



“REVIVIENDO EL QUEHACER PROFESIONAL CON LOS ADULTOS MAYORES DE  
CARBONELL”

Luisa Fernanda Manosalva Orjuela

Luz Mery Urueña González

Sharon Stacey Chaux Cruz

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

PROGRAMA DE TRABAJO SOCIAL

SOACHA, CUNDINAMARCA

2017



“REVIVIENDO EL QUEHACER PROFESIONAL CON LOS ADULTOS MAYORES DE  
CARBONELL”

Luisa Fernanda Manosalva Orjuela

Luz Mery Urueña González

Sharon Stacey Chaux Cruz

Docente Asesora:

Andrea Carolina Martínez Parada

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

PROGRAMA DE TRABAJO SOCIAL

SOACHA, CUNDINAMARCA

2017

## Tabla de Contenido

Agradecimientos .....	5
Introducción .....	6
CÁPITULO I .....	10
PUNTO DE PARTIDA.....	10
1.1 Justificación .....	10
1.2 Antecedentes .....	13
1.3 Marco de referencia .....	13
1.3.1 Pastoral Social Cáritas .....	13
Objetivo de la Pastoral Social: .....	14
Misión de la Pastoral Social:.....	14
1.4 Objetivos de la experiencia.....	17
Objetivo general.....	17
Objetivos específicos .....	17
CÁPITULO II .....	18
PREGUNTAS INICIALES .....	18
2.1 Objetivos de la sistematización.....	19
2.1.2 Objetivo General .....	19
2.1.3 Objetivos Específicos.....	19
2.2 Marco metodológico .....	20
2.3 Marco teórico .....	22
CÁPITULO III.....	33
RECUPERACIÓN DEL PROCESO VIVIDO .....	33
3.1 Descripción de la experiencia de intervención en el barrio Bosa Carbonell.....	33
CÁPITULO IV.....	52
REFLEXIÓN DE FONDO .....	52
4.1 Análisis .....	52
CÁPITULO V .....	59
PUNTOS DE LLEGADA.....	59
5.1 Conclusiones.....	59

Referencias.....	64
Anexos .....	68
Arbol de problemas (Fase Diagnóstica).....	68

### **Lista de ilustraciones**

Ilustración 1. Pasos de la sistematización.....	20
---	----

## **Agradecimientos**

En primera instancia agradecemos a Dios por guiarnos y poner el sentir en nuestros corazones de estudiar esta carrera y con la culminación de cada semestre guiar las decisiones, pasos, y metas propuestas para hoy logramos estar en este punto, el último escalón del más grande sueño.

Queremos agradecerles a nuestras familias (madres, padres, hermanos, hijos, esposos), por ir de nuestra mano, ser el polo a tierra, ese apoyo incansable y nuestro constante ánimo para no desfallecer en cada caída, tropiezo, por alegrarse cada vez que teníamos un triunfo y una satisfacción del deber cumplido.

A nuestros profesores, tutoras, acompañantes de cada proceso de aprendizaje, ustedes fueron el primer acercamiento al futuro a mediano plazo, por prepararnos y formar de nosotras no solo profesionales sino personas con sentido de pertenencia, amor a su elección de vida y cómplices de muchas sonrisas.

Y como no mencionar a los grandes profesores de este anhelado último logro, los abuelitos, quienes formaron nuestro corazón para el primer quehacer profesional, quienes nos dibujaron una sonrisa con cada historia.

Por último un gran y merecido abrazo a nosotras mismas, gracias compañeras y amigas, no fue fácil, pero lo logramos, fueron necesarias las discusiones, los regaños, las sonrisas y ese sin fin de emociones que sentimos en un momento, pero todo aquello se vio reflejado en lo que somos en este momento y lo que Dios tiene preparado para nuestras vidas. Muchos éxitos y abrazos colegas.

## Introducción

En nuestra sociedad, el ser humano al llegar a edad avanzada, empieza a tener cambios que son significativos tanto en su apariencia física, como en las actividades que desarrolla y en el entorno en que se desenvuelve; es por ello que se afirma que:

Las personas adultas mayores son sujetos de derecho, socialmente activos, con garantías y responsabilidades respecto de sí mismas, su familia y su sociedad, con su entorno inmediato y con las futuras generaciones. Las personas envejecen de múltiples maneras dependiendo de las experiencias, eventos cruciales y transiciones afrontadas durante sus cursos de vida, es decir, implica procesos de desarrollo y de deterioro. Generalmente, una persona adulta mayor es una persona de 60 años o más de edad. (MINSALUD, S.F)

De acuerdo a lo anterior, esta población se define por características que son propias de la edad, lo que genera afectaciones en esta comunidad presentada de una manera representativa por factores como el aislamiento que se da en distintos aspectos de su vida, a nivel laboral, social, físico-lo cual es percibido pero no genera interés alguno por parte de la sociedad, porque aunque la persona sea una parte importante de la familia y su rol sea fundamental en ella, se ha naturalizado el hecho de que sea dejado de lado, restándole valor y a su vez no percibiendo los distintos saberes que pueden transmitir a quienes le rodean, en factores que actualmente han sido reemplazados por otros, generados principalmente a través de la tecnología .

Es por ello que, como lo menciona Suarez (2017) ,“Hay temas de percepción del adulto mayor en los medios de comunicación que es bastante prototípico, que no considera al adulto mayor como otro ciudadano más con derechos y capacidades”, esto se da porque en la mayoría de los casos las personas mayores son apreciadas como seres limitados; esto gracias a que su

cansancio físico y emocional les impide tener una vida sociable más rigurosa en varios espacios de la cotidianidad.

El psiquiatra Rodrigo Córdoba (2010) considera que

La población mayor no goza de la mejor atención para problemas mentales por la falta de recursos para movilizarse y de personas disponibles para acompañarlos a sus terapias. Indiscutiblemente, la marginalidad sí es un factor asociado a la depresión, así como el hambre, la falta de vínculos de afecto y la mala calidad de vida”, asegura Córdoba. En eso coincide el Viceministro de Salud, Fernando Ruíz, quien comenta sobre un estudio en el que participó –“La mortalidad por lesiones en la tercera edad en Colombia concluyó que el crecimiento económico es un factor determinante en la reducción de accidentes de tránsito, homicidios y suicidios en el adulto mayor. (El tiempo, 2016)

Cabe destacar que este hecho en particular no se da solo en Colombia, de por sí es un fenómeno que es creciente en diferentes países, pero:

Esto es de especial importancia en un país como el nuestro que ostenta graves desigualdades sociales, inequidad en el acceso a los servicios para nuestros adultos mayores, bajas pensiones y pocas oportunidades para mantener una vida digna como sujeto de derecho. Pero también nuestros adultos mayores enfrentan dificultades y atropellos que pasan inadvertidos y que son, sin duda, otros elementos invisibles que afectan sus derechos y su dignidad. (Suarez, 2017).

El tema de adulto mayor fue contemplado como una problemática que necesita atención primordial a nivel general en la sociedad y a la que se le puede aportar a su mejoramiento desde pastoral social, teniendo apoyo especialmente de una organización tan importante a nivel general

como es la iglesia, ya que factores destacados como la falta de reconocimiento, el poco compromiso y consideraciones o trato que como sociedad tenemos para con nuestras personas de edad avanzada, llaman la atención para llevar a cabo propuestas que permitan trabajar con diferentes instituciones planificando momentos y espacios donde se puedan apreciar cambios significativos dentro de la sociedad, generando así cambios que fueran significativos en lo que respecta a su estado anímico.

Es así como en el presente documento se recopila la experiencia adquirida en nuestro primer acercamiento profesional, la cual se centra en los adultos mayores del barrio Bosa Carbonell, realizado por estudiantes de trabajo social de la Corporación Universitaria Minuto De Dios, junto a la Pastoral Social Cáritas.

Éste escrito se compone de varios capítulos en los cuales se desarrollará el proceso ejecutado con esta población:

En primera instancia encontraremos el por qué de la realización del proyecto, junto a un marco teórico conceptual que ubica las categorías que van a ser analizadas a partir de las situaciones vividas, posteriormente, se plasmará la experiencia como tal, de una forma narrativa donde se describa lo sucedido sesión tras sesión, seguido de la interpretación de la misma que da respuesta a diversas preguntas que surgieron en el desarrollo del proceso, para finalizar con las respectivas conclusiones.

Lo anterior, se realiza con el fin de visibilizar la importancia y rol que cumple el adulto mayor en la sociedad; es por ello que invitamos a que se haga un análisis del documento y a su vez una reflexión que nos permita pensarnos, ¿en qué estamos fallando en cuanto al trato que le



damos a esta población, ya que pudimos evidenciar que con pequeñas acciones, los cambios en ellos son notorios y significativos.

# **CAPÍTULO I**

## **PUNTO DE PARTIDA**

### 1.1 Justificación

La elaboración de esta sistematización es de gran importancia para futuros estudiantes del programa de Trabajo Social, debido a que recupera la experiencia realizada durante la práctica profesional en pastoral social, desde el programa de ancianidad, dirigida por la diócesis de Soacha en el barrio Bosa Carbonell, en un tiempo estipulado de febrero a diciembre del año 2016, en donde se confronta lo aprendido en la academia y se reconocen diferentes metodologías de trabajo con los adultos mayores, que pueden ser replicadas o mejoradas en el ejercicio profesional.

Para la realización de las diferentes sesiones, se tuvo en cuenta el proceso que se llevó a cabo en proyectos desde la pastoral de ancianidad, por lo cual en un primer acercamiento fue necesario conocer la comunidad con la cual tendríamos contacto, seguido a eso darles a conocer el motivo por el cual estábamos con ellos e informarlos sobre los temas de interés que realizaríamos junto con ellos, es necesario resaltar que dicha institución ha venido trabajando con ayuda de estudiantes de trabajo social de la Corporación Universitaria Minuto De Dios desde años atrás, por lo cual es aquí donde comienzan los diferentes proyectos de intervención liderados por los mismos estudiantes, donde cada semestre realizan un acompañamiento a los adultos mayores del barrio Bosa Carbonell con el fin de dar respuesta a diferentes problemáticas sociales.

Es así como al tener de base proyectos anteriores tales como el “reconocimiento de saberes de los adultos” o “reviviendo nuestra infancia” donde el objetivo principal lograr

transportar a dicha población a sus lugares de origen, llevarlos a lugares destacados de su infancia, donde aquellos recuerdos fueron plasmados de manera didáctica y artística, desconectándolos por un momento de su diario vivir, decidimos darle continuidad a esta propuesta, pero enfocándonos en una problemática que no se evidenciaba a primera vista, pero que sabíamos que estaba presente, allí nos dimos a la tarea de iniciar con una ardua investigación sobre la depresión, identificamos que los adultos con los que teníamos contacto, no todos sufrían de la misma, pero tenían síntomas de llegar a ella, por la tristeza que reflejaban y la manera cómo se expresaban ante diversas situaciones o comentarios que realizábamos.

Es por ello que iniciamos una intervención de manera interdisciplinaria, junto a psicólogos en formación, con el fin de poner punto final a la depresión que se presentaba en algunos de los asistentes, para ello resultó necesario tener presentes factores tales como emociones, situaciones y diversas condiciones en las cuales se construyen las realidades sociales para comprender y articular las distintas dimensiones de la realidad, mediante procesos interventivos orientados por marcos teóricos en los cuales se formulan hipótesis para leer la realidad. En este momento se pensó en una forma didáctica para trabajar con una comunidad tan importante como lo son los adultos mayores, para dar claridad e informarles porque trabajaríamos este tema y la manera como se maneja la información recopilada que nos arrojó el diagnóstico al iniciar el proceso, para que permita el adecuado manejo del tema a tratar para lograr una intervención exitosa.

Partiendo de lo anterior, debemos tener en cuenta que la sistematización es un proceso que nos ubica en la realidad, retomando un sin fin de emociones encontradas, sin dejar de lado los obstáculos y dificultades que se enfrentan al vivir una experiencia, de índole profesional en

este caso, obteniendo saberes que van más allá de lo personal, direccionados hacia una transformación que permita la reflexión y abordaje de diferentes problemáticas sociales.

Es necesario tener en cuenta los cambios que deja una experiencia luego de vivirla, y el impacto que causa sistematizarla, no sólo por lo que se pudo vivir en el momento, sino lo que se puede comprender tiempo después, causando nuevos saberes, porque no solo se buscar conocer, sino también indagar acerca de los factores que influyeron de manera positiva, para así poder transmitirlos en el futuro.

Cabe destacar que el objetivo principal de este documento es dejar en evidencia lo aprendido para que pueda servir como base en las siguientes acciones que se emprendan dentro de pastoral, mostrando continuidad en la atención de las personas que hacen parte del programa como tal; es así como en primera instancia lo que se buscó fue la colaboración de la comunidad, para lo cual fue primordial contar con la disponibilidad de ellos, puesto que su participación en cada una de las actividades a realizar fue indispensable para consolidar una propuesta enfocada a dar soluciones precisando inicialmente las necesidades de la comunidad adulto mayor.

