

BIENESTAR SOCIAL, SALUD MENTAL Y ADULTOS MAYORES EN EL CENTRO
DIA DE GUADALAJARA DE BUGA

ESTUDIANTES

Janeth Gallego Londoño ID 714110

Marly Yulieth González Balbuena ID 715709

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS UNIMINUTO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

TRABAJO SOCIAL

GUADALAJARA DE BUGA 2023

BIENESTAR SOCIAL, SALUD MENTAL Y ADULTOS MAYORES EN EL CENTRO
DIA DE GUADALAJARA DE BUGA

ESTUDIANTES

Janeth Gallego Londoño ID 714110

Marly Yulieth González Balbuena ID 715709

Documento resultado de trabajo de grado para optar por el título de Trabajo Social

Director:

Luis Alberto Misnaza Ramírez

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS UNIMINUTO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

TRABAJO SOCIAL

GUADALAJARA DE BUGA 2023

Dedicatoria

Con todo mi amor y cariño dedico este trabajo de grado, primero a mi esposo Jaime Alberto, por su apoyo incondicional, en segundo lugar, a mis hijos Isabel Cristina y Juan Fernando, para que les sirva como ejemplo y no declinen nunca en sus sueños, ¡se pueden lograr!; en tercer lugar, a mis padres, los cuales se sienten orgullosos; hago un reconocimiento a mi padre que con su ejemplo me ha mostrado siempre las ansias de conocimiento y el deseo de aprender. Y, sobre todo, me lo dedico, porque perseveré y lo conseguí.

Janeth Gallego L.

Agradecimientos

Agradecemos principalmente a Dios por permitirnos llegar hasta aquí, por proveernos en todos los aspectos para llevar a cabo este proyecto. Agradecemos al programa de Trabajo Social, de la Universidad Minuto de Dios, su director por el acompañamiento y esmero para poner a nuestra disposición docentes de alta calidad quienes nos transmitieron su conocimiento de la mejor manera permitiendo transformar el pensamiento y la visión por la vida. A nuestra familia que es un soporte permanente, en el cual necesitamos apoyarnos constantemente para escalar nuestros sueños.

Janeth Gallego L. y Marly Yulieth González B.

Resumen

Esta investigación parte del interés de estudiar a la población adulta mayor que asiste a un Centro Día en el municipio de Guadalajara de Buga, Valle del Cauca. La labor se centra en responder la siguiente pregunta de investigación ¿En qué medida el acompañamiento y actividades brindadas en el Centro Día Nuevo Horizonte, contribuyen a mejorar la calidad de vida de los Adultos Mayores que asisten regularmente a sus instalaciones? Para dar respuesta a la pregunta de investigación se puso en práctica una estrategia metodológica de corte cualitativo que se implementó a partir de un diseño de corte etnográfico que se sustentó en la observación participante y en la realización de entrevistas a catorce de los y las usuarias de este Centro. Partiendo de los conceptos de: Calidad de Vida, Bienestar social, Salud Mental y Redes de apoyo, como categorías analíticas, los resultados de esta investigación apuntan a que un enfoque de intervención integral en el que se acompañe a los y las adultas mayores desde aspectos como: salud, nutrición, esparcimiento y socialización, contribuyen a integrar a esta población y a superar barreras como la marginación y la exclusión social que se produce debido a la edad, además de que brinda dignidad a la vejez, aún en medio de condiciones de vulnerabilidad económica.

Palabras clave:

Adulto mayor, envejecimiento, Bienestar social del adulto mayor, Calidad de vida, Salud mental y redes de apoyo

Índice temático

Introducción	9
1. Planteamiento del problema	11
2. Objetivos	15
2.1 Objetivo general	15
2.2 Objetivos específicos	15
3. Justificación	17
4. Marco teórico	19
4.1 Estudios sobre la vejez. Aproximación a un estado del arte	19
4.2 Estudios sobre la vejez en Colombia	21
5. Estrategia metodológica	22
5.1 Bienestar Social	22
5.4 Redes de apoyo	25
6. Técnicas de investigación	26
6.1 Recolección de datos.	26
7. Resultados	27
7.1 Capítulo 1. Descripción de la población de adultos mayores que asiste al Centro	
Día	27
7.1.1 Las instalaciones del Centro Día “Nuevo Horizonte”	27

7.1.2 Descripción de la población de adultos mayores asistentes al Centro Día	29
7.1.3 Educación y formación de la muestra de los y las Adultos Mayores	30
7.1.4 Trabajo, pensión y economía	31
7.2 Capítulo 2. Centro Día Nuevo Horizonte: Aportes a la salud mental de los adultos mayores	34
7.2.1 De la valoración física a las actividades recreativas	35
7.2.2 La nutrición como eje fundamental en el Centro Día	37
7.3 Capítulo 3: Análisis de los beneficios que aporta en la calidad de vida de los adultos mayores que asisten al Centro día	38
7.3.1 El cuidado	38
7.3.2 Más que Profesionales, una Familia	39
7.3.3 La muerte	40
7.3.4 Los servicios que presta el Centro Día para garantizar una vejez digna	41
8. Conclusiones	43
9. Referencias	47

Lista de tablas

Tabla 1. Población Buga 2021 > 60 años	13
Tabla 2 .Nivel educativo de los y las usuarias del Centro Dia.....	29
Tabla 3.Oficios que realizan los y las usuarias del Centro Dia.....	30

Lista de ilustraciones

Ilustración 1. Proyecciones de población	13
Ilustración 2. Población mayor de 60 años en Guadalajara de Buga 2021	14
Ilustración 3. Localizacion del Centro Día, Nuevo Horizonte	27
Ilustración 4. Entrevista voluntaria adulto mayor	33

Introducción

El crecimiento actual de la poblacional mundial muestra, según Fernández (2001), un incremento significativo de la población de adultos mayores, hecho que podría explicarse debido al aumento de la esperanza de vida y la disminución de la tasa de mortalidad mundial. El envejecimiento es un hecho biológico de la naturaleza humana, su manejo por parte de los Estados responde a las necesidades de atención para este grupo poblacional, dado que esta fase de la vida de las personas tiene diversas manifestaciones que pueden generar afectación en su vida cotidiana, como por ejemplo, en su participación en el mercado laboral, el sector financiero, la demanda de bienes y servicios, (viviendas, transportes, protección social, entre otros), así como también en el bienestar social de las familias.

En este sentido, como lo afirma Ríos (2004), el incremento de la población adulta mayor implica uno de los retos más importantes para la sociedad contemporánea, por lo que resulta importante para las Ciencias Sociales y, en particular, para el Trabajo Social, comprender la vejez como parte del ciclo de la vida humana e incluido en su cotidianidad e instituciones, es decir, no como un hecho traumático, sino como parte de la vida de las personas y por ende, como un hecho social que requiere atención para brindar el acompañamiento necesario a nivel general desde las instituciones del Estado y, a nivel particular, considerando las diferencias físicas y mentales que puedan presentar las personas en esta etapa de sus vidas. Por supuesto, teniendo en cuenta lo anterior, lo que buscan los estudios sobre adultos mayores es aportar en el compromiso social que existe sobre esta población y, especialmente, contribuir a generar los espacios para que los adultos mayores vivan con dignidad y reciban en acompañamiento necesario para continuar con su vida en función de las estructuras sociales existentes sin ser tratados como externos a estas.

En este sentido, el interés de esta monografía se centra en el rescate de condiciones favorables para la vejez, por lo se ha considerado tomar como objeto de estudio el Centro Día del municipio de Guadalajara de Buga, en el departamento del Valle del Cauca, la cual es

amparada por el acuerdo 062 del 2018, una política pública que está adelantando labores para contribuir con, al menos, una parte de la población adulta mayor del municipio. También, creemos que, desde nuestra perspectiva académica, podemos ofrecer contribuciones que permitan comprender con mayor claridad y detalle, la situación particular de los y las adultos mayores en un Centro Día en Buga. Además, es importante destacar que, como lo han observado otros investigadores, los programas sociales enfocados en el apoyo a los y las adultos mayores les ofrecen beneficios que mejoran considerablemente sus condiciones de vida (De Oliveira, 2010; Rodríguez y Vidal, 2015, como se citó en Robledo y Orejuela, 2020, p 34).

En complemento de lo anterior, es claro que, como cualquier otro grupo poblacional en un Estado Social de Derecho, la población adulta mayor cuenta con atención, esto debido a que si se analiza sus problemáticas desde la perspectiva del ciclo biopsicosocial en el que se encuentran (Rodríguez, 2012), como se citó en Robledo y Orejuela, 2020, es decir, teniendo en cuenta la relación que existe entre la edad de las personas y las distintas facetas y necesidades sociales de la vida de las personas, se puede comprender el hecho de que esta investigación aborde el bienestar social de los adultos mayores desde tres perspectivas: Social, Mental y Física, lo que permitirá comprender con mayor claridad la función que tienen los centros de acompañamiento que se han creado para su protección, como el caso del Centro Día Nuevo Horizonte.

