



ENTRE PINCELES, PALABRAS Y MEMORIAS: MERAKI, UNA ODA A LA VEJEZ

Sandra Milena Baez Soto

Sistematización presentado como requisito para optar al título de Trabajador Social

Asesor(a)

Fernando Cardona Sánchez

Título académico

Máster en educación

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Sede Principal

Sede Bogotá D.C. - Sede Principal

Programa Trabajo Social

noviembre de 2025

Dedicatoria

Dedicado a mi abuelita Delfina, que, aunque la vida no le permitió verme próxima a graduarme, estuvo presente en mi camino desde que inicié este proceso. Aunque no pueda acompañarme físicamente en este momento, sé que está conmigo en cada paso y que su amor y cariño me acompaña. Hubiera amado que la vida me permitiera escuchar todas sus historias y que ella hubiera participado en procesos tan hermosos como aquellos de los que hoy soy parte.

También es dedicado a mis papás y hermanos que me han apoyado todos estos años, su amor y compañía han sido mi fuerza para salir adelante, su apoyo incondicional me ha llevado a superar cualquier adversidad.

Sandra Milena Baez Soto

Agradecimientos

Quiero expresar mi profundo agradecimiento a esos primeros escenarios que me permitieron descubrir mi profesión. Gracias a Martica Valbuena, Martica Páez, doña Lucila, Teresita, doña Elsa, doña Ligia y doña Rebe, quienes compartieron sus historias, enseñándome que la memoria es resistencia y que la vida se dignifica en comunidad, les debo la inspiración que atraviesa cada página de este trabajo.

Gracias a mi familia y amistades, por su apoyo constante y su paciencia durante este camino, les agradezco por sostenerme en los momentos de cansancio y celebrar conmigo cada logro alcanzado.

Sandra Milena Baez Soto

Contenido

Contenido

Introducción	6
Justificación	8
OBJETIVO GENERAL	10
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	10
CAPÍTULO I	11
Las raíces de una apuesta transformadora, el escenario que me formo como líder y profesional.	11
Mi primer acercamiento con la fundación, el inicio de una vocación con propósito.....	16
Momentos que hacen la diferencia encuentros que fortalecen a la organización y los lazos de amistad.	19
El horizonte que enmarca todo: misión, visión un camino hacia un futuro claro	21
Los retos en medio de la pandemia	22
La reconfiguración del equipo y el surgimiento de nuevos liderazgos.....	24
Nuevos retos, el momento de descubrir mi propósito.....	25
Primeras motivaciones para la creación del proyecto y su formulación en la práctica profesional	27
Los inicios de la práctica profesional, la configuración del proyecto	32
Materialización del sueño, tejiendo el cambio	37
CAPÍTULO II.....	51
Marco teórico conceptual.....	51
Eje 1: Las expresiones artísticas como vehículo para el diálogo, la memoria y el fortalecimiento de lazos comunitarios	51
Eje 2: La creatividad artística como recurso de empoderamiento personal y colectivo.	59
Eje 3: La oportunidad de realizar actividades artísticas que en otras etapas de sus vidas no pudieron vivenciar.....	60
CAPÍTULO III.....	62
Metodología de la sistematización, un reto que trajo los mejores aprendizajes	62
Punto de partida, la semilla de la sistematización.....	65
Reconstrucción de la experiencia, evocar viejas emociones para construir nuevos aprendizajes	68
Resignificando la memoria: del silencio individual al diálogo colectivo	69
Aprendizajes y conclusiones	71
Actividad ¿Quién soy?.....	71

Fotografía de la memoria, narrativa de su trayectoria de vida	73
Cambiando paradigmas: de la actividad recreativa a la intervención social con arte.....	76
El lugar del trabajador social: entre la facilitación, la vulnerabilidad y el crecimiento.	79
Referencias.....	82

Abstract

La presente sistematización de experiencias, titulada “Entre pinceles, palabras y memorias: Meraki, una oda a la vejez”, da cuenta del proceso de articulación entre el saber académico del Trabajo Social y el arte como herramienta de intervención social con personas mayores en la ciudad de Bogotá, mientras analiza también el proceso de transformación en los diferentes escenarios en que me desenvuelve a lo largo del tiempo identificando retos superados y aprendizajes tanto en lo profesional como en el escenario académico. La experiencia se desarrolla en el marco del proyecto Meraki, implementada en la Fundación Otoños Dorados bajo la modalidad de práctica profesional en emprendimiento social, un trabajo comunitario que reconoció la vejez como una etapa digna y activa del ciclo vital.

La sistematización tiene como objetivo interpretar los aprendizajes personales y profesionales derivados de la implementación del proyecto, así como comprender cómo el arte y la narrativa se constituyen en herramientas de resignificación de la memoria, fortalecimiento de vínculos comunitarios y empoderamiento de las personas mayores como sujetos históricos del territorio. A través de talleres artísticos, espacios de diálogo y actividades narrativas, la expresión creativa permitió la exteriorización de emociones, la reconstrucción de trayectorias de vida y la generación de escenarios de escucha, autonomía y participación para las personas mayores.

Los hallazgos muestran que la memoria trasciende el recuerdo individual para convertirse en una práctica colectiva y política que dignifica la experiencia de la vejez de las personas mayores participantes. El trabajo Social debe superar enfoques asistencialistas y promover metodologías innovadoras donde el arte se consolide como un medio de intervención social, transformación comunitaria y ejercicio de comunitario.

Palabras clave: Trabajo Social, Vejez, Memoria, transformación, Sistematización.

Introducción

El presente documento busca resaltar la articulación entre el saber académico en Trabajo Social y el arte como herramienta de intervención social que se pudo materializar al interior de la Fundación Otoños Dorados desde el proyecto Meraki, cabe mencionar que a fundación jugo un papel importante al ser el escenario que me abrió las puertas a un mundo de posibilidades, se convirtió en la base para desarrollar mis primeras habilidades y competencias para dirigir actividades con grupos grandes, me brindó seguridad y confianza para dirigirme en el escenario, valorar, planificar, ejecutar y eventos. El paso previo por esta experiencia fue determinante para definir mi formación profesional de la que hoy me siento totalmente enamorada y convencida de haber tomado la mejor decisión de ser trabajadora social.

Descubrir mi vocación permitió potenciar mis habilidades, en especial, al momento de cumplir con el requisito de desarrollar la práctica profesional, ya que no había equivocación, sería en el mismo escenario que me acogió y despertó mi amor por lo comunitario. Por ello, en el marco de una modalidad poco explorada en trabajo social decidí inclinarme por el emprendimiento social, un nuevo acierto que me dio la posibilidad de materializar lo que se conoce al interior de la organización como el proyecto Meraki que significa (hacer algo con amor y creatividad, poniendo el alma en ello), este nombre me pareció perfecto ya que expresa lo que quería lograr con su desarrollo crear un espacio donde las personas mayores sean protagonistas de sus propias memorias, fortaleciendo su lugar en la comunidad, para el año 2024 se convirtió en una realidad y se convirtió en la posibilidad de combinar la pasión personal por el arte con el compromiso profesional del Trabajo Social, creando un puente entre la expresión creativa y la memoria de las personas mayores como sujetos históricos del territorio

Esta sistematización busca dar cuenta no solo de los resultados del proyecto, sino también de los aprendizajes, retos y transformaciones tanto a nivel personal como profesional que emergieron en el proceso de articular la experiencia comunitaria con el saber académico propio del Trabajo Social. En este sentido, el documento pretende interpretar los aprendizajes personales y profesionales, reconociendo cómo el arte se convirtió en una herramienta de intervención social, generando procesos de resignificación de la memoria de las personas mayores, además de aportar a mi crecimiento personal y motivarles a la reflexión.

Justificación

La presente sistematización tiene como propósito reflexionar críticamente sobre la experiencia del proyecto Meraki, desarrollado en el marco de la práctica profesional en Trabajo Social bajo la modalidad de emprendimiento. Más que documentar lo vivido, este ejercicio busca analizar en profundidad la articulación entre el saber académico y la práctica profesional, reconociendo además el papel del arte como una herramienta de intervención social efectiva en el campo de práctica.

La sistematización resulta significativa porque visibiliza cómo el arte, en sus diversas expresiones, se convirtió en un medio para leer, comprender y transformar una problemática que había permanecido invisibilizada. Asimismo, resalta el impacto que tuvo la implementación del proyecto en la población de personas mayores vinculadas a la Fundación Otoños Dorados, quienes encontraron en los talleres espacios de diálogo, memoria y expresión. Estos espacios fortalecieron sus lazos sociales, resignificaron sus vivencias y les devolvieron protagonismo en la construcción colectiva de historias. Paralelamente, el proceso de empoderamiento y resiliencia me llevó a conformar un nuevo camino junto a un grupo de mujeres que encontraron en el arte una forma de expresar su identidad y reconstruir su historia.

El proyecto valida la versatilidad del arte como medio de intervención social, capaz de adaptarse a diferentes poblaciones y escenarios. Los talleres se transformaron en espacios de encuentro y memoria, donde las historias individuales se entrelazaron en procesos colectivos, generando transformación social y fortaleciendo la cohesión comunitaria.

Finalmente, la academia se beneficia de esta sistematización al contar con un caso de estudio que evidencia la importancia de vincular teoría y práctica en los procesos de intervención social. La

experiencia de Meraki ofrece aprendizajes, aciertos y retos que pueden servir de referencia para futuras investigaciones y proyectos, enriqueciendo la formación de profesionales sensibles, creativos y comprometidos con la transformación social. Además, reafirma el valor de la sistematización como herramienta metodológica que permite interpretar críticamente la práctica, identificar puntos de mejora y abrir nuevos horizontes de acción.

OBJETIVO GENERAL

Interpretar los aprendizajes personales y profesionales que emergieron durante el desarrollo del Proyecto Meraki, a partir de la articulación entre el saber académico en Trabajo Social y el arte como herramienta de intervención social en la Fundación Otoños Dorados.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 1.** Reconocer cómo la práctica profesional permitió la articulación del arte como herramienta de intervención social en el Proyecto Meraki.
- 2.** Comprender cómo, a través del arte, se generaron procesos de resignificación de la memoria de las personas mayores, fortaleciendo su lugar como protagonistas históricos del territorio.
- 3.** Exponer los aprendizajes, retos y transformaciones personales y profesionales que surgieron a lo largo del proceso, reconociendo el papel de la vulnerabilidad como fuente de crecimiento.

CAPÍTULO I

Las raíces de una apuesta transformadora, el escenario que me formo como líder y profesional.

A partir de este momento me permito reconstruir la historia de la Fundación Otoños Dorados, espacio al que pertenezco desde hace seis años que he hecho parte de la fundación, en este lapso he tenido la oportunidad de escuchar los relatos de sus fundadores, quienes en distintos momentos compartieron conmigo cómo iniciaron este sueño y ahora esta sistematización me permite dar reconocimiento a su trabajo, trayectoria y el aporte que este escenario tuvo para mi vida personal y profesional y con el que estoy muy agradecida.

La Fundación Otoños Dorados nació en el año 2014, fruto de la iniciativa de dos jóvenes, Maicol Babativa y Wilson Plazas que vivían en el barrio Libertadores, localidad cuarta de San Cristóbal, en Bogotá, fundadores de la organización. Maicol y Wilson eran amigos y con apenas 14 y 15 años, una tarde como muchas en las que solían hablar sobre sus sueños y aspiraciones visualizaron la necesidad de crear un espacio con adultos mayores; después de darle vueltas al asunto se animaron a reunirse y materializar el sueño que venían discutiendo desde hace algunos meses de ese año. Los dos jóvenes, decidieron reunirse para establecer los acuerdos y definir el rumbo de la idea que venían discutiendo desde hace algún tiempo. Empezaron a planear qué tipo de actividades podrían realizar, en qué lugares llevarlas a cabo y cuáles serían los horarios más adecuados para ellos, pero en especial para la población que querían atender. Una vez concretas las bases de lo que sería su proyecto, comenzaron a difundir la iniciativa a través de sus familias, vecinos y amigos, anunciando que pronto iniciarían una serie de talleres y actividades para adultos mayores. Al difundir la noticia a través del voz a voz, llamó la atención de una de las

mujeres adultas a quien le gustaba la idea de ser participé del grupo, se comunicó con los chicos para conocer más detalles, una vez supo lo que ellos harían ofreció el espacio de su casa, un local que en ese momento se encontraba desocupado y que ella amablemente decidió disponerlo para que allí realizaran las actividades y poder ser parte del grupo y del trabajo que realizarían de allí en adelante.

Determinado lo que harían y establecido el espacio, se pusieron en marcha para sacar adelante la idea de conformar un grupo de persona mayor, esta iniciativa no solo llamo la atención de los adultos mayores del sector, también fue de interés para amigos de los jóvenes que desearon ser parte de este trabajo tan maravilloso y no dudaron en unirse, entre ellos estaban; Fabian (hermano de Wilson), Ana María, Mónica y David, se unieron al equipo de trabajo, un equipo dirigido por jóvenes entre 15 a 17 años, estudiantes y amigos del barrio que conformaron un equipo base de 6 jóvenes.

En sus primeras reuniones comenzaron a trabajar con 3 personas mayores, vecinas de los jóvenes, los conocían desde que eran niños y querían apoyarlos en esa proyección que tenían de conformar el grupo de personas mayores, atendieron a la invitación que les hicieron los jóvenes con todo gusto y abiertas a la expectativa de que podrían aprender a través del proceso. Con el paso del tiempo el número de participantes fue creciendo, quienes hacían parte del grupo llamaban a más personas mayores a participar y vincularse en las actividades, eso hizo que incrementara la participación de vecinos, posteriormente los adultos mayores quienes ya hacían parte del grupo fueron invitando amigos de otros barrios, el grupo fue creciendo y el espacio ya no era suficiente para cubrir la capacidad de asistentes, para tener mayor comodidad a la hora de

realizar las actividades los fundadores comenzaron a buscar un nuevo espacio más amplio y cómodo que permitiera desarrollar las actividades sin problemas y que permitiera integrar nuevos participantes. Tal como se plantearon la meta la cumplieron, para finales del año 2014 e inicios del 2015 los chicos formalizaron la primera alianza con la Junta de Acción Comunal, la cual cedió la oficina comunal para realizar las actividades, esta decisión permitió que el grupo en un lapso de 6 meses continuara creciendo hasta llegar a contar con 20 adultos mayores. En el lapso de unos meses, el espacio de la oficina de la JAC también comenzó a quedarse pequeña ante el crecimiento del grupo, esto llevó a establecer una nueva alianza con la junta, la cual considero importante permitir el uso del salón comunal para realizar las actividades con los adultos mayores, ya que la capacidad de asistentes aumentaba cada vez más, llegando a reunir entre 30 y 40 personas en cada encuentro los sábados de 1 a 3 de la tarde.

Establecidos en un punto clave como el salón comunal su trabajo comenzó a ser más reconocido en el barrio, al ser un proceso liderado netamente por jóvenes se convirtió en un espacio innovador y llamativo al contar con actividades multidisciplinarias entre las cuales resaltaban la actividad física, clases de danza, juegos y actividades artísticas, las dinámicas eran planteadas por los fundadores con la finalidad que fuera un espacio para el disfrute de su tiempo libre y fortalecimiento de nuevas habilidades para las personas mayores.

Con el paso del tiempo los fundadores no se quedaron solo con sus saberes empíricos, comenzaron a formarse en cursos los cuales les ofrecieran mayores herramientas para dirigir las actividades en la fundación y tener bases más sólidas para liderar el proceso.

por ejemplo, Maicol Babativa tomó cursos como formador de formadores, políticas públicas, primeros auxilios, formación en procesos de trabajo deportivo con adultos mayores, procesos de innovación en organizaciones internas, entre otros, estos aprendizajes permitieron nutrir aún mas todo el proceso y cada una de las actividades con los adultos mayores.

La experiencia de Wilson se caracterizó por un camino más empírico, sus aprendizajes y habilidades se centraron en procesos territoriales como la recuperación de zonas verdes en "JIS vientos del sur", un colectivo y proyecto de colegio donde trabajaban todo el tema de cartografía social y la recuperación de espacios para las para la comunidad, este fue el primer escenario que le brindo aprendizajes y bases sólidas para trabajar con grupos, también su participación en proyectos socioculturales en el territorio, fortaleciendo sus habilidades. Con el paso del tiempo también fue formándose empíricamente en diseño, fotografía y actividades socioemocionales.