Por otro lado, buscamos resaltar la función del trabajador social en una entidad como Pastoral Social, ya que muchos al no conocer sobre ella, se limitan a pensar que dicho sujeto se enfoca en cuestiones netamente religiosas, cuando pese a que se rige bajo los parámetros establecidos por la iglesia católica, se lleva a cabo la intervención de éste profesional en los diferentes campos de acción: caso, familia y comunidad, atendiendo así a la población que llegue a solicitar algún tipo de ayuda en cuanto a orientación se trata, permitiendo desarrollar entre otras cosas, las diversas capacidades que posee, ya que allí se puede contar con un contacto muy cercano con las diferentes comunidades, ejecutando a su vez planes de acción que deberían ser más conocidos por las personas; es por ello que también queremos rescatar esta experiencia para

que otros profesionales en formación se motiven a desarrollar proyectos de intervención en este campo de práctica.

## 1.2 Antecedentes

En el año 2016 en la localidad de Bosa Carbonell bajo la aprobación de la conferencia episcopal de Colombia se dió inicio a la conformación de un grupo de estudiantes del programa de trabajo social de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, en los espacios destinados para la participación de la población adulta en esta localidad; cabe anotar que esta intervención se dió debido a que desde la institución se ha venido trabajando con esta comunidad en conjunto con las diferentes iglesias de Soacha, donde se empieza a pensar en la persona mayor, por lo cual se comenzó a analizar la manera en la que se restablecieran los espacios de los cuáles eran participes ellos mismos, pero sobre todo en la manera de crear mecanismos que permitieran la participación activa de dicha comunidad.

## 1.3 Marco de referencia

### 1.3.1 Pastoral Social Cáritas

En primera instancia se debe conocer más a fondo la labor de la Pastoral Social Cáritas Soacha, por lo cual en este apartado se expone ¿qué es la institución? ,los propósitos, objetivos, programas y principios fundamentales para conocer los lineamientos que abarcan los diferentes procesos.

La Pastoral Social Caritas es un organismo eclesial perteneciente a la Diócesis de Soacha, ubicado en el barrio León XIII en la comuna 3 del municipio. Presta un servicio a la comunidad mitigando las diferentes necesidades del sector por medio de los diferentes programas como Tejiendo Comunidad, Pastoral de la Ancianidad, Pastoral de la salud y casos a la puerta enfocada a personas en condición de vulnerabilidad.

En nuestro paso por esta entidad encontramos que se compone de diversos aspectos debido a que se trata de una organización al servicio de la iglesia, regida por su objetivo general, misión y visión, relacionadas a continuación:

Objetivo de la Pastoral Social:

Promover, animar y acompañar procesos en formación de la Paz, promoción comunitaria y desarrollo socio-económico, iluminados por el Evangelio y la Doctrina Social de la Iglesia, para que la población excluida y vulnerada logre ser sujeto integral de cambio.

Misión de la Pastoral Social:

Orienta y promueve el desarrollo integral de la Persona y la animación de nuestra sociedad, viviendo el compromiso y la construcción de una nueva cultura del amor, por la defensa y formación en derechos humanos, a la luz del Evangelio desde una amplia movilización por la vida y la dignidad como hijos de Dios.

## Visión de la Pastoral Social :

Seremos un referente de servicio Caritativo Católico, en los espacios locales de Soacha, Sibaté, Bosa, en la conversión hacia la transformación del ser humano en su realidad social, sus relaciones y sus estructuras sociales, a partir del hombre fundamentado en el Evangelio y la Doctrina Social de la iglesia.

Cabe destacar que dicho ente está dirigido por el padre Ricardo Martínez González, desde allí se da la importancia a los adultos mayores en condiciones vulnerables dentro del municipio de Soacha, por lo cual se ejecuta el programa pastoral de la ancianidad, enfocado en el mejoramiento de la calidad de vida de la población atendida, con ayuda de voluntarios denominados agentes, los cuales son direccionados por pastoral social enfocándolos en la participación de procesos del interés de la comunidad y gestionados en su mayoría por practicantes universitarios.

Es importante resaltar que la Pastoral de la ancianidad es un servicio de la iglesia católica que pone a disposición de las personas mayores la promoción del reconocimiento de su dignidad fortaleciendo términos que promuevan el desarrollo de sus derechos de una manera positiva, vinculados en procesos de formación y capacitación para el empoderamiento de dicha población y de quienes intervienen en este servicio, entendiéndose como sujetos de derecho y no meros objetos de la acción social; estos procesos son entonces la generación de espacios de reflexión en torno al proceso del envejecimiento y la etapa de la vejez, contribuyendo así a la construcción de una cultura de respeto, valoración, justicia y solidaridad para todas las edades.

Se debe tener en cuenta que la Pastoral de la Ancianidad, también posee su respectiva Misión y Visión lo cual hace que sea más claro el objetivo en el cual se centra dicho programa

como tal, es por ello que se plasmarán a continuación para tener un conocimiento más profundo de lo que se está hablando:

Misión de Pastoral de la Ancianidad:

La pastoral de la ancianidad de la Iglesia Católica en cabeza de la Conferencia Episcopal de Colombia; promueve la dignidad de la vejez, motiva la esperanza de la vida y anima el crecimiento espiritual de las personas mayores e incide en la construcción de la familia, la comunidad y la sociedad.

Visión de Pastoral de la Ancianidad:

La pastoral de la ancianidad de la Iglesia Católica, es signo e instrumento de acogida compañía fraterna a los ancianos; promueve en las personas mayores la vida digna, la inclusión y participación Social y el ejercicio pleno de sus derechos en comunicación con el estado y la sociedad (Colombia, 2013)



## 1.4 Objetivos de la experiencia

En cuanto a la experiencia que se retoma en el presente documento fue necesario tener en cuenta los objetivos del proceso realizado inicialmente en práctica profesional, y con los cuáles se llevaron a cabo las diversas actividades que conformaron esta propuesta, para así hacer posible la respectiva interpretación.

### Objetivo general

-Disminuir los índices de depresión que se presentan en los adultos mayores del barrio

Bosa Carbonell

### Objetivos específicos

- Concientizar al adulto mayor frente a la etapa del ciclo vital que está atravesando y sus respectivas consecuencias

- Incentivar el autocuidado en el adulto mayor desde diversas perspectivas

- Rescatar los saberes que posee el adulto mayor frente a distintos remedios caseros que contribuyen al cuidado de su salud.

## **CAPÍTULO II**

### **PREGUNTAS INICIALES**

El fin de plantear preguntas generadoras en la sistematización de experiencias es realizar un balance entre los alcances, las limitaciones y las posibilidades a nivel profesional que deja la ejecución de la misma, puesto que al dar por terminada la recopilación de la información de la experiencia vivida, se encontrarán las respuestas a los cuestionamientos planteados, y con ello se dará a conocer cómo fue el proceso mientras se realizó la práctica profesional, evidenciar a su vez si fue una intervención acorde a las necesidades de la población o si por el contrario quedó en un quehacer asistencial.

- ¿Qué acciones se realizaron desde trabajo social, para favorecer la disminución de la depresión en la persona mayor?
- ¿Qué elementos obstaculizantes se presentaron al trabajar en pro de la disminución de la depresión en el adulto mayor?
- ¿Qué aprendizajes fueron significativos para las personas mayores durante el proceso de intervención de los estudiantes de trabajo social?
- ¿Qué estrategias se deben implementar con la persona mayor para realizar procesos desde trabajo social adecuados a las realidades de esta población?

## 2.1 Objetivos de la sistematización

### 2.1.2 Objetivo General

Recuperar la experiencia de intervención realizada desde la pastoral social con el adulto mayor del barrio Bosa Carbonell en el año 2016, enfocada en la disminución de la depresión, con el fin de comprender la intervención profesional desarrollada con esta comunidad desde una perspectiva crítica.

### 2.1.3 Objetivos Específicos

-Evidenciar la continuidad dada a los procesos desarrollados desde pastoral de la ancianidad con el adulto mayor, implementando estrategias que permita prolongar las temáticas abordadas anteriormente a futuro.

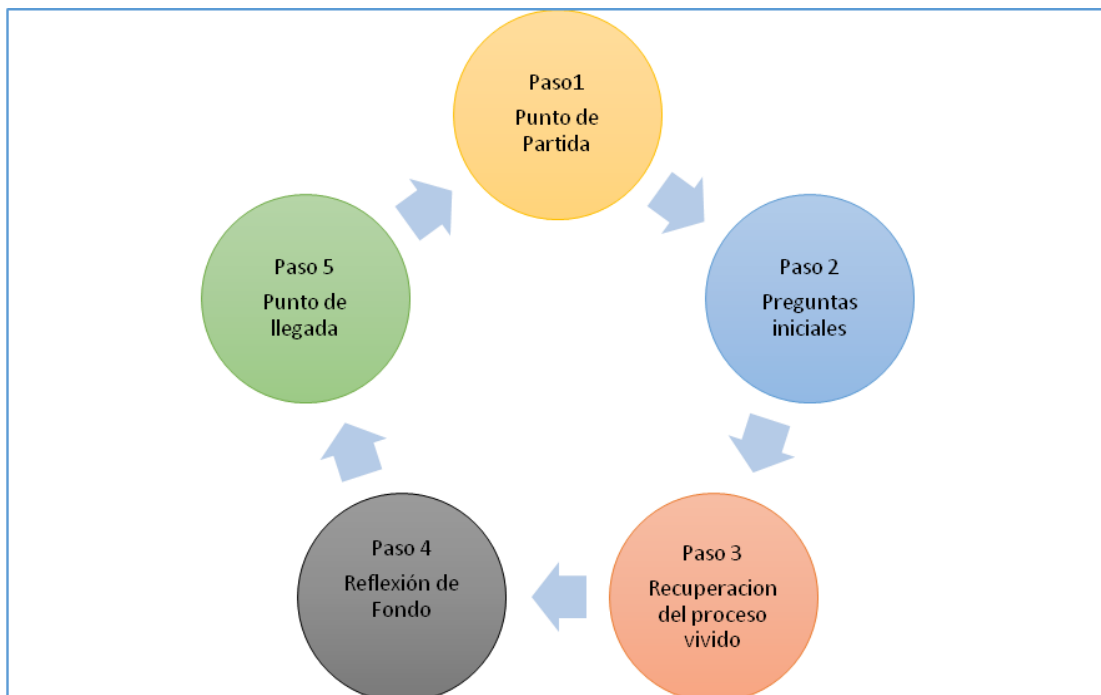
-Visibilizar la participación del adulto mayor en actividades de interés común y los beneficios al dejar de lado acciones que realizan en su vida cotidiana.

-Evaluar el quehacer profesional del trabajador social en la Pastoral Social al realizar procesos de intervención con el adulto mayor, debido a la delgada línea diferencial entre el asistencialismo y la intervención profesional

## 2.2 Marco metodológico

En cuanto a la metodología escogida para llevar a cabo la interpretación de la experiencia plasmada, se retoma al autor Oscar Jara Holliday, quien plantea 5 pasos en los cuales podemos de una forma clara y comprensible retomarlos para recuperar y reflexionar críticamente acerca del proceso vivido.

Ilustración 1. Pasos de la sistematización



Para tener más clara cada etapa, resulta necesario dar una breve explicación de cada una de ellas:

Paso 1: Es primordial que quienes realizan la sistematización, hayan sido partícipes de la experiencia, puesto que cada participante percibe su realidad desde diferentes puntos de vista

Paso 2: Se deben plantear interrogantes que sirvan de base para iniciar con el proceso, para que al final se pueda dar respuesta a las mismas verificando si la sistematización fue exitosa o no.

Paso 3: Es necesario describir de una forma detallada lo sucedido dentro de la experiencia, incluyendo las diferentes emociones, acciones y sentimientos que se vivieron dentro de la misma

Paso 4: Analizar los aspectos positivos y negativos de la experiencia, para dar respuesta a los interrogantes iniciales.

Paso 5: Concluir y evaluar los diferentes saberes que nos dejó la experiencia.

En este caso, el modelo de abordaje para comprender la recuperación de la experiencia es el psicodinámico, puesto que éste busca “mejorar y facilitar el desarrollo de la personalidad de los individuos, que ha podido verse entorpecida por diferentes conflictos psíquicos que han afectado de forma traumática a estas personas, condicionando y explicando la situación en la que se encuentran” (Herrera, 2009), la cual en este caso es el estado de decaimiento que han venido atravesando los adultos mayores a raíz de diversas situaciones como el aislamiento, las limitaciones sociales e incluso la exclusión que se genera en diversas circunstancias, desencadenan un grado leve de depresión; es por eso que a su vez, retomamos ciertas acciones implementadas dentro del enfoque funcional, ya que éste busca incentivar esta modificación en las diversas conductas mediante la voluntad del ser humano evidenciado por un psicólogo en formación, permitiendo así el aumento de autonomía y de crecimiento personal, que es lo que se busca entre otras cosas, con este proyecto.

### 2.3 Marco teórico

Dentro del desarrollo de esta sistematización se tomó en cuenta la diversidad con la que se presentan las afectaciones que aquejan a las personas mayores y la manera como se ignora una situación tan importante sin que se les brinde ningún tipo de atención desde su entorno ni fuera de él, si nos basamos en hechos reales el concepto integral no acoge a las prácticas de cuidado especial ni se aplican posibles soluciones.