1. Planteamiento del problema

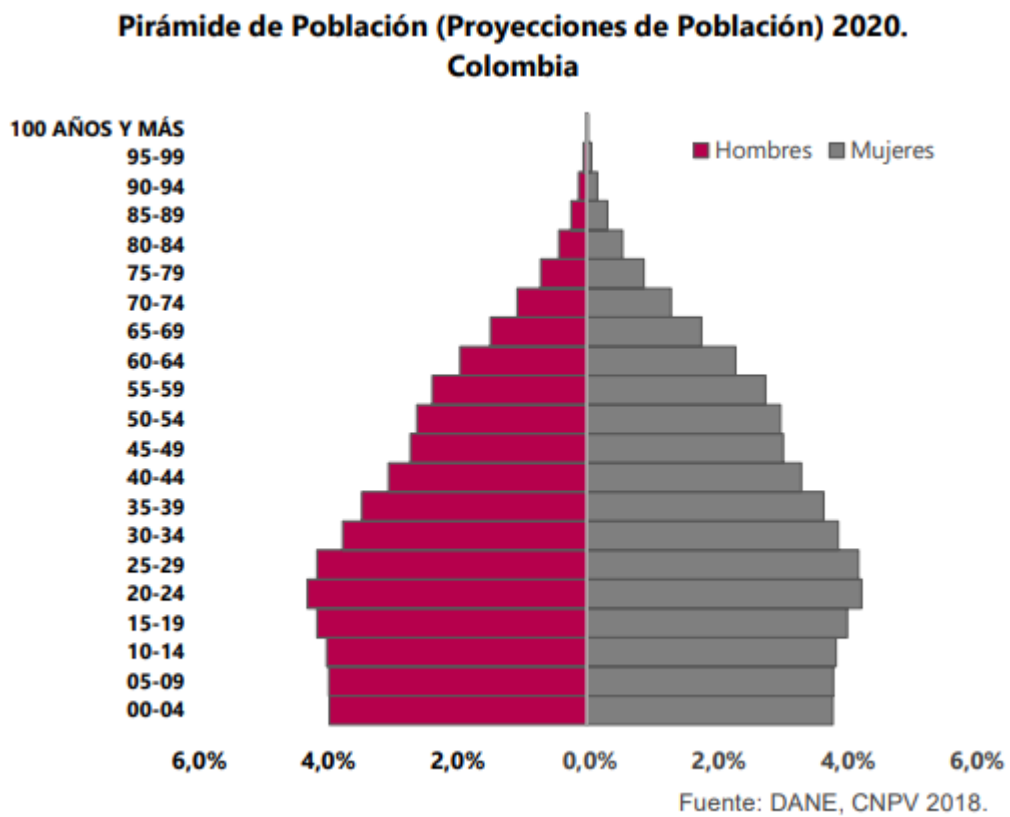
Desde una visión humanista, el adulto mayor es una parte importante de las sociedades. Por supuesto, más allá de esta postura, los adultos mayores son una considerable parte de la población, sobre la que las instituciones deben brindar apoyo. En este sentido, las principales problemáticas de las y los adultos mayores radican en dos aspectos que determinan su bienestar social: la economía y la salud, tanto física como mental. En cuanto a lo económico es relativamente fácil distinguir las principales dificultades que les aquejan como, por ejemplo, el difícil acceso al trabajo o no lograron cotizar a un fondo de pensiones, mientras que, en lo psicosocial la tarea es un poco más ardua y compleja porque en la particularidad de los seres humanos, la salud mental no se puede mantener o garantizar de una misma manera, en especial cuando a los adultos mayores se les considera comúnmente como una carga para sus familias y para la sociedad en general. Teniendo en cuenta estos dos aspectos, es claro que en algún punto del entramado social estos dos aspectos confluyen haciendo que la vejez sea un factor limitante para las personas o, peor aún, una causa de exclusión social.

En el caso de Colombia, se considera que se es adulto mayor cuando se alcanza la edad de 60 años. En este sentido, según cifras del DANE (2021), en el país la población de adultos mayores alcanza 6.808.641 personas, de los cuales el 45% son hombres y el 55% son mujeres. A continuación, la siguiente pirámide poblacional ilustra de mejor manera la distribución de la población en Colombia.

Teniendo en cuenta lo anterior, se hace necesario profundizar en cuanto a los impactos sociales que puede tener la política pública de atención a los adultos mayores en Buga, esto pensando en que resulta conveniente complementar la perspectiva del cuidado que otorgan las Ciencias de la Salud y observar las problemáticas del adulto mayor en el Valle del Cauca desde su comprensión como sujetos sociales de derechos, por lo que ratificamos el interrogante que habíamos planteado con anterioridad: ¿En qué medida el acompañamiento y actividades brindadas en el Centro Día de Zanjón Hondo contribuyen a mejorar la calidad de vida de los

adultos mayores que asisten regularmente a sus instalaciones?

Ilustración 1.



DANE, (2021) Adulto mayor en Colombia características generales.

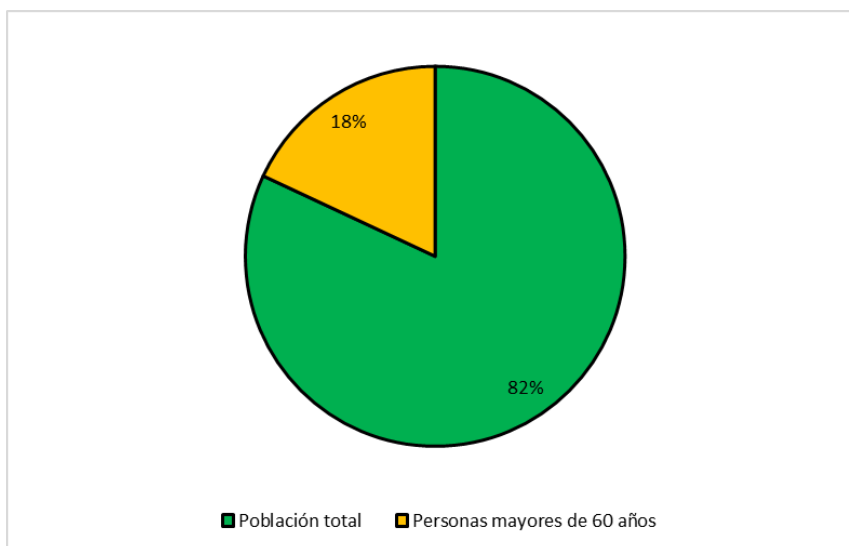
Teniendo en cuenta la magnitud de las cifras de población de adultos mayores en Colombia, es clave comprender que para brindar acompañamiento a esta población existen algunos obstáculos como: limitados recursos de inversión social, escasez de personal capacitado

para el cuidado de esta población (dicha escasez se debe en cierta medida a que buena parte de las universidades que ofrecían programas de formación en gerontología y afines, cerraron en 2008 ya que no se les renovó el Registro Calificado) (Robledo y Orejuela, 2020).

A nivel departamental, la situación no es más esperanzadora, ya que el Valle del Cauca es el quinto departamento con mayor población adulta mayor con un porcentaje que, para el 2020, se estimaba en 15,8% después de los departamentos de: Quindío, Caldas, Risaralda, Tolima y Boyacá (DANE, 2021). Además, según el DANE (2021), el 14,8% de la población adulta mayor que vive en el departamento del Valle del Cauca tiene algún tipo de discapacidad que afecta su motricidad.

En el caso de Guadalajara de Buga la información demográfica no está actualizada al año 2023, pero se puede encontrar alguna información sobre la distribución por edades de la población bugüeña en el Anuario Estadístico 2021, una publicación de la Administración Municipal. En este documento es posible observar que, para el año 2021 las personas de 60 y más años alcanzaron el 18% del total de la población, es decir, 23.405 personas de los 129.639 habitantes.

Ilustración 2. Población mayor de 60 años en Guadalajara de Buga 2021



Fuente: Elaboración propia a partir de información del Anuario Estadístico 2021

Estos datos, en contraste con las altas cifras de población adulta mayor en el Valle del Cauca, revelan en gran medida la necesidad de desarrollar políticas públicas que atiendan a este importante grupo poblacional. Por otra parte, desagregando los datos disponibles encontramos que, en el municipio, puede verse que hay una mayor cantidad de mujeres que hombres adultos mayores como lo muestra la siguiente tabla:

Tabla 1. Población Buga 2021 > 60 años

Población Buga 2021 > 60 años		
	Año 2021	Porcentaje
Hombres	9.989	7,71
Mujeres	13.416	10,35
Total	23.405	18,05

Fuente: Elaboración propia a partir de información del Anuario Estadístico 2021

Frente a lo anterior se debe destacar que, en cuanto a la atención que brindan las instituciones municipales de Buga a los adultos mayores, se estableció como política pública municipal el Acuerdo No. 062 de 2018 para garantizar su protección y atención. “Este acuerdo tiene como prioridad la realización de acciones que garanticen la promoción, protección y goce de los derechos en salud, educación, vivienda, seguridad alimentaria y económica de las personas adultas mayores”. Así como también, la realización de acciones encaminadas a que toda la población del municipio pueda tener garantías de envejecer sanamente. Esto último se logra al reconocer a los adultos mayores como sujetos sociales activos, hecho en el que juegan un importante rol los Centros Vida y Centros de Bienestar para los adultos mayores que, si bien son operados por fundaciones sin ánimo de lucro, reciben financiación pública.

Es en este recorrido de lo público a lo privado en donde se centró nuestra curiosidad, ya que nos interesa conocer las implicaciones prácticas que puede tener la ejecución de la Política Pública en la población de adultos mayores del municipio, es decir, qué tan efectiva y ventajosa

resulta para el acompañamiento de los adultos mayores. Por supuesto, sabemos que en Guadalajara de Buga funcionan tres centros de atención a adultos mayores que ofrecen sus servicios principalmente a personas de bajos recursos, por lo que nuestro interés se focaliza en el Centro Día Nuevo Horizonte ubicado en el corregimiento de Zanjón Hondo a partir del siguiente interrogante:

¿En qué medida el acompañamiento y actividades brindadas en el Centro Día de Zanjón Hondo contribuyen a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores que asisten regularmente a sus instalaciones?

Por otra parte, vale la pena mencionar que en el marco de la estructura curricular del programa Trabajo Social de la Corporación Universitaria Minuto de Dios COA Buga, nuestra investigación se enmarca en la línea de los estudios sobre Gestión Social Pública y en la sublínea de investigación Desarrollo y bienestar social. Además, nuestro interés es el de desarrollar un trabajo de corte cualitativo enfocado principalmente en la descripción del hecho social de la atención de los adultos mayores en Guadalajara de Buga, por lo que nos proponemos alcanzar los siguientes objetivos.

2. Objetivos

2.1 Objetivo general

Comprender el proceso de acompañamiento realizado en el Centro Día Nuevo Horizonte de Zanjón Hondo en cuanto los efectos que este genera en el bienestar y calidad de vida en una muestra de los adultos mayores que asisten regularmente a sus instalaciones.

2.2 Objetivos específicos

- Observar la composición demográfica de la población de Adultos mayores que participan en las actividades y acompañamiento del Centro Día Nuevo Horizonte.
- Examinar la contribución en la salud mental que genera la asistencia constante de los Adultos Mayores al Centro Día Nuevo Horizonte

- Analizar el aporte del Centro Día Nuevo Horizonte como red de apoyo para los adultos mayores que acompañan.