La Fundación Otoños Dorados en la búsqueda de la ampliación de perspectivas y conocimientos hizo que los lideres de la fundación buscaran ampliar su oferta y fortalecer los espacios ofertados a las personas mayores, para ello establecieron alianzas con otras organizaciones que desarrollaban acciones en el mismo territorio, pero con otras inclinaciones.

Entre esas colaboraciones, la escuela de baile ZIUR 2017-2018, escuela de baile ubicada en el barrio 20 de julio, la alianza consistía en que por parte de la escuela realizarían clases de danza para la persona mayor con un enfoque en el folclor colombiano entre otros ritmos y de parte de Otoños Dorados, se les apoyaba en eventos y la creación del logo de la escuela de baile.

Otra de las alianzas establecidas, se dio con la Escuela deportiva lobos del sur oriente 2018, academia deportiva de niños y jóvenes del barrio con quienes se acordó la promoción de actividad física para las personas mayores, intervención dirigida por el profesor de la academia; por parte de Otoños Dorados se realizó acompañamiento en las actividades de la escuela y apoyo en todas sus actividades. Por último, la organización San Miguel Comunal alianza 2019, esta alianza promovió e incentivo procesos de una huerta comunitaria con las personas mayores, estas alianzas fueron fundamentales para articular esfuerzos y potenciar el impacto de las actividades de la fundación.

La fundación quería continuar creciendo y para lograr ese objetivo no solo se encontraba en fortalecer la oferta de actividades por medio de las nuevas alianzas, el fortalecimiento de redes de apoyo a través de la articularse con otras organizaciones, otra de las iniciativas para fortalecer la fundación se encontraba en hacer crecer el equipo de trabajo, buscar nuevas propuestas que llamaran a más jóvenes a participar en las actividades. Los fundadores se plantearon incluir nuevos jóvenes, abrir las puertas a que otros se vincularan y con ello contar con un equipo mucho más amplio para poder dar respuesta a las nuevas necesidades

EL equipo base comenzó a extender la invitación a otros jóvenes, para ello se apoyaron en la experiencia adquirida y los relatos daban cuenta de los maravillosos aportes de pertenecer a un proceso que destinaba sus acciones hacia las personas mayores, contando sobre qué es lo que hacían, cuanto tiempo llevaba establecido el grupo, que actividades realizaban y resaltando que la fundación estaba abierta a recibir nuevas personas que pudieran aportar renovados saberes y que estuvieran dispuestos a aprender en este escenario.

La decisión de abrir las puertas y llamar más jóvenes a participar en los encuentros con los adultos mayores fue clave, permitió dar a conocer aún más el proceso que llevaba ya 5 años desarrollándose en el territorio. Como estrategia para ampliar el grupo se dieron a la tarea de cada uno de los miembros del grupo base invitará a un amigo o conocido, una tarea que parecía fácil, pero que rápidamente se dieron cuenta que no lo era, pues no todos los que eran invitados se interesaban en la propuesta, ya que aducía no tener intereses en este tipo de procesos o no sentirse con la capacidad para destinar un sábado para compartir con las personas mayores, pues había otras cosas que llamaban más su atención.

Mi primer acercamiento con la fundación, el inicio de una vocación con propósito.

Por cosas del destino al poner en marcha esta iniciativa es que comienza a entretenerse mi historia con la fundación, todo empezó el sábado 25 de mayo de 2019. Para ese momento cursaba grado 11 y estaba vinculada al grupo juvenil de la iglesia del barrio libertadores, donde acudía a encuentros dinámicos y que buscaba fortalecer procesos sociales con jóvenes del sector, al terminar mi actividad en la iglesia me encontré con una amiga del colegio, que vivía cerca al salón comunal y la iglesia Santa Catalina, conversamos un rato, no nos veíamos desde hace un año. En ese encuentro ella me habló de la fundación Otoños Dorados, que hacían y cuanto llevaba siendo parte del equipo, me llamo la atención la trayectoria que tenía la fundación y la labor tan bonita que realizaban, no solo lo pensé, sino también le exprese que me llamaba la atención el proceso y que sería lindo un día poder acompañarla y conocer más de lo que hacían, al ver mi interés por asistir, ella extendió una invitación y me animó a participar en la actividad

de ese sábado 25 de mayo en la tarde, que se desarrollaría de 1:00 pm a 3:00 pm en el salón comunal, invitación que con gusto acepté, nos despedimos y quedamos de vernos esa tarde.

Mientras llegaba la hora del encuentro no paraba de pensar que no tenía mucha experiencia trabajando con persona mayor, mi primer acercamiento con grupos fue en 2018, había sido participé del grupo juvenil de la iglesia Santa Catalina Labouré del barrio Libertadores, grupo juvenil de la parroquia, que en navidad realizaba el MONAIN (Movimiento Navideño Infantil) donde se hacían actividades dinámicas y se leían las novenas para los niños del barrio libertadores y sus alrededores. Esta fue mi primera interacción con un grupo grande, pero como tal nunca había trabajado con personas mayores, no sabía cómo sería la dinámica con ese grupo, pero en verdad había algo que motivaba a vivir esa nueva experiencia y conocer más sobre ese proceso que mi amiga me había relatado.

Esa tarde tal como me indico mi amiga, llegue a la 1:00 pm al salón comunal, al llegar ya se encontraban algunos participantes y continuaban llegando más personas mayores. Una vez llagaron la mayoría de los asistentes, los fundadores dieron las indicaciones de lo que sería la actividad del día, se dividiría en dos partes, la primera consistía en realizar actividad física, calentamiento y algunas actividades dinámicas; la segunda parte del encuentro se centraría en la planeación de la celebración del día de las madres que tendría lugar el domingo 26 de mayo. Posteriormente me invitaron a presentarme frente a todos, esa indicación fue una sorpresa, en ese momento tenía apenas 16 años y era muy tímida, casi no me gustaba hablar y no estaba acostumbrada a dirigirme a tantas personas, sentía que no tenía la experiencia suficiente para hablarles, aun con ese miedo logré presentarme y me recibieron con calidez, tanto los fundadores

como las personas mayores asistentes en ese momento. Ese primer acercamiento llamo mucho mi atención, fue emocionante y motivador, me gusto tanto el recibimiento como la labor que realizaban. Posteriormente, realizaron la primer parte de la actividad, actividades físicas en las que me integraron, al finalizar este punto comenzaron con la organización de la celebración del día de las madres, ensayaron una obra de teatro entre el equipo de trabajo y las personas mayores, una obra dedicada para las personas mayores dela fundación que son mamás, también para cada una de las madres del equipo de la fundación, una presentación que buscaba agradecerles por todo el esfuerzo y amor que como madres nos brindan. Una vez acordado todo con las personas mayores, se dio por finalizada la actividad y quedo presente solo el equipo de trabajo, me invitaron a quedarme y me pidieron que los acompañara en la celebración y apoyar en la actividad, les comenté que me gustaría, quedamos de vernos al siguiente día para el evento.

Ese domingo llegamos a decorar el salón, adecuar la escenografía, ubicar sillas, comenzaron a llegar todas las personas mayores, pasaron por un pasillo de honor conformado por todos los integrantes de la fundación, bailarines de la agrupación ZIUR, una vez ingresaron todos los asistentes se dio inicio al evento se realizaron diversas presentaciones y se me asigna una tarea de grabar y tomar fotos del evento mientras el equipo base se encontraba participando en la obra de teatro, el evento termino sin ninguna complicación, todos los asistentes salimos felices con todo lo que se realizó y yo salí contenta de haber participado esos días de las actividades y de ese evento que despertó aún más mi interés por continuar en ese proceso que se realizaba en el barrio, hable con los fundadores y les comente que me gustaría continuar participando en los encuentros, también que me gustaría más adelante poder ser parte del equipo

de la Fundación Otoños Dorados tendría toda la disposición para aprender en el proceso y que les apoyaría en lo que necesitaran.

Todo este trabajo me cautivo y decidí continuar, cada sábado asistía a las actividades sin falta y sobre todo dispuesta a aprender demasiado y en cada actividad aprendía algo nuevo, por parte de los fundadores, aprendí que todo lo que hiciera debía sin importar que tan pequeño parezca debo poner amor y dedicación en todo lo que haga, debo soñar en grande y sobre todo estar siempre para quien lo necesite y de las personas mayores aprendí que no importa lo difícil que pueda ser la vida a veces, siempre existe un mañana y será mejor, siempre tener una sonrisa, vivir cada día con tanto gozo y bromear sobre la vida y los malos ratos, porque a veces solo son eso, malos momentos, no malas vidas. Todo esto lo aprendí en el proceso, fue la mejor decisión que pude haber tomado aquel sábado, acudir a esa invitación a conocer la fundación hizo que 2019 fuera especial, me enseñó una faceta de mí que no conocía y esa decisión también generó cambios en lo que sería mi vida.

Momentos que hacen la diferencia encuentros que fortalecen a la organización y los lazos de amistad.

Como en todo proceso existen acciones que enmarcan una diferencia y Otoños Dorados no era la excepción, después de las actividades de los sábados, solíamos quedarnos en el salón comunal, entre esos encuentros surge una de las tradiciones más lindas de la fundación, cada vez que terminábamos una actividad con las personas mayores y había recursos, nos reuníamos en el salón comunal y los fundadores llevaban un pollo asado para compartir, era un espacio clave donde hablábamos sobre, historias, chismes, risas en medio de nuestras conversaciones y también aprovechábamos para hablar de cómo había salido la jornada del sábado, destacar los

fallos o aciertos de la actividad y el planear como serían los próximos talleres. Eran conversaciones espontáneas, llenas de complicidad entre jóvenes a quienes nos unía y motivaba el deseo trabajar con personas mayores y participar en procesos sociales en el territorio, esos encuentros fortalecieron los lazos de amistad y conformaron un equipo de trabajo sólido y cercano.

Otras veces no podíamos quedarnos directamente en el salón comunal y debíamos dirigirnos a un asadero cercano que se encontraba en la parte comercial del barrio Libertadores, con el tiempo se convirtió en nuestro lugar de encuentro y reuniones, se volvió una de las tradiciones más bonita que tenía el equipo, porque a través de las conversaciones que teníamos sobre la vida, sobre las actividades realizadas y los sueños que teníamos a futuro, nos mostraron que no éramos simplemente un grupo de trabajo, no se trataba únicamente de vernos durante las actividades: si alguno del equipo necesitaba apoyo en algún aspecto personal éramos amigos construyendo un proyecto que, si bien nació de la iniciativa de los dos jóvenes fundadores, pronto se transformó en la motivación de todos los que decidimos sumarnos al proceso. Ese lazo profundo que nos unió se convirtió en una fuente de motivación constante, un compromiso colectivo que nos impulsó a seguir creando nuevas iniciativas y creciendo como organización. Para mí cada encuentro se sentía como un respiro necesario y un recordatorio de que no estaba sola, tenía grandes personas que estaban allí para acompañarme y sacarme del caos con cada salida, risa compartida y conversaciones honestas que llenaban algunos vacíos que en ese tiempo cubrían mi vida. Con el tiempo entendimos que fortalecer nuestros vínculos de amistad era también fortalecer los procesos. Estas experiencias marcaron la diferencia y dejaron huellas que aún perduran.

El horizonte que enmarca todo: misión, visión un camino hacia un futuro claro

Para inicios de marzo de 2020 los fundadores establecieron una reunión al finalizar actividad con las personas mayores, en la reunión del equipo abordaron un tema importante, nos relataron que llevaron a cabo el proceso de constitución legal de la Fundación Otoños Dorados, esto nos causó gran emoción a todos quienes en ese momento conformamos el equipo, pues la fundación ya estaría legalmente constituida y era un logro grande alcanzado gracias al esfuerzo y dedicación de los fundadores. Ese día nos compartieron a todos los presentes en la reunión cual era la misión y visión que habían planteado, esta recogía todo lo que han deseado plasmar en los procesos con las personas mayores destacando una proyección a largo plazo en pro del bienestar de las personas mayores.

Como misión plantean “contribuir, por medio y con apoyo de nuestro equipo de trabajo, a la recuperación del buen aprovechamiento del tiempo libre de la persona mayor, con apego a las políticas públicas vigentes y a los valores de respeto y colaboración para con el prójimo, fortaleciendo la continua integración de esta población a la sociedad como sujetos de derechos que, con su sabiduría, pueden ayudar a recuperar los valores perdidos en esta sociedad, haciendo que ellas y los demás disfruten sus Otoños Dorados”. (Fundación Otoños Dorados, 2020).

En este sentido la visión que plantea la organización es “para el año 2030 seremos una fundación con amplio reconocimiento a nivel local y distrital por nuestro constante aporte al buen aprovechamiento del tiempo libre de las personas mayores, con diversos trabajos artísticos, sociales y culturales. Aparte de la recuperación del respeto y la buena integración de esta población a la vida social, comunal y cultural, nos apoyaremos en los nuevos puntos de trabajo creados por medio de convenios o acuerdos con personas o entidades interesadas en apoyar este

trabajo social, para asegurarnos de que todos vivan sus Otoños Dorados”. (Fundación Otoños Dorados, 2020).

La misión y la visión planteadas por los fundadores, oriento el quehacer de la fundación Otoños Dorados frente a su actuar en el territorio a largo plazo. Desde su enfoque central la fundación se ha proyectado promover la vejez como una etapa valiosa de la vida, derribar estigmas asociados al envejecimiento, concientizando sobre el papel activo de las personas mayores como sujetos de derechos portadores de sabiduría. Desde sus inicios la fundación tuvo claridad sobre los objetivos que deseaba alcanzar, esto influyo en generar beneficios concretos para la población mayor del sector, entre los más relevantes destacan las actividades orientadas a ofrecer oportunidades de aprendizaje y recreación, así como la creación de espacios de integración que fortalecen el sentido de comunidad y promueven la participación de las personas mayores.

Los retos en medio de la pandemia

Como en todo proceso social, no solo ocurren cosas positivas, también aparecen obstáculos y dificultades que hacen que las organizaciones y sus procesos puedan terminarse, en este caso la fundación Otoños Dorados no fue la excepción. El 25 de marzo de 2020 se declara cuarentena total en Colombia, esto implico detener las actividades que realizábamos con los adultos mayores de forma presencial, ese año nuestra única interacción era por llamaba, el fin de esta iniciativa era mantener un vínculo cercano con las personas mayores de la fundación, conocer su estado de salud y brindar algunas orientaciones para el cuidado entorno al avance del virus, recordarles las medidas de cuidado y prevención del COVID-19, contactarnos con todas

las personas mayores era difícil, habían algunos que no contaban con teléfono celular o fijo para mantener la comunicación y al no tener una interacción quedábamos a la incertidumbre de como estaban en el tiempo que estuvo inactiva la fundación por la pandemia.

Durante el aislamiento por la pandemia, algunas personas mayores fallecieron, no precisamente por el COVID-19, fueron diversas las causas de sus muertes, el problema de que esto ocurriera en medio de una pandemia influyó en que no pudimos estar presentes para despedirnos o acompañar a sus familias en ese duro proceso. Es difícil cuando esto pasa, porque la fundación no era solo un grupo más, con el paso del tiempo se consolidó también como una familia, que brinda apoyo, compañía y comprensión tanto para las personas mayores como para los jóvenes que acompañábamos el proceso, en ese sentido las muertes de las personas mayores nos terminaron afectando a todos y cuando suceden nos muestran la parte más dura de trabajar con personas mayores, la muerte de algunos de los adultos mayores siempre será lo más duro del proceso, porque con el paso del tiempo la fundación no se consolidó solo como un grupo, se convirtió en una familia, un lugar de goce y encuentro para las personas mayores y los jóvenes; en ese sentido con el paso del tiempo se formó un vínculo muy grande entre todos y el deceso de las personas mayores siempre será lo más difícil de esta labor y fue duro pensar en cómo serían las cosas cuando retomáramos actividades y ya no estuvieran hay, no sería nada fácil ver las sillas vacías que en su momento fueron ocupadas con sus sonrisas, historias y su maravilla presencia.