Según el centro de información de promotores juveniles (Albornoz & Promotores Juveniles, 2003)

La vejez y los adultos mayores en las sociedades modernas en las que priman los valores del mercado y el dinero, han sido relacionadas con ideas como enfermedad, la dependencia, y la discapacidad o el alto costo social debido a factores como las pensiones y la salud se suele pensar que las personas mayores ya no son `productivas y que solo suponen una carga para las familias y el estado, una mirada que responde a los estereotipos que utilizamos para referirnos a los diferentes grupos sociales tales como niños, jóvenes, mujeres, o pueblos indígenas.

Pero, ¿de quienes estamos hablando? Al mencionar adulto mayor nos referimos a hombres y mujeres que comparten entre sí la etapa del envejecimiento. Comúnmente se asocian términos como abuelo, anciano, tercera edad, para referirse a esta etapa de la existencia humana, por lo cual podría decirse que es un proceso de transformaciones que sólo se detiene con la muerte. (Aranibar, 2001)

Se debe tener en cuenta que cada etapa de la existencia está marcada por características físicas, mentales, sociales y culturales que abarcan el desarrollo humano y las condiciones de vida de las personas; en la cultura occidental se habla de la niñez, la adolescencia, la juventud, la adultez y

la ancianidad, etapas a las que se les asigna una correspondencia entre edad cronológica y características individuales y sociales. Es evidente que no todas las personas envejecen de la misma manera ya que la vejez no es solo un proceso degenerativo del cuerpo y de limitación de las capacidades; cada una de las edades cronológicas, biológica, y psicológica, y social definen la diferencia de todos como seres únicos.

Analicemos en qué consisten esas edades y cómo aparecen en el caso de las personas mayores:

Edad Cronológica, nos referimos al ciclo vital de cada persona, al calendario, a los años que llevamos de existencia. Éste ha sido el referente más utilizado a la hora de identificar cuando somos personas mayores, existe un rango de edad que va entre los sesenta y los sesenta y cinco años en la que se considera que la persona ha llegado a la madurez de la vida. Esta referencia es arbitraria y responde a la manera como se han organizado las personas en sociedad; como se verá en el apartado de la Seguridad Social, los factores económicos modifican los beneficios sociales de pensión y jubilación, al igual que la concepción sobre quienes pueden ser considerados adultos mayores.

Edad Biológica, determina el estado de las células, los huesos, los órganos y sistemas de nuestro cuerpo. Este es un ejemplo claro de la no correspondencia en la edad de la misma manera en cada persona; la edad biológica se manifiesta de manera diferente, pues existen jóvenes de treinta años que sus órganos están más deteriorados y mermados que los de una persona de sesenta y siete años. No obstante, es cierto que a partir de ciertas edades existe un aceleramiento del deterioro del organismo que repercute seriamente en la autonomía de las personas después de los ochenta años, por ejemplo, se hace frecuente la disminución de los sentidos o la aparición de cierto tipo de enfermedades o dolencias , igualmente se cuenta con dificultades de movilidad o

pueden presentarse accidentes cotidianos por deficiencias en la adecuación de entornos seguros para las necesidades de este grupo poblacional.

Edad Psicológica, hace referencia a los cambios cognitivos-afectivos de la personalidad no existe ninguna etapa en la vida en donde los seres humanos dejen de evolucionar: la creatividad, la lucidez, la madurez afectiva y emocional, siempre están en continuo cambio.

Edad Social o Funcional, está relacionada con la capacidad que tiene cada persona de aportar y ser útil a la sociedad a través del trabajo, la participación comunitaria o la familiar. Este aspecto tiene que ver con valores, normas, y prejuicios que varían según cada organización social. Por ejemplo, el contexto urbano occidental existe una tendencia a discriminar a las personas mayores, quienes son infravaloradas, rechazadas, y hasta abandonadas por sus propias familias en razón de la disminución de sus capacidades productivas tal como las concibe la mayoría. En otras culturas los adultos mayores gozan de un amplio grado de reconocimiento social, son considerados sabios y guías que con frecuencia son consultados para resolver conflictos o aliviar enfermedades de los miembros de sus comunidades. En pueblos indígenas y comunidades campesinas, la persona mayor se mantiene activas hasta el último de sus días como referente importante en la integración familiar y cultural. (Mejia C. P., 2012)

Como notamos anteriormente, hay diferentes perspectivas desde donde podemos concebir a alguien como persona mayor, dependiendo de la forma en que seleccionemos para contemplarlo de dicha manera; no obstante, cabe mencionar algunos principios que son de gran importancia al llegar a esta etapa y que generalmente no se tiene muy en cuenta:

La utilización del término “adulto mayor” aparece cuando se hace referencia a la persona mayor en vez de otras como tercera edad que a nuestro modo de pensar conlleva a una carga



peyorativa que desde la academia y otras asociaciones que trabajan con esta población busca ser eliminada. Uno de los principios de las Naciones Unidas en favor de las personas de edad en la asamblea General bajo la resolución 46/91 del 16 de diciembre de 1991, establece principios y derechos de las personas mayores estas son: Independencia, Participación, dignidad, autorrealización. (P.PAOLA, TORDON, & DANIEL, 2015 p 15-16)

Por otro lado , debemos mencionar una pieza clave en la vida de todo ser humano y es el tema emocional , esto debido a que las diferentes propuestas se originan pretendiendo dar solución a afectaciones que sufren las personas mayores, las cuales están relacionadas o sujetas a situaciones de carencia, exclusión, o necesidad; por lo analizado en los procesos de acompañamiento que se llevaron a cabo durante las reuniones provistas desde nuestro quehacer,

nos concientizamos que este proceso es algo que va relacionado no sólo con los cambios físicos, sino que tendremos que hablar de los cambios que se originan en el interior de cada individuo, los cuales son tan o más importantes que los que se evidencian; en uno de los espacios donde se trabajó con los adultos mayores se pudo comprobar que dentro de lo cotidiano encontramos diferencias como individuos debido a su entorno emocional, familiar y social, por lo cual es importante analizar cuáles podrían ser sus necesidades más apremiantes. El tipo de limitaciones que padecen y que les impide tener un adecuado desarrollo en sociedad, se verá reflejado en las conductas asumidas, lo que tendría consecuencias en la participación y el pleno desarrollo del potencial de cada adulto mayor.

Según CENFOR (2006),

En el marco del desarrollo humano surge una propuesta que vuelve positiva las cualidades de las personas mayores para alcanzar este fin: desde hace más de una década, la Organización Mundial de la Salud, OMS, junto con otras múltiples organizaciones y redes sociales que trabajan con las personas mayores, ha venido impulsando una propuesta política fundamentada en los derechos que promuevan la salud y el envejecimiento activo se sustenta en el reconocimiento de los derechos humanos de las personas mayores y en los principios de las naciones unidas la independencia, participación, dignidad, asistencia y realización de los propios deseos. En los siguientes términos encontramos un garante que nos ayude a pensar permanentemente en la manera como la sociedad colombiana y la bogotana pueden unirse a esta iniciativa para hacer más sólido el camino hacia los derechos de las personas mayores: “consiste en el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación, y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida medida de que las personas envejecen”

Es prudente reconocer que Colombia en sus últimos años ha intentado combatir las problemáticas anteriormente mencionadas, puesto que apunta a fortalecer la dignidad de las personas mediante la lucha por sus derechos humanos. Es así como desde nuestra experiencia profesional quisimos aportar ante diversas situaciones que por protección a los adultos mayores, no pudimos intervenir, tales como algunas relaciones familiares en las cuales eran los seres más cercanos partícipes de dichas situaciones problemas ,por lo cual las personas mayores sufrían de ciertos maltratos a nivel principalmente psicológico, lo cual conlleva a que dicha población atravesase constantemente estados anímicos desfavorables impidiendo que sus relaciones interpersonales sean óptimas, desencadenando a su vez problemáticas tales como la depresión.

Según Franco (2007) al hablar de depresión debemos tener en cuenta lo siguiente:

Los estados depresivos son los grandes causantes de reacciones suicidas ya que en todo deprimido existe un suicida en potencia. Se dice que hay depresión siempre que aparezca un fallo en el tono neuropsíquico, ya sea pasajero o perdurable. Se trata de un estado sintomático y no de una situación inherente. La depresión puede variar desde un ligero abatimiento hasta el estupor; en su forma más ligera, el anciano infeliz tiene un sentimiento de incapacidad, desaliento, inutilidad y pérdida de interés por las actividades habituales. En la depresión un poco más profunda hay una constante tensión desagradable; cada experiencia se acompaña de pena, y el enfermo puede estar temeroso, preocupado, angustiado, agitado o perplejo y padecer un sufrimiento físico o emocional (Martínez, 2003). Las dolencias corporales, tales como cefalea, tensión cefálica, fatiga, falta de apetito, constipación y otras, son muy comunes, así como insomnio, ideas de culpa y autoacusación, y aparece la idea del suicidio.

Si bien es cierto el sentimiento depresivo se puede presentar a cualquier edad e incluso en la actualidad se ha evidenciado que la juventud es la más afectada en este tema, por la cantidad de suicidios que se han presentado en esta época. No obstante, las personas mayores también son constantemente acreedores de dicho fenómeno, la diferencia radica en que, en el caso de éstos, se ha naturalizado dicho argumento con dichos tales como *“ha de ser por la edad”* que es lo que comúnmente se cree que a esta edad debe pasar, sin notar que es un peligro inminente y a su vez silencioso.

La expresión facial característica es de decepción, desesperanza y temor; las comisuras bucales se inclinan hacia abajo y la mirada permanece fija. Los grupos de músculos antagonistas muestran cierto desequilibrio, con contracción ligera de flexores y abductores, de tal manera que aparece la llamada *“actitud de flexión”* de la depresión. Los movimientos se ejecutan lentamente. Señala González (2002): *“La mayoría de los adultos mayores conservan casi intactas sus*

facultades mentales; sólo muy pocos muestran deterioro en su función cognoscitiva. Sin embargo, es un hecho que las enfermedades demenciales son más frecuentes conforme aumenta la expectativa de vida”. Por otra parte, un episodio depresivo en un paciente de edad avanzada puede ser difícil de diferenciar de la demencia, pues ambos pueden cursar con apatía, dificultad de concentración y alteraciones de memoria.

Debido a que hay ocasiones en que la familia no sabe cuál es la manera adecuada de tratar al adulto mayor no solo a nivel personal sino en cuanto a su salud, se opta por solicitar la ayuda de un hogar geriátrico donde se le pueda proporcionar lo necesario para llevar una vida un poco más óptima de lo que hasta ahora lo ha hecho, gozando a su vez de atención médica y de alguien que hace las veces de cuidador. Es por ello que cabe resaltar lo siguiente:

Toda asistencia geriátrica se define como el conjunto de niveles asistenciales hospitalarios y extra hospitalarios, sanitarios y sociales destinados a prestar atención interdisciplinaria, integrada, integral y especializada a las personas mayores que habitan en un determinado sector asistencial (Polonio, 2002). Estos sectores asistenciales pueden tener diversos nombres y objetivos según el país, tales como asilos, casas de cuidado para ancianos o casas-hogar para la tercera edad. Sin embargo, las formas directas de adaptación y aplicación de tales conceptos tienen divergencias y carencias debido a que no toda atención asistencial posee servicios médicos ni toda atención sanitaria es multidisciplinaria; aunque de cierta forma estos elementos asistenciales aparecen aisladamente, conforman la única ayuda presente en el medio social. (Franco, p. 91)

No obstante, pese a los intentos de los familiares de velar por el bienestar de su ser querido, en ocasiones lo que se consigue es que el adulto mayor decaiga anímicamente aún más

y sus esperanzas de vida sean minimizadas, cayendo una vez más en la ya anteriormente mencionada depresión.

Según Franco (2007), la depresión puede considerarse como un estado de ánimo que nos hace ver e interpretar los sucesos de la vida de una forma pesimista y desesperanzada. Conlleva, asimismo, una pérdida de placer al dejar de realizar actividades que antes podían considerarse como gratificantes, una sensación permanente de fatiga y de cansancio, una apatía o falta de interés en realizar actividades cotidianas, problemas con la alimentación (aumento o disminución significativa de los hábitos alimenticios), alteración del sueño, preocupación permanente y excesiva, sensación de inseguridad y de falta de control, crisis de llanto y angustia sin motivo aparente, disminución del interés en tener relaciones sociales y descenso en el deseo sexual. La persona deprimida, no muestra interés por las cosas que le rodean y tampoco muestra interés en realizar actividades placenteras, es como si su capacidad para experimentar placer y disfrutar de las cosas cotidianas desapareciera. Cuando la persona se encuentra deprimida, suele considerarse a sí mismo como un fracasado, un perdedor, una persona humillada, frustrada y rechazada. La visión negativa que tiene de sí mismo, le lleva a considerarse como una persona inútil, despreciable e indeseable, rechazándose a sí mismo y pensando, al mismo tiempo, que todo el mundo le rechaza y le desprecia.

La visión negativa de sí misma, hace que la persona se perciba como inadecuada, incompetente y desgraciada. La visión negativa del mundo, lleva a la persona a percibir las demandas del medio como excesivas o llenas de obstáculos insuperables y a considerar, por tanto, que el mundo carece de interés, gratificaciones y alegrías. La visión negativa del futuro, hace que la persona o la persona deprimida se niega a asumir su vida y a experimentar el desafío constante a la que esta nos somete. La depresión es para la persona que la padece, una

experiencia aterradora que la convierte en una persona aislada y sin confianza en sí misma. Cuando una persona se deprime, le invade un abatimiento permanente y persistente y una pérdida general de interés y disfrute por las cosas y actividades que antes le resultaban agradables. La persona deprimida, se caracteriza por permanecer en un estado continuo e intenso de culpa, al asumir la responsabilidad personal de todos sus fracasos, al tiempo que no se otorga ningún mérito sobre sus éxitos.