3. Justificación

La vejez como una parte importante en el ciclo biológico de las personas y, dado que diferentes cambios sociales y científicos contribuyen a que la longevidad sea una tendencia generalizada (Fernández, 2001), parece que comprender la efectividad de las estrategias sociales y políticas que acompañan a la población de adultos mayores resulta importante bien sea para hacer ajustes para intentar replicar los buenos resultados.

Como se vio anteriormente, según el DANE (2021) el Valle del Cauca es el quinto departamento a nivel nacional con mayor población de sesenta años y, particularmente, en el caso de Guadalajara de Buga el 18% de su población está en este rango de edad, por lo que este trabajo cobra relevancia al enfocarse en este grupo poblacional que, por sus dimensiones, exigen una especial atención, más aun cuando desde las Ciencias Sociales y, especialmente, desde el Trabajo Social (Robledo y Orejuela, 2020), los adultos mayores han sido un importante campo de estudios porque es un fenómeno nuevo para las ciencias sociales, debido a que se crean nuevas necesidades para la sociedad.

Además, instituciones de corte internacional como Naciones Unidas (ONU), Organización Mundial para la Salud (OMS) y la Organización Internacional del Trabajo (OIT), han abanderado la búsqueda de mejores condiciones de vida para los adultos mayores, lo que ha llevado a diferentes gobiernos a adelantar iniciativas desde las políticas públicas que buscan integrar a esta población en las dinámicas sociales contemporáneas caracterizadas por la predominancia de un capitalismo salvaje con nuevas exigencias que tiende a desechar todo aquello que no le es productivo. En este sentido, países como Estados Unidos y la Comunidad Europea, han elaborado estrategias y modelos que brindan acompañamiento a los adultos mayores en el sentido de garantizar su bienestar emocional y económico (Araque y Suárez, 2017; Arango. et al, 2016; Cardona. et al, 2019; Cardona, et al, 2017; Castiblanco y Fajardo 2017; Cortés. et al 2016).

En el caso particular de Colombia, instituciones como el DANE han hecho importantes avances en la comprensión de los procesos sociales relacionados con los adultos mayores, así, por ejemplo, en el marco de las condiciones sociales, económicas y culturales de Colombia, a partir de información estadística se ha encontrado una relación entre ser mujer y adulto mayor,

encontrando que las mujeres trabajan más horas en trabajos no remunerados como el cuidado y los oficios domésticos y menos horas en trabajos remunerados que pueden generarles ingresos, hecho que puede indicar un nivel de sobreexplotación laboral que los hombres de la misma edad no viven (DANE, 2019).

Teniendo en cuenta lo anterior, la Política Pública Nacional que comenzó a implementarse en el país en 2007 y que se ajustó en 2015, la cual fue un avance significativo, ya que contempla la necesidad de promover una vejez autónoma, digna e integrada a los Derechos Humanos. Este marco legal llevó a que en el departamento del Valle del Cauca se amplié la cobertura y el fortalecimiento de la calidad en la prestación de los servicios de salud a la población adulta mayor, hecho que permitió la creación del programa Centros Día (Araque, y Suárez, 2017).

Partiendo de lo anterior, en el municipio de Guadalajara de Buga el Centro Día fue implementado para atender a la población adulta mayor con el Acuerdo Municipal N° 062 del 2018, lo que permitió un enfoque de atención y protección integral, en varios aspectos, contando con gratuidad en los servicios que se prestan. Estos centros se caracterizan porque en ellos los adultos mayores realizan diferentes actividades a través de las que se impulsa su bienestar físico, mental y emocional.

Es importante conocer el trabajo que se viene realizando en el Centro Día “Nuevo horizonte” para que otros hogares, centros vida, de la ciudad lo tomen como ejemplo, dadas las actividades que en él se realizan. Ya que, a pesar de ser un centro público del municipio de Buga, funciona con todos los medios que se pueden brindar para la calidad de vida de los adultos mayores, sin envidiar lo de uno privado, guardando las debidas proporciones.

Con esta investigación también se valorará el trabajo que allí se realiza, en la atención de bienestar social, salud mental y red de apoyo de los adultos mayores, para que este siga funcionando y tenga mayor acogida en nuestra ciudad. Al igual que su sostenimiento de parte de los gobernantes de turno, ya que teniendo en cuenta corta vida de existencia, ha sido un acierto su creación desde el 2018.

4. Marco teórico

4.1 Estudios sobre la vejez. Aproximación a un estado del arte

Es clave resaltar que el interés por estudiar a la vejez no es reciente, se puede fijar una perspectiva en la década de 1980, cuando para poder abordar la problemática en términos del acompañamiento de parte del Estado, se hizo necesaria la diferenciación entre: Vejez y Envejecimiento. La primera, según Ruíz (2015), se refiere al vivir mucho tiempo, por lo que su conceptualización depende en gran medida del contexto en el que se aplique así, por ejemplo, una persona que viva en el Norte de Europa no se considera vieja sino hasta pasar de los 65 años, mientras que, en el caso de Colombia, este límite está en los 60 años (Congreso de la República, 2008). Por otra parte, el concepto de envejecimiento hace alusión al proceso continuo que va desde el nacimiento de una persona, hasta su muerte. Por supuesto, este proceso se caracteriza por el desgaste constante de la persona, tanto a nivel fisiológico, morfológico, social y funcional (Sánchez, 2004).

Partiendo de los anteriores conceptos y haciendo una búsqueda bibliográfica que parte de los años ochenta hasta la actualidad, se pueden identificar que existe una tendencia que ha estudiado la vejez desde las actitudes que se tiene hacia esta y a las personas viejas como parte de diferentes generaciones (Stefani y Rodríguez, 1988). En este tipo de estudios cobra vital importancia el hecho de considerar la vejez como proceso natural de la vida y conectado a las relaciones sociales, lo afectivo, emocional, físico y psicológico en las personas (Omar, 1987; Castellano, 2014).

Dentro de los estudios mencionados se puede encontrar dos categorías, en primer lugar, los estudios en los que se presentan actitudes positivas en relación a la vejez como, por ejemplo, la solidaridad intergeneracional que presentan autores como De Oliveira (2010) y actitudes negativas, como los estudios de Branscomb y Lee (2004) en los que se abordan aspectos como el rechazo y la discriminación debido a la edad de las personas. Además, dentro de estos trabajos también se puede encontrar: estereotipos negativos (Bustillos, Fernández y Huici, 2021) y

maltrato hacia los y las adultos mayores (Giraldo, 2010).

Por otra parte, otros estudios abordan las representaciones sociales que hay sobre la vejez desde tres miradas generales, por una parte, la manera cómo se representa la vejez para distintas edades (Jiménez, 2015), por otra, la representación que tiene la vejez para los medios y la literatura (Moreira de Lima, 2008) y, finalmente, los modos y procesos a través de los que se construye socialmente la vejez (Fernández, 2001).

Teniendo en cuenta el concepto de Salud mental, definido por la OMS, en su plan de Acción Integral sobre salud Mental 2013 – 2020, como un estado de bienestar en el que el individuo realiza sus capacidades, supera el estrés normal de vida, trabaja de forma productiva y fructífera, y aporta algo a su comunidad (OMS 2013, p. 9).

Además, el Bienestar Social se define de acuerdo a la OMS, un estado final en el que se cumplen las necesidades humanas básicas y las personas pueden convivir pacíficamente comunidades con oportunidades de progresar.

A nivel de los aportes teóricos, los autores han reunido sus esfuerzos en tratar de teorizar sobre modelos que permitan comprender la vejez desde, por ejemplo, la vejez como etapa activa, saludable, productiva y exitosa, tal como lo muestra el trabajo de Díaz (2017) que intenta hacer un análisis posmoderno sobre esta etapa de la vida, así como también Powell (2000), aporta a la teoría social desde una perspectiva que le permite comprender la edad y el envejecimiento. Finalmente, logramos identificar tres perspectivas de abordaje de los estudios sobre la vejez. La primera de estas son los estudios que buscan ampliar el conocimiento sobre la vejez, que podemos ver ejemplificado en el trabajo de Cathalifaud, et al. (2007), la segunda es el análisis histórico del concepto de vejez (Santos y Lago, 2016) y, en tercer lugar, los estudios que analizan las políticas públicas sobre el envejecimiento con perspectiva diferencial (Paredes, et al. 2016). Se debe recalcar que sobre este último tipo de estudios es que se fundamenta el presente trabajo.

4.2 Estudios sobre la vejez en Colombia

Respecto a los aportes desde la academia colombiana al estudio de la vejez se debe mencionar que, antes de 2008 hubo varios programas de Gerontología en todo el país, los cuales hicieron importantes aportes tanto en lo académico como en el acompañamiento de esta importante población en el país. Sin embargo, a partir de la expedición del decreto 2566 del 10 de septiembre de 2003, todos los programas académicos a nivel nacional debían registrarse por la existencia de un Registro Calificado, el cual orienta diversos aspectos curriculares para garantizar la calidad en la formación de los y las estudiantes. Este hecho hizo que la gran mayoría de programas de pregrado en Gerontología fuesen cerrados en 2008, permaneciendo abiertos únicamente los programas de Gerontología de las universidades: Universidad Católica de Oriente y de la Universidad del Quindío (Robledo y Orejuela, 2020). Por supuesto, este hecho afectó considerablemente la producción intelectual en esta área del conocimiento a nivel nacional. Aun así, y teniendo en cuenta que otras instituciones de educación superior ofrecían programas de posgrado orientados hacia la Gerontología, se puede observar que su producción se orienta de manera destacada en las siguientes temáticas: “políticas públicas, la experiencia de envejecer, salud, representaciones sociales, pensiones, ejercicio físico, institucionalización, comunicaciones, funcionamiento cognitivo, familia, recreación, sexualidad, apoyo psicológico, apoyo social, calidad de vida, alfabetización, desplazamiento, muerte, infraestructura y cuidado” (Robledo y Orejuela, 2020. p. 99).