Pasados unos meses se finaliza la cuarentena obligatoria en todo el país y ya para el periodo 2020-2 retomamos las actividades con todos los cuidados de distanciamiento y demás

medidas por el tema del COVID-19. Fue un año difícil, pero estábamos felices de volver a encontrarnos con el grupo, poder retomar con las actividades y compartir de nuevo los sábados con nuestros adultos mayores. Para retornar tuvimos que adaptarnos a todas las medidas de cuidado y prevención, así logramos continuar con el proceso.

La reconfiguración del equipo y el surgimiento de nuevos liderazgos.

La pandemia no fue el único desafío que enfrentamos, en 2021 a mitad de año, llegó uno de los cambios más grandes, los fundadores ya no podían contar con la misma disponibilidad de tiempo como en años anteriores, porque se sumaron a sus vidas otras responsabilidades, tuvieron que buscar trabajos para apoyar económicamente en sus hogares, lo cual influyó en que ya no podían asistir a dirigir las actividades debido a que los sábados terminaron incluidos en sus horarios laborales. Para no frenar de nuevo el proceso, los fundadores tomaron la decisión de encargarme por un periodo de tiempo el dirigir las actividades en la fundación, ya contaba con dos años haciendo parte del equipo y mi crecimiento personal era notable y se veía reflejado en ese voto de confianza que depositaron en mí, el designio de aquella responsabilidad fue para mí muy importante, mi amor y compromiso con la fundación había sido reconocido. Durante ese periodo estuve al frente de la dirección del grupo; cualquier duda, inquietud o propuesta que surgía la comunicaba con ellos, pero la responsabilidad del desarrollo de las actividades recaía en mí, esa experiencia marcó un punto importante: ellos comenzaron a ver en mí la capacidad y la responsabilidad para asumir también la dirección del proceso.

Al dirigir sola, se convirtió en un reto gigante, era entender que no contario con el acompañamiento de los fundadores quienes siempre lideraban las actividades, pero asumí ese

reto de la mejor manera, esa experiencia me formo aún más, identifique fortalezas de mí que no notaba antes, como lo buena que era para dirigir y lo atenta que podía ser con cada uno de los participantes del grupo. Más adelante los chicos lograron reorganizar sus tiempos y resolver las dificultades personales que enfrentaban, volvimos a liderar los 3 talleres con normalidad ya apoyándonos conjuntamente en cada idea innovadora que fortaleciera aún más el proceso.

Nuevos retos, el momento de descubrir mi propósito

Posteriormente surge en mí una motivación de querer hacer más, poder tener bases más sólidas, para aportar lo mejor al grupo de personas mayores, esta inspiración surge de ese amor tan grande y lo agradecida que me encontraba con el proceso porque me estaba moldeando para futuros escenarios profesionales. Comencé la búsqueda de carreras en la universidad para profesionalizarme y para ello me di a la tarea de indagar sobre profesiones que pudieran nutrir el camino recorrido, pero además me brindara elemento para seguir aportando en el proceso al que pertenecía. La indagación sobre profesiones que cumplieran con lo que quería me llevo a conocer que si existía una carrera que podría ampliar mi conocimiento y que se ajustaba a todo lo que me motivaba en ese momento de mi vida, después de mucho indagar me encontré que la carrera de trabajo social era la que más se aproximaba tanto a mis intereses como al trabajo que ya venía desarrollando, ante ello junto con mi familia nos dimos a la tarea de ver qué universidad ofrecía esta carrera para empezar mi proceso formativo. Eventualmente en 2021-2 logre inscribirme en la corporación la corporación universitaria Minuto de Dios, para estudiar el pregrado en trabajo social y comenzar mi formación profesional, esto era para mí un sueño hecho realidad, siempre había querido ir a la universidad y convertirme en profesional, cuando termine el colegio me presente en dos universidades para estudiar la carrera de licenciatura en español y lenguas castellanas, era el interés que tenía en ese momento, pero por cosas de la vida no pase a

ninguna, eso no me detuvo y termine encontrando mi verdadera vocación por el trabajo social. Al comenzar con mi formación académica fui aprendiendo más sobre la carrera, adquirir esos saberes teóricos me ayudó mucho a comprender la realidad y fui aprendiendo y tomando más seguridad en lo que decía y en lo que hacía, estaba dispuesta a aprender y poder implementar todo eso con las personas mayores de la fundación.

Retomando el proceso con la fundación no todo continuó estando bien, en 2022 uno de los fundadores Wilson Plazas también tuvo que dejar su cargo, por cuestiones laborales, su trabajo no le permitía asistir los sábados a las actividades y ya no podía realizar las funciones que tenía en la organización, entre las cuales se encontraban el tema fotográfico, dirección logística y demás. Entorno a esto los fundadores tuvieron una reunión en la que discutieron que se haría en adelante, Wilson le pide a Maicol que, aunque el ya no esté en la fundación quisiera que quien ocupara su cargo en la fundación fuera yo, pues en esos años trabajando juntos se formó una buena amistad y compartíamos intereses similares, éramos un buen equipo y me instruyó bien como llevar a cabo algunas de sus tareas, entre esas el tema fotográfico y realizar actividades artísticas para los talleres con los adultos mayores. Posterior a esa reunión me ofrecieron asumir el cargo que tenía Wilson en ese momento, esa decisión me tomo por sorpresa pues uno de mis amigos ya no continuaría en la fundación y haría tanta falta, no solo para el equipo, también para los adultos mayores y por el otro lado la oferta de ocupar un puesto como de Wilson era adquirir mayor responsabilidad, también era motivación y nuevamente un reflejo de que mi amor y dedicación termino teniendo un reconocimiento tan grande como el de ocupar un cargo que previamente solo lo había tenido uno de sus fundadores y como en todo proceso no es fácil dejarlo para cualquiera, tiene que haber todo un proceso para poder conseguirlo. Con todo el

gusto del mundo acepté y agradecí la oportunidad tan grande que me brindaban una vez más, claro ahora con mayores responsabilidades siendo la coordinadora general con tareas clave todo el tema audiovisual, la toma de decisiones importantes para la organización, manejo de las redes y dirección logística.

Los siguientes años seguimos dando lo mejor de nosotros para nutrir aún más la organización, una de las acciones que nos demostró que todo lo que se estaba ejecutando iba por buen camino y que lo estábamos haciendo bien, se vio reflejado a través de una alianza que la fundación estableció con el colegio distrital Juana Escobar, para que chicos de grado 9° realizaran su servicio social con Otoños Dorados. Con esta alianza llegaron alrededor de 15 jóvenes a cumplir con sus horas sociales, duraron alrededor 6 meses realizando su servicio social y una vez finalizaron y fueron certificados como aprobados, agradecían por el espacio donde aprendieron mucho pero ya no continuarían en el proceso por decisión propia, eso paso con algunos, pero hubo un grupo de 6 chicos que decidieron quedarse porque les había gustado toda la dinámica de la fundación y decidieron continuar, gracias a su compromiso y dedicación los llevo a ser parte del equipo base ya ocupando cargos clave desde las coordinaciones de la fundación y haciendo que su presencia en el proceso traigan un plus distinto al equipo, han brindado alegría a cada una de las actividades y también al trabajo con las personas mayores y consolidando un equipo base de 13 jóvenes.

Primeras motivaciones para la creación del proyecto y su formulación en la práctica profesional

Tomar la decisión de estudiar la carrera de trabajo social es como abrir una puerta de saberes, una vez cruzas esa puerta no hay marcha atrás, recuerdo cuando me inscribí, lo que

pensaba era que podría cambiar el mundo y solucionar todos los problemas sociales, pero a medida que avanzaba y comprendía la dimensión de lo que era el trabajo social esa visión cambiaba y es que la formación académica nos muestra con otros ojos la realidad en la que vivimos. Al ir adquiriendo todos estos saberes y al ir articulándolo con mi experiencia en la fundación fui formando una visión distinta, quizás no podemos cambiar el mundo entero, pero podemos brindar las herramientas para lograr esos cambios en cada una de las personas con quienes intervenimos y así realizamos los verdaderos cambios en sus mundos.

A medida que me iba formando, iba articulando esos saberes académicos con el proceso de la fundación, eso me permitió no limitarme a cumplir solo con las funciones básicas de mi cargo, sino que comencé a integrar lo aprendido en la universidad con mi trabajo con los adultos mayores para traer lo mejor al grupo e innovar los temas a tratar en las actividades. A la par, empecé a implementar mi pasión por el arte a través de actividades como origami, pintura y otras expresiones creativas, aunque esta pasión y saber sobre el tema surge de forma empírica, trataba de enseñarlo de la mejor forma y cuando lo realizaba resultaban de gran interés para los adultos mayores. Es así que, tras cinco años haciendo parte de la fundación, era una persona completamente diferente a la niña tímida que inició en el grupo, era una persona que sabía cómo liderar, qué actividades proponer y cómo dirigir las, esto me permitió brindar nuevas ideas que ampliaban la gama de actividades en la fundación.

Con el paso del tiempo no solo fui creciendo personalmente, también fortalecí mucho el vínculo con las personas mayores de la fundación, comencé a crear lazos más cercanos con algunas de ellas, ya no era solo “la profe que orientaba las actividades”, también me

consideraban, una persona en la que podían confiar y comencé a anotarlos al final de las actividades, algunas de las señoras se acercaban a conversar sobre sus vidas, me invitaban a sus casas y expresaban lo valioso que era tener a alguien con quien hablar sin sentirse juzgadas. Cuando ellas se expresaban de esa forma, sentía que estaba haciendo las cosas bien, que mi amor y compromiso con la fundación se veía reflejado a través de la confianza que expresaban al contarme todo lo que era importante para ellas y que sentían no podían dialogar con otras personas.

Desde ese momento comenzó a cruzar por mi cabeza la idea de hacer algo que permitiera que todas las personas mayores de la fundación pudieran expresar todo lo que sentían y que reprimieron al no contar con una persona de confianza, alguien a quien contarle todo lo que pasaban sin que invaliden sus sentimientos y sin sentirse juzgados. La verdad encontrar personas que escuchen a otros sin juzgar es difícil y más cuando hablamos de temas tan importantes como los sentimientos o situaciones delicadas que requieren comprensión y acompañamiento en esos casos. Para muchas de las personas mayores esto ha sido así a lo largo de sus vidas y los ha llevado a ceder ante el silencio y aislarse exclusivamente en ser “funcionales para el mundo”, en asumir roles como cuidadores de sus padres o hermanos por temas de la edad o estados de salud, responsables de sus hijos, posteriormente cuidadores de sus nietos, asumir estos roles no es malo el problema real, recae en que se llevan a un extremo desgastante donde se dejan a un lado para estar a la completa disposición del otro, generando cargas emocionales no gestionadas. En ese sentido, comencé a preguntarme que podía hacer como podía trabajar para cambiar eso, por que veía en el territorio diversos grupos y fundaciones con un enfoque centrado en el envejecimiento activo, estos escenarios son fundamentales para el

desarrollo y bienestar de las personas mayores a través de las actividades multidisciplinarias que ofrece tanto el estado como las diferentes organizaciones en el territorio, el problema es que esta parte bonita del envejecimiento tiene una contraparte negativa y es que se convierte en un refugio para asilarse de sus problemas familiares y cargas personales, estos escenarios se convierten en un refugio para no gestionar en el momento lo que estaban sintiendo, aislarse de todas esas emociones negativas y se convierten en un escenario para rodearse de alegría y nuevas experiencias que son valiosas pero al no trabajar en su salud emocional todo ese represión de emociones negativas se convierte en una bolita de hilo que aumenta su tamaño a medida en que no se exterioriza ese sentir, haciendo que sea más llamativo realizar actividades dinámicas que participar en escenarios que buscan liberar esas cargas emocionales y en especial para las personas mayores no es tan fácil expresarse, en ese sentido mi pensar estaba en formular actividades llamativas que les permitieran expresar y liberar todo lo que han guardado en sus corazones y que cuenta liberar por la falta de espacios que le apuesten a ese tipo de iniciativas.

Un aspecto clave de mi personalidad es que cuando una idea viene a mi cabeza hago de todo para hacerla realidad, por lo tanto, comencé a planificar actividades que les permitiera compartir emociones y sentimientos negativos que pesaran en sus vidas y que no compartían con otros por miedo a ser juzgadas o a que invalidaran su sentir. Una vez definí algunas de las actividades que serían las mejores para abordar, las comente con algunas de las señoras con las que me reunía de vez en cuando y sabía que los ejercicios les ayudarían por lo que en otras ocasiones habíamos hablado, a ellas les gusto la idea de las actividades definimos que nos

encontraríamos un día en la semana, entonces destine tiempo para visitar a dos de ellas en sus casas y allí podríamos desarrollar todo desde la comodidad de sus hogares y siendo este un lugar cómodo y seguro para compartir sus historias en confianza.

Comenzaron los encuentros y las actividades consistían inicialmente en pintar mándalas y cuadros, yo les llevaba todos los materiales para trabajar y les indicaba que mientras realizaban el ejercicio podían contar aquello que sentían que no era tan fácil hablarlo en casa, bien sea algún problema desde sus hogares con un integrante de sus familias, todo lo que quisieran compartir estaría bien mientras se sintieran en confianza de compartirlo y les explicaba que esos ejercicios buscaban que logran exteriorizar todo lo que reprimían y que con el tiempo iba siendo más pesado cargar. Las actividades fueron bien recibidas y cumplieron con su propósito, mientras pintaban se concentraban en no salirse de las líneas, combinar bien los colores y su concentración les permitía compartir como se sentían, quejarse de lo que les pasaba, preguntarse en voz alta por qué les pasaba eso, quejarse del compartimiento de alguien hacia ellas, al liberarse de esa manera tan abierta reflejaba que la comodidad del espacio y el vínculo de confianza permitía se soltaran y se liberaran de todo eso, al finalizar las actividades ellas expresaban que no habían hablado de eso en mucho tiempo y que era agradable tener a alguien que las escuchara, también expresaban que les gustaban mucho esos espacios porque eran divertidos, les permitían aprender algo nuevo .Mi objetivo era ser esa persona que las escuchara sin problema, tenía claro que no estaba en mi aconsejar o brindar soluciones frente a lo que vivían, pero si acompañar, escuchar y recordarles que todo lo que habían hecho hasta ese punto de sus vidas estaba bien, trataba de recordarles que dedicarse tiempo para ellas era fundamental, salir y hacer las cosas que les gustan, darse el tiempo y cariño que también le brindan a otros y

que siempre trataran de sacar lo que sentían bien sea pintando, escribiendo o cocinando y que si en algún momento me necesitaran estaría allí para escucharlas y acompañarlas.

Es así, que las actividades lograron desarrollarse por un mes, yo iba a sus casas y llevaba todo lo que requeríamos, posteriormente por temas de tiempos dejaron de hacerse, los días acordados para reunirnos comenzaron a cruzarse con citas médicas, salidas u otros compromisos, comenzó a ser complejo concretar nuevos encuentros pues otros días se cruzaban con mis clases de la universidad y fue difícil retomar, quedaron en pausa y la iniciativa perdió fuerza, entonces continúe solo fortaleciendo las actividades de los sábados junto con el equipo, pero para ser honesta comenzaron a hacerme falta esos encuentros para mí, me hacía falta planear la actividad, indagar sobre otro tipo de ejercicios creativos que fueran liberadores, me gustaba estar haciendo una cosa tras otra y estar ocupada; cuando ya no pude hacerlo sentí un vacío en mí y descubrí que mi realidad no era tan distinta a ellas, yo también me aislaba en “el hacer algo” para no pensar en mis problemas y resulta que cuando ellas hacían los ejercicios también los hacía junto a ellas y al realizarlos trabajaba en todo lo que me pasaba y que tampoco podía contar entre mis intervenciones así fuera de forma discreta igual exteriorizaba lo que me pasaba, es así que cuando ya no pude hacer las actividades note que no solo era un ejercicio para ellas también lo fue para mí.