Las personas deprimidas, suelen tener pensamientos sombríos e invasores que se caracterizan por ser repetitivos apareciendo en su mente una y otra vez casi sin descanso, reforzando y agravando el estado de ánimo deprimido de la persona que los padece. Las personas deprimidas se caracterizan, asimismo, por la inactividad y el aislamiento social, ya que tienden a reducir sus salidas y encuentros sociales, por lo que tienen menos oportunidades de experimentar experiencias positivas y gratificantes.

Dentro de las reuniones o encuentros dados con las personas de edad avanzada en la localidad de Bosa Carbonell se pudo establecer varios factores que dieron indicios de algunas cuestiones que afectaban su diario vivir, dado que las actividades realizadas con esta población indicaron lo importante que es para muchos el acompañamiento que recibían por parte de algunos de sus familiares en los encuentros que se llevaban a cabo, pero para otros ese acompañamiento no se presentaba lo que permitía observar que los estados de ánimo se veían afectados, impacientes, y hasta irritados; los diferentes estudios realizados por organizaciones para la atención y cuidado de los adultos sugieren que esta ausencia de otros es para ellos un estado de abandono parcial y algunos casos, abandono total.

En cuanto al trabajador social, cabe destacar que uno de los retos que es bastante notorio en nuestro país, es la continua gestión que se tiene que realizar ante la presencia de un problema

de carácter social, ya que toda posible solución está sujeta a protocolos de entidades o de grupos ya sea de carácter legal, religioso, social, o institucional; esta situación ubica al trabajador social en un espacio de gestor no solo de los recursos que se tienen para el desarrollo de las propuestas, sino desde el momento mismo de la viabilidad de los diferentes procesos, al analizar las posibles soluciones y sobre todo como se pueden dirigir de la mejor manera, pues de esta, se obtendrá la solución.

Cada proceso de donde el trabajador social sea participe se inicia con la elaboración del diagnóstico que permite valorar y medir los campos de acción del problema. Luego se planea la forma de intervenir las diferentes problemáticas sociales, buscando siempre dar cumplimiento a lo establecido, con un análisis a los posibles inconvenientes, para buscar dar solución a la problemática, los inconvenientes de algunos de los adultos mayores además de requerir de compromiso, y un alto grado de responsabilidad, presenta la posibilidad de exponer los conocimientos adquiridos en la formación académica, como personas competitivas que han obtenido las garantías en la atención de diferentes áreas y en la manera de difundir iniciativas que den lugar a desarrollar propuestas ante cualquier circunstancia, en este caso en particular se asumió este reto con un alto grado de compromiso dado los distintos temas que se abordaron durante este proceso. Se buscó brindar posibilidades favoreciendo los espacios para que se adaptaran presentando ofertas con sentido social en beneficio de las comunidades adulto mayor del sector.

Finalmente, es necesario mencionar que “el trabajo social es una profesión basada en la práctica y una disciplina académica que promueve el cambio y el desarrollo social, la cohesión social, el fortalecimiento y la liberación de las personas. Los principios de la justicia social, los derechos humanos, la responsabilidad colectiva y el respeto a la diversidad son fundamentales

para el trabajo social. Respalda por las teorías del trabajo social, las ciencias sociales, las humanidades y los conocimientos indígenas, el trabajo social involucra a las personas y las estructuras para hacer frente a desafíos de la vida y aumentar el bienestar. (Social, 2014)



## **CÁPITULO III**

### **RECUPERACIÓN DEL PROCESO VIVIDO**

#### 3.1 Descripción de la experiencia de intervención en el barrio Bosa Carbonell

En cuanto a nuestro primer acercamiento profesional, debemos resaltar que hace parte del proceso formativo que llevamos a cabo para obtener nuestro título de Trabajadoras Sociales ya que hay una asignatura denominada práctica profesional, donde gracias a las alianzas que posee la Corporación Universitaria Minuto de Dios con ciertas entidades, podemos emplear los conocimientos teóricos adquiridos en el transcurso de la carrera de una manera práctica.

Es por ello que la experiencia que se plasma a continuación, se desarrolla como tal durante el año 2016, cuando a las trabajadoras sociales en formación, se nos asigna como campo de práctica profesional la Pastoral Social; durante ésta, se llevan a cabo distintas etapas en las cuales suceden hechos relevantes y enriquecedores para el desarrollo de la misma:

En primera instancia se realiza un reconocimiento en cuanto al espacio como tal que ocupa geográficamente la Casa Betania, lugar donde se coordinan los diferentes programas que se llevan a cabo desde pastoral y que benefician a la comunidad de Soacha en específico, puesto que se sitúa en el barrio León XIII; esto se hace gracias a que debíamos tener conocimiento de todo lo relacionado a dichos procesos.

Es así, como en Febrero de dicho año se nos da una inducción enfocada a las funciones realizadas en cada programa existente dentro de lo que conforma la Pastoral como tal; gracias a ello conocemos que en dicha entidad se desarrolla trabajo con familias en un programa denominado Tejiendo comunidad, el cual tiene como objetivo realizar capacitaciones en las que

se atienden a las mismas, permitiendo a sus integrantes a su vez, formarse en temas específicos que integran el tema de las relaciones interpersonales; se debe resaltar que este programa iba de la mano con el banco de alimentos, ya que era un requisito recibir la capacitación respectiva para poder obtener el beneficio de ciertos mercados a un precio bajo que era dado por las personas pertenecientes al programa.

Por otro lado también se brinda ayuda a la comunidad que lo requiera de una forma inmediata en un espacio que se denomina Casos a la puerta, allí se brinda orientación en cuanto a las diversas entidades que tengan funciones en pro de soluciones a la problemática que está atravesando el sujeto como tal; encontramos así personas desempleadas, algunas en situación de desplazamiento, madres cabeza de hogar, población reinsertada, jóvenes conflictivos, entre otras situaciones que se pueden encontrar cotidianamente en la población; a su vez identificamos que dentro de la pastoral social existe un convenio con la fundación San Antonio, la cual se encarga de dar atención a la infancia como tal, realizando acompañamiento a niños pertenecientes allí y a su vez refuerzo escolar en jornada contraria, lo cual permite que los niños se encuentren en un espacio seguro, donde además de reforzar dichos procesos, son partícipes de otros, enfocados en actividades culturales y deportivas.

Finalmente encontramos la Pastoral de la ancianidad, la cual es el eje central de donde actúa la Pastoral social, ya que es el adulto mayor en lo que se enfoca el trabajo de acompañamiento donde se reconoce la existencia de voluntarios denominados “Agentes” quienes reciben formación específica, que les permite realizar dicho proceso con los adultos mayores para poder junto a la iglesia católica darle una esperanza de vida a esta población que en ocasiones se deja de lado por la comunidad en general.

Una vez conocidos los diversos programas que posee Pastoral Social, se procede a la respectiva asignación de cada uno de los estudiantes a los distintos grupos, para poder profundizar en la comunidad correspondiente y a su vez realizar el conocimiento de la población e iniciar con la fase diagnóstica.

Debido a que éramos 4 estudiantes de primer nivel, nos sumamos a otros 8 que pasaban a segundo nivel de la práctica profesional, por lo cual Alejandro y Luisa (Nombres reales) quedaron trabajando con familias, mientras que Andrés y Sharon, fueron ubicados en la zona de Ancianidad, trabajando así con adulto mayor y los Agentes, quedando así todos muy entusiasmados con las comunidades ante las que intervendríamos durante dicho año.

Gracias a que éste es un proceso que se realiza de manera continua con esta población, año tras año estudiantes de trabajo social son asignados en dicho campo, para que ejecuten una propuesta con ellos en pro de que se le dé continuidad al programa, es entonces como en la siguiente sesión se realiza una socialización con los compañeros que vienen trabajando en este proyecto donde nos dieron a conocer cómo realizaron su diagnóstico, priorización de problemáticas y demás factores determinantes a la hora de plantear una propuesta de intervención; debido a que la práctica tiene dos niveles, mientras algunos haremos la fase diagnóstica, los que ya se encontraban allí, inician la ejecución de su proyecto, por lo cual debemos saber de qué se trata el mismo, ya que tenemos que brindar apoyo en cuanto a las diferentes actividades que están estipuladas a lo largo del semestre.

Es por ello como adquirimos conocimientos más profundos en cuanto a dicho programa : Este se trata de encuentros que se ejecutan una vez al mes con la comunidad, denominados “Fraternidades”, las cuales se llevan a cabo durante un tiempo de aproximadamente dos o tres horas, en distintos sectores, por lo cual la actividad planteada para el encuentro mensual, se debe

replicar en barrios tales como Ciudad Latina, Compartir, Bosa independencia, Soacha Porvenir y Bosa Carbonell, lugar donde enfocaremos el diagnóstico ya que no se ha trabajado esta fase con ellos.

Por lo anterior, las compañeras de segundo nivel Luz y Paola, entablaron una conversación entre Susana la interlocutora y coordinadora de práctica y la Universidad, donde se definen la fecha para dar inicio a la ejecución del proyecto, es así como los alumnos de primer nivel procedemos a realizar el acompañamiento y apoyo necesario a los de segundo en sus actividades para poder contextualizarnos en cuanto a ¿cómo se lleva a cabo la realización de las mismas?, realizando así una observación participante para tener contacto con la comunidad, debemos resaltar que como se trataba de la primera vez en la que tratábamos con ellos, las expectativas al respecto eran bastante altas y la ansiedad no se hacía esperar, sentíamos nervios y a su vez ganas de conocerlos; es así como al llegar al lugar, reconocimos que se reúnen en una casa amplia, cuenta con tres plantas, donde los adultos mayores se ubican en el segundo piso, puesto que allí está ubicada el área social.

Notamos a su vez que es un poco complejo el acceso en algunos casos, debido a que hay quienes deben llegar en silla de ruedas por sus condiciones de salud y el tema de la escalera es algo que pese a que no le dan mucha relevancia obstaculiza de cierta manera la comodidad en la que se encuentra el participante.

De igual forma evidenciamos cuestiones destacadas tales como que en dicho grupo, hay cuatro (4) agentes voluntarias, de las cuales tres (3), involucraron a sus esposos y ellos hacen parte también de quienes lideran las fraternidades, recogiendo a algunos adultos mayores y colaborando en cuanto se les requiere, se destacan también: la asistencia de una mujer con limitación visual total,-lo que en palabras medicas se denomina “invidente”, otra señora con una

restricción un poco más notoria ya que posee dificultad en cuanto a su movimiento (por lo cual resulta sumamente limitado el mismo), otra señora que posee discapacidad auditiva leve (comienzos de sordera), por lo cual se le debe hablar bastante duro al igual que a algunos participantes más.

Es así como al notar estos factores significativos, pensamos de inmediato que teníamos un reto nuevo, ya que no solo era entonces el tema de trabajar con una población con la que solo habíamos tenido contacto gracias a nuestros antepasados (abuelos), sino también era el hecho de estipular un plan de acción en el cual no dejáramos por fuera a ninguno de los participantes, sin importar la limitación que sufriera, aquí hay que reconocer que gracias a que es un grupo tan acogedor no solo por los adultos mayores sino por las agentes, nos sentimos como en casa, sensación que prevaleció y aumentó a lo largo de todo el año, por lo cual en cada actividad que planteamos, estaba presente la alegría de saber que la aplicaríamos con una comunidad bastante agradable, cosa que nos impulsaba a poner todo de nuestra parte.

Teniendo en cuenta esto, pudimos presenciar algunas actividades del proyecto que se empezaba a llevar a cabo por Luz y Paola finalizando Febrero: la primera fraternidad tuvo como objetivo representar cada una de las etapas de la vida, para a su vez hablar sobre la que más habían disfrutado y compartir lo aprendido durante la misma, es por ello que estuvimos realizando una rosa de colores a base de papel crepe, con la cual podíamos en esta actividad evidenciar la motricidad en sus manos, la cual estaba más desarrollada en algunos de ellos, nos fijamos en esto debido a que tenían que realizar diversas formas de los pétalos de las respectivas flores con el papel que se les había asignado.

Gracias a ello pudieron dar un vistazo a tiempos anteriores, recordando algunos de los sucesos que pasaron durante su vida, identificándose por una etapa en específico, en especial la

que más disfrutaron, acá notamos que dicho periodo oscilaba en su mayoría entre niñez y adolescencia, relatándonos sucesos tales como las travesuras que realizaban cuando tenían dicha edad y debido a que la mayoría de ellos se criaron en un ambiente rural, hablaban en gran manera de ríos, subirse a árboles, jugar con animales y en otros casos sobre sus amores, sobre la forma en la que se divertían con su familia o de cuando tuvieron su primer trabajo, el encanto de la actividad se centraba en la forma en la que contaban sus historias, ya que lo hacían de una forma sumamente explícita que nos permitía imaginarnos a los demás como atravesaron cada momento que nos narraban.