Además, algo que puede observarse en los enfoques y trabajos que abordan la vejez en Colombia, es que en su mayoría están orientados desde la medicina, especialmente en aras de proteger la salud de los adultos mayores, mientras que la praxis social en esta área está determinada en gran medida por el diseño y aplicación de políticas públicas, tal como ocurre en el municipio de Guadalajara de Buga a través del Acuerdo Municipal N° 062 del 2018, el cual es el que reglamenta y ofrece herramientas para el cuidado de los adultos mayores que habitan en el municipio.

5. Estrategia metodológica

Esta investigación es de corte descriptivo debido a que el propósito es describir el grado de bienestar que genera la política pública para adultos mayores del municipio de Guadalajara de Buga, tomando como referente el caso de las personas que acompaña el Centro Día Zanjón Hondo. Además, para hacer esta afirmación se parte de la definición que hace Marín e Ibáñez (2008) sobre la investigación descriptiva cuando afirman que:

La investigación descriptiva la llevamos a cabo cuando queremos mostrar las características de un grupo, de un fenómeno o de un sector, a través de la observación y medición de sus elementos. La información que nos proporciona un análisis descriptivo, además de ser un fin en sí mismo. (p.12)

Para el desarrollo de esta investigación, nuestra estrategia metodológica comprende cuatro categorías de análisis que permitirán la organización y procesamiento de la información que se recolectará durante el trabajo de campo, dichas categorías de análisis son: Bienestar social, Calidad de vida, Salud mental y Redes de apoyo. A continuación, se definirá cada una de ellas.

5.1 Bienestar Social

Generalmente el Bienestar social es un concepto cuantitativo que muestra con cuántos recursos materiales cuenta una persona o una comunidad para garantizar su supervivencia como lo muestra Peña (2009) quien, si bien presenta tres enfoques para comprender el bienestar social: “El enfoque puramente económico; el basado en las funciones de utilidad y el realizado a través de los indicadores sociales” (Peña, 2009, p. 302), los tres tienen un alto nivel de cercanía con aquellos recursos que se pueden cuantificar y que suplen las necesidades básicas de los individuos o grupos sociales. Centro Día es un espacio especializado para población de la tercera edad, con el propósito de suplir algunas necesidades básicas, favorecer la autonomía física y mental de los adultos mayores que estén vinculados a la institución; actúa

en cumplimiento de la ley 1276 del 2009, donde se menciona que la ley brinda protección a las personas de la tercera edad quienes se encuentran en los niveles más bajos del Sisben.

Funciona durante el día y su interés principal es el bienestar integral de los usuarios. El Centro Día Nuevo Horizonte, cuenta con una sede bastante grande y cómoda, con espacios para la realización de actividades destinadas a oficios, capacitaciones, juegos, recreación, restaurante, enfermería, jardinería, entre otros. Su sostenimiento está financiado por el presupuesto municipal, aunque algunos adultos mayores de estratos 3, 4, o 5 se autofinancian la estadía ya que no cumplen con los requisitos planteados por el Sisben para recibir gratuidad.

5.2 Calidad de vida

Calidad de vida generalmente definida como el bienestar personal derivado de la satisfacción o insatisfacción con áreas que son importantes para él o ella. Define en términos de satisfacción de necesidades en las esferas física, psicológica, social, de actividades, material y estructural (Araque, y Suárez, 2017).

Cercano al concepto de bienestar social, la categoría calidad de vida podría resumirse como aquello que los individuos o las comunidades consideran como necesario para ser felices, es decir, satisfacer sus demandas en la vida y bajo el pleno ejercicio de sus derechos como lo plantea Ariola (2021).

En el Centro Día de acuerdo a la muestra con algunos adultos mayores se percibe en ellos satisfacción, por los cambios positivos que se han generado en sus vidas, debido a las actividades físicas, juegos, danzas, terapias, entre otros; se han ido fortaleciendo para el quehacer diario tanto dentro como fuera del centro. Su satisfacción se manifiesta como un acierto para ellos ya que el centro los hace sentir libres, porque la sede está fuera de la ciudad y tienen contacto con la naturaleza y se aleja del ruido de la ciudad.

5.3 Salud mental

El concepto de salud mental nace en la relación entre Trabajo Social y Psiquiatría a comienzos del siglo XX, hecho que se presenta en la comprensión de la socialización de

pacientes con trastornos mentales entre ellos mismos y con el resto de la sociedad, observándose había mayor equilibrio emocional en pacientes que estaban acompañados por sus familias o tenían la posibilidad de socializar con otras personas (Fernández, 1997), hecho que desde una perspectiva humana, regresa al paciente psiquiátrico su estatus de ciudadanía y derechos que eran usurpados bajo el esquema del “sanatorio o manicomio”, instalaciones en las que las personas con problemas mentales eran aisladas.

Por supuesto, con la adopción de perspectivas más humanistas, los psiquiatras consideraron “necesaria la vinculación de profesionales en Trabajo Social para que acompañaran los procesos de socialización de los pacientes, de manera que contribuyeran a equilibrar sus emociones” (Trullenque, 2010. p. 335). En un comienzo, la participación y acompañamiento del Trabajo Social no fue lo suficientemente clara, pero en la década de los noventa con la definición de Salud que brindó la Organización Mundial de la Salud, en la que esta se contempla como: “un completo estado de bienestar físico, mental y social, y no sólo como la ausencia de enfermedad” (Trullenque, 2010. p. 335) países como España, comenzaron a implementar en sus políticas públicas una atención integral en la salud.

A partir de lo anterior, la salud mental comenzó a ser considerada también desde otras áreas del pensamiento y como parte de la salud integral de las personas, “por lo que se relaciona con las condiciones de vida, el desarrollo afectivo, emocional, intelectual, laboral y con la capacidad de integración al medio social y cultural” (Trullenque, 2010.p. 337). En este sentido, esta investigación aborda la salud mental desde el enfoque de la rehabilitación, reinserción social y la prevención de la salud (Barg, 2006), hecho que se ve reflejado en el accionar del Centro Día Nuevo Horizonte, el cual cuenta con un amplio equipo de profesionales compuesto por: médicos, psicólogos, enfermeros y terapeutas ocupacionales que buscan mejorar el bienestar de los adultos mayores que acompañan.

5.4 Redes de apoyo

Más allá de un concepto, las redes de apoyo se pueden considerar un paradigma a través del que los y las trabajadoras sociales comprenden los procesos sociales en “una perspectiva ecológica que conlleva el análisis de distintos niveles (Individual, familiar, grupal y comunitario) en el marco de la participación de las personas en las dinámicas de la estructura social que se ve representada en las instituciones” (Rodríguez 2016. p. 68). En este sentido, reconocer el alcance de las redes de apoyo en los grupos, constituye para el Trabajo Social un importante campo desde el que se puede evaluar el efecto que estas tienen en las personas.

En el caso particular de los adultos mayores que asisten al Centro Día Nuevo Horizonte, es clave tener en cuenta que esta institución, más allá de ofrecer un acompañamiento, se ha convertido en un espacio desde y en el que los asistentes se apoyan para satisfacer algunas de las necesidades de la etapa de la vida y el contexto en el que se encuentran sus usuarios, en este sentido, para esta investigación, las redes de apoyo que han establecido se convierten en un elemento que debe ser analizado para comprender el aporte que dichas redes generan en el bienestar de los adultos mayores (Rodríguez, 2016).

6. Técnicas de investigación

Para esta investigación se hizo un muestreo poblacional, con el uso de entrevistas semiestructuradas que permitirán conocer sus historias de vida. Los temas que se abordarán en las entrevistas son: edad, estado civil, escolaridad, estrato social, profesión, también se indagará sobre las actividades que realizan en el Centro Día, si están más a gusto en sus respectivas casas o en el Centro Día, si socializan y han adquirido un círculo de compañeros, el tiempo que llevan asistiendo al lugar, si el ingreso al Centro Día fue por voluntad propia, igualmente, cómo era su vida antes de asistir al Centro Día, si su movilidad ha mejorado con los ejercicios y terapias que realizan en el Centro Día, además, si aún se consideran personas vitales, entre otros. Se convocaron 14 personas, quienes de manera voluntaria aceptaron colaborar con las entrevistas.

6.1 Recolección de datos.

Observación Participativa

Leninger, Citado por Lima et al. (2014) plantea cuatro etapas para la realización de la observación participativa. En el caso particular de la presente investigación, la observación participante se apoyó en la fotografía y grabaciones de audio que permitieron llevar un registro pormenorizado de las actividades llevadas a cabo en el Centro Día. A continuación, se muestran las diferentes acciones realizadas para lograr llevar a cabo el proceso de observación participante que sustenta esta investigación.

- Solicitud de autorización al director del centro para ingresar y conocer los espacios donde conviven y realizan las actividades diarias los adultos mayores en el Centro Día.
- Se indagó sobre el direccionamiento y actividades que ejecuta el equipo interdisciplinario en el Centro Día.

- Entrevistas a algunos adultos mayores que voluntariamente accedieron a participar en esta investigación
- Recopilación y clasificación de información de las diferentes actividades que realizan en el Centro Día.

7. Resultados

7.1 Capítulo 1. Descripción de la población de adultos mayores que asiste al Centro Día

7.1.1 Las instalaciones del Centro Día “Nuevo Horizonte”

El Centro Día Nuevo Horizonte está ubicado a las afueras de la ciudad de Buga, Valle del Cauca, sobre la vía que conduce a Guacarí. Para ingresar al Centro Día se utiliza la entrada por la Institución Educativa Ángel Cuadros, sobre el costado derecho. En cuanto a transporte desde el Centro de Buga, es posible utilizar transporte público, el cual pasa con una frecuencia de 20 minutos, aproximadamente. La carretera está en óptimas condiciones, por lo que llegar hasta las instalaciones de este centro es fácil, rápido y resulta económico.

Ilustración 3. Localización del Centro Día Nuevo Horizonte



Google maps,2019, fotografía

El Centro Día Nuevo Horizonte funciona en una casa campestre que cuenta con amplias zonas verdes a la que se ingresa a través de estrictos controles que tienen como fin garantizar la seguridad de los funcionarios y usuarios de las instalaciones. La portería tiene un acceso vehicular y otro peatonal. Además, cuenta con una cerca viva que restringe la vista hacia el interior. Al ingresar, sobre el costado derecho, hay un kiosco que hace ver las instalaciones como si fuesen un centro recreativo, ya que está dotado con sillas y una cocineta. Más adelante, puede verse una pequeña zona verde en la que hay bancas de concreto, árboles y mesas, muy similar a un parque en el que las personas pueden conversar, tomar aire fresco y disfrutar de la sombra y de los sonidos de la naturaleza.