Los inicios de la práctica profesional, la configuración del proyecto

Continuando con mi proceso formativo en 2024 la universidad como uno de sus requisitos exigía realizar en séptimo semestre las prácticas profesionales, para esto comenzó con todo el proceso de inducción sobre la práctica profesional y la socialización de las modalidades

de práctica profesional, UNIMINUTO presentó diferentes opciones entre las que los estudiantes podían elegir según sus intereses y necesidades.

Entonces, al elegir sus intereses, según la Universidad, las prácticas profesionales están definida en el capítulo uno, Artículo 1 de los lineamientos institucionales como *“una actividad pedagógica y académica de carácter obligatorio, indispensable dentro del proceso formativo, que permite afianzar las competencias profesionales de los estudiantes mediante su inmersión en escenarios reales de intervención social. En este sentido, como lo expresa textualmente dicho artículo, las prácticas “están orientadas a desarrollar en el estudiante conciencia y competencias que le permitan acompañar la solución de diversas problemáticas de la sociedad de manera diferenciada y pertinente, partiendo de la convicción [...] que todo profesional, cualquiera que sea su disciplina, debe ser un promotor del Desarrollo Humano y Social”* (Corporación Universitaria Minuto de Dios, 2018, p. 3). Estos elementos enmarcan y direccionar el actuar profesional, es así que las prácticas profesionales posibilitan que el estudiante asuma un rol como futuro profesional, promoviendo el desarrollo humano y social en los distintos escenarios vinculados a la universidad, articulando el quehacer académico con el modelo educativo institucional.

Una vez culmine todo el proceso de formación debía, para iniciar las prácticas profesionales, elegir una de las opciones que la universidad presentaba para poder cumplir con el requisito académico clasificaciones ofertadas, entre las cuales se encontraban; el contrato de aprendizaje, convenio especial, vinculación laboral, semillero de investigación y emprendimiento, este último al leerlo llamo mi atención, me gustaba la idea de que una

modalidad permitiera el desarrollo de un proyecto empresarial o social independiente, con el acompañamiento del Centro Progresía EPE en aspectos como formulación, sostenibilidad y alianzas estratégicas, me sentí especialmente atraída por la clasificación de emprendimiento y pensé que este sería el escenario perfecto para sacar adelante esa idea de hacer actividades artísticas con los adultos mayores, pero ya desde un formato concreto y con el asesoramiento adecuado ya que me ofrecía la posibilidad de diseñar un proyecto social propio, eso me gustó mucho y porque esa clasificación permitía la gestación de proyectos transformadores.

La elección de esta modalidad implicaba una serie de requisitos, entre ellos la creación de un video de cinco minutos donde se narrará la idea principal del proyecto, la entrega solicitaba; nombre del proyecto, problemática identificada, población objeto, qué hacía que el proyecto fuera diferente a otros y hablar si ya estaba en marcha o hasta el momento solo era una idea. Al leer sobre lo que requería la entrega me puse en marcha a identificar cada uno de los parámetros del ejercicio, lo cual me permitió formalizar el proceso que venía construyendo de manera empírica, al momento de asignar un nombre para el proyecto me di a la tarea de buscar uno que expresara lo que quería lograr, es así que en la búsqueda aparece el nombre Meraki el cual proviene del griego y del turco (merak), y significa hacer algo con amor y creatividad, poniendo el alma en ello. Este nombre conecta perfecto con la esencia del proyecto y lo que quería lograr con él, es así que Meraki se convirtió en una conexión entre arte e historia, una forma creativa de relatar las vivencias y empoderando a las personas mayores permitiendo resignificar sus historias mediante expresiones como el teatro, la pintura y la fotografía, que otorgaban protagonismo a la narrativa de sus vidas. La problemática identificada en ese momento había sido la falta de proyectos en la fundación, que tocarán el tema de la resignificación de vivencias de las personas

mayores, la ausencia de espacios que le permitirán a la persona mayor tener protagonismo sobre las narrativas sus propias historias donde pudieran expresar todo lo que sentían y habían reprimido al no contar con esta clase de propuestas, lo que repercutía en que la persona mayor se aislara en participar en todo tipo de actividades para no pensar y gestionar sus emociones.

En ese momento también tenía claro que la población objeto sería la persona mayor participante en la fundación Otoños Dorados la cual para ese momento estaba compuesta por 43 mujeres y 5 hombres, residentes de los barrios República de Canadá, Juan Rey, La Belleza, Santa Rita, San Rafael y Libertadores. Estas personas se encuentran en un rango de edad entre los 60 y 90 años, con niveles educativos que van desde la primaria básica hasta formación profesional, y pertenecen a los estratos socioeconómicos 2 y 3.

Una vez tuve claridad sobre lo que quería realizar, elaboré el video de cinco minutos, en el que expuse los alcances que deseaba lograr con el proyecto. Este debía ser enviado a la profesora Angélica Ayala, quien, tras revisarlo, enviaría un memorando donde se informaba si la propuesta era aceptada y de ser así, se designaba al profesor que sería el tutor de prácticas en emprendimiento y a otro docente desde el programa de Ciencias Humanas y Sociales, para así tener el acompañamiento de dos tutores que acompañarían y guiarían el proceso de las practicas.

Previamente a enviar el video, el viernes 17 de julio de 2024 recibí un correo que contenía el memorando de aprobación por parte de la profesora Angélica Ayala, al recibir este mensaje significaba que mi propuesta del proyecto Meraki había sido aceptada y podría iniciar mi práctica profesional en la modalidad de emprendimiento. Previamente a través del correo

también se me notifico la asignación del tutor de la facultad, quien sería el profesor Carlos Ulises Moraga es así que ya podía iniciar mi proceso de prácticas profesionales una acompañada de mis tutores. Al iniciar con todo el proceso de las prácticas estaba en séptimo semestre, en el transcurso de la semana me reunía de forma virtual con mis tutores, los cuales me brindaban las herramientas para formular el proyecto, desde ese momento, dejó de ser solo una idea suelta para convertirse en una propuesta estructurada, con objetivos y lineamientos claros.

El acompañamiento por parte de los docentes fue clave, me inspiró a sacar adelante el proyecto y me dediqué por completo a que se hiciera realidad, cuando estábamos próximos a terminar semestre tuve que dirigirme a calle 80 para exponer mi proyecto para que fuera evaluado por 3 profes que decidirían si pasaba para continuar el siguiente semestre con la práctica dos. La presentación se realizó el 29 de noviembre 2024 en Centro Progresía EPE y fue evaluada por un jurado de la sede del centro de emprendimiento y por los dos tutores de la práctica, realice la presentación del proyecto Meraki, exponiendo los objetivos y todo lo que quería lograr con su implementación en la fundación Otoños Dorados, destaque lo que hacía que Meraki fuera especial y lo importante que sería para mí que se convirtiera en una realidad, había creado una presentación que plasmaba todo el proceso de la formulación del proyecto pero aun teniendo toda la información a la mano, me sentía muy nerviosa, tenía miedo de que no pasara o que los nervios logaran apoderarse de mí y quedara en blanco sin saber que decir o que responder frente a las preguntas que los asistentes me hicieran sobre el tema, pero tenía claro que podía lograrlo aun con el temor que sentía, porque mis ganas de hacer realidad ese sueño de desarrollar el proyecto era más grande que mis temores y esa fuerza y seguridad permitió que ese día todo saliera bien, me felicitaron por el proyecto, me brindaron sugerencias para mejorar

algunos aspectos del trabajo escrito, pero que todo estaba bien, era un proyecto innovador y con un objetivo valioso, me deseaban que para el siguiente semestre en la puesta en marcha de la práctica profesional dos me fuera bien con el proyecto y todo saliera como había sido establecido en la formulación, la profesora Angelica expreso que en el transcurso de dos semanas llegaría a mi correo el memorando de aprobación para continuar con la práctica profesional dos que iniciaría para 2025, termino la presentación y salí de la sede, no podía de la felicidad, recuerdo tener una sonrisa que se desbordaba y anhelaba llegar a casa y contarle a mi familia que había pasado y que todo salió mejor de lo que esperaba, me hacía feliz saber que estaba haciendo las cosas bien y que mis sueños se estaban materializando, me sentí orgullosa de mí misma por haber seguido esa corazonada de hacer algo distinto a lo que venía realizando los años anteriores, por creer en mis habilidades y confiar en que podía sacar adelante la creación y materialización de mi primer proyecto social articulado con mi pasión por el arte y el trabajo comunitario.

Materialización del sueño, tejiendo el cambio

Paso el tiempo y llego 2025, este año ya debía poner en marcha todo lo que había planteado en el proyecto y cumplir con las fechas de las actividades, es aquí donde comienzan los desafíos más grandes hacer que todo salga como fue planeado, es el escenario donde la teoría y la práctica cocan cuando es implementada en un contexto real, desde la formulación todo parece encajar a la perfección y de no ser de tal forma vasta con unos pequeños ajustes para que funcione, pero en la puesta en marcha no es tan sencillo en el escenario de practica aparecen factores externos que retrasan el proceso, hace que las actividades no se realicen en los tiempos establecidos, que las actividades sean ajustadas o reformuladas e impiden todo se desarrolle sin ningún problema.

Retomando con las actividades en la fundación luego de unos meses de descanso, el 08 de febrero tuvimos nuestra primera actividad del año con el grupo de persona mayor de Otoños Dorados, ese primer encuentro tuvo la finalidad de dar información a los asistentes en lo que consistirían las actividades del año. Para ese primer encuentro sería la primera vez en que contextualizaría a las personas mayores sobre el proyecto Meraki y las actividades que realizaría en la ejecución de este. Comencé a contarles lo que haríamos y el objetivo de las actividades, al mencionarlo veía varias reacciones tanto positivas como negativas, la verdad no veía mucho interés por parte de las personas mayores, esto debido a que sus mayores intereses se encuentran en la danza y la actividad física, ya que estas actividades llaman más su atención al ser las que realizan con mayor frecuencia, por consiguiente, están más familiarizados y llaman su atención más.

Es allí donde abordo uno de los primeros desafíos personales, comienzo a cuestionarme todo, me pregunto ¿estoy haciendo las cosas bien?, ¿estuvo bien haberme planteado este tipo de proyecto? o si solo debía hacer lo que ellos ya saben hacer y que fuera más fácil. Ese primer encuentro no salió como esperaba, no todo el grupo de las 45 personas mayores respondieron de forma positiva. En ese momento en verdad me sentí tan mal, recuerdo lo desanimada que salí del salón comunal, me invadió el miedo, me aterraba la idea de equivocarme porque este proyecto era importante para mí, y no quería fallar y sentir que no pude sacarlo adelante, toma aire y me dirigí a casa para distraerme y no pensar en eso, quizás en un momento de tranquilidad podría pensar bien que iba hacer.

Los siguientes sábado 22 de febrero tuvimos actividad normal en la fundación, junto con mi compañero solo hicimos actividades físicas para el grupo, en eso consistió la actividad del día, al finalizar la jornada a las 3 de tarde todos los adultos mayores se despidieron, en ese momento del cierre se acercó a mi doña Martica Valbuena, con ella tengo una amistad muy linda y siempre hablamos de todo un poco, aproveche el espacio y le pregunte si ella quisiera hacer las actividades que les había mencionado en nuestro primer encuentro, ella dijo que no era lo suyo pero que si le gustaría intentarlo y ayudarme también para mi trabajo de la universidad, le agradecí su apoyo y le dije si podríamos realizar las actividades desde su casa, a lo cual ella acepto con todo gusto, acordamos para vernos el lunes 17 de febrero a las 2:30 pm, recuerdo lo emocionada que salí del salón comunal, me sentía tan feliz que al menos una persona estuviera interesada en el proyecto y que esta nueva implementación me permitiera retomar esas actividades desde casa pero ahora con objetivos claros. Según el día que acordamos se dio nuestro encuentro, en esa primera reunión hablamos sobre qué se haría en los talleres, también compartimos un rato para hablar de todo un poco como en otras ocasiones y al finalizar quedamos en tener un nuevo encuentro.

El siguiente lunes 24 de febrero, me dirigí a nuestro encuentro con todos los materiales para trabajar sin problema, ella me recibió en el horario que quedamos y me comento que le había extendido la invitación a otra señora que también es parte de Otoños Dorados, a quien también le llamo la atención las actividades, pasado un rato llegó a nuestro encuentro doña Martha Páez, en ese momento me sentí feliz de que alguien más se uniera al proceso, para ese día realizamos una actividad que tenía por nombre “*me reconozco*”, la cual consistía en que sobre una hoja blanca dibujarían su rostro, para realizarlo yo iba haciendo el ejercicio con ellas

explicándoles como dibujar cada facción de su rostro. Todo salió muy bien sus trabajos quedaron muy bonitos, posteriormente los pintamos. El siguiente paso era escribir en la hoja aquello de lo que se encontraban agradecidas, cuando finalizamos el taller, me quede observando como ellas veían sus dibujos con admiración, sus rostros expresaban una alegría de saber que esa ilustración había sido creación suya, posteriormente me expresaron que nunca habían realizado una actividad como esa, no se habían dibujado, ni tomado el tiempo para pensar en lo que agradecían en sus vidas, era algo nuevo realizar ese ejercicio. Finalizamos me agradecieron por el taller, lo mucho que aprendieron, expresaron lo felices que estaban con los resultados de sus retratos, finalizamos nuestro encuentro con el compromiso de verlos la siguiente semana.

El siguiente lunes nos reunimos y mi plan era que realizáramos una actividad recreando un momento de sus vidas en pintura, pero ellas tenían otros planes, me dijeron que el día estaba perfecto para hacer un recorrido por la zona para que conociera sobre los desafíos del transporte, las dificultades familiares y personales que enfrentaron en esos tiempos; todo con lo que lidiaron cuando los barrios como Libertadores bajo, Santa Rita y la Belleza apenas surgían.

Esa actividad fue una de las mejores experiencias, es verdad eso que dicen de que las mejores cosas son aquellas que pasan sin estar planeadas tiene toda razón, el recorrido permitió que compartieran historias de cómo fue vivir en el sector cuando apenas esos barrios estaban surgieron, en sus inicios comenzaron como invasiones, las personas llegaban se asentaban cerca a la quebrada, donde en esos tiempos no había agua más limpia que la que bajaba por esa quebrada llamada , en ella lavaban la ropa, jugaban los niños, tomaban agua para cocinar y demás, relataban el proceso de como poco a poco iban construyendo sus casas, iniciando desde

ceros y con esfuerzo y dedicación levantaban sus casas; para sus inicios no contaban con ningún servicio básico al no ser barrios aun constituidos, como era las cosas en el “cocinol” el cual consistía en la llegada de un carrotanque que traía gasolina, que en ese momento utilizaban para prender las estufas y cocinar, me contaban con gracia como para hacer las filas para comprar la gasolina, se armaba todo un caos todos se peleaban, se empujaban, se golpeaban en la cabeza con los galones y no respetaban la cuerda que ponían para respetar las filas, también de las dificultades del transporte al haber tan poco para esos momentos donde solo pasaban una que otra flota llamadas expreso sur oriente ycomo debían tomar este transporte para salir a trabajar haciendo el aseo en casas de familia, cuidando niños y aceptando todas las ofertas que llegaran a sus vidas, también resaltaban el rol clave que tuvieron las personas mayores en la conformación de los barrios que son en la actualidad, los procesos organizativos fueron clave para la conformación de los barrios, las juntas de acción comunal el establecimiento de los colegios de este sector. Aunque en el recorrido nos divertimos y recorrimos todos los lugares que pudimos, era claro que mucho de lo que me narraban ya no era similar a lo que ellas vivieron pues los barrios ahora estaban aún más conformados, ya las vías estaban arregladas, las quebradas ya no eran las mismas, se encontraban contaminadas por el alcantarillado, hubo desalojo de esas primeras viviendas de esos primeros asentamientos cerca a la quebrada por los riesgos de las crecientes, las personas que en sus inicios se habían asentado para vivir ahí fueron reubicadas algunos en lugares más lejanos, otros pudieron conseguir una casa en el mismo barrio

Lo mejor de esta actividad no fue solo el hecho de que sin estar planeada saliera tan bien y fuera mejor de lo que esperábamos, lo más increíble de ese día fue que, aunque las conocía de hace tiempo nunca había visto esa parte de ellas, tan felices y habladoras, conocí una faceta de

ellas que jamás imagine ver, dos mujeres luchadoras, emprendedoras con tantas historias que contar, en ese momento sentía tanta felicidad, sentí que ese proyecto que había creado, no había sido porque si, tenía una finalidad clara, resignificar las vivencias de cada uno de ellos y reconocer todo lo que han logrado a lo largo de sus vidas; una vez identifique lo bien que me sentía, reconocí que lo estaba haciendo bien, aunque el camino no era fácil podría paso a paso lograr lo que quería. La emoción que me invadió en ese momento es algo inexplicable, ese día pensé lo siguiente “si Dios puso esa idea en mi cabeza, es porque sabe que puedo lograrlo”, decidí no rendirme y ver que estrategias podría sacar para hacer lo que había planteado en un inicio con todo el grupo.