Por ejemplo: hubo una señora que nos comentaba que donde ella vivía había muchos árboles y a ella le dejaban cuidando a su hermanita menor, *“un día estaban jugando y se subió con la niña y se cayó y muy risueña decía que ella no hallaba qué hacer con la chiquilla porque sólo lloraba, entonces la convenció de que no dijera nada a sus padres porque de ser así las castigarían a ambas por estar brincando de árbol en árbol”*. En sí lo interesante de cada historia era que la transmitían de una forma tan entretenida, por lo que no faltaban risas, angustias, incertidumbres al escucharlos, sino tiempo, para poder seguir hablando de esos años en los que aún los hace sonreír al recordarlos.

Para finales de Marzo, se lleva a cabo el siguiente encuentro, donde mediante imágenes se realizó un reconocimiento en cuanto al territorio donde nacieron y pasaron la mayor parte de su vida, esto debido a que las compañeras que estaban liderando el proceso respectivo, (como se mencionó anteriormente), evidenciaron que la mayoría de ellos, pertenecían a zonas ajenas a la que habitaban actualmente, es por ello que se habitúa el entorno con elementos muy destacados de cada región,(por ejemplo en el caso de la costa caribe, con el conocido sombrero vueltiao’),esto con el fin de que les permita familiarizarse con su lugar de origen y que

compartan entre sí diversos conocimientos en cuanto a lo que se realiza en las diferentes regiones del país.

En este espacio, sobresale de nuevo el tema de los ríos y los espacios rurales, sin embargo, el factor gastronómico fue quien tuvo un papel destacado ya que entre sí empezaron a comentar cómo se realizaban algunos de los platos más representativos de cada región, se habló de platillos como lechona en la región tolimense, pescados en la zona caribe, bandeja paisa en Antioquia, cocido boyacense y ajiaco en el caso de los Bogotanos. Esto hizo que, al compartirlo, todos nos saboreáramos de solo imaginarlo, por lo cual luego de evidenciar que esas son las regiones del país de donde provienen la totalidad de los participantes, la sesión finaliza procediendo a repartir el refrigerio brindado por parte de los agentes, siendo éste degustado mientras se escuchaba y cantaba música de cada región, haciéndoles caer en la cuenta el hecho de que jamás se debe olvidar de dónde venimos.

Al mes siguiente, es decir finalizando abril, en la tercera fraternidad, se les orienta para que plasmen en un papel con temperas y demás elementos decorativos, sus sueños, todo ello que siempre anhelaron y que por una u otra razón, no han podido llevar a cabo; esta actividad se hace con el fin de darles a entender que aunque la edad en algunos casos parezca un impedimento, no lo es y mucho menos si se trata de cumplir algo con lo que siempre han soñado, aquí identificamos situaciones tales como realizar una carrera, viajar en avión logrando experimentar ese vértigo que solo en las alturas se siente, conocer el mar, tener una casa propia con sus colores favoritos en las paredes e incluso regresar a su lugar de origen consiguiendo retomar contacto con quienes no ven hace algún tiempo.

Gracias a esta actividad se experimentan sensaciones encontradas, porque por un lado está el hecho de romper con algunos pensamientos tales como “ya estoy muy viejo para eso” y

por otro lado, satisfacción al culminar la actividad, puesto que al finalizar la misma ,luego de una reflexión se permiten a sí mismos volver a pensar con esperanza en esas cosas que ya habían dejado de lado e incluso se visibilizan ciertas alternativas para poder lograr esas metas que en algunos casos se han descartado por falta de apoyo de los seres más cercanos. Partiendo de esto se les ve más animados y se percibe el nuevo semblante con el que miran los dibujos que ellos mismos plasmaron en el papel con esperanza de poder conseguirlo algún día.

Posterior a ello, cabe destacar que desde pastoral se realiza una vez cada seis meses un evento destacado con los adultos mayores denominado “Celebración de la Vida”, el cual consiste en realizar una actividad donde se festeje su existencia, dándoles ese espacio donde pueden reír, bailar, cantar, por lo que en esta ocasión se nos asigna a los practicantes de primer nivel como los encargados de la organización de dicha reunión.

Es por ello que pudimos alcanzar luego de gestionar a través de varias personas e instituciones, elementos tales como bombas, serpentinas, detalles y como se trataba de una fiesta, ¡hasta una torta!; es así como el día estipulado para la ejecución de dicha actividad planteada para el 05 de Junio; como es de costumbre se cita a todos los adultos mayores, particularmente en este caso, mediante unas tarjetas de invitación que fueron anteriormente realizadas por nosotros y entregadas por los agentes para que lleguen a la casa de la señora Angélica sobre las 10 de la mañana; debido a que no somos expertos en cuanto a la planeación de fiestas, el estrés fue algo que se presentó de forma constante lo cual generó incluso cierta discordia entre Sharon y Luisa un día antes del festejo, sin embargo fue el mismo evento lo que logró que se arreglaran las cosas, ya que esa mañana sin pretenderlo, llegaron en el mismo bus aproximadamente desde las 8 am para poder decorar el lugar de la forma que se requería para la celebración.



Es así como posteriormente empiezan a llegar los invitados uno a uno, se acomodan a su parecer y al ya estar la mayoría de ellos se les da a conocer el propósito para la actividad que realizaremos ese día, por lo cual les damos a entender que el ideal es principalmente que se diviertan, su primera impresión ante ello es de alegría y emoción de estar allí.

Luego de ello se realiza la respectiva oración que es de costumbre hacer antes de ejecutar cualquier acción en las fraternidades, luego de ello iniciamos realizando una breve presentación de nuevo entre ellos para quienes no se conocían, puesto que a medida que incrementan los encuentros, aumentan los asistentes esto consistía en decir de la cintura para arriba su nombre y de la cintura para abajo el nombre de un producto de panadería, ejemplo: “de la cintura para arriba soy Juan y de la cintura para abajo un pan rollo”, cuestiones así permitieron por su jocosidad entrar en un ambiente de confianza para proceder con el orden del día, una vez realizado esto, se dividen en dos grupos para realizar un karaoke con sus canciones favoritas, acá se evidencia su instinto competitivo puesto que trataban de utilizar lo que estuviese a su alcance para quitarle el punto al grupo opositor.

Posteriormente se les ofreció la comida que las agentes habían preparado para dicha ocasión desde muy temprano (Consomé de pollo, Sándwich de pollo, y jugo de naranja), mientras escuchaban a dos invitados que asistieron al lugar con el fin de realizar una presentación musical, con canciones que ellos mismos pedían; una vez terminado esto, los asistentes se ponen de pie y con nuestra compañía empiezan a bailar hasta donde su cuerpo les permitió hacerlo, cabe destacar que este grupo se ha caracterizado por su vitalidad, por lo cual mientras van bailando van degustando varias golosinas que hay sobre la mesa; no obstante como el encuentro tiene un tiempo estipulado de dos horas, este día se prolongó alrededor de hora y media más, puesto que los adultos mayores estaban muy a gusto, por la música y demás.

Para dar fin a la celebración de este día se procede a repartir la torta y algunos de ellos insistieron en llevarse bombas para su casa para sus hijos y nietos, luego ya al salir se les entrega a cada uno un vaso de gelatina, junto a un detalle por haber asistido, se les percibe muy contentos y se les despide observando grandes sonrisas en su rostro lo cual nos genera una satisfacción gigante, ya que se cumple con lo que queríamos lograr en esa ocasión, que fueran felices y salieran de su rutina. Con este evento se concluyen los encuentros durante el primer semestre de 2016 con esta población, finalizando a su vez el proyecto que se ejecutó durante dicho tiempo.

A nivel académico, para dar finalidad al semestre y concluir las actividades planteadas, se realiza una presentación en pastoral, de los practicantes, junto a la profesora Andrea Rodríguez quien era la tutora encargada de este campo de práctica, el Padre Ricardo Martínez, y la Interlocutora Susana Garzón. El encuentro se realiza sobre las 9 de la mañana y se tenía como finalidad evidenciar el trabajo realizado durante ese semestre y a su vez presentar los nuevos proyectos que se ejecutarán en los diferentes programas de Pastoral durante el siguiente periodo.

Es entonces como se da a conocer lo realizado por los estudiantes de primer nivel en cuanto a la fase diagnóstica, lo cual compone la segunda fase de las mencionadas inicialmente. Fue importante allí resaltar el acompañamiento que se dio a los compañeros de segundo nivel debido a que en cada encuentro se pudo realizar una observación participante que nos permitió conocer no solo a los miembros que participaban en cada fraternidad, sino a su vez identificar sus capacidades y connotar algunas habilidades como el canto que destacaban a muchos de ellos, lográndose así también una empatía importante, debido a que en el siguiente semestre íbamos a ser nosotros quienes lideraríamos los respectivos procesos que se ejecutarían .

Cabe destacar que la observación como tal fue un factor clave que utilizamos al iniciar con el diagnóstico que se requería para poder realizar intervención, ya que tuvo como fin

identificar diversas situaciones que aquejaban a dicha población; es por ello que en un primer acercamiento a la comunidad, rescatamos varias problemáticas, haciendo la salvedad de que no son elementos que se presenten de forma aislada y que en el análisis es posible determinar que según el caso una de las problemáticas puede ser causa de una y efecto de otra.

Al realizar el diagnóstico encontramos así: escasos recursos económicos que permitan una adecuada solvencia e independencia del adulto mayor, decaimiento anímico expresado en leves y graves cuadros de depresión, problemas de salud físicos y en algunos casos mentales, ausencia de redes sociales de apoyo, específicamente red de apoyo familiar. Fruto de la observación participante surgió la anterior lista de problemáticas. Posteriormente, mediante la aplicación de entrevistas individuales a algunos Agentes voluntarios y a beneficiarios del programa, se logró organizar un árbol de problemas, con el cual se pudo concluir que algunas de las problemáticas anteriormente enunciadas son causas o efectos del decaimiento anímico que posee de una u otra forma la mayoría de esta población.

Aunque se identifican tres grandes problemáticas: escasos recursos económicos, decaimiento anímico y problemas en la salud, se reconoce que el problema con mayor relevancia y un campo más amplio de intervención, es el del decaimiento anímico. Dicho estado tiene como origen diversas causas entre las que se encuentran la ausencia de la red de apoyo familiar, siendo este uno de los fenómenos más frecuentes en la observación de las dinámicas familiares, situación que se traduce en inobservancia, negligencia y vulneración de los derechos del adulto mayor. Otras causas son la pérdida de seres queridos y sus respectivos procesos de duelo que quizá se han visto interrumpidos o no han sido finalizados por diversos motivos.

Cabe destacar que para determinar que estas son las problemáticas presentadas en este grupo de adultos mayores, se realizaron a su vez entrevistas con los agentes donde pudimos

contrastar lo que habíamos percibido al charlar con los adultos mayores y lo que resulto de la observación que realizamos durante el tiempo de las fraternidades, es decir frente a sus comportamientos, sus pensamientos, sus formas de reaccionar ante diversas situaciones, entre otras.

Es entonces como se plantea un proyecto que tiene como objetivo general la disminución de los índices de depresión que presentaba el adulto mayor, esto lo lograríamos mediante tres objetivos específicos: el primero constaba en concientizar al adulto mayor frente a la etapa del ciclo vital que está atravesando y sus respectivas consecuencias, esto con el fin de que asimilaran los cambios que han atravesado de una forma más óptima y natural; el segundo consistía en incentivar el autocuidado en el adulto mayor desde diversas perspectivas ,es decir no solo a nivel físico, sino también emocional, y el tercero buscaba rescatar los saberes que posee el adulto mayor frente a distintos remedios caseros que contribuyen al cuidado de su salud, para que se pudieran sentir que sus conocimientos aun valen y son importantes seguirlos transmitiendo de generación en generación .

Debido a que esto quedó planteado en el primer semestre del 2016, al ingresar al segundo del mismo año, se procede la ejecución del proyecto como tal, lo cual constituye la tercera fase de la experiencia; se plantean así los tres encuentros respectivos dando inicio en el mes de septiembre, ya que en pastoral durante el mes de agosto debíamos finiquitar detalles con respecto a las acciones que se llevarían a cabo. Para poder escoger la opción más adecuada en relación a las propuestas establecidas teniendo en cuenta el objetivo, realizamos algunos encuentros con Susana en los cuales discutíamos el propósito de la actividad y analizábamos si tenía relación con lo que se pretendía hacer en la fraternidad; este ejercicio nos sirvió para poder reconstruir los objetivos de tal manera que tuviera coherencia con el del proyecto y para tener en cuenta ciertos

factores claves de dicha población debido a que la interlocutora conocía de una forma tan específica a la población y tenía presentes factores destacados que no habíamos podido evidenciar debido al poco contacto con ellos.

En primer lugar, el desarrollo de la actividad numero 1 corresponde al tema de los cambios en el ser humano, se lleva a cabo el día 09 de septiembre, al iniciar se le da la bienvenida a los aproximadamente 28 adultos mayores que asisten a la fraternidad.

Evidenciamos que habían personas nuevas con la expectativa de saber qué pasaría en este espacio, pues no sabían bien, cuál era el motivo de dicha reunión, es por ello que nosotros como profesionales en formación hicimos una breve presentación de nombres para a los que ya habían asistido recordarles y a los nuevos, contarles en qué consistían las fraternidades, con qué fin era nuestra presencia, el acompañamiento hacia ellos y qué actividades realizaríamos durante el tiempo establecido, también les comentamos cómo sería el manejo de los encuentros siguientes, además de fechas y horas, luego de ello les preguntamos a los integrantes nuevos qué expectativas tenían de las reuniones siguientes, a lo cual nos contestaron que los antiguos les contaron que era muy divertido, que se reían recordando cosas de cuando eran jóvenes , les gustaba mucho asistir y que ellos querían revivir cosas para contárselas a sus descendientes para así salir de la rutina en la cual vivían.