Al costado izquierdo hay una zona de estar con camas pequeñas, sillas y mecedoras destinadas al descanso diurno de los adultos mayores, allí también se encuentra la oficina de

psicología que limita con la portería. Muy cerca a la portería se encuentra un quiosco con una sala en la que las personas pueden conversar y leer. Por el mismo costado se encuentra un comedor compuesto de varias mesas y sillas de estilos variados. Este lugar se usa como comedor y también como taller de manualidades, en el que los usuarios pueden elegir realizar actividades según su talento y preferencia. Más adelante, hay una serie de cuartos, uno de los que funciona como almacén para las manualidades que fabrican los Adultos Mayores. Hay que aclarar que dichas artesanías son comercializadas a través de una página web y que los fondos recaudados por su venta son destinados a los adultos mayores que los elaboraron.

Hay otras oficinas en las que funcionan los servicios de fisioterapia, psicología y la dirección del Centro. En esta última es en la que los profesionales encargados planean las actividades que se llevan a cabo semanalmente. Además, el Centro cuenta con una sala de sistemas y, en la parte de atrás, hay una huerta para que los adultos mayores que disfrutan de las labores agrícolas siembren legumbres.

En el fondo hay un gran salón en el que hay un juego de sapo, dardos para tiro al blanco, bingo, ula ula, entre otros juegos que son utilizados para realizar actividades de terapia física.

Como una descripción general puede decirse que el Centro cuenta con áreas ventiladas, vegetación y utensilios adecuados para las actividades que realizan los y las adultos mayores, hecho que les evita la monotonía. Cabe aclarar que el diseño de las actividades semanales permite a los profesionales evaluar las condiciones físicas y mentales de los usuarios, contribuyendo a evitar el desgaste físico debido a la edad.

7.1.2 Descripción de la población de adultos mayores asistentes al Centro Día

Los adultos mayores que asisten al Centro Día tienen edades de más de 55 años y, en su gran mayoría, son mujeres. Además, cabe resaltar que la gran mayoría de los usuarios pertenecen a estratos socio económico bajos, sin redes de apoyo o recursos permanentes que

les permitan garantizarse el sustento básico, esto último es uno de los requisitos para que puedan inscribirse en los servicios que presta el Centro Día.

Entre los usuarios del Centro hay una gran cantidad de personas que, antes de su llegada usaban ayudas ortopédicas para su motricidad. Según se logró constatar a través de las entrevistas realizadas, cuando el Centro Día comenzó a funcionar en el año 2018, había 70 adultos mayores que debían utilizar este tipo de ayudas, pero con el acompañamiento que se realiza en el Centro, este número se redujo a 10 personas. En este sentido, los testimonios recolectados a través de las entrevistas dieron a conocer que los ejercicios que realizan los usuarios con ayuda de los profesionales que trabajan en el Centro Día, han contribuido en gran medida a mejorar sus condiciones de motricidad física, incluso, una de las usuarias afirmó estar feliz porque logró dejar de utilizar el bastón, además de que muchos de los dolores que tenía y que le impedían caminar desaparecieron. Hoy en día, esta misma persona hace parte del grupo de danzas del Centro Día.

7.1.3 Educación y formación de la muestra de los y las Adultos Mayores

Durante el desarrollo de las entrevistas se obtuvo información sobre la formación académica de los participantes: 2 personas afirmaron no saber ni leer ni escribir, mientras que los demás, con un poco más de suerte lograron cursar algunos años de la básica primaria o la primaria completa, mientras que solo dos casos afirmaron que concluyeron el bachillerato. En cuanto a los oficios en los que se desempeñaron cuando eran jóvenes, entre los y las usuarias del Centro Día se encontraron albañiles, trabajadores y trabajadoras agrícolas, vendedores informales, sastres, trabajadoras domésticas, mecánicos, amas de casa, jardineros, oficios varios y artesanos. A continuación, las tablas 2 y 3 muestran en nivel educativo y los oficios que ejercieron los y las usuarias del Centro Día que fueron entrevistados.

Tabla N°2 Nivel educativo de los y las usuarias del Centro Día

Nivel educativo	Frecuencia
Sin estudios académicos	2
Primaria Incompleta	6
Primaria completa	3
Bachillerato incompleto	1
Bachillerato completo	2
Total	14

(Fuente: Entrevistas realizadas)

Tabla N° 3. Oficios que realizaban los y las usuarias del Centro Día

Oficio	Frecuencia
Albañil	1
Trabajo agrícola	1
Vendedores informales	2
Sastre	1
Trabajo doméstico	3
Mecánica	1
Ama de casa	1
Jardinero	1
Oficios varios	1
Artesanos	2
Total	14

(Fuente: Entrevistas realizadas)

A partir de la información recolectada cabe anotar que, en la actualidad, ninguna de los y las usuarias del Centro Día tiene alguna actividad productiva estable o está vinculado vinculada laboralmente.

7.1.4 Trabajo, pensión y economía

Teniendo en cuenta el hecho de que las y los usuarias del Centro Día no están vinculados laboralmente, sus principales ingresos para garantizar su subsistencia provienen principalmente de los apoyos y subsidios que ofrece el Gobierno Nacional y Local. Además, es

clave recalcar que, si bien en sus años de juventud desarrollaron diferentes oficios, actualmente no tienen acceso a pensión. En parte, esta característica que, sin duda es lamentable, hace que puedan tener acceso a un programa como el que ofrece el Centro Día, ya que uno de los requisitos para acceder a estos servicios es que hayan sido calificados en el nivel 1 del SISBEN.

En pro de garantizar las condiciones básicas de subsistencia, el Centro Día proporciona a los y las usuarias elementos básicos como vestido, calzado, alimentación de lunes a viernes y el acompañamiento de profesionales que atienden su salud física y mental. Además, dado que el Centro Día se encuentra a las afueras de Buga, se les presta un servicio de transporte gratuito que comprende el recorrido de ida y vuelta desde sitios cercanos a sus lugares de residencia hasta el Centro Día. Estos servicios y su gratuidad en favor de los y las adultas mayores está estipulada por la Ley 1276 de 2009 y, especialmente por el Artículo 11, el cual exige que estas personas sean provistas de un paquete de servicios básicos como: alimentación, orientación psicosocial, atención primaria en salud, aseguramiento en salud, capacitación en actividades productivas, deporte, cultura, recreación, encuentros intergeneracionales, promoción al trabajo asociativo, promoción de la constitución de redes de apoyo, uso de Internet, auxilio para exequias, entre otros. Es decir, que este tipo de servicios no se vincula a ninguna forma de filantropía, sino que hace parte del actuar del Estado, aunque con algunas limitaciones presupuestales, especialmente en cuanto a los cupos para las personas que pueden acceder a estos servicios.

En este sentido, teniendo en cuenta las limitaciones del servicio que ofrece el Centro Día, es posible comprender que algunos de los usuarios de la institución, dada la dificultad que tienen por su edad de conseguir algún tipo de trabajo o actividad remunerada, complementen su economía con actividades relacionadas con la informalidad o “Rebusque”, como se llama popularmente a las ventas informales. Por supuesto, en el marco de los servicios prestados por el Centro Día, algunos de los y las usuarias elaboran artesanías que, como mencionamos, se

venden a través de una página web contribuyendo a suplir una pequeña parte de sus necesidades económicas. Aclaramos que esta actividad no la realizan todos y todas las usuarias del Centro Día, por lo que solo algunos y algunas adultas mayores reciben este ingreso con la venta de sus productos.

Por otra parte, cabe resaltar que la red de apoyo familiar con que cuentan algunos de los y las usuarias del Centro Día se sitúa también en la vulnerabilidad económica, ya que los familiares de los adultos mayores están también en situación de vulnerabilidad, por lo que sus recursos apenas les permite mantenerse con los recursos justos para el día a día, hecho que reduce las posibilidades de los y las usuarias del Centro Día tengan redes de apoyo fuertes.

Resulta necesario mencionar que, en contraste con otro tipo de centros de atención para adultos mayores, en especial los que están vinculados con la beneficencia y que reciben el nombre de asilos, estos no son del agrado de los usuarios del Centro Día, sobre todo porque generan separación de los y las adultas mayores con sus familias, de ahí que la estrategia de los Centros Día a nivel nacional contribuye a la conservación de las relaciones sociales y familiares de los y las usuarias, hecho que disminuye la probabilidad de abandono del adulto mayor.

Ilustración. Entrevista voluntaria adulto mayor 2



Fotografía por Janeth Gallego, 22 de septiembre- 2022, Centro Día Nuevo Horizonte

7.2 Capítulo 2. Centro Día Nuevo Horizonte: Aportes a la salud mental de los adultos mayores

Este capítulo menciona cómo la interacción de los adultos Mayores entre congéneres ha beneficiado y contribuido al mejoramiento de su salud mental.

El Centro Día “Nuevo Horizonte” a través de sus actividades, realiza un aporte significativo y constante en la preservación y mejora de la salud mental de los Adultos Mayores, ya que, Además de fomentar la actividad física, les brinda la posibilidad de sentirse queridos e importantes en la sociedad. Principalmente, las actividades que los adultos mayores realizan están vinculadas con prácticas ajustadas a sus estilos de vida como, por ejemplo, la lectura, capacitaciones en manualidades y temas de actualidad como el uso de nuevas tecnologías, juegos de mesa, actividades físicas, agricultura, entre otros.