Con esa motivación clara decidí no rendirme y no solo hacer las actividades por cumplir académicamente sino cumplir con mi objetivo de brindar ese espacio de escucha para los adultos mayores. Me propuse realizar las actividades del proyecto Meraki con el grupo de la fundación en las actividades de los sábados, la primera actividad que implemente con ellos tenía por nombre “¿Quién soy?”, esta actividad se dividida en dos partes. En la primera, los participantes se observaban frente a un espejo y reconocían a la persona reflejada y pensaban en todo lo que le agradecían a quien veían en el reflejo, era un momento para reconocer todo lo que han hecho bien, los sacrificios, los retos y las experiencias vividas que los habían llevado hasta ese momento, fue un ejercicio catártico, aunque no a todos al inicio parecía gustarles, pero aun así lo hacían. Continuamos con la segunda parte, debían dibujarse en una hoja, yo les iba ayudando en lo que necesitaran, les iba guiando, aunque era algo difícil el asesorar a cada uno habiendo 44 participantes en la actividad.

En esta parte de dibujar es donde comienzan a aparecer unos imprevistos, porque algunos comenzaron a expresar que no sabían dibujar, que no les gustaba, o que preferían actividades más físicas como bailar o ejercitarse y parecía no tenían disposición para realizar el ejercicio, en ese punto me sentí agobiada por lo que decían, pero para no abandonar la dinámica, ofrecí alternativas: escribir aquello por lo que se sentían agradecidos o describirse a través de su nombre, edad, familia y gustos, estas alternativa terminaron siendo recibidas y comenzaron a escribir sobre eso, posteriormente me acercaba a sus mesas y a compartir mensajes de que ellos podían hacerlo que no era necesario sacar una copia exacta de sus rostros, lo que hicieran sería maravilloso porque es una creación única y con estilo maravilloso y exclusivo de ellos; también que son grandes artistas y deberían darse la oportunidad de mostrar esas habilidades que tienen, les recordé que todos somos artistas, que nadie puede juzgar lo que hacen, cada dibujo que hicieron es una obra auténtica y valiosa. De esta forma se logró la participación de todos, posteriormente me acercaba a cada una de sus mesas y elogiaba sus trabajos y veía la emoción con la que lo estaban haciendo la actividad, en ese momento me sentí tan feliz, por un instante sentí ganas de llorar porque vi que quienes al inicio se resistían comenzaron a participar y todos realizaron la actividad sin problema.

Una vez finalizada la actividad todos expresaron su agradecimiento por el ejercicio, se despidieron y dejaron sobre la mesa sus trabajos para recogerlos, revisar y analizar lo que habían plasmado sobre el papel. Una vez llegué a casa, me puse en la tarea de revisar, sus trabajos y fue para mí emocionante ver las ilustraciones que crearon, cada uno tiene un estilo único, tengo que resaltar lo talentosos que son al dibujar y todo lo que escribieron sobre quienes son. Tengo que ser honesta, llore cuando veía todo lo que hicieron, me dio tanto sentimiento conocer esa faceta

de sus vidas, que en estos 6 años trabajando con ellos, nunca imagine ver esa versión profunda y honesta de ellos que se vio reflejada en sus ilustraciones, no había podido conocer esto de ellos porque anteriormente no se habían realizado actividades reflexivas como esta, donde quedara plasmado ese sentimiento sobre si mismos. Al finalizar la revisión, me sentí orgullosa porque logré desarrollar la actividad con todo el grupo, me sentí feliz porque a la final no me rendí aun pese a las dificultades del inicio, las cuales me hicieron sentir un poco agobiada por trabajar sola en el desarrollo de las actividades, pero lo mejor fue ver que logré resolverlo y así poder cumplir con la puesta en marcha de la práctica profesional 2.

Una vez habiendo superado ese primer desafío, continúe con las actividades del proyecto, tanto los sábados con el grupo grande, como los lunes con el grupo pequeño, en el siguiente encuentro del lunes, las dos señoras con quienes realizaba los talleres me comentan que les habían hablado a sus amigas de otro grupo, lo que hacíamos en los talleres, que ellas se encontraban interesadas en hacer parte de las actividades, eso me emocionó mucho, saber que podrían integrarse al grupo nuevas personas, la cosa allí es que el espacio de la casa de doña Marta ya nos quedaría pequeño para todas, es así que comencé a plantearme hablar con la junta de acción comunal y ver si era posible que ahora me cedieran un espacio en la en la en el salón comunal los lunes en la tarde para realizar los talleres allí, para estar más cómodas si el grupo seguía creciendo. Esa semana hable con el presidente de la JAL, me explico todo el proceso para gestionar una carta, donde indicara que era una iniciativa sin ánimo de lucro, asociado a un proceso académico, que requería del espacio para realizar los talleres que serían por parte de una práctica profesional. Una vez terminada la carta había que esperar un tiempo para que fuera aprobado el espacio y ver si podríamos establecernos allí, pasadas unas semanas la junta había

aceptado y me cedieron el espacio los lunes de 2:30 a 4:00 pm, eso me causo tanta felicidad, había establecido un espacio fijo para los talleres para que otros que se interesaran pudieran integrarse a este grupo.

Al tener un lugar fijo y más amplio el sábado 15 de marzo aproveche la actividad con el grupo grande para extender la invitación para el lunes 17 de marzo para quienes quisieran asistir a los talleres de arte que se llevarían a cabo. Se llevo el día del encuentro, esa primera reunión era para concretar todo lo que trabajaríamos en los talleres asistieron 6 adultas mayores de la fundación y las dos adultas con las que ya venía trabajando. Al ver que llegaron más participantes me emocioné mucho, muy emocionada porque había más personas que se unían a este proceso, sentí que todo estaba fluyendo, terminamos la reunión y quedamos de vernos el siguiente lunes para iniciar con las actividades, pero mi felicidad duro poco el siguiente lunes volvieron solo a llegar las dos adultas mayores con quienes venía trabajando desde el inicio, aunque me encontraba desanimada sabía que debía continuar porque, aunque no se vincularan nuevas personas, existían dos de ellas que seguían creyendo en el proyecto.

Para los siguientes encuentros de los lunes se vincularon 2 adultas mayores quienes también pertenecen al grupo grande Otoños Dorados, ellas son doña Elsa y doña Lucila, el grupo creció y ahora contaba con 4 participantes, quienes se encontraban ansiosas por aprender sobre arte, no solo aumento el número de integrantes sino también mi apoyo en el proyecto, uno de mis compañeros de equipo de la fundación se sumó a las actividades de Meraki, me encontraba aún más apoyada para sacar adelante el proyecto.

La siguiente actividad clave la realizamos el lunes 07 de Abril, en este taller la idea era comenzar con la creación de dos cuadros que utilizarán una técnica diferente en lugar de tejer, pegaríamos la lana sobre un dibujo previamente plasmado sobre medio pliego de cartón paja y lo complementábamos también con pintura acrílica para dar mejores acabados, estas dos obras artísticas serían las actividades que trabajaríamos de ahora en adelante, el mensaje que lleva cada uno es el siguiente, la primera de ellas resalta el poder de la mujer al dar vida y su conexión con la naturaleza; el segundo cuadro resalta la importancia del amor propio y el empoderamiento sobre ser mujeres, no es un trabajo fácil, se requería de mucha paciencia, porque terminarlos nos llevaría tiempo, en el proceso de la creación de los cuadros, se unieron al grupo 2 adultas más doña Ligia y doña Teresita invitadas por las señoras Martas, ellas eran las que desde hace tiempo querían hacer parte del proceso pero por cuestiones personales no habían podido asistir anteriormente, para mí fue de un agrado inmenso porque ya eran 6 participantes, así poco a poco el grupo seguía creciendo, habiendo más participantes todas trabajaban en los cuadros, para el lunes 19 de Mayo dimos por terminados esos dos cuadros, al terminarlos estábamos felices porque no fue un proceso fácil, habían momentos en que la lana se despegaba, no quedaba como ellas querían, al ser un trabajo tan grande a veces parecía como si no avanzaran en lo que hacían, pero al final se vio reflejado el amor, el compromiso de cada una de ellas con las actividades, también quiero resaltar lo agradable que se volvió del espacio, no solo el terminar las actividades se convirtió en un espacio seguro para compartir historias, momentos divertidos que surgían en los encuentros, me sentía muy feliz de todo el proceso que estábamos llevando, lo más bonito de todo es que en estas obras quedo plasmado la creatividad de cada uno de ellas, pues cada una puso su toque a estas obras, en especial el cuadro que representa el poder de la mujer para dar

vida y su conexión con la naturaleza pues en este una parte de la ilustración, tiene raíces y cada raíz surge de una semilla que es la huella de cada una de las participantes, estos cuadros son la obra más hermosa que pudimos a ver creado, me sentía muy orgullosa de no rendirme y poder permitirme vivir esta experiencia tan maravilloso de aprendizajes en conjunto, pues ellas no eran la únicas que aprendían en el proceso, yo también estaba aprendiendo demasiado de cada una de ellas.

No todo podía ser tan bueno siempre aparecen nuevos retos y esta vez no fue la excepción, en Junio no pudimos reunirnos por que cayeron 3 lunes festivos y los otros dos lunes el salón no estuvo a disposición, aquí comenzaron las dificultades para encontrarnos, julio tampoco fue la excepción para este punto enfrentamos una dificultad grande, resulta que el salón comunal del barrio Libertadores entró en proceso de remodelación, lo que interrumpió nuestra alianza y nos dejó sin espacio durante aproximadamente dos meses. Esta situación generó un fuerte choque, ya que el grupo ya no era pequeño y no era viable trasladarnos a una casa, en ese momento volví a sentirme agobiada, a la par sentía frustración y temor de que el proceso se detuviera, porque aunque ya había culminado mis prácticas profesionales y había cumplido con todas las entregas, este proyecto era muy importante para mí y quería sacarlo adelante, tenía tantos planes para futuro que me asustaba la idea de no poder retomar con los talleres, y es que hacer esto inicialmente no estaba planeado de la manera en surgió, pero en lo que se convirtió termino siendo lo mejor, pues pintar y crear era tan personal para mí que nunca imagine pudiera enseñar, no tanto las diferentes técnicas artísticas si no más como el arte se puede convertir en un todo, lo grandioso de ese sentimiento de poder crear con las manos y que en mi caso, pintar se con convierte en mi lugar feliz, mi refugio de un mundo que muchas me hizo sentir que no podía

lograr nada y la herramienta más poderosa que pude conocer para expresar a través de diversas expresiones artísticas como me siento y todo un ejercicio catártico que me permite expresar todo lo que no puedo exteriorizar en palabras y es que no recuerdo un punto en mi vida en que la tristeza no se hubiera apoderado de mí, no sé qué sería de mi vida si el arte no se hubiera cruzado en mi camino porque a final de cuentas esa fue mi salvación , es así que lo que más deseaba era compartir ese aprendizaje con los adultos mayores, para que también fuera una herramienta que pudiera ayudarlos a liberar de todo lo que cargan en sus vidas y casi nunca hablan, por eso no quería perder lo que habíamos construido.

Teniendo esa motivación busqué distintas alternativas que nos permitieran retomar, en esa búsqueda, logré establecer una nueva alianza en el barrio República del Canadá, con la Casa Cultural Suroriente Luciana Moscoso, que nos abrió las puertas en la misma franja horaria de los lunes, de 2 a 4 de la tarde, es así que retomamos actividades el 28 de julio, iniciamos con un nuevo trabajo artístico con la elaboración de cuadros familiares mediante la técnica de pintura y la creación de flores en plastilina. Al grupo base me Meraki les gusto mucho el espacio de la casa cultural, es un lugar muy acogedor, a ese primer encuentro llego una de las adultas mayores que realiza actividades en la casa cultural, al ver la puerta abierta, decidió entrar por curiosidad, ya que normalmente sus talleres se realizan los miércoles y sábados, pero no en lunes, ella siguió y ya nos conocimos de otros encuentros que se realizaban la casa cultural y en los que había estado acompañando en otras ocasiones, le comente que es era un proyecto personal, le conté en qué consistía nuestra propuesta, y las mismas abuelas participantes le compartieron su experiencia, entonces doña Rebe se motivó a unirse a las actividades e invito a otra compañera residente del barrio, ampliando así más el grupo.

Más allá de la creación artística, estos espacios se convirtieron en escenarios de diálogo y memoria, proyectos como Meraki se vuelven necesarios, porque buscan abrir nuevamente esos espacios de diálogo y expresión, donde las personas mayores puedan compartir quiénes son, contar sus experiencias, y en ese acto, resignificar su memoria a través de espacios de diálogo en los que las historias de las adultas mayores se entrelazan, pues una anécdota las llevaba a recordar una etapa de su vida, otra intervenía reconociéndose en esa experiencia, y así se entretejían relatos que mostraban similitudes, luchas y trayectorias comunes. Estos encuentros no eran solo para cumplir con las actividades, sino espacios de acompañamiento y construcción colectiva, donde el arte servía como herramienta para empoderar a cada una de ellas, desde sus historias de vida.

Para mí, los lunes se convirtieron en mi lugar seguro y feliz, no había un día en que no quisiera asistir, salvo en ocasiones excepcionales cuando el espacio no estaba habilitado y no soy la única que se siente así, ellas también se emocionan por participar cada lunes en los talleres, me avisan si no pueden asistir, preguntan qué pueden adelantar desde casa y muestran un gran compromiso. Su motivación de participar me hace sentir que lo que estoy haciendo está bien, lo estoy haciendo muy bien, pues la fecha, lunes 04 de noviembre de 2025, puedo decir con orgullo que contamos con un grupo sólido de 9 adultas mayores participes del grupo Meraki y en este punto de la historia tengo una percepción completamente distinta a la que tenía cuando inicié, pues aunque no puede atraer a todo el grupo ocasionalmente llevo actividades que les permita reflexionar y agradecer todo lo que son y lo que hacen, estas actividades con el grupo grande de Otoños Dorados son más dinámicas y reflexivas al inicio de los encuentros para que ellos

también puedan realizar esos ejercicios catárticos que les permita liberar todo aquello que reprimen.

Me siento orgullosa de haberme atrevido a seleccionar la clasificación de emprendimiento, la cual me permitió que esa iniciativa que tuve en su momento como una idea suelta se materializara en un gran proyecto el cual atraído a mi vida grandes amistades, aprendizajes, fortalecimiento de mis habilidades, me siento tan orgullosa de no haberme rendido, porque de haberlo hecho me hubiera perdido del mejor momento de mi vida, igualmente me siento agradecida de cada una de las adultas mayores quienes me acompañan en todo este proceso, porque a final de cuentas esto hubiera quedado solo en el papel si ellas no hubiera sido participes del proyecto y no sería la persona que soy hoy en día.