Luego de escucharlos dimos inicio a la actividad planteada por nosotros trabajadores sociales en formación direccionados desde la academia, con el apoyo de pastoral social, la cual tenía como nombre cambios físicos y emocionales en la etapa de adulto mayor.

En un primer momento empezamos con una pregunta orientadora: ¿Cuáles son los cambios físicos, emocionales, biológicos y posiblemente cognitivos que tenemos al llegar a esta

etapa de la vida?, después de un silencio se animaron a dar respuestas, tales como *“la piel se arruga, no vemos bien las letras pequeñas, ya no podemos caminar rápido, olvidamos algunas cosas, nuestros familiares no nos dejan salir solos, tenemos que andar bien tapados porque el frío nos hace daño, obtenemos enfermedades como tensión alta, diabetes, artritis por no habernos cuidado de jóvenes, pérdidas emocionales de seres queridos (pareja conyugal, padres , amigos del trabajo, vecinos)”* entre otras, logrando diferentes puntos de vista desde lo teórico hasta lo que ha vivido cada uno, concluyendo que debíamos tener buena aceptación a nuestro nuevo estilo de vida, admitiendo que nuestro cuerpo ya está cansado, puesto que de una u otra manera ya lo habíamos explotado, por lo que ahora físicamente era momento de descansar para dar paso a recordar, viviendo de una manera más tranquilo.

Seguido a eso dimos inicio a una actividad que daba respuesta a nuestro objetivo, y pondríamos en práctica lo hablado anteriormente, donde ellos se darían cuenta cómo han cambiado al paso de los años. En un primer momento entregamos una silueta de un ser humano la cual estaba dividida por una línea de arriba a abajo, dándoles la explicación que al lado izquierdo debían dibujarse como eran ellos hace algunos años, la forma de vestir, en cuanto a las mujeres analizar cómo se maquillaban, qué cantidad de joyas o elementos similares usaban, en el caso de los hombres, como era su corte de cabello y su estilo al vestir, luego debían plasmar al lado derecho cómo estaban en la actualidad, y debían escribir los cambios emocionales, cambios de salud en cada caso donde se evidencio de gran manera los cambios mencionados, la forma de vestir cambia casi un 95% de como lo hacen ahora.

Luego de un tiempo prudente para realizar la actividad concluimos con una retroalimentación, la cual consistía en que cada uno debía contarnos que habían plasmado, evidenciando los cambios físicos, vemos que han aparecido diferentes enfermedades, unas más

crónicas que las otras pero con la satisfacción de que cada dificultad es llevadera para cada uno de ellos, en un momento de la actividad unos se sorprendieron por la forma de vestir de los otros, esto causó muchas risas además de emociones encontradas al recordar su adolescencia y juventud, un ejemplo de ellos fue una de las asistentes nos contó que se ponía vestidos muy cortos con zapatos de colores para llamar la atención, pudiendo así conquistar a su actual esposo.

Al pasar por cada uno de los asistentes, les preguntamos cómo les había parecido la actividad, para ello no fue necesario escuchar muchas palabras, pues gracias a su sonrisa, su voz de entusiasmo, sus agradecimientos y lo bendecidas que salimos de allí, supimos que habíamos cumplido con nuestro objetivo inicial, y que la actividad junto a la reflexión fue un éxito. Al dar cierre al encuentro, finalizamos con un refrigerio a cargo de las agentes.

El siguiente encuentro se ejecuta el día 07 de octubre, el cual se centraba en el autocuidado dividido en dos partes, lo físico y lo emocional; es así como luego de consultar diferentes academias de belleza para que realizaran una jornada estética, no logramos finiquitar ninguna por el tema del horario de la reunión, por lo cual optamos por realizar dicha actividad entre nosotros mismos, apoyándonos a su vez en dos estudiantes de psicología que realizaban su práctica en Pastoral, es entonces como llegamos a la casa de la señora Angélica como siempre, para la fraternidad, en el momento en el que llegaron todos los adultos mayores.

Los saludamos como es de costumbre indicándoles a su vez que tomaran asiento, se realiza la respectiva oración e iniciamos comentándoles que dicho día habría algo muy especial para ellos, procedemos a contarles de qué se trataba, por lo cual el paso a seguir fue el dividirlos en grupos ya que la idea era que fueran pasando por las estaciones respectivas que estaban estipuladas para ellos, en una de ellas encontrábamos la zona de uñas, donde las cortábamos, limábamos, pintábamos del color que desearan, en el caso de los hombres, permitieron que

hiciéramos esto pudiendo así entre otras cosas eliminar el tabú por lo menos en ellos, de que el arreglarse las uñas era solo para las mujeres.

Consideramos que esto fue algo sumamente enriquecedor, ya que ellos mismos manifestaban que era la primera vez que dejaban que se ejecutara dicha práctica, debido a la época en la que se criaron; en la siguiente zona encontrábamos la zona de masajes, donde les aplicábamos cremas que permitieran el cuidado e hidratación de su piel, esto con el fin de que se relajaran un poco; finalmente encontramos la zona de mascarillas, donde les limpiábamos la cara, posteriormente les aplicábamos el tratamiento respectivo para limpiar poros y demás.

Esto constituía la primera parte de la actividad, es decir la que se centraba en lo físico, posteriormente pasamos al cuidado emocional, donde pretendíamos liberar un poco esas cargas o esas sensaciones que recordaban con tristeza o con sentimientos encontrados de una u otra manera, este ejercicio consistió entonces en hacer que cerraran sus ojos y un orientador se encargaba de mencionar cosas tales como *“que si estaban ahí era por algo, que a pesar de las muchas cosas que habían pasado lo importante era que lo habían logrado superar, que eran las personas más importantes del mundo y se merecían estar allí, que se perdonaran así mismos por las cosas que aún no han podido, que se amaran, que su cuerpo era su tesoro y cada parte era importante y que se liberaran de esos pensamientos donde de una u otra forma le hicieron daño a alguien y lo recibieron también”*.

Es así como tuvieron la concentración suficiente y realizaron el ejercicio según las indicaciones presentando diversas emociones que al final socializamos al preguntarles ¿qué habían sentido al transportarse a dichos escenarios llenos de sentimientos?, manifestaron así un poco más de tranquilidad, pudieron abrir su corazón, perdonar y perdonarse tantas cosas que en su momento atravesaron y que llevaban auestas durante muchos años; no obstante también



hicimos énfasis no solo en esa tranquilidad a nivel emocional, sino en el objetivo general de la actividad, es decir, la importancia de que cuiden de su apariencia no por vanidad sino por sanidad, dándoles a entender que si ellos mismos eran cautelosos con cuestiones mínimas como cortarse las uñas, éstas no les iban a doler, el bañarse a diario, el poder dedicarse tiempo así mismos siquiera para peinarse, era algo que aunque pasaba desapercibido ,marcaba la diferencia y les hacía sentirse mejor consigo mismos. Luego de dicha retroalimentación, el encuentro finaliza con el refrigerio que brindan los agentes y con muchos abrazos como en otras ocasiones.

Posterior a ello, el encuentro siguiente se lleva a cabo el 4 de noviembre, debido a que éste tenía como finalidad rescatar algunos saberes que poseen los adultos mayores, lo enfocamos hacia el tema de remedios caseros o medicina natural que ellos han practicado durante toda su vida y que ahora se ha visto reemplazada por medicamentos formulados.

Es así como llegamos al lugar establecido para las fraternidades y con el fin de poder ejecutar esto llevamos plasmado en un pliego de papel la figura de un joven llamado “PEPE” el cual tenía muchos padecimientos, puesto que le dolía cada parte de su cuerpo. Es por esto que procedemos a dividir a los adultos mayores en subgrupos, con el fin de asignarle a cada uno la función de buscar diversas alternativas en cuanto a la sanación de dichos dolores.

Partiendo de ello nos salen 5 grupos de más o menos 6 personas, entre las cuales asignamos cabeza (dolor, cuello, fiebre), sistema digestivo (dolor, remedios para purgarse, mejor digestión), corazón, pulmones, brazos, piernas y enfermedades generales para el grupo como tal. Luego de pasados algunos minutos cada grupo delegaba a un representante el cual debía comentarles a los demás lo que habían socializado entre sí a todos los miembros del recinto, permitiendo esto a su vez que otros participantes de los distintos grupos también compartieran diferentes alternativas que supieran con el fin de aliviar lo que se estuviera tratando.

Pudimos evidenciar partiendo de ello que el conocimiento que poseen en cuanto a dicho tipo de medicina es bastante amplio y pese a que como mencionamos anteriormente se ha visto sustituido con el paso del tiempo, ellos siempre van a preferir aplicar sus conocimientos aunque ya no sean tenidos en cuenta con mucho fervor por generaciones más jóvenes, notamos también que el hablar de temas así les permitió empoderarse y confiar en lo que sabían, generando esto a su vez un sentimiento de satisfacción al comentarles a los demás algo que conocían lo que permitió que fueran aprendiendo al tiempo, puesto que los testimonios de los demás les permitió decir en casos en los que no conocían frases como *“Lo voy a probar”*, *“si había escuchado pero no creía”*, entre otros.

Pudimos dar cierre a esta actividad, dándoles a entender que sus conocimientos son supremamente valiosos y que son un legado que debe seguirse aplicando generación tras generación, para rescatar esto, les contamos que se llevaría a cabo la realización de una cartilla, donde quedarían plasmados los diferentes remedios que nos dieron a conocer durante el desarrollo de la sesión y a su vez les invitamos a la celebración de la vida, el cual sería el último encuentro de este año, con el cual se daría cierre al proyecto.

Es entonces como finalmente, el 02 de diciembre, sobre las 9 am, se citan a todos los adultos mayores pertenecientes al programa Pastoral de la Ancianidad para cerrar el año y nuestras actividades propuestas con la denominada *“Celebración de la vida”*. Ésta se desarrolló en la escuela de suboficiales Gonzalo Jiménez de Quesada en Sibaté, allí todos llegaron acompañados de policías, uno a uno, en una ceremonia inicial muy agradable donde se sentían a salvo por quien tenían al lado, al llegar todos (aproximadamente 200 personas, puesto que no van solo los adultos de Carbonell, sino a nivel Soacha, los pertenecientes a los demás sectores), se procede a dar inicio al encuentro con la misa dirigida por el Obispo, quien es sumamente

enaltecido por los adultos mayores, luego de ello se presenta el orden del día, el cual en primera instancia empieza con presentaciones de baile a cargo de las agentes del barrio compartir, seguido de otro en el que participaba una agente de Carbonell con el nieto de uno de los asistentes; posteriormente desde Ciudad Latina se presentó una obra de teatro jocosa que involucraba a una agente y otras señoras mayores que termino en baile, puesto que era parte de la representación.

Luego de ello se procede a la organización del salón , allí se acomodan según los grupos que realizan fraternidades para darles el respectivo almuerzo establecido para este día, cabe destacar que mientras almorzaban iban escuchando una presentación musical por parte de la policía; finalmente para concluir el día se procede a la realización de rifas de elementos que ellos pueden utilizar para adecuarse al clima tales como bufandas, gorros, ruanas, entre otros, cabe destacar que esta acción generó diversos sentimientos entre ellos ya que habían quienes querían más de lo que se les daba y por otro lado, quienes se van inconformes porque no les entregaron nada. No obstante, luego de ello finaliza el día, agradeciendo su participación en todo el año, haciendo a su vez la invitación a que sigan asistiendo a los respectivos encuentros que darán inicio en los primeros días del año 2017.

## **CAPÍTULO IV**

### **REFLEXIÓN DE FONDO**

#### 4.1 Análisis

Para poder interpretar la experiencia como tal, resulta necesario realizar un análisis crítico de nuestra vivencia, puesto que, al ejercer nuestro rol como trabajadoras sociales en formación, nos encontramos con momentos, acciones y obstáculos que al paso de nuestro aprendizaje intentamos y supimos superar desde los aprendizajes incorporados en la academia.

En un primer momento nos enfrentamos con el estigma que teníamos frente a los adultos mayores, con respecto al trabajo que nos esperaba al estar tan sólo unos minutos con ellos, el cambiar la forma de hablar, para que fuera más comprensible para ellos, y el buscar estrategias didácticas que nos ayudaran a captar su atención total, con el fin de entre otras cosas lograr que no fuera un momento rutinario, por lo cual debíamos entender cómo debía ser nuestro trato hacia ellos; para ello fue necesario asistir a un primer encuentro, donde nos dimos a la tarea de relacionarnos un poco con los adultos mayores, quienes serían nuestros primeros portadores de nuevos conocimientos, llevándonos así una idea concreta de cuál debía ser nuestro rol ante ellos.