En este caso en particular, cabe mencionar una de las entrevistadas afirmó que: “me gusta hacer manualidades, hacemos tapetes que se venden bien y nos buscan para que los hagamos” (Gutiérrez, 2022). Además, una de las profesionales del equipo psicosocial afirmó que:

Los materiales para las artesanías se compran en pequeñas cantidades y les entregamos a los abuelitos que hacen las artesanías. Además, los que más se esmeran en hacer las artesanías reciben una pequeña contribución monetaria por su actividad que le sirve para sus gastos. A veces trabajan en su casa y se distraen, sobre todo porque los que hacen artesanías no tienen buena movilidad. (L. Moreno, comunicación personal, 8 de noviembre de 2022)

Es necesario tener en cuenta en este punto que, como lo afirma Castellano, (2014) y como se aplica en el Centro Día Nuevo Horizonte, la postura para acompañar los procesos de los y las adultas mayores tiene como fundamento una visión global que no solo contempla los cuidados médicos, sino también elementos como la autoestima y la socialización de estas personas, de manera que se propone superar la idea de que la avanzada edad es motivo de

marginación.

Además, teniendo en cuenta que muchos de los y las adultos mayores que asisten al Centro Día no cuentan con una familia o parientes que velen por su bienestar y salud, los profesionales que trabajan en esta institución se han convertido en su familia, al punto que los acompañan en actividades como, por ejemplo, la dosificación de sus medicamentos y la realización de exámenes médicos, frente a este hecho, uno de los usuarios del Centro Día afirmó: “Tengo dificultades para moverme por la ciudad por mi condición, hacer filas y papeleos, gracias a mi Dios las enfermeras me colaboran con las citas y me reclaman la droga” (Ospina Robledo,2022). En la situación de este entrevistado se debe añadir que es invidente hace 31 años, soltero y sin hijos. Aun con su discapacidad visual y su edad, se considera funcional, vive solo y realiza actividades como lavar, cocinar..., Hace un año que asiste al Centro Día, antes de ingresar afirma que vivía estresado, bebía mucho, incluso, tuvo un intento de suicidio. Afirmó que se siente mejor en la institución, allí socializa, ya que siempre hay alguien que le ayuda en lo que necesita, agradece enormemente que le colaboran con las citas médicas. A él particularmente, le gusta compartir lo que sabe y, si alguien quiere aprender braille, él está dispuesto a enseñar. Se ve alegre, dice que su vida ha cambiado mucho desde que asiste al Centro Día y que cuenta con acompañamiento psicológico.

7.2.1 De la valoración física a las actividades recreativas

Es importante resaltar que, al ingresar al Centro Día, los adultos mayores son evaluados a través de un diagnóstico profesional que comprende, no solo la salud física sino también mental. En este sentido, las pruebas de ingreso que se realizan comprenden diversos aspectos que van desde lo sanitario, pasando por lo psicológico y terminando en las habilidades motrices. Dicho diagnóstico permite comprender las necesidades de cada uno de los usuarios, a su vez, permite a los profesionales que trabajan en el Centro estar listos para desarrollar estrategias de acompañamiento y, especialmente, tratar las necesidades

particulares de cada una de las personas que ingresan.

Además del cuidado en lo referente a la salud de los adultos mayores, el acompañamiento que brindan los profesionales del Centro Día fomenta también la convivencia, de manera que se fortalezcan aspectos como la socialización, práctica que cuenta con un constante acompañamiento psicológico que se complementa con diferentes actividades de relajación y meditación a través de Yoga.

El señor José, es amable y siempre tiene una sonrisa, es conversador y le gusta hablar de temas religiosos y exponer sus creencias, mantiene una actitud positiva, habla que siempre ha tenido buena movilidad, que tanto en su casa como en el Centro Día está bien, lleva solo cuatro meses asistiendo y practica la meditación y la relajación que aprendió por los profesionales del Centro. (O. Ramírez, comunicación personal, 9 de noviembre de 2022).

Así pues, teniendo en cuenta que se pretende ofrecer a esta población una atención integral, los profesionales que atienden a los adultos mayores planean semanalmente las actividades a realizar, se tiene en cuenta la estimulación de la motricidad de acuerdo a la edad, hecho que se logra con diferentes ejercicios físicos y mentales, tienen diversos niveles de esfuerzo y se realizan con el objetivo de prevenir y ofrecer cuidados paliativos.

La noción de bienestar que se pone en práctica en el Centro Día comprende la salud física, mental y emocional de los pacientes, pero también, está relacionada con la nutrición. En complemento a lo anterior y, teniendo en cuenta la trayectoria de vida de las personas que asisten al Centro Día, fue posible observar que el acompañamiento diario se refuerza con actividades físicas relacionadas con aspectos como: gustos y edad, hecho que estimula la motricidad. Además, las personas asistentes realizan actividades culturales como las danzas y practican algunos juegos de mesa que tienen como objetivo estimular su memoria, agilidad mental y concentración. Sobre dichas actividades es necesario decir que, durante el trabajo de campo realizado no se observó que se obligara a los usuarios del Centro a realizarlas, por el

contrario, los y las profesionales de esta institución sensibilizan y, con ello, persuaden a los y las adultas mayores para que ejerciten cuerpo y mente en pro de su bienestar.

Ahora bien, teniendo en cuenta esto último y considerando las limitaciones económicas que pueda tener el Centro Día, es posible afirmar que su función es llevada a la práctica y cumplida en buena medida a partir de los lineamientos del Acuerdo 062 del 2018, el cual es la política pública municipal, al contribuir con el bienestar de los adultos mayores en forma integral, hecho que, sin duda, no se lograría si no se contara con la entrega y formación profesional de las personas que ahí trabajan.

7.2.2 La nutrición como eje fundamental en el Centro Día

El acompañamiento profesional en cuanto a la motricidad y la salud mental de los y las adultas mayores en el Centro Día se complementa con un importante acompañamiento en cuanto a la nutrición de los y las usuarias, de ahí que los alimentos que se ofrecen garantizan una alimentación sana y balanceada, además de que se adapta a las condiciones específicas de salud de cada adulto mayor, ello gracias a la participación de un profesional en Nutrición, 2 chef y un equipo de cocineros que se encargan de preparar el desayuno, refrigerio de media mañana, almuerzo y refrigerio de media tarde para los usuarios del Centro.

La señora Rosa es una de las Adultas Mayores, es de las más jóvenes en el Centro Día, es madre soltera de dos hijos y cuenta que sus condiciones antes de entrar al lugar eran precarias, da a entender que no tenía para su sostenimiento, sus hijos viven aparte y no les alcanza para ayudarle a ella, dice que en el Centro la alimentación es buena y balanceada, incluso, ha subido de peso. Le gusta participar del grupo de danzas y hacer manualidades. (R. Ortiz, comunicación personal, 8 de noviembre de 2022).

7.3 Capítulo 3: Análisis de los beneficios que aporta en la calidad de vida de los adultos mayores que asisten al Centro día

Al analizar el aporte en la calidad de vida de los adultos mayores que asisten al Centro Día, se observa que existen varios factores que intervienen en la calidad de vida de estos, algunos son las jornadas de promoción y prevención en salud, terapias psicológicas, relaciones sociales, dieta alimenticia, planes funerarios, entre otros.

7.3.1 El cuidado

El Centro Día en representación del Estado, debe responder por el bienestar de los adultos mayores, garantizar el buen trato, condiciones dignas y un ambiente cálido que pueda favorecer la salud mental de las personas que frecuentan la institución.

El ejercicio de observación realizado como fundamento para la realización de esta investigación permitió apreciar el desempeño de los profesionales, al inicio de la jornada los usuarios reciben un desayuno balanceado que, junto con las actividades semanales se planifica previamente por un profesional en nutrición. El menú se elige cuidadosamente, puesto que los usuarios del Centro presentan algunas enfermedades como: diabetes, hipertensión arterial, enfermedades cardíacas, entre otras, por lo que requieren una dieta adecuada a sus condiciones para garantizar su salud y nutrición.

El desayuno está compuesto por una porción de proteína que, generalmente son huevos (los cuales varían en su forma de preparación: fritos, revueltos, cocidos), fruta, que puede ser mango, mandarina, piña, entre otras; un carbohidrato que puede ser pan, galletas o arepas; y una bebida caliente que puede ser café, chocolate o alguna aromática. Las porciones son adecuadas para los y las usuarias, además que se prepara con ingredientes de primera calidad.

Cerca de las diez de la mañana se ofrece el refrigerio, el cual consiste generalmente en fruta fresca, la cual se reparte en un contenedor de acero inoxidable que uno de los funcionarios de la institución traslada a través de las áreas de descanso del Centro, incluido el

comedor y las zonas verdes. Además, en el trabajo de observación se pudo constatar que el personal del Centro realiza unas buenas prácticas de manipulación de alimentos, ya que, en el caso de la fruta, utilizan guantes y pinzas para evitar la contaminación de estos alimentos.

Por otra parte, en cuanto al almuerzo que se sirve en el Centro se puede decir que es equilibrado, está compuesto por: ensalada, proteína, arroz y algún acompañante adicional que puede ser papa o plátano maduro. Sin embargo, es clave señalar que no está permitido que los adultos mayores ingieran fritos, por lo que las preparaciones que se sirven en el almuerzo se cocinan al vapor o se saltean. Todos los alimentos que se brindan a los usuarios del centro tienen buena apariencia y olor, hecho que hace que los y las adultas mayores los reciban con agrado y gratitud.

Sobre esto último hay que recalcar que, en muchos casos, el único alimento que reciben los y las usuarias del Centro es el que ahí se les brinda. Para la media tarde se ofrece un refrigerio que se compone por una bebida y una galleta o una arepa, como, por ejemplo: avena y galletas o chocolate con arepa. Dicho refrigerio se entrega una hora antes de que los y las usuarias se retiren del Centro hacia sus hogares.

7.3.2 Más que Profesionales, una Familia

A partir del trabajo de observación participante que se llevó a cabo para fundamentar esta investigación, se pudo constatar que algunos de los adultos mayores del Centro Día se encuentran en situación de abandono por parte de sus familias, lo que se complementa con el aislamiento social y difíciles condiciones económicas, este hecho hace que el Centro se convierta en su hogar debido al apoyo que en este reciben. En este sentido, María Ludibia, una de las usuarias de la institución afirmó: "(...) Acá mantienen pendientes de que comamos a tiempo, nos dan uniformes y hasta los zapatos, lo cuidan a uno como si fuera de la familia. (Sanchez,2022).

Pese a que las personas que acuden a este centro lo hacen únicamente de día, la relación que establecen con el equipo profesional y demás trabajadores del Centro Día es muy

fuerte, al punto que puede verse esta relación como la de una familia en la que prima el compañerismo y la camaradería.