CAPÍTULO II

Marco teórico conceptual

Eje 1: Las expresiones artísticas como vehículo para el diálogo, la memoria y el fortalecimiento de lazos comunitarios

Arte y Metodologías Creativas en la Intervención Social

Jean-Luc Nancy en su libro *el arte hoy* hace alusión a un aspecto que llama la atención “Hago referencia aquí implícitamente a una definición de Heidegger que dice que el mundo es una totalidad de "significatividades", es decir de posibilidades de sentido, no una totalidad de significaciones dadas, sino una totalidad de posibilidades de significación.” (Nancy, 2008, p. 23). Lo que retoma de Heidegger sobre el mundo y sus múltiples significados se puede asociar con el arte y las diferentes expresiones artísticas, depende de muchos factores que intervienen en como el sujeto entiende su realidad, como percibe el mundo e interioriza todo aquello que ve y como a través de las diversas formas de expresión exterioriza su mundo interior, el arte también se convierte en un constructor de pluralidades artísticas, construyendo un mundo de infinitas posibilidades, el arte no se encuentra sujeto a una definición universal, no es fácil etiquetarlo en algo en específico y el hacerlo termina limitándola y el hacer eso es desconocer su naturaleza libre.

Según Vílchez et al. (2018), “El Arte es la manifestación de la energía empleada por un creador artístico para expresar su visión del mundo” (p. 36). Desde esta perspectiva, el arte se convierte en una herramienta que permite exteriorizar la esencia de cada individuo y su particularidad de ver el mundo, porque no existen dos visiones exactas de algo, siempre van

existir factores internos y externos que moldean su visión de la realidad y al ser plasmado en una obra, vemos el reflejo de la perspectiva individual, la expresión artística se convierte en todo un proceso catártico que permite exteriorizar la interpretación de la realidad según el sujeto que la interpreta y de acuerdo a la emoción que exista que condicione esa percepción del mundo, termina siendo todo un acto liberador que permite crear sin límite ni ataduras.

Una vez comprendemos la versatilidad del arte podemos hablar de que no se encuentra ligado única y exclusivamente a una profesión, permite ser abordada desde distintos escenarios profesionales para intervenir frente a una realidad social. Existen diversas propuestas e investigaciones que anteceden al proyecto Meraki, iniciativas que se plantearon utilizar el arte como una herramienta de intervención social y que también decidieron trabajar con la población de personas mayores, identificando problemáticas y buscaron soluciones en iniciativas innovadoras, creativas y transformadoras.

Un ejemplo clave es monografía Aura Del Carmen Caliman ella resalta lo siguiente *“Enseñar a través del arte no se requieren conocimientos especializados en ningún campo del arte. Se trata de mirar los temas a tratar, con una mente creativa, buscando novedades en los contenidos a exponer.”* Esto que menciona en su texto es fundamental, no siempre necesitamos tener una certificación que diga que sabemos todo sobre el arte y que por ende somos “dignos de enseñar”, que es importante, claro que sí, pero no siempre se puede profesionalizar, o existimos quienes nos apasiona y adquirimos esos conocimientos de forma empírica, realizando así un proceso de aprendizaje único e independiente y el arte termina marcándonos tanto que surge esa noción de querer brindarle al otro esos aprendizajes para que también se exprese a través de sus

obras y deja una huella de quien es en mundo. En el caso de esta propuesta su enfoque y objetivos se encuentra en influir positivamente en la calidad de vida de los adultos mayores, implementando el arte como medio para fomentar la expresión, la creatividad y la integración social, esto es posible a través de actividades creativas diseñadas específicamente para las personas mayores, entre las cuales se encuentran diversas expresiones artísticas como talleres de pintura, música, danza o teatro.

Empoderamiento artístico

Augusto Boal, en su propuesta del Teatro del Oprimido, introduce la figura del “espectador”, un sujeto que deja de ser receptor pasivo para convertirse en protagonista de la acción teatral y de su propia historia. Para Boal, el teatro es un derecho de todos, una manifestación artística de emociones y situaciones cotidianas, una forma de expresar lo que se siente y de transformar la realidad. En este sentido, afirma: “La poética del oprimido es, esencialmente, la poética de la liberación: el espectador ya no delega poderes en los personajes ni para que piensen ni para que actúen en su lugar. El espectador se libera: ¡piensa y actúa por sí mismo! ¡Teatro es acción!” (Boal, 1974, p. 59). Este planteamiento resalta un elemento clave: el vínculo que se produce entre quien actúa y quien observa. El primero se libera de las cadenas que lo reprimían a través de la puesta en escena, exteriorizando aquello que había permanecido oculto; el segundo, al presenciar la representación, se ve reflejado en la experiencia narrada. Ese acto se convierte en un espejo que proyecta las realidades y conflictos que carga el espectador, y al identificarse con

el actor y su historia, toma acción para ejercer su propia liberación. De esta manera, el arte teatral se convierte en una herramienta transformadora, capaz de provocar reflexión y motivar la acción frente a la realidad vivida.

El teatro también se centra en empoderar a todos frente a la escenificación teatral, entendida no como una simple copia de la realidad, sino como un espacio de reflexión y transformación, cabe resaltar que el teatro nunca ha sido únicamente reproducir una obra literaria tal cual está escrita, más bien, según quien lo implemente, busca otorgar un enfoque distinto a partir de una obra base. De este modo, se genera un mensaje transformador, se resalta una idea clave o se reorganizan las experiencias inspiradas en la historia real, pero siempre con un matiz creativo y diferente. El teatro no se limita a repetir lo que ocurre, sino que procura construir una nueva narrativa, transmitir un mensaje y propiciar una transformación que depende de la apuesta artística de quien dirige, Asimismo, podemos resaltar el potencial del ejercicio teatral, como una herramienta liberadora que puede ir más allá del ámbito del teatro por su versatilidad, puede ser adaptada a cualquier otro campo cuyo enfoque esté en empoderar a los sujetos mediante la resignificación de sus realidades sociales.

El proyecto Meraki (actor), se convirtió en un escenario transformador, un espacio liberador que permitió que las personas mayores (espectadores), pasarán de ser simples receptoras a protagonistas que reconocieron el valor de sus propias historias, asumiendo un rol activo donde reconocen sus luchas, sacrificios y todos los esfuerzos que hicieron para formar sus hogares y sacar adelante a sus familias esto se ve reflejado a través de las diferentes expresiones artísticas que permitieron empoderarlas en un espacio de compartir así, el arte se convierte en un

espacio de liberación y empoderamiento, donde las personas mayores no solo narran sus vivencias, sino que las resignifican colectivamente, reafirmando su lugar como sujetos históricos del territorio.

Méndez Oliveros, (2020). En su artículo llamado Arte comunitario: un marco de referencia para la construcción de un modelo de gestión cultural comunitaria destaca lo siguiente: “...*aparecen aspectos fundamentales del ser humano como la corporalidad, los sentidos, la emoción, la sensibilidad, que le permiten reconocerse y reconocer al otro, en un acto comunicativo, que le motiva a conmovirse e interactuar, que posibilitan la apreciación de las bellezas tan subjetivas, la reflexión y el pensamiento crítico.*” (P.10). El arte comunitario activa dimensiones esenciales del ser humano: la corporalidad, los sentidos, la emoción y la sensibilidad, permiten que las personas se reconozcan a sí mismas y reconozcan al otro en un acto interactuar unos con otros. En este proceso, se abre la posibilidad de apreciar bellezas subjetivas, reflexionar críticamente y generar pensamiento transformador donde el arte no se limita, sino que genera procesos profundos de transformación individual y colectiva.

En este sentido, Meraki toma una apuesta por la sensibilidad y la emoción como motores de cambio, y al mismo tiempo se vincula con la tradición latinoamericana de redes y experiencias que han demostrado que el arte puede ser una herramienta de resistencia, memoria y construcción social. Así, Meraki se proyecta como una práctica que integra teoría y acción, aportando a la transformación cultural y social desde la creatividad y la participación colectiva.

Diálogo

Según Lince Campillo y Mejía Martínez (2008) *“En el diálogo el espíritu se encuentra implicado con lo otro de sí (realidad y los otros “yo”) lo que se dice y lo que se quiere decir, diálogo. Se trata de pensar desde el lenguaje como centro en que el espíritu del hombre y la realidad o ser se conjugan y se representan como en su unidad originaria. Entonces, el lenguaje adquiere un significado cognitivo y ontológico.”* De acuerdo con esta perspectiva, el diálogo es un puente de comunicación, de encuentro y conexión con el otro, pero solo es posible cuando al comunicarnos contamos con un buen receptor, así el puente tendría bases sólidas y no estaría construido de un solo lado, generando desconexión e invalidación del otro. Cuando existe esa conexión se abre un mundo de posibilidades para comprender como el otro percibe, siente y entiende el mundo. Contar con un espacio de dialogo es clave y fundamental, aunque muchas veces no ocurre así, cuando esto pasa se convierte en todo lo contrario, al no contar con quien conversar y exteriorizar como se sienten se transforma en algo negativo que cohibe y condiciona a la persona a reprimir como se siente, el problema es que con el paso del tiempo todas esas palabras reprimidas toman peso y se manifiestan en el cuerpo no de la mejor manera.

Es allí la importancia de fortalecer y formar procesos que permitan brindar espacios para todo tipo de poblaciones; niños, niñas, jóvenes, madres cabeza de hogar, cuidadores, adultos mayores, entre otras, resaltando el papel fundamental de estos espacios donde ellos puedan sentirse escuchados, acompañados y lo más importante reconocidos.

Memoria colectiva

Elizabeth Jelin (2002), *“la memoria tiene entonces un papel altamente significativo, como mecanismo cultural para fortalecer el sentido de pertenencia a grupos o comunidades. A menudo, especialmente en el caso de grupos oprimidos, silenciados y discriminados, la referencia a un pasado común permite construir sentimientos de autovaloración y mayor confianza en uno/a mismo/a y en el grupo”* (p. 10). Esta perspectiva es importante porque resalta el papel de la memoria como una herramienta de cohesión social, un puente entre el pasado y el presente que impulsa la transformación a partir del reconocimiento de las voces históricamente silenciadas. La memoria permite reconstruir, resignificar y reconocer al otro a través de sus narrativas, generando así autovaloración y empoderamiento del individuo mientras es acompañado en colectivo y es así como las memorias individuales se entrelazan formando memoria colectiva, tomando la memoria desde dos dimensiones complementarias; como huella y como relato. La huella es aquello que permanece inscrito en la experiencia individual, es la memoria latente, que habita en los cuerpos, en las emociones y en los gestos cotidianos, pero que aún no encuentra como ser expresado. En cambio, el relato implica un proceso activo de reconstrucción y resignificación: la huella se transforma en palabra compartida, en historia contada, en discurso que otorga sentido y que abre la posibilidad de reconocimiento mutuo.

En el proyecto Meraki, esto se vio reflejado con las mujeres participantes, inicialmente, ellas cargaban con la huella de sus vivencias, experiencias de exclusión, violencia o invisibilización que permanecían como marcas en sus cuerpos. Sin embargo, a través de los espacios artísticos y comunitarios, esas huellas comenzaron a transformarse en relatos, que permitieron compartir sus memorias, construyendo un tejido colectivo de historias.

Así, Meraki se convirtió en un espacio donde la memoria dejó de ser un registro pasivo para convertirse en relato activo y empoderador. Las memorias individuales se entrelazaron en una memoria colectiva que dignifica, que reconstruye comunidad y que devuelve a las mujeres su lugar como sujetas de la historia, capaces de transformar su presente y proyectar su futuro.

Según Halbwachs (citado en Manero Brito & Soto Martínez, 2005), *“la memoria colectiva se fundamenta en cuatro aspectos esenciales: posee un contenido social, puesto que el recuerdo siempre es un recuerdo con los otros; se apoya en marcos sociales de referencia, como los ritos, ceremonias o eventos que refuerzan los vínculos comunitarios; se construye a partir de recuerdos compartidos, que cobran sentido en la interacción y el reconocimiento mutuo; y se sostiene en el lenguaje y la comunicación, tanto externa como interna, con otros seres significativos”* (p. 182). Desde esta perspectiva es clave reconocer que la memoria colectiva surge a partir de experiencias e interacciones similares, al ser compartidas brindan reconocimiento mutuo y se entrelazan con las experiencias del otro integrando así lo individual y lo colectivo. La memoria colectiva se construye en contextos sociales, experiencias similares que permiten reconocer o compartir significados similares de algo, emociones ante sucesos sociales de los que pudieron ser partícipes y la identificación o reconocimiento de sus propias vidas y vivencias escuchadas a través de las voces de otros pero que permiten la identificación de ellos en esas historias.

En el proyecto Meraki, las dinámicas artísticas y los espacios de diálogo que las mujeres construyeron a través de los relatos compartidos se convirtieron en un tejido colectivo que no solo fortaleció la autovaloración de cada participante, sino que también generó confianza y pertenencia en el grupo. De este modo, Meraki muestra cómo la memoria individual cobra sentido en el marco social, las historias personales se transforman en relatos colectivos que dignifican, empoderan y reconstruyen comunidad. La memoria deja de ser un registro pasivo y se convierte en un proceso activo de transformación, sostenido por la interacción, el lenguaje y la fuerza de los vínculos comunitarios.

Eje 2: La creatividad artística como recurso de empoderamiento personal y colectivo.

Empoderamiento personal y colectivo

Según Silva y Martínez (2004), *“el empoderamiento implica un tipo de intervención comunitaria y de cambio social que se basa en las fortalezas, competencias y sistemas de apoyo social que promueven el cambio en las comunidades”*. (p. 29). Desde esta perspectiva, es clave resaltar la importancia de procesos sociales y colectivos, los cuales buscan generar un impacto positivo a través de espacios formativos que permitan a las comunidades o grupos adquirir nuevos conocimientos y habilidades. Para que pueda darse es necesario que todos los partícipes de la comunidad se encuentren motivados y acompañados, es aquí donde emerge el empoderamiento como resultado de estas iniciativas transformadoras, que permiten a los sujetos descubrir, crecer y transformarse desde los procesos colectivos y sociales.

Medina Londoño (2020) *“el empoderamiento, se hará y usará pensando precisamente en ese empoderamiento colectivo que me permite pensar en mí y en los demás, pensar en mi entorno, no solo en mi beneficio como individuo.”* Esto ocurre, porque los participantes se empoderan de estos procesos, ya no los perciben como ajenos a su ser, ahora los identifican como parte fundamental de sí mismos, tomando un sentido de pertenencia y liderazgo frente a los procesos sociales que llevan a cabo, generando un proceso de reconstrucción del tejido social. Desde esta perspectiva, podemos ver cómo el empoderamiento no solo busca la participación y el bienestar individual, además busca transformar a la comunidad en agentes de cambio que luchan por fortalecer los procesos sociales.

Eje 3: La oportunidad de realizar actividades artísticas que en otras etapas de sus vidas no pudieron vivenciar.

Envejecimiento

Según la *Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez (PPNEV) 2022-2031*, resalta lo siguiente: *“el envejecimiento no sólo comprende los inevitables efectos biológicos y fisiológicos ocasionados por los daños moleculares y celulares, sino la adaptación paulatina a nuevos roles y posiciones sociales, transiciones vitales y del propio crecimiento psicológico, con manifestaciones heterogéneas de una persona a otra”* (Ministerio de Salud y Protección Social, s. f.). Es fundamental, reconocer el envejecimiento como todo un proceso complejo que se manifiesta de distintas formas en la persona mayor, no solo se encuentra ligado a efectos biológicos y físicos; también se encuentran trasados por dimensiones sociales, culturales, políticas y socioemocionales que influyen en que no todos vivan el ciclo de la vejez desde el

mismo panorama. Es entonces a partir de esta etapa de la vejez donde los adultos mayores si se encuentran bien en la mayoría de las dimensiones previamente mencionadas, pueden disfrutar de la mejor etapa de la vejez y es allí en ese goce de esta etapa donde después de mucho tiempo pueden redescubrirse y desligarse de roles como cuando niños, tuvieron que comportarse como adultos, hacerse cargo de sus hermanos o asumir responsabilidades del hogar, estas experiencias los llevaron a vivir siempre en función de otros, ocupando constantemente en el lugar de cuidadores: primero de sus familias de origen, luego de sus propios hijos, y más adelante, de sus nietos o de otras personas cercanas, en ese tránsito, muchos aspectos de su identidad personal, sus deseos y su disfrute quedaron relegados hasta este punto de sus vidas.