Nuestro primer reto en este momento fue dar una mirada más allá pensando de qué manera trabajaríamos con ellos, evidenciando que unos contaban con discapacidades físicas y otros tantos con discapacidades cognitivas, es en este momento donde empezamos a pensarnos en formas para transmitir nuestros conocimientos, brindándoles seguridad y entendimiento, pues en ocasiones percibimos que les cuesta aceptar un poco su condición de vida, por lo cual intentamos orientarlos dejándoles como reflexión que la vejez es uno de los mejores momentos pues es la etapa donde recordamos como fue el tiempo pasado, ayudándolos a recordar su

infancia, y adolescencia, con muchas historias y anécdotas que contar, pero que sin duda cada una traía una sonrisa, lagrima y una gran satisfacción del deber cumplido.

Es interesante nombrar que los adultos mayores del barrio Carbonell son totalmente entregados a las actividades, con una disposición total que la rodea acompañada de una gran alegría que se nota al vernos llegar, lo que nos hizo dar a entender que estábamos haciendo bien la tarea, que al final de cada encuentro tendríamos la mejor recompensa, una gran sonrisa y un agradecimiento que nos hacía sentir satisfechas.

Debido a que desde nuestra practica tuvimos un objetivo enfocado en la disminución de la depresión, como trabajadoras sociales en formación pusimos en marcha diversas estrategias que contribuyeran a la consecución del mismo. Es por ello que dentro de los principales logros que conseguimos está el de haber gestionado diversos recursos necesarios para la consecución de las actividades cuando Pastoral social no podía aportarnos los mismos.

Por otro lado, consideramos que, en cuanto a los adultos mayores, pudimos lograr un cambio en su estilo de vida con respecto a lo que acarrea esta etapa por la que va sus vidas en este momento, gracias a las charlas que dimos con respecto a el autocuidado, su valor en la sociedad e incluso el reconocimiento de sus saberes, para que pudiera notar que sus conocimientos son más válidos de lo que se imaginan.

Gracias a lo anterior dimos cuenta que el objetivo general de nuestro proyecto de intervención se cumplió a cabalidad, puesto que todas las actividades se desarrollaron en su totalidad dejándonos grandes aprendizajes acompañado de aspectos que debemos reforzar, cambiar o no tomar en cuenta para próximos trabajos con adultos mayores, pero es necesario mencionar algunos aspectos que nos llamaron la atención : desde ya como personas aceptar que en algún momento de la vida vamos a llegar a esta etapa, pensar en cómo vamos a poner en

práctica todo lo que hemos aprendido a lo largo de nuestra carrera y cómo afrontar circunstancias que nos aquejara en su momento, sin dejar de lado que recordar situaciones pasadas que marcan la vida de un ser humano, trae consigo un sinnúmero de emociones encontradas, que causan nostalgia, pero que al ser compartida con otras personas, se suelta quizá la tristeza que causo dicho recuerdo, o por el contrario contagiar la alegría que se tiene gracias a ese suceso.

Las actividades planteadas para los adultos mayores, tuvieron una doble intención que no fueron notadas en el momento de planearlas, pues pudimos evidenciar que las actividades no iban solamente dirigidas para ellos, también para nosotras como formadoras e incluso para sus familiares, porque lográbamos llegar a lugares imaginados, donde por momentos sentimos lo que esa persona vivió en algún momento de su vida, a sentir el dolor y el respeto que ahora merece por haber superado dicho momento u obstáculo que la vida puso en su camino, entender que muchos de los cambios no fueron por gusto propio, sino porque el estilo de vida que llevaba en ese momento los obligo a que así fuera , pero también sentir el amor que salía de cada palabra al decir que criaron a sus hijos rodeados de pobreza pero con mucha unión familiar y que al pasar los años, y al ver crecer nuevas generaciones.

Luego de ello, es necesario mencionar que para llevar a cabo cada actividad tuvimos inconvenientes u obstáculos que pudimos superar con ayuda de la academia y pastoral social, pues nos encontramos con situaciones a las que no sabíamos darle buen manejo, entre ellas a buscar estrategias para captar la concentración de los adultos, nos encontramos con una señora invidente, por lo cual el reto era buscar los objetos necesarios para que ella pudiera realizar las actividades, en un primer momento de la silueta del ser humano, punteado para que tuviera la guía de la silueta, teniendo un final exitoso, y así posteriormente con otros casos en particular de los cuales aprendimos bastante entre ellos el valor a la vida.

Hay que tener en cuenta que cuando hablamos de estrategias debe ser importante pensar en tener un primer acercamiento con dicha población y realizar un juego de roles de un tema determinado y así identificar que problemáticas podrían resultar no solo en la comunidad sino personalmente, a nivel físico o cognitivo, adicional a eso es necesario contar con talleres vivenciales donde como trabajadoras sociales ayudaríamos de cierta manera a sanar heridas emocionales del pasado y aun actuales por medio del perdón, tener un acercamiento a su vida emocional y trascender fronteras que solo se pueden llegar a través de estos talleres, también contemplaríamos la idea de llevarlos a un lugar donde se respire aire fresco para así lograr desintoxicar su mente y los sentidos (oído, vista, gusto), para que por un momento viajen a su pasado y recuerden lo mejor de ello, su infancia, sus primeros amores y sus juegos, de esta manera podríamos entender un poco más su realidad para que nuestro quehacer sea un poco más fructífero y no quedarnos solo en el asistencialismo o una risa momentánea.

Esta situación acompañada en muchos casos por problemas de carácter económico ha permitido que los adultos mayores se encontraran con estados de ánimo bajos, lo que repercute en miedos, poco equilibrio, desasosiego y depresión. En el desarrollo de estos ejercicios se vislumbró la posibilidad de trabajar en torno al problema que les afectaba y en la manera de ser artífices en los procesos que ayudaran a restablecer estos estados de ánimo, la recomendación era presentar propuestas que permitieran equilibrar dentro de un ambiente tranquilo y agradable las posibilidades en busca de un estado de equilibrio y armonía, la base era importante por cuanto los niveles de autonomía, participación, ayudaría en los procesos restablecimiento de su propia salud, todo esto encausado a la búsqueda de su propio reconocimiento, dando forma a sus ideas, pero sobre todo, garantizando con esta participación el desarrollo de seres con deseos de

colaborar de manera digna y respetuosa a la transformación de una sociedad afectiva, constante, y participativa; con las condiciones de vida de la comunidad mayor con respeto y dignidad.

Es por ello que debemos reconocer que nuestro punto de llegada más que un final de práctica se presenta como la línea de comparación entre lo que se logró hacer y lo que se pretendía realizar está comprobado que por muchas razones las comunidades tienen mayor probabilidad de restablecerse cuando los aportes profesionales se presentan logrando compenetrar en los espacios de manera simultánea ,argumentativa pero a la vez practica sobre asuntos de interés que generalmente van dirigidos a presentar un servicio buscando trascender de alguna manera transformando en los asuntos específicos y que interesen a determinada población, en efecto no sólo con el grupo de trabajo que fue nuestro inicio sino con toda una localidad.

En esta oportunidad los resultados estaban dirigidos a la recuperación de los estados de ánimo de las personas integrantes de un sector en específico, pero con el trascurso del tiempo la atención se extendió a un sector más numeroso como lo fue los adultos de la localidad de Bosa. El proceder profesional junto con la colaboración de los agentes apuntó a idear diferentes formas que lograran el interés de los implicados en la consecución de cada tarea presentada de esta manera afirmar que el trabajo realizado se hizo en forma organizada, el cual fue aprovechado por cada uno de las personas que hicieron parte del desarrollo de la sistematización originando de esta forma la apertura de otras posibilidades las mismas que eran necesarias al desarrollar propuestas que buscaron el acercamiento y posterior participación en comunidad adultos mayores siendo conscientes de la necesidad de involucrarnos en estos espacios, con dimensiones interesantes permitiendo de esta forma desempeñar esta labor con respeto y dignidad.

Se conservó un carácter humano y con sentido social como fuera necesario en la realización de la actividad, la transformación lograda fue importante y decisiva lo cual brinda la oportunidad de



dar buena cuenta de la manera como fue manejado el compromiso, dada las circunstancias en esta ocasión estos resultados permitieron a los involucrados dejar una reflexión expuesta que podrá ser utilizada en la realización de próximos eventos, los mismos que se generan cotidianamente en la vida de los individuos.

El poder realizar el diagnóstico permitió una documentación acertada para la atención de los casos pasando así de lo general a lo particular, estableciendo cuál es la mejor manera de realizar un acercamiento pero sobre todo conservar el anhelo de contribuir satisfactoriamente a los cambios que sean necesarios no solo como profesionales sino también como protagonistas, individuos proyectados a buscar el bienestar individual y colectivo, muchos de estos logros se presentaron como grandes aportes en el desarrollo del proyecto suponiendo la importancia de lograr que el grupo no se dispersara, conservando un compromiso concreto; una especie de acuerdo entre los interesados, los hallazgos fueron evidentes, manifestándose en la mejora de los comportamientos de todo el grupo.

El contexto se presentaba como algo muy natural cada uno se constituía en un mundo aparte nuevo y hasta divertido, los espacios donde las desigualdades eran defendidas de manera particular ya fuera por ideales políticos o por otras condiciones, por defender criterios y hasta por gustos musicales se pudo comprobar que muchos conservan sus escenarios intactos por considerarlos sublimes pues las convierten en su patrimonio no es eventual la capacidad que guardan al referirse al pasado pueden hacerlo con nostalgia pero profundamente convencidos de que el pasado fue mucho mejor que lo que se aprecia actualmente, realmente tienen un ligero temor de abandonar sus recuerdos pues se reacomodan en ellos y se mantienen ocupados es como si supieran que cada recuerdo está dirigido a servir como si fuera un documento histórico por quienes apreciamos sus conocimientos.

El desarrollo integral de la comunidad de adultos mayores contribuyó a los niveles de bienestar del individuo dado a la participación de cada uno de ellos, la posición adquirida por los integrantes de los grupos, la convivencia, el compromiso, lograron un impacto importante en la consecución de la experiencia obteniendo de esta manera contribuir al crecimiento que como grupo en desarrollo se necesita para lograr transformar las necesidades que en ese momento se constituían como problemas.

El apadrinamiento dado por la iglesia del sector sirvió como referente siendo esto un factor que muchos de los allí reunidos tienen, puesto que el firme convencimiento de su espiritualidad y las acciones que se forman en torno a ella sin contar que para muchos la edad es la manera de estar más cerca del creador, esta posición humanista busca dramáticamente dar solvencia a una cuestión de conveniencia para consigo mismo reafirmandonos sustancialmente que es una comunidad devota y con compromiso religioso un grupo de seres que tenemos que apoyar, proteger y cuidar siempre.

## **CAPÍTULO V**

### **PUNTOS DE LLEGADA**

#### 5.1 Conclusiones

-Las comunidades tienen mayor probabilidad de participar en diversos procesos cuando los aportes profesionales se dan a conocer, por lo cual en esta oportunidad el trabajo fue realizado de manera organizada, aquí dimos inicio con un diagnóstico social para identificar con las posibles problemáticas, seguido a eso realizamos un árbol de problemas donde evidenciamos la problemática principal y dar inicio a nuestro plan de acción para así finalizar con la intervención, siendo a su vez aprovechado por cada uno de las personas que hicieron parte del desarrollo de la sistematización dando origen a la apertura de las diferentes posibilidades las mismas que eran necesarias para la ejecución de las propuestas en busca del acercamiento y posterior participación de la comunidad de adultos mayores que necesitaban ser involucrados en espacios que permitieron desempeñar esta labor con respeto y dignidad entre los participantes con un carácter humano y con sentido social. De esta manera concluimos que es un deber ser que el profesional en trabajo social trabaje de manera organizada para lograr tener una intervención más afondo y acertada en la realidad, llevando en su quehacer laborar formatos e instrumentos que le ayuden a evidenciar lo máximo posible para luego redactar el informe conveniente, puesto que debemos contar con la participación de otras carreras profesionales en nuestro caso fue necesario contar con la presencia de una psicóloga en formación, para lograr identificar conductas emocionales y nuestro punto de vista debe llegar al comportamiento social de los individuos.

-La comunidad con la cual se llevó a cabo el proceso de la sistematización fue visibilizada en el momento de la sumatoria de los resultados, lo cual refleja la manera como fue manejado el compromiso no solo como profesionales sino también como individuos proyectados a buscar el bienestar individual y colectivo que instauran un cambio en los comportamientos de quienes vivieron esta situación en la comunidad de los adultos mayores, siendo así identificamos que los cambios a causa de nuestra presencia durante un año de trabajo con los adultos mayores se ve reflejado en el trabajo de los compañeros que dieron continuidad a nuestro proceso.

-Los grandes aportes en el desarrollo del proyecto fueron significativos y se manifestaron en la mejora de los comportamientos, de todo el grupo con el cual se trabajó, para ello contamos con la presencia de un psicólogo en formación donde a través de su trabajo nos dio a conocer dicha información, pues se trató de enriquecer el desarrollo del programa sin olvidar el alto sentido de compromiso en lo que respecta a restablecer los espacios donde las desigualdades sean defendidas así sea de manera obligatoria de todas las condiciones en donde el adulto mayor no es tomado en cuenta por diversas índoles.

-El aprendizaje va mucho más allá de lo teórico, y aunque lo ideal sería que ellos aprendieran nuestros conocimientos, fuimos nosotras quienes aprendimos, conocimos, entendimos, cambiamos y aceptamos nuestro estilo de vida, y claro ellos también se quedaron con grandes conocimientos por parte de nosotras, pero no tan significativos como nosotras de ellos. Es necesario mencionar que nuestros conocimientos van de la mano con actitudes de los adultos mayores que desconocíamos, tales como entender que a pesar de su edad su higiene corporal era la adecuada y de gran agrado para estar presentes en dicho lugar, y otros cuantos paradigmas que teníamos al inicio de trabajar con esta población.