En este sentido, es necesario tener en cuenta que los usuarios del Centro Día no suelen ser tenidos en cuenta en otros espacios sociales diferentes al de la institución, hecho que les genera una importante sensación de abandono y exclusión, de ahí que las relaciones que establecen con los profesionales que trabajan en el Centro Día les devuelva la vitalidad y los deseos de relacionarse con otras personas. Por ello, como lo afirmó don Jorge, uno de los entrevistados "(...) los trabajadores de esta institución son "una familia, aunque sea alquilada, aquí uno se siente contento. Se tiene diferencias con otros, pero es mejor que estar aburrido en la casa" (Jorge, 2022).

Pasar largas horas con una persona no solo permite conocerla sino darle un nivel de importancia a sus intereses, la socialización constante favorece las relaciones de amistad y afecto. Generalmente, cuando uno de los o las adultos mayores no asiste o no se tiene información de él o ella, suele pasar que se encuentra enfermo o que está en los últimos días de su vida, por lo que a partir del trabajo de observación fue posible comprender que los beneficios de esta institución son tales que la deserción es prácticamente nula si no hay motivos de fuerza mayor.

7.3.3 La muerte

Siguiendo con lo anterior, tras el fallecimiento de algún usuario de la institución y dado el fuerte vínculo emocional que se genera entre todas las personas que hacen parte del Centro Día, queda una sensación de tristeza generalizada. Por esta razón, los y las usuarias de la institución realizan actividades recreativas que les ayudan a mantener la mente ocupada para evitar la ansiedad y el estrés, de manera que puedan realizar un proceso de duelo adecuado.

Por otra parte, si bien es claro que la vejez implica para todas las personas la etapa final de la vida, también es claro que el proceso biológico puede generar efectos psicológicos asociados con la depresión y el estrés entre los y las adultos mayores, esto se relaciona con el

deterioro en la motricidad y la conservación absoluta de las facultades mentales, es decir, el cuerpo palidece con la edad, pero la mente no. En este sentido, las actividades preparadas por los profesionales del Centro Día, les permite liberar angustias y preocupaciones, en la medida de lo posible, a los y las usuarias del Centro, de ahí que, como ya lo hemos mencionado, se procure fortalecer los aspectos físicos de estas personas, pero también, se les acompaña desde lo económico al ofrecerles un seguro funerario que, si bien es básico, contribuye a liberar la presión económica de los usuarios y sus familias frente a los costos de que conlleva el fallecimiento de una persona.

7.3.4 Los servicios que presta el Centro Día para garantizar una vejez digna

Teniendo en cuenta el anterior acápite, en el que claro que todos y todas las usuarias del Centro Día están afiliados a un servicio funerario, se puede observar que la función de esta institución es garantizar, al menos en los aspectos básicos, que los y las adultas mayores tengan una vejez digna a pesar de tener pocos recursos. Además, si consideramos que el concepto de calidad de vida depende a nivel individual de la perspectiva individual en que se considere Peña (2009), es claro que en el Centro Día la aplicación de este concepto como componente práctico en la puesta en práctica de la política municipal de atención a los adultos mayores está relacionada con la satisfacción de las necesidades básicas de las personas que se encuentran en situación de vulnerabilidad en esta población. En este sentido, es clave comprender que no solo se requiere que se atienda uno de los aspectos de la vida de las personas para considerar que hay calidad de esta, sino que, como se pudo observar, los cuidados, la alimentación, la economía e incluso, el habitar en espacios agradables, aportan a dicha calidad de vida de manera integral. Así pues, autores (Cardona. Et.al, 2006. p. 54) afirman que “Los componentes de independencia, seguridad socioeconómica y redes de apoyo social constituyen el 97% de la calidad de vida del adulto mayor”.

Relacionado con lo anterior, la salud física y la autonomía reducen la dependencia de

los adultos mayores hacia otras personas, lo que conlleva a la disminución de la necesidad de un acompañamiento por parte de una red de apoyo. Por individual que parezca, esta mejora en la calidad de vida de los adultos mayores se relaciona directamente con las dinámicas familiares, ya que hace eco en su entorno social, especialmente en sus familias. Sobre esto último, Jairo, uno de los usuarios del Centro afirmó: “Estoy conforme con mi vida familiar, comparto mucho con ellos, pero acá en el Centro también me siento tranquilo” (Corrales, 2022).

Es muy importante que las personas que conforman la red de apoyo del adulto mayor sientan que existe un equilibrio entre los cuidados que le ofrecen a su ser querido y lo que reciben de parte de este, por lo que concientizar al adulto mayor de que las personas quienes le prestan su ayuda necesitan sentir gratitud de su parte, disminuye de manera considerable los casos de abandono. En este sentido, el acompañamiento psicológico que ofrecen los profesionales del Centro Día, también contempla el mejoramiento de las relaciones familiares, de modo que se procura contribuir a que los y las usuarias sean conscientes de envejecer en sociedad.

Según Castilla (2018) “Es muy importante crear nuevos vínculos sociales y fortalecer los ya existentes. Las relaciones interpersonales previenen la dependencia, fomentan la autonomía personal y nos hacen más independientes” (p. 26). Lo anterior permite comprender que un ambiente social positivo, en el que se contemple las relaciones sociales, la ayuda de amigos, compañeros, vecinos son pilares fundamentales para la que los seres humanos alcancen un envejecimiento activo y saludable.

8. Conclusiones

Esta investigación permitió comprender el proceso de acompañamiento que adelanta el Centro Día “Nuevo Horizonte”, desde los elementos que enmarcan la parte jurídica comprendida por la Política Pública, hasta la manera en cómo se sienten los usuarios del Centro. Cabe aclarar que esta institución cuenta con espacios amplios, buena higiene, protección contra incendios, parqueadero y cronogramas realizables, tal como lo indica la norma cuando hace referencia a que los usuarios de un Centro Día tienen derecho a participar de las actividades y no encontrar barreras para el libre ingreso y movilidad, todo ello según el Decreto 17/2018 en el que se regulan los requisitos mínimos que deben cumplir de los Centros de Día para con sus usuarios (Capítulo II, Artículo 9, Decreto 17/2018).

En la actualidad, el Centro Día garantiza los derechos básicos de 160 adultos mayores que asisten al lugar, además de promover su integración a la vida social y comunitaria, requisito que se cumple cuando se realizan los juegos de salón, actividades folclóricas y deportivas, hecho que incluso, brinda cumplimiento al Artículo 46 de la Constitución en el que se afirma: “el Estado, la sociedad y la familia deberán promover la integración del adulto mayor a la vida activa y comunitaria.”

En casos en los que la familia de los adultos mayores se encuentra en estado de vulnerabilidad económica, resulta importante destacar la pertinencia de instituciones como los Centro Día, ya que dan respuesta a una necesidad constante, como lo es el bienestar del adulto mayor, sobre todo teniendo en cuenta la indolencia generalizada y la individualización de la sociedad moderna. En la actualidad, por ejemplo, se acostumbra a mirar con ojos de lástima y mantenerse lejos de poblaciones vulnerables como el caso de los y las adultas mayores. Frente a esto, el papel del Estado es de suma importancia, ya que, aunque no logre abarcar toda la población, destina esfuerzos y recursos para beneficiar de manera integral a una buena parte de los adultos mayores que se encuentran en situación de vulnerabilidad, hecho que se constata con la participación que tienen en instituciones como los Centro Día.

Respecto a esto último, los y las adultas mayores que están vinculados a la institución tienen garantizado el transporte para asistir diariamente al Centro, calzado, uniformes para cada

día de la semana, alimentación, promoción en salud física y mental, seguimiento y cuidado de la salud, integración y socialización permanente, hecho que les garantiza unas condiciones de estabilidad que generan un relativo bienestar, como lo manifestaron las personas entrevistadas.

Por tanto, según lo manifestado por los adultos mayores que fueron consultados para esta investigación, sus relaciones familiares mejoraron considerablemente luego de su ingreso al Centro Día, además, las preocupaciones por suplir necesidades básicas se redujeron únicamente a los fines de semana, que es el tiempo en el que en Centro no opera. Por supuesto, estos hechos mejoran el ambiente familiar, construyen espacios de desarrollo personal y evitan la rutina y la violencia intrafamiliar hacia los adultos mayores en sus hogares.

Vale la pena resaltar que, en su gran mayoría, los usuarios del Centro Día son mujeres y, entre estas, casi todas fueron solteras durante toda su vida, mientras que entre los hombres la tendencia general es que nunca tuvieron hijos, razón por la que experimentaban soledad, y abandono. En otros casos, sus redes de apoyo se fueron reduciendo hasta el punto en que vieron la necesidad de recurrir a los beneficios estatales para sobrevivir de manera digna, tal es el caso de algunos usuarios que son viudos y viudas, quienes no volvieron a contraer matrimonio ni establecer vínculos conyugales. Sobre esto último, las mujeres que hicieron esta afirmación resaltaban valores morales a fin de no dar pie a comentarios que puedan dañar su buen nombre, otras mujeres, por el contrario, se contrajeron matrimonio, pero quedaron marcadas por las malas experiencias, sobre todo por el maltrato psicológico, físico por parte de sus cónyuges.

Algo que nos llamó la atención durante el trabajo de campo es que son pocas las personas que cuentan con una vivienda estable, ya que la mayoría habitan en inquilinatos o habitaciones alquiladas en viviendas familiares. Además, frecuentemente recurren a la caridad de amigos o familiares cercanos que les ayudan económicamente para gozar de un techo, manteniéndolos alejados de las frías condiciones de la calle.

En cuanto a su nivel de escolaridad observamos que es baja, no cuentan con empleo hoy y, mucho menos cuando fueron jóvenes, ya que sus trabajos fueron principalmente temporales y no formales, hecho que explica porque ninguno de los y las entrevistadas cuentan con pensión, ahorros o vivienda propia. Aun así, solo uno de los entrevistados afirmó tener un empleo de

medio tiempo de forma independiente (vendiendo cerdos).

Teniendo como referencia los relatos recolectados durante el trabajo de campo, se puede observar un importante contraste entre la calidad de vida de los y las adultos mayores antes y después de su ingreso al Centro Día, en especial si se observan cambios como, por ejemplo, en cuanto al uso de ayudas ortopédicas.