Wood (2025) señala que *“la heterogeneidad en la vejez expresa tantas condiciones de vida materiales y simbólicas desiguales en las trayectorias de envejecimiento y vejez, a la vez que diversidad de construcciones identitarias, de posicionamientos de enunciación y de pertenencia que despliegan las propias personas mayores en sus trayectorias de vejez. Históricamente, y en su diversidad, distintas acciones colectivas impulsadas por las vejeces -e incluso en términos intergeneracionales- han cuestionado viejismos y estereotipos negativos al desplegar diversas prácticas de participación en el proceso social”*. (p. 8) En esta misma línea, la participación de las personas mayores en espacios como Otoños Dorado y Meraki constituye un ejemplo vivo de cómo las vejeces despliegan prácticas colectivas que cuestionan los viejismos y resignifican la identidad en la edad avanzada.

Estos proyectos, al promover la expresión artística, la memoria compartida y la construcción comunitaria, permiten que las personas mayores se reconozcan como sujetos activos de transformación social. Lejos de ser receptores pasivos de cuidado, quienes integran

estas iniciativas se posicionan como protagonistas de su propia trayectoria de envejecimiento, recuperando deseos, saberes y vínculos que habían quedado relegados por las responsabilidades asumidas en etapas anteriores de la vida. Así, la experiencia en Otoños Dorado y Meraki refleja la potencia emancipadora de la gerontología crítica decolonial, al situar la vejez en clave de diversidad, agencia y derecho.

CAPÍTULO III

Metodología de la sistematización, un reto que trajo los mejores aprendizajes

En octavo semestre vi la clase de sistematización de experiencia, me enseñó otra forma de investigar a partir de la propia práctica profesional, me llamó la atención el poder generar conocimiento desde la experiencia vivida, comprendí que es una herramienta fundamental, permite realizar un proceso de interpretación sobre la experiencia vivida, otorgando una perspectiva crítica al documentar el proceso a través de la experiencia y reflexionar sobre la misma reconociendo los desafíos, retos y aprendizajes que surgen en el proceso.

Para inicios de 2025 la universidad comenzó con la inducción sobre las opciones de grado para que los estudiantes conociéramos las ofertadas que brindaba, entre estas note que era posible elegir la sistematización de experiencias y es desde ese punto donde decidí apostar por esa opción para graduarme y como la oportunidad perfecta para plasmar mi experiencia con el proyecto Meraki y como este implemento el arte como una herramienta de intervención social, generando procesos de resignificación de la memoria de las personas mayores. Para ser aprobada tenía que hacer un anteproyecto en el cual se estableciera las bases de lo que quería lograr con la sistematización, este primer entregable estuvo guiado por el profesor Fernando Cardona, una vez terminado con los requisitos iniciales los cuales consistían en tener título llamativo, introducción, justificación, contextualización de la experiencia, preguntas de sistematización, objetivo general, objetivos específicos, marco institucional u organizacional, marco teórico-conceptual, enfoque y método de investigación y el cronograma de como distribuiría mi trabajo para la sistematización final.

Una vez termine el anteproyecto, debía enviarlo a la docente Diana Rodríguez quien recibía los trabajos y notificaba sobre si era aprobado o no el trabajo como opción de grado, posteriormente a la entrega el 3 de Julio llega a mi correo la notificación de que la propuesta había sido aprobada por los lectores, la sistematización había sido aprobada con ajustes y correcciones y para noveno semestre podría trabajar en el documento final de la sistematización como mi opción de grado. Para iniciar con la sistematización, se me asigno también un docente que acompañara todo el proceso, en este caso el profesor Fernando Cardona fue asignado a trabajar conmigo en esta sistematización, lo que implicaba este documento no podía llevar

cualquier cosa al ser un documento académico, no podía contener los mismos errores presentados en el anteproyecto, ahora debía cumplir con requisitos más amplios y contar con una narrativa coherente y una estructura a la altura de un documento de grado.

Para lograr esto fue clave comprender la sistematización desde lo que plantea Jara *“implica apropiarse críticamente de la experiencia para transformarla en fuente de conocimientos, aprendizajes y propuestas”* (Jara 2006). Partiendo de esta perspectiva y a partir de lo vivido en el campo de práctica con el desarrollo del proyecto Meraki, sistematizar no se trata simplemente de narrar lo ocurrido con lujo de detalles, sino tomar una postura crítica frente a la experiencia. Es todo un ejercicio que implica ver hacia atrás con otros ojos, permitiendo identificar retos, aprendizajes y destacar las transformaciones que emergieron durante el desarrollo del proceso y que no iban siendo reconocidos en su totalidad mientras se estaba inmersos en la experiencia.

La sistematización del proyecto Meraki se estructuró en cinco etapas metodológicas, lo que permitiendo la articulación entre el saber académico del Trabajo social con la experiencia vivida en el campo de práctica. Para establecer esta directriz, se toma la perspectiva de Alfonso Torres, quien resalta que la sistematización no es un proceso rígido que deba seguirse de manera estricta, sino que se adapta a la narrativa de quien decide sistematizar, tomando como referencia una serie de fases que orientan el proceso. En este caso, la sistematización se desarrolló en cinco fases que perdieron reconstruir la experiencia y realizar un análisis crítico de lo vivido. A continuación, se presenta el esquema que sintetiza las etapas, acciones y resultados esperados:

Fase	Acciones	Productos esperados
1. Punto de partida	- Describir: el contexto de la fundación, la población, rol del trabajo social.	Planteamiento claro del problema, propósito y preguntas orientadoras.

	- Formular preguntas de sistematización.	
2. Reconstrucción de la experiencia	- Relatar el proceso vivido en el Proyecto Meraki. - Organizar cronológicamente talleres, actividades artísticas, testimonios. - Usar materiales (fotos, escritos, memorias).	Narrativa ordenada del proceso (línea de tiempo)
3. Reflexión de fondo	- Analizar cómo se articuló el saber académico con el arte. Sustento teórico - Identificar tensiones, retos y aprendizajes. - Conectar con los ejes definidos.	Interpretación crítica que debe vincular teoría y práctica.
4. Conclusiones	- Definir aprendizajes personales y profesionales. - Señalar aportes del arte a la dignificación de las personas mayores. - Reconocer retos y potencialidades.	Conclusiones claras sobre logros, aprendizajes y límites.
5. Proyección hacia el futuro	- Plantear recomendaciones para otras experiencias de intervención social con arte. - Proponer cómo estos aprendizajes nutren el Trabajo Social.	Documento final con recomendaciones y proyecciones.

Estas etapas no fueron solo técnicas desconectadas de la realidad, permitieron retomar lo vivido desde nuevas perspectivas, evocar las emociones de la experiencia e identificar los aprendizajes tanto personales como colectivos del proceso. A continuación, se presentan los relatos que dan vida a cada fase, mostrando cómo el arte, la memoria y el Trabajo Social se entrelazaron en un proceso transformador para las personas mayores como para quien acompañó y dirigió la experiencia.

Punto de partida, la semilla de la sistematización

En este punto la sistematización ya contaba con un título clave “*Entre pinceles, palabras y memorias: Meraki, una oda a la vejez*”, se trata de un nombre poético que enmarca la potencia de este trabajo y la magia de las narrativas que aquí se exponen. El proceso de sistematización permitió revivir la experiencia desde una nueva mirada, ahora revelando los matices de la experiencia: los colores cálidos que representan los aciertos y momentos positivos, y los tonos oscuros que evocan los retos y dificultades, permitiendo tener un panorama amplio de lo vivido consolidando un trabajo único e inspirador, en el que cada logro y cada error se convirtió en fuente de aprendizaje.

Continuando con el desarrollo del trabajo, al iniciar con la contextualización de la experiencia vivida en el marco de la práctica profesional uno y dos, fue clave identificar que, para hablar de la experiencia desde el campo de práctica, también era clave situar al lector sobre el escenario donde se implementó el proyecto y la influencia que este espacio tuvo en mi formación a nivel personal y académica. Exponer parte de la trayectoria de la fundación Otoños Dorados, me permitió reconstruir parte de su historia, al hacerlo surgieron aprendizajes que antes no había contemplado, comprendí los esfuerzos y luchas de los fundadores para sacar su sueño adelante, siendo solo estudiantes, lograron seguir sus sueños y sacar adelante una apuesta tan significativa como trabajar con personas mayores, manteniéndola en el tiempo a pesar de los desafíos que enfrentaron.

Al escribir sobre ellos pude identificar algo clave, que en lo cotidianidad no había reconocido, su ejemplo y su perseverancia me inspiraron a seguir mis propios sueños, a no rendirme y a confiar en cada corazonada que tuviera pues esta me guiara a donde realmente

debía estar. Ese aprendizaje se fortaleció durante los seis años que compartí con ellos, en los que comprendí que la constancia y el compromiso son pilares para transformar realidades.

Parte de reconstruir la historia también estaba en recopilar fotos, videos y hacer reuniones con los fundadores para nutrir toda la contextualización, fue todo un ejercicio para recordar lo vivido, incluso aquello de lo que no fui parte, fue enriquecedor ver como los dos jóvenes se convirtieron en personas talentosas y líderes comunitarios, esa evolución resultó profundamente gratificante y reafirmó el valor de la sistematización como herramienta para dignificar procesos colectivos.

Aunque lo que aquí se narra puede parecer sencillo y fluido, la verdad no lo fue, la realidad fue distinta, al construir la historia descubrí un desafío enorme que retrasó el proceso de sistematización y es que escribir en realidad no es tan fácil como se cree, en el ejercicio de redactar, tiendo mucho a caer en errores gramaticales normalizados por la cotidianidad de las conversaciones, donde la expresión oral nos lleva replicar muletillas que volvemos habituales y a la hora de escribir donde en la inmediatez de un mensaje solemos acostumbrarnos a escribir con brevedad. El problema surge cuando debemos elaborar un documento académico, resulta complejo en ese caso es difícil desligarse de esos hábitos y adoptar un lenguaje más riguroso y estructurado. Otro de los puntos claves para el desarrollo de la sistematización fue precisar el qué, el por qué y el para qué de este ejercicio, estas preguntas permitieron delimitar lo que se quería lograr con el documento y facilitaron la definición de los alcances del trabajo, convirtiéndose más adelante en los objetivos que orientarían la sistematización.

Como objetivo general se estableció interpretar los aprendizajes personales y profesionales que emergieron durante el desarrollo del Proyecto Meraki, a partir de la articulación entre el saber académico en Trabajo Social y el arte como herramienta de intervención social en la Fundación Otoños Dorados. Este objetivo permitió delimitar el propósito de la sistematización, no solo abordar el proyecto y los desafíos teóricos que surgen en la práctica, con el choque entre lo teórico y la realidad, sino también para identificar el impacto que tuvo el proyecto tanto en la población participante como en quien la dirigió.

Reconstrucción de la experiencia, evocar viejas emociones para construir nuevos aprendizajes

Reconstruir esta trayectoria fue una experiencia enriquecedora, porque me permitió reconocer aprendizajes que adquirí al ver a Maicol y Wilson (los fundadores) en su actuar en la fundación, aprendí que todo lo que emprenda debe realizarse con amor y dedicación y que nunca se debe dejar de soñar en grande, aunque el camino parezca difícil; y que rendirse no es una opción cuando se desea con el corazón. También descubrí que de los fallos se aprende mucho más que de los aciertos, y que cada obstáculo abre nuevas posibilidades.

Otro de los aprendizajes invaluable provino de las personas mayores, de ellos aprendí que, aunque la vida presenté momentos difíciles, estos forman parte del proceso de vivir y son necesarios para crecer, pero es clave no olvidar que posterior a lo ocurrido, me enseñaron que siempre existe un mañana que nos permitirá continuar y lograr todo lo que se anhela; también que una herramienta para enfrentar la adversidad es una sonrisa, que los malos ratos no definen una mala vida, pues siempre es posible empezar de nuevo.

La sistematización me permitió reconocer habilidades que ya tenía, pero que en la práctica cotidiana había normalizado y este ejercicio me permitió identificar fortalezas, observar la transformación adquirida en el proceso y realizar un análisis profundo, pues antes de este trabajo de sistematizar no había realizado un ejercicio que me hiciera ver el panorama completo de todo que hice los últimos años y me permitió reconocer que lo que en su momento parecía caótico o sin solución se reveló como una oportunidad para desarrollar nuevas competencias.

Finalmente, la sistematización mostró que fallar es parte del proceso, no somos perfectos solo por ser estudiantes universitarios, ni siquiera cuando seamos profesionales lo seremos, pero es clave entender que la teoría no siempre se ajusta a la práctica y que cuando nos enfrentamos a las realidades de los escenarios, exige flexibilidad, apertura y disposición para aprender de los tropiezos. El error, lejos de ser un obstáculo, se convierte en una fuente de aprendizaje y crecimiento.

Resignificando la memoria: del silencio individual al diálogo colectivo.

El proyecto Meraki en sus inicios estaba diseñado para implementarse únicamente con el grupo de personas mayores de la Fundación Otoños Dorados. Su objetivo era poder trabajar la resignificación de la memoria a través de diversas expresiones artísticas, brindando un espacio que les permitiera a las personas mayores liberarse de todo lo que suelen reprimir. Las actividades buscaban ir más allá del enfoque de envejecimiento activo que se venía trabajando desde años anteriores, esta nueva iniciativa abrió la posibilidad de explorar nuevas formas de intervención social mediante el arte.

Como mencioné en el relato, la primera vez que compartí con el grupo base de la fundación las actividades no fueron recibidas con entusiasmo al principio. El tema artístico era percibido como una acción pasiva: pintar significaba “no estar haciendo algo productivo”, no faltaron expresiones como “haciendo eso nos vamos es a dormir” o “qué aburrido”, que en un inicio me desmotivaron al pensar que quizás había formulado mal el proyecto. Este fue el primer choque entre la teoría y la práctica: lo que en la formulación parecía perfecto, se enfrentaba a una realidad que me hacía dudar de mis decisiones. Sin embargo, este reto se convirtió en un aprendizaje clave, me permitió reconocer que no era una idea aislada o sin fundamento, sino una propuesta necesaria para abordar un problema real que merecía ser abordado. Es así como para la fundación se implementaron las siguientes actividades:

ACTIVIDAD	OBJETIVO	METODOLOGÍA / HERRAMIENTA
<p>Sábado 22/02/2025</p> <p>Actividad del espejo ¿Quién soy?</p>	<p>Fomentar el reconocimiento de las personas mayores, sobre su trayectoria de vida a través de la creación artística de sus retratos, fomentando su autoestima a través del reflejo simbólico.</p>	<p>Trabajo con espejos, frases afirmativas y taller de creación de retratos.</p>
<p>Fotografía de la memoria, narrativa de su trayectoria de vida</p>	<p>Activar recuerdos significativos y fortalecer la identidad colectiva</p> <p>Valorar la historia personal como fuente de sabiduría y dignidad</p>	<p>círculo de palabra</p> <p>Muestra de fotos antiguas, diálogo sobre recuerdos, creación de mural fotográfico</p>

Aprendizajes y conclusiones

Actividad ¿Quién soy?

Durante esta actividad varias de las personas mayores pusieron resistencia en el hacer el dibujo y la descripción de sí mismos, porque en ese momento se encontraban condicionados por etiquetas negativas que habían recibido a lo largo de su vida, estas actuaron como barreras que les impedían expresarse libremente a través del dibujo y la narrativa de sus propias historias. Sin embargo, con el avance de la dinámica, esta resistencia se transformó, pues los participantes que en sus inicios se resistían, en medio del ejercicio se motivaron al ver a sus compañeros realizando la actividad sin ningún problema, esto también se dio gracias a las reflexiones que les iba brindando en el ejercicio resaltando que todo lo que hicieran estaba bien, que no debían pensar que debían de sacar una obra perfecta y que solo el hecho de crear ya los convertía en artistas y que los únicos que podrían juzgar sus obras serían ellos mismos. Ese día cuando al culminar la actividad noté que los 44 participantes de la actividad habían realizado el ejercicio y que encontraron su propia forma de expresión, resalta la capacidad de cada persona para reapropiarse de su voz y que son un reflejo de historias que merecen ser contadas.

