiempo y el espacio que necesitas para sanar, siendo amable contigo mismo durante este proceso y recordando que es natural sentir una amplia gama de emociones.

Una presencia amiga hace más que mil palabras



Dialogar sobre las emociones que provoca la ausencia de un ser querido o los cambios a la rutina diaria que esto a conllevado con una persona de confianza permite dejar de lado las cargas emocionales para empezar a asimilar la pérdida.

Intenta establecer una relación más estrecha con tus demás familiares, amigos o vecinos. Ya que la buena compañía permite convertir pensamientos negativos en positivos y visualizar las cosas bonitas que la vida aún tiene para tí. *"Ser más unidos en familia, le suben el ánimo"*. (Torres, G., Comunicación personal, 22 de noviembre de 2023)




Buscar ayuda o apoyo emocional no es signo de debilidad, ante situaciones adversas como seres humanos es normal no hallar solución y más si se trata de la salud mental.

Por tanto, si ante la pérdida se presentan altos bajones emocionales, cambios en apetito, sueño y falta de ganas para socializar o realizar actividades diarias. Comunica esta situación a alguna persona cercana que te pueda brindar ayuda.

Consuelo y sabiduría

tras el recuerdo de una pérdida


Existen diversas formas de mantener viva la memoria de los seres que ya no nos acompañan en este plano terrenal, pueden ser a través de medios tangibles como fotografías, cartas u objetos.



Por otra parte, también se puede hacer a través de medios no tangibles, los cuales se encuentran ligados a las prácticas espirituales.

El acto de recordar los seres queridos ausentes se convierte en un medio para preservar su legado, destacando valores, enseñanzas y el amor compartido.

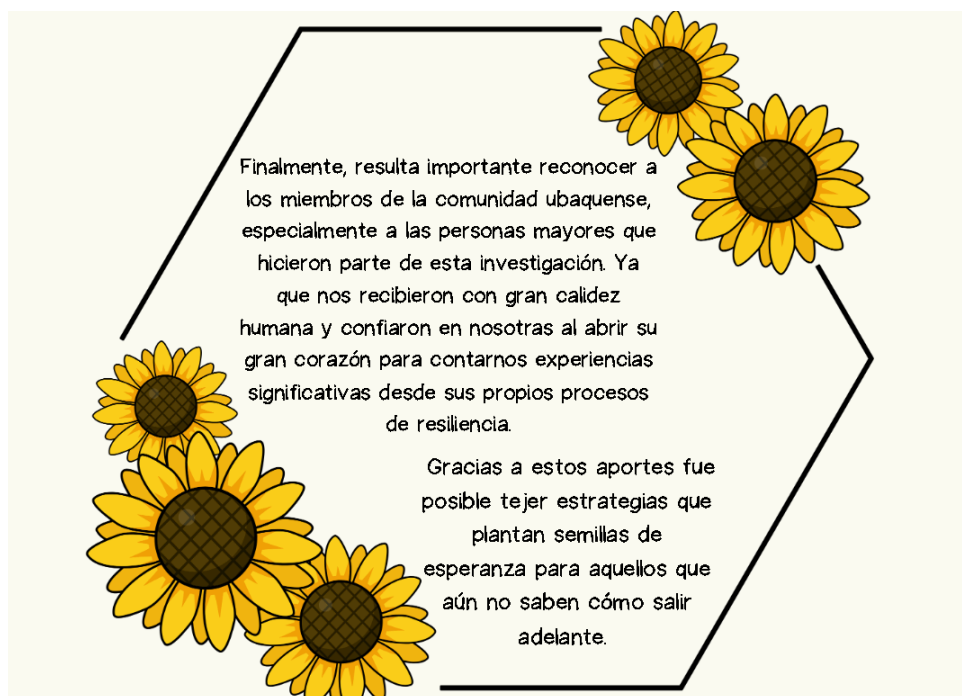
Asimilar una pérdida no significa olvidar y dejar de lado los sentimientos que esta provoca. Por el contrario, un adecuado proceso del duelo permite con el tiempo sanar a nivel interior, perdonar, ahogar rencores, empezar a recordar con cariño y agrado los momentos vividos. Lo cual proporciona consuelo y apoyo emocional.



Como se mencionó anteriormente, esta cartilla surge a partir de un proyecto de investigación en el cual estuvieron involucradas personas mayores pertenecientes a la vereda Gancho del municipio de Ubaque Cundinamarca. Por lo tanto, en este punto es indispensable mencionar que las frases de comunicación personal, títulos de las herramientas o algunos conceptos tienen fuente teórica en este proyecto.

Fuente:

Bravo, L., Gonzalez, V. (2024). Reconocimiento de las prácticas culturales de la persona mayor perteneciente a la vereda Gancho en el Municipio de Ubaque frente al manejo de pérdidas familiares, durante el año 2023.



Anexo I. Registro fotográfico de entrevistas en Ganco



Anexo J. Registro fotográfico de entrega de la cartilla a la Policía Nacional de Ubaque Cundinamarca



Anexo K. Registro fotográfico de entrega de la cartilla a la Pastoral familiar



Anexo L. Registro fotográfico de entrega de la cartilla al presidente de J.A.C de Ganco.