-Uno de los mayores retos al realizar este proyecto fue el favorecer el estado de ánimo de las personas mayores al incitarles en participar en la creación de espacios donde se encontrasen a gusto, puesto que muchos de ellos manifestaron provenir de lugares donde vivieron el desarraigo y la violencia, lo cual conllevó a que no quisieran hacer parte de encuentros de ninguna índole. Después de haber realizado las actividades, identificamos una mayor ilusión entre los mayores. Mejoraron de gran manera las relaciones personales; aumento el ánimo. Evidenciamos un aumento de la calidad de vida.

-Fue una experiencia altamente gratificante en distintos sentidos, enfrentándonos con buenos momentos, pero también con malos que nos hicieron ser más ágiles y entender que en algún momento de nuestra vida profesional debemos contar con más imprevistos. Es fundamental contar con un buen equipo de trabajo, donde sea indispensable conocer sus competencias y capacidades para que siempre vayamos con un fin en común que apunte al bienestar social de los otros.

-El trabajo que se logró realizar con los adultos mayores, nos ayudó para superar estigmas que teníamos en cuanto a ellos, reafirmandoles que esta es la mejor etapa de la vida, porque desde su experiencia ellos nos dieron a entender que sentían la satisfacción del deber cumplido, que, aunque en su diario vivir estaban acostumbrados a una vida rutinaria, esta etapa los ayuda a encontrarse con ellos mismos y mirar cómo ha sido su camino a lo largo de la vida.

-La disponibilidad de grupo de trabajo se evidencio en el desarrollo de las diferentes actividades disponiendo la capacidad de entender y dar a entender que la vejez en algunos casos es la compensación de una vida llevada con dignidad, que la longevidad se puede comparar con

el éxito obtenido a lo largo de la vida, que las circunstancias hacen que los verdaderos maestros de la realización no son sólo los resultados, sino también los desaciertos, y que una de la mayores ventajas se centra en estar bien consigo mismos, como personas y como profesionales perfilados a trabajar por la dignidad humana.

-Se debe destacar que los miedos existentes a la hora de realizar nuestra intervención profesional corresponden a diversos vacíos teóricos que se presentaron dentro del proceso académico, ya que así como en el camino conocimos profesores bastante exigentes, tuvimos otros que nos dejaban un sinsabor a la hora de terminar clases, por ello también la población se vio ciertamente afectada ya que nuestro proceso fue en su mayoría el mismo que brinda pastoral, es decir de asistencialismo dejando de lado el acompañamiento que se debe hacer a la comunidad adulto mayor sin dejar de lado factores como evaluación y seguimiento de los procesos que se ejecuten con ellos.

-Los aprendizajes que nos dejó el realizar la sistematización de experiencias se divide en dos, a nivel personal y a nivel profesional, es necesario mencionarlo puesto que fueron facetas que vimos de diferentes perspectivas. Al momento de empezar a realizar nuestra sistematización nos encontramos con que debíamos revivir momentos y circunstancias por las que pasamos para llegar a la conclusión, que aunque hubo dificultades fue un tiempo maravilloso, pues gracias a los adultos mayores reafirmamos que el valor que le damos a la vida en ocasiones es muy mínimo, esto por causas desagradables que al paso de la vida hemos pasado puesto que dejamos de lado todas aquellas cosas realmente importantes que nos dan vida, porque creemos que son vanas, luego de ello, como no mencionar el rol profesional, aquí el aprendizaje es totalmente diferente pues dejar de lado muchos temores al hablar en público, tan solo a relacionarnos con personas con las que nunca habíamos cruzado tan siquiera una mirada y ahora enfrentarnos a la

realidad que ellos vivían , unas muy agradables, otras con tristeza en su mirada y corazón y otras con la expectativa de lo que fuera a pasar.

## Referencias

- Albornoz , H., & Promotores Juveniles, C. (2003). *Herramientas pedagogicas,Derechos del Adulto Mayor*. Bogota: Quebecor World Bogota S.A.
- Colombia, A. d. (2013). Pastoral de la Ancianidad. Bogotá.
- El tiempo. (21 de Mayo de 2016). Sin recursos y deprimidos, el drama de adultos mayores. *El tiempo*, pág. 6.
- Health, N. I. (Enero de 2009). *National Institute Of Mental Health*. Obtenido de National Institute Of Mental Health:  
<https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depresion/index.shtml>
- Herrera, J. (2009). Modelos de intervencion en trabajo Social. *Fundamentos de trabajo Social*, 304-305.
- Instituto Nacional de la Salud Mental. (Enero de 2009). *National institute of mental health*. Obtenido de National institute of mental health:  
<https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depresion/index.shtml>
- Mejia J, M. R. (s.f.). *La sistematizacion como proceso investigativo ola busqueda de la episteme de las practicas*. Recuperado el 08 de 05 de 2017, de La sistematizacion como proceso investigativo ola busqueda de la episteme de las practicas:  
[http://www.cepalforja.org/sistem/sistem\\_old/sistematizacion\\_como\\_proceso\\_investigativo.pdf](http://www.cepalforja.org/sistem/sistem_old/sistematizacion_como_proceso_investigativo.pdf)
- Mejia, M. R. (sf). *la sistematizacion como proceso investigativo o busqueda de la episteme de las practicas* . Obtenido de la sistematizacion como proceso investigativo o busqueda de la episteme de las practicas :  
[http://www.cepalforja.org/sistem/sistem\\_old/sistematizacion\\_como\\_proceso\\_investigativo.pdf](http://www.cepalforja.org/sistem/sistem_old/sistematizacion_como_proceso_investigativo.pdf)
- Albornoz , H., & Promotores Juveniles, C. (2003). *Herramientas pedagogicas,Derechos del Adulto Mtor*. Bogota: Quebecor World Bogota S.A.
- Aranibar, P. (2001). Acercamiento conceptual a la situacion del adulto mayor en America Latina. En P. Aranibar. Santiago de Chile: Naciones Unidas Cepal.
- Colombia, A. d. (2013). Pastoral de la Ancianidad. Bogotá.
- El tiempo. (21 de Mayo de 2016). Sin recursos y deprimidos, el drama de adultos mayores. *El tiempo*, pág. 6.
- Health, N. I. (Enero de 2009). *National Institute Of Mental Health*. Obtenido de National Institute Of Mental Health: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depresion/index.shtml>
- Herrera, J. (2009). Modelos de intervencion en trabajo Social. *Fundamentos de trabajo Social*, 304-305.



- Instituto Nacional de la Salud Mental. (Enero de 2009). *National institute of mental health*. Obtenido de National institute of mental health:  
<https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depression/index.shtml>
- Mejia J, M. R. (s.f.). *La sistematizacion como proceso investigativo ola busqueda de la episteme de las practicas*. Recuperado el 08 de 05 de 2017, de La sistematizacion como proceso investigativo ola busqueda de la episteme de las practicas:  
[http://www.cepalforja.org/sistem/sistem\\_old/sistematizacion\\_como\\_proceso\\_investigativo.pdf](http://www.cepalforja.org/sistem/sistem_old/sistematizacion_como_proceso_investigativo.pdf)
- Mejia, M. R. (sf). *la sistematizacion como proceso investigativo o busqueda de la episteme de las practicas* . Obtenido de la sistematizacion como proceso investigativo o busqueda de la episteme de las practicas :  
[http://www.cepalforja.org/sistem/sistem\\_old/sistematizacion\\_como\\_proceso\\_investigativo.pdf](http://www.cepalforja.org/sistem/sistem_old/sistematizacion_como_proceso_investigativo.pdf)
- MINSALUD. (S.F). *MINSALUD- TODOS POR UN NUEVO PAÍS*. Recuperado el 27 de ABRIL de 2017, de <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/envejecimiento-vejez.aspx>
- P.PAOLA, J., TORDON, M. M., & DANIEL, P. N. (2015). *MAS MAYORES, MAS DERECHOS* . ARGENTINA: EDULP.
- Rodriguez Daza, K. D. (2001). Vejez y envejecimiento. En K. D. Rodriguez Daza, *Vejez y envejecimiento* (pág. 5). Bogota: Univesidad del Rosario .
- Ruiz, E. D. (Agosto de 2013). *Envejecimiento y vejez en colombia* . Obtenido de Envejecimiento y vejez en colombia : <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/INEC/INV/3%20-%20ENVEJECIMIENTO%20Y%20VEJEZ%20EN%20COLOMBIA.pdf>
- Social, C. E. (junio de 2014). *consejo general del trabajo social*. Obtenido de consejo general del trabajo social: <https://www.cgtrabajosocial.es/DefinicionTrabajoSocial>
- social, M. d. (2015). *Ministerio de salud y proteccion social*. Obtenido de Ministerio de salud y proteccion social: <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/envejecimiento-vejez.aspx>
- Suarez, B. (11 de 01 de 2017). *Diario U Chile*. Obtenido de Diario U Chile:  
<http://radio.uchile.cl/2017/01/11/envejecimiento-viviendo-en-la-vulnerabilidad/>
- MINSALUD. (S.F). *MINSALUD- TODOS POR UN NUEVO PAÍS*. Recuperado el 27 de ABRIL de 2017, de <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/envejecimiento-vejez.aspx>
- P.PAOLA, J., TORDON, M. M., & DANIEL, P. N. (2015). *MAS MAYORES, MAS DERECHOS* . ARGENTINA: EDULP.
- Rodriguez Daza, K. D. (2001). Vejez y envejecimiento. En K. D. Rodriguez Daza, *Vejez y envejecimiento* (pág. 5). Bogota: Univesidad del Rosario .
- Ruiz, E. D. (Agosto de 2013). *Envejecimiento y vejez en colombia* . Obtenido de Envejecimiento y vejez en colombia :

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/INEC/INV/3%20-%20ENVEJECIMIENTO%20Y%20VEJEZ%20EN%20COLOMBIA.pdf>

Social, C. E. (junio de 2014). *consejo general del trabajo social*. Obtenido de consejo general del trabajo social: <https://www.cgtrabajosocial.es/DefinicionTrabajoSocial>

social, M. d. (2015). *Ministerio de salud y proteccion social*. Obtenido de Ministerio de salud y proteccion social: <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/envejecimiento-vejez.aspx>

Suarez, B. (11 de 01 de 2017). *Diario U Chile*. Obtenido de Diario U Chile: <http://radio.uchile.cl/2017/01/11/envejecimiento-viviendo-en-la-vulnerabilidad/>

Colombia, A. d. (2013). *Pastoral de la Ancianidad*. Bogotá.

El tiempo. (21 de Mayo de 2016). Sin recursos y deprimidos, el drama de adultos mayores. *El tiempo*, pág. 6.

Health, N. I. (Enero de 2009). *National Institute Of Mental Health*. Obtenido de National Institute Of Mental Health: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depresion/index.shtml>

Herrera, J. (2009). Modelos de intervencion en trabajo Social. *Fundamentos de trabajo Social*, 304-305.

Instituto Nacional de la Salud Mental. (Enero de 2009). *National institute of mental health*. Obtenido de National institute of mental health: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depresion/index.shtml>

Mejia J, M. R. (s.f.). *La sistematizacion como proceso investigativo ola busqueda de la episteme de las practicas*. Recuperado el 08 de 05 de 2017, de La sistematizacion como proceso investigativo ola busqueda de la episteme de las practicas: [http://www.cepalforja.org/sistem/sistem\\_old/sistematizacion\\_como\\_proceso\\_investigativo.pdf](http://www.cepalforja.org/sistem/sistem_old/sistematizacion_como_proceso_investigativo.pdf)

MINSALUD. (S.F). *MINSALUD- TODOS POR UN NUEVO PAÍS*. Recuperado el 27 de ABRIL de 2017, de <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/envejecimiento-vejez.aspx>

P.PAOLA, J., TORDON, M. M., & DANIEL, P. N. (2015). *MAS MAYORES, MAS DERECHOS . ARGENTINA*: EDULP.

Rodriguez Daza, K. D. (2001). Vejez y envejecimiento. En K. D. Rodriguez Daza, *Vejez y envejecimiento* (pág. 5). Bogota: Univesidad del Rosario .

Ruiz, E. D. (Agosto de 2013). *Envejecimiento y vejez en colombia* . Obtenido de Envejecimiento y vejez en colombia :

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/INEC/INV/3%20-%20ENVEJECIMIENTO%20Y%20VEJEZ%20EN%20COLOMBIA.pdf>

Social, C. E. (junio de 2014). *consejo general del trabajo social*. Obtenido de consejo general del trabajo social: <https://www.cgtrabajosocial.es/DefinicionTrabajoSocial>

social, M. d. (2015). *Ministerio de salud y proteccion social*. Obtenido de Ministerio de salud y proteccion social: <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/envejecimiento-vejez.aspx>

Suarez, B. (11 de 01 de 2017). *Diario U Chile*. Obtenido de Diario U Chile: <http://radio.uchile.cl/2017/01/11/envejecimiento-viviendo-en-la-vulnerabilidad/>

## Anexos

### Árbol de problemas (Fase Diagnóstica)