Los adultos mayores que están vinculados al Centro Día, tienen garantizada una nutrición completa y de alta calidad durante su permanencia y asistencia a la institución, aunque pareciera una situación aislada para la salud mental, no lo es, ya que no tener que preocuparse por el sustento diario, genera cierta tranquilidad y bienestar. Sobre esto último podemos decir que un adulto mayor que duerme sin preocupaciones cuenta con mejor salud mental.

Sobre esto último, fue recurrente oír en los testimonios de los y las usuarias del Centro Día que, luego de su ingreso al Centro Día se desprendieron del constante estado de amargura que la soledad y la marginación social les había causado. En este sentido, las actividades que realizan en el Centro Día contribuyen a minimizar la depresión y el sentimiento de abandono, reemplazándolos con una sensación de bienestar.

El estado de ánimo de las personas se refleja en la manera de relacionarse con otros, pero también en el semblante y salud física, por eso es relevante que los adultos mayores mantengan vigente su vida social, sobre lo que el Centro Día tiene un importante rol, hecho que ayuda en prevenir dolencias físicas y emocionales que la soledad puede llegar a causar.

Mediante el ejercicio de observación que realizamos en la visita al Centro Día, logramos apreciar que los y las adultas mayores socializan desde que ingresan al bus que está destinado para transportarlos de manera segura hasta el Centro. Además, también se pudo observar que cada uno de ellos decide y selecciona a las personas de su preferencia, esto para aclarar que, como en cualquier otro grupo social, la convivencia no es del todo armónica y que existen conflictos, pero que estos se solucionan con facilidad.

En cuanto a las redes de apoyo que se han creado entre los y las usuarias y con los profesionales y trabajadores del Centro, es importante destacar que han contribuido a mantener aspectos como la salud de los usuarios, al ayudarles a gestionar sus diligencias médicas, además

de servir de escucha frente a las dificultades que puedan acontecer.

Según estudios realizados (Papalia, 2005) aquellas personas de la tercera edad que tienen poco o nulo contacto social, pueden morir a corto plazo y son más proclives a padecer depresión, sobre esto, las actividades del Centro Día como los juegos y el ejercicio contribuyen a superar este tipo de dificultades.

Los profesionales del Centro Día son conscientes de que el bienestar de una persona depende de un aspecto colectivo, buenas relaciones sociales, familiares y de pareja, por ello en las actividades que se programan realizan charlas a las familias o personas cercanas a los adultos mayores, dando pautas que faciliten la comunicación, ayudan a prevenir los conflictos en familia, ayudan a los usuarios a tener una mejor administración de sus emociones.

Como dicen López y Mora (2019) las estrategias de afrontamiento como: la participación social, buscar compañía, la meditación, la aceptación y buscar a Dios, mitigan la depresión y disminuyen la afectación en la salud mental contribuyendo con el bienestar integral, por lo que el Centro Día es un espacio de culto libre, ofreciendo diferentes espacios para el crecimiento espiritual de sus usuarios.

Finalmente, dando respuesta a la pregunta de investigación que nos planteamos al inicio de este trabajo ¿En qué medida el acompañamiento y actividades brindadas en el Centro Día Nuevo Horizonte, contribuyen a mejorar la calidad de vida de los Adultos Mayores que asisten regularmente a sus instalaciones? Podemos afirmar que:

El Centro Día “Nuevo Horizonte” beneficia de manera integral a la población que atiende, mejorando su bienestar, calidad de vida y salud mental, en especial porque se ha convertido en una red de apoyo emocional que, si bien es una ayuda institucional que proviene del Estado, cubre también aspectos emocionales de sus usuarios, hecho que trasciende también a las familias de estos. Además, es claro que en el testimonio de los usuarios consultados se puede identificar un antes del ingreso al Centro y un ahora, hecho que refuerza la idea de cambio y, en especial, de un rol positivo en el accionar de esta institución.

9. Referencias

- Alcaldía de Buga (2017) Anuario Guadalajara de Buga.
https://ccbuga.org.co/sites/default/files/biblioteca/anuario_estadistico_de_guadalajara_de_buga_2017_1.pdf
- Arango, D. C., Cardona, A. S., Duque, M. G., Cardona, A. S., & Sierra, S. M. C. (2016). Estado de salud del adulto mayor de Antioquia, Colombia. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 19, 71.
- Araque, F., & Suárez, O. (2017). Reflexiones teóricas y legales del adulto mayor y la discapacidad en Colombia. <https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/8231>
- Arriola, M (2021) Calidad de vida rural y metodología cualitativa *Journal de Ciencias Sociales Año 9 N° 16*
[https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/jcs/article/view/4319/6426#:~:text=Las%20t%C3%A9cnicas%20de%20investigaci%C3%B3n%20cualitativa,generan%20\(Patton%2C%201990\)](https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/jcs/article/view/4319/6426#:~:text=Las%20t%C3%A9cnicas%20de%20investigaci%C3%B3n%20cualitativa,generan%20(Patton%2C%201990)).
- Barg, L. (2006). *Lo interdisciplinario en salud mental. Niños, adolescentes, sus familias y la comunidad.* Buenos Aires, Espacio Editorial.
- Beaman, P., Reyes, S., García, C., & Cortés, A. (2004). Percepción de la salud entre los adultos mayores derechohabientes del Instituto Mexicano del Seguro Social. *La salud del adulto mayor*, 117-138.
- Bordignon, N. (2005). *El desarrollo psicosocial de Eric Erikson.* El diagrama epigenético del adulto.
- Cardona, A. M. S., Arango, D. C., Fernández, D. Y. B., & Martínez, A. A. (2017). Mortalidad por accidente de tránsito en el adulto mayor en Colombia. *Revista de Saúde Pública*,
- Cardona, D., Estrada, A., & Agudelo, H. B. (2006). Calidad de vida y condiciones de salud de la población adulta mayor de Medellín. *Biomédica*, 26(2), 206-215.
- Cardona-Arango, D., Segura-Cardona, Á., Segura-Cardona, A., Muñoz-Rodríguez, D. I., & Agudelo-Cifuentes, M. C. (2019). La felicidad como predictor de funcionalidad familiar del adulto mayor en tres ciudades de Colombia. *Hacia la Promoción de la Salud*, 24(1), 97-111.
- Cardona-Arango, D., Segura-Cardona, Á., Segura-Cardona, A., Muñoz-Rodríguez, D. I., & Agudelo-Cifuentes, M. C. (2019). La felicidad como predictor de funcionalidad familiar del adulto mayor en tres ciudades de Colombia. *Hacia la Promoción de la Salud*, 24(1), 97-111.
- Castiblanco Amaya, M. A., & Fajardo Ramos, E. (2017). Capacidad y percepción de autocuidado del adulto mayor del programa Centro día/vida, Ibagué, Colombia. *Revista Salud Uninorte*, 33(1), 58-65.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522017000100058
- Cortés-Muñoz, C., Cardona-Arango, D., Segura-Cardona, Á., & Garzón-Duque, M. O. (2016). Factores físicos y mentales asociados con la capacidad funcional del adulto mayor, Antioquia, Colombia, 2012. *Revista de salud pública*, 18(2), 167-178.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642016000200002
- Dabove, M. I. (2018). *Derecho de la vejez. Fundamentos y alcance.* Buenos Aires: Astrea.
- DANE, (2021) Adulto mayor en Colombia características generales enero / 2021
<https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/planes-departamentos-ciudades/220524-InfoDane-Cali-Buga-Valle.pdf>
- Fernández, X. (1997) La supervisión del trabajo social en salud mental. *Revista de Trabajo Social* 145: 48-58.

- Hernández Gómez, M. A., Fernández Domínguez, M. J., Sánchez, N. J., Blanco Ramos, M. Á., Perdiz Álvarez, M. C., & Castro Fernández, P. (2021). Soledad y envejecimiento. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 14(3), 146-153.
- Mendizábal, M. R. L. (2018). Envejecimiento activo: un cambio de paradigma sobre el envejecimiento y la vejez. *Aula abierta*, 47(1), 45-54.
- Montero M, López L, Sanchez-Sossa (2001) La soledad como fenomenopsicologica un análisis conceptual. *Salud Mental* 24(1), 19-27
- Paredes, I y Castillo, Y (2021). Indicadores cualitativos de bienestar en comunidades costeras mexicanas. Una perspectiva local inclusiva. REV. Ciencias Sociales, Humanidades y Artes.
- Peña, B. (2009) La medición del Bienestar Social: una revisión crítica. REV. Estudios de Economía Aplicada VOL. 27-2 2009 PÁGS. 299-324 <http://www.revista-eea.net/documentos/27206.pdf>
- Ríos Jáuregui, A. (2004). Los años largos en Granma, (29 de noviembre)
- Robledo, M.C.A y Orejuela J.J. (2020) Vejez y ser persona vieja. Una aproximación al estado del arte de la cuestión.
- (Rodríguez, 2016) tomado de Robledo, M.C.A y Orejuela J.J. (2020) Vejez y ser persona vieja. Una aproximación al estado del arte de la cuestión.
- Papalia, (2009) desarrollo humano. Diane E. **Papalia**. Sally Wendkos Olds. Ruth Duskin Feldman. Revisión técnica. Maribel Vázquez Herrera. Centro Interdisciplinario de Ciencias de la Salud
- Gutiérrez, M. de J. (2022). Comunicación personal. Centro Día Nuevo Horizonte Buga
- Moreno, Lina (2022). Comunicación personal. Centro Día Nuevo Horizonte Buga
- Ospina Robledo, W. (2022). Comunicación personal. Centro Día Nuevo Horizonte Buga
- Ospina Robledo, W. (2022). Comunicación personal. Centro Día Nuevo Horizonte Buga
- Ortiz, R. (2022). Comunicación personal. Centro Día Nuevo Horizonte Buga
- Sánchez, M. L. (2022). Comunicación personal. Centro Día Nuevo Horizonte Buga
- Soto, J. E. (2022). Comunicación personal. Centro Día Nuevo Horizonte Buga
- Corrales, J. (2022). Comunicación personal. Centro Día Nuevo Horizonte Buga