Al revisar el proceso de la actividad para la sistematización, reconocí que en ese momento había puesto en práctica una habilidad del trabajo social, que fui adquiriendo durante mi formación académica y, sin darme cuenta, la interioricé hasta el punto de implementarla de manera espontánea en el escenario con el grupo. Esta habilidad consistió en estar presente para las personas mayores, acompañarlas desde la escucha y la empatía, y motivarlas a reconocer sus talentos. Fue un ejercicio de presencia activa que buscó generar confianza y abrir un espacio

donde cada participante pudiera reafirmar su identidad, fue difícil al inicio, pero la actividad finalizó con éxito.

Posterior a finalizar la primera jornada, tuve que analizar cómo integrar todas las actividades que deseaba desarrollar con el grupo, de manera que fueran llamativas y generaran el interés de todos en participar sin contratiempos. Comprender esto fue clave, pues me permitió replantear algunas de las propuestas iniciales: no siempre podríamos trabajar desde la creación artística, y era necesario diversificar las metodologías para responder mejor a las motivaciones y necesidades de las personas mayores.

En este proceso se fortalecieron dos actividades fundamentales, centradas en el poder de las narrativas. A través de ellas, los adultos mayores pudieron empoderarse al reconocer la trayectoria de sus vidas y valorar lo que han hecho a lo largo del tiempo para convertirse en quienes son en la actualidad. Estas dinámicas se convirtieron en espacios de afirmación personal y colectiva, donde la memoria se resignificó como se había planteado en la formulación del proyecto.

Otro aprendizaje clave que surge a partir del análisis de la experiencia vivida va ligado a una pregunta clave ¿por qué actividades como la danza, la actividad física y los juegos eran las únicas que despertaban mayor interés en el grupo? La respuesta puede inferirse a partir de la identificación de que estas actividades llaman su atención principalmente porque les permiten

divertirse y disfrutar de un momento de esparcimiento. Al mismo tiempo, generan oportunidades para compartir intereses similares con otras personas mayores, fortaleciendo vínculos sociales y creando un ambiente seguro para participar.

Además, estas actividades ofrecen la posibilidad de desligarse de los papeles cotidianos que suelen ocupar, como las tareas del hogar o el cuidado de los nietos. En ese sentido, se convierten en espacios de libertad y recreación que contrastan con las responsabilidades diarias. También representan una forma de resistencia frente a las etiquetas sociales que muchas veces relegan a las personas mayores a un rol pasivo, mostrando que la vejez puede vivirse desde la participación, el disfrute y la construcción colectiva.

Fotografía de la memoria, narrativa de su trayectoria de vida

Las actividades posteriores fueron reformuladas para el compartir de historias mediante círculos de palabra, en donde la apertura para el compartir de historias iniciaba por preguntarles cuantos años llevaban viviendo en el territorio y esto los llevaba a traer en discusión momentos significativos de sus vivencias. Estos espacios de diálogo permitieron abordar la resignificación de las memorias desde una herramienta distinta: el poder de las narrativas y se promovió un espacio que no solo promovió la participación, sino que también dignificó la voz de cada persona mayor, reconociendo su papel como protagonistas de su propia historia y como actores sociales con capacidad de transformación.

El propósito central de esta actividad fue, valorar la historia personal como fuente de sabiduría y dignidad, empoderando a las personas mayores frente a sus narrativas, brindar un espacio de dialogo. La metodología utilizada fue el círculo de palabra, un espacio participativo que permitió a cada persona mayor compartir aspectos significativos de su recorrido de vida. La dinámica se convirtió en un momento de reconocimiento colectivo, donde las experiencias individuales se transformaron en memoria compartida. Al narrar sus trayectorias, los participantes no solo reafirmaron el valor de sus vivencias, sino que también se posicionaron como portadores de saberes que enriquecen al grupo.

El círculo de palabra favoreció la escucha activa, el respeto y la empatía, generando un ambiente de confianza que dignificó cada relato, formando un espacio seguro para compartir sus experiencias. Este ejercicio permitió comprender que la historia personal no es únicamente un recuerdo, sino también una herramienta de resistencia frente a los estigmas sociales que suelen invisibilizar a las personas mayores. Al compartir sus narrativas, se fortaleció la identidad y se reafirmó la importancia de reconocer la vejez como una etapa activa, llena de aprendizajes y aportes para la comunidad.

En esta actividad, las narrativas estuvieron acompañadas por fotografías de memorias significativas, estas imágenes permitieron ver a cada participante en distintas etapas de su vida, en experiencias que por obvias razones no compartimos directamente, pero que nos acercaron a ellos desde otra perspectiva, conocerlos a través de sus fotos y relatos fue una experiencia profundamente enriquecedora, que convirtió la actividad en una de las más bonitas y

motivadoras para todos. El ejercicio también permitió el fortalecimiento de los lazos dentro del grupo, al comprender los desafíos que cada persona ha tenido que transitar en su vida, así como los momentos divertidos que quedaron plasmados en la memoria colectiva. Algunas de las fotografías tomadas durante la actividad se integraron en un cuadro, donde se pegaron como símbolo de la unión entre historias individuales y trayectorias diversas, este mural fotográfico mostró cómo, a pesar de haber vivido en distintos lugares y contextos antes de llegar al barrio o a la fundación, la vida condujo sus caminos hacia un mismo espacio, se dio la oportunidad de conocerse, compartir y construir vínculos que hoy nos convierten en esa gran familia que es Otoños Dorados.

Uno de los aprendizajes que identifiqué a través del ejercicio de sistematizar esta actividad fue reconocer que aquel primer reto que me generó conflicto en un inicio terminó convirtiéndose en una motivación para transformar mi manera de actuar. Esa experiencia me llevó a implementar otra de las habilidades fundamentales que debe tener un trabajador social: la agilidad en los procesos. Esta capacidad de replantear o reformular una actividad o metodología según las necesidades del grupo, sin quedarse únicamente con la idea inicial, se trata de ajustar constantemente las dinámicas para garantizar el cumplimiento de los objetivos, entendiendo que el trabajo social exige flexibilidad y creatividad frente a los desafíos que surgen en la práctica.

Este proceso también se convirtió en un ejercicio de resistencia y reivindicación personal, recalco el no desfallecer frente a las dificultades, sino mantener la búsqueda constante de cumplir

con la meta trazada en el quehacer profesional. Finalmente, comprendí que este aprendizaje es aplicable a cualquier escenario del trabajo social, la agilidad para transformar y ajustar las actividades no solo fortalece la práctica profesional, sino que también dignifica la labor del trabajador social como alguien capaz de responder de manera creativa y eficiente ante las realidades cambiantes.

Cambiando paradigmas: de la actividad recreativa a la intervención social con arte

La primera convocatoria reunió a ocho personas del grupo Otoños Dorados, lo que me motivó al ver que las narrativas previas habían despertado interés en las actividades artísticas. Sin embargo, en las sesiones posteriores asistieron únicamente las dos señoras con quienes ya venía trabajando desde sus casas. Con ellas se desarrollaron actividades profundamente significativas, como la resignificación de sus memorias a través de la expresión artística, el reconocimiento de sus rasgos físicos y habilidades, y la grabación de sus trayectorias de vida. Esta última experiencia fue especialmente poderosa: en la intimidad de la casa de una de las participantes, ella pudo compartir aspectos de su historia que nunca había expresado ni siquiera con sus hijos. El ejercicio no tenía la intención de ser divulgado, sino de generar un espacio de diálogo y liberación. En ese contexto, se abrió la posibilidad de conocer más profundamente sus

recorridos vitales y de dignificar sus voces, mostrando cómo el arte y la narrativa pueden convertirse en herramientas de confianza, empoderamiento y transformación personal.

Fue entonces cuando decidí iniciar actividades netamente artísticas con dos de las personas mayores con quienes ya venía trabajando de manera más cercana. Este giro se convirtió en un punto de fortaleza al comprender que no siempre era posible implementar actividades artísticas dentro de la Fundación, surgió la idea de destinar un día distinto a los sábados para poder realizar los talleres sin contratiempos. Así nació la motivación de solicitar el salón comunal, lo que representó también un ejercicio de liderazgo y gestión autónoma, porque tuve que generar de forma independiente la alianza con la junta de acción comunal, para poder desarrollar los talleres de arte los lunes en la tarde, de 2 a 4 p.m.

Actividades realizadas grupo Meraki		
Actividad	Objetivo	Metodología / Herramienta
Creación de obras artísticas (acrílico + lana)	Empoderamiento femenino a través del arte colectivo fortaleció vínculos, promoviendo el amor propio y conexión con la naturaleza	Pintura acrílica en relieve, collage con lana, sobre
Retratos familiares en cartón y pintura	Reconocer luchas y sacrificios de las mujeres en la construcción de sus familias.	Dibujo y pintura de retratos a partir de fotografía

Es así como el grupo de arte Meraki nació como una respuesta frente a las limitaciones que encontré en la Fundación y la vinculación de las actividades los sábados, cuando las actividades

artísticas no pudieron sostenerse con el grupo grande. Esa decisión marcó el inicio de un espacio autónomo, que poco a poco se consolidó como una propuesta personal y como reflejo de mi identidad en formación como trabajadora social.

La alianza con el salón comunal, y posteriormente con la Casa Cultural Luciana Moscoso, mostró que era posible transformar las dificultades en oportunidades, tocando puertas y generando nuevas alternativas para que el arte siguiera siendo un camino de encuentro y resignificación.

La sistematización de todo este proceso me permitió reconocer que estaba haciendo las cosas bien, que era importante abrir un camino propio donde el arte pudiera dialogar con temas como el empoderamiento femenino y la resignificación de la memoria. El proyecto Meraki mostró que el arte es mucho más que recreación: es una herramienta de empoderamiento, memoria y agencia, surgió como una iniciativa autónoma que creció con la participación de mujeres mayores, y se consolidó como un reflejo de mi identidad profesional en construcción, capaz de integrar saberes académicos y empíricos, y de transformar las dificultades en oportunidades para la comunidad.

El lugar del trabajador social: entre la facilitación, la vulnerabilidad y el crecimiento.

Uno de los aprendizajes más significativos de este proceso fue reconocer mi rol en el proceso para las personas mayores de acompañar, escuchar y aprender junto con las participantes. Al reflexionar frente a la experiencia vivida, surgió una noción antes no contemplada, los talleres de arte no se convirtieron únicamente en un espacio para ellas, sino también para mí: cada historia compartida, cada relato de vida, me dejaba un aprendizaje que enriquecía mi práctica y me recordaba que el trabajo social es un camino de construcción colectiva, se volvió infaltable en mi semana, porque en medio de las actividades las personas mayores no eran las únicas que se liberaban de todo lo que no podían hablar en otros lados, también era un espacio de liberación para mí para expresar mucho de que me guardo.

Al momento de sistematizar los retos, frustraciones y miedos al fracaso, comencé a reconocer otro de los aprendizajes más importantes que me deja este ejercicio de análisis, el concepto de reflexividad me permitió mirar hacia adentro y comprender que mi experiencia personal también formaba parte del proceso. En ese ejercicio de introspección, identifiqué uno de los aprendizajes más grandes, aunque difícil de plasmar: haber enfrentado y superado los momentos depresivos que me han acompañado en los últimos años. Estos episodios surgieron a partir de la pandemia, cuando mi salud mental se vio profundamente afectada y en 2022 se identificó un cuadro depresivo que marcó mi vida. Desde entonces, he tenido que enfrentar grandes desafíos cada vez que aparece ese sentimiento. Soy una persona que disfruta conversar, involucrarse y dar lo mejor

de sí en cada espacio; sin embargo, cuando llegan esos momentos depresivos, todo cambia: me cuesta comunicarme, salir de casa y continuar con mis actividades. Esa contradicción entre mi deseo de estar en constante movimiento y la imposibilidad de hacerlo me generaba frustración y me impedía funcionar plenamente en lo académico, profesional y personal.

Fue en el desarrollo del proyecto Meraki donde encontré un refugio y una motivación, me permitió sentir que estaba sacando adelante una iniciativa propia, me impulsó a reconocer que, para avanzar en lo profesional y académico, primero debía atender y cuidar lo personal. Este ha sido, sin duda, uno de los retos más grandes de mi práctica, pero también el aprendizaje más valioso: entender que la resiliencia no consiste en negar las dificultades, sino en aceptarlas, detenerse, respirar y tomar acciones que permitan continuar creciendo.

La sistematización reflejó que, gracias a las habilidades que la academia me ha proporcionado, pude sacar adelante un proyecto con un grupo de personas mayores, motivándome a no rendirme y a seguir construyendo. Reconocí que está bien aceptar que las cosas no siempre están bien, y que esos momentos de vulnerabilidad no son un límite, sino una oportunidad para fortalecerme. En lugar de detenerme, este proceso se convirtió en una motivación para seguir adelante, integrando mi experiencia personal con mi formación profesional y reafirmando que el trabajo social también se construye desde la humanidad de quien lo ejerce.

El proceso universitario también me permitió formar habilidades que, sumadas a mis experiencias personales, me inspiraron a seguir mis pasiones y sueños, aprendí a salir del molde, a no quedarme únicamente en lo establecido, y a enfrentar los desafíos con creatividad y

resiliencia. Reconocer mi vulnerabilidad no me debilitó; por el contrario, me fortaleció como futura trabajadora social, capaz de integrar la teoría con la vida misma y de acompañar a otros desde la empatía y la autenticidad.

Hoy reconozco que la formación académica me brindó las herramientas necesarias para leer una realidad social que había estado invisibilizada por mucho tiempo, y que pudo ser trabajada a través el arte como una herramienta de intervención social. Esa combinación me permitió crear un escenario autónomo que fortaleció procesos y empoderó a mujeres en el territorio y esto gracias a la práctica profesional, que se convirtió en un espacio empoderador que me enseñó a atreverme a tomar nuevos retos y a vincularme no solo con la Fundación Otoños Dorados, sino también con otros proyectos y colectivos, como el vínculo con la Casa Cultural del Suroriente Luciana Moscoso, que me abrió sus puertas y me inspiró a trabajar desde otros escenarios sociales, como las huertas comunitarias y actividades culturales diversas. Estos espacios se convirtieron en motivaciones para mi vida, me permitieron conectar lo que me apasiona con la práctica social.

Finalmente, otro aprendizaje clave fue el regreso al colegio Juan Escobar, del que egresé, y donde desde junio de 2025 he venido liderando junto a una de mis profesoras, un proceso de talleres socioemocionales para estudiantes de sexto a noveno grado. Este trabajo me permitió reconocer que mi formación y mis pasiones podían articularse en distintos escenarios, desde el acompañamiento a personas mayores hasta la formación de jóvenes, consolidando así una práctica profesional integral y profundamente humana.

Referencias

LA INFLUENCIA DEL ARTE EN LA VIDA DE LA PERSONA MAYOR EN COLOMBIA. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LA POLÍTICA PUBLICADA DE ENVEJECIMIENTO Y VEJEZ DE BOGOTÁ, DESDE LA PERSPECTIVA DEL DESARROLLO HUMANO INTEGRAL. **AURA DEL CARMEN CALIMAN 2020**

<https://repository.udistrital.edu.co/server/api/core/bitstreams/d08126dd-b20f-4dc2-b879-5b246925d90f/content>

Proyecto Intervención Disciplinar (PID) El arte como facilitador de la expresión y la comunicación en el adulto mayor. (2021)

<https://repository.libertadores.edu.co/server/api/core/bitstreams/5761a4b3-88c4-49de-a631-ce5eb1d89c31/content>

Jelin, E. (2002). Los trabajos de la memoria. Siglo XXI Editores.

<https://www.centroprodh.org.mx/impunidadayeroyhoy/DiplomadoJT2015/Mod2/Los%20trabajos%20de%20la%20memoria%20Elizabeth%20Jelin.pdf>

Méndez Oliveros, J. (2020). Arte comunitario: un marco de referencia para la construcción de un modelo de gestión cultural comunitaria. Revista de Gestión Cultural

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7669183>

El arte hoy- Nancy

http://www.kaleidoscopio.com.ar/fs_files/user_img/esteticas_contemporaneas/EC_NAN

[CY_EC_El%20arte%20hoy%20-%20%20Jean-Luc%20Nancy.pdf](http://www.kaleidoscopio.com.ar/fs_files/user_img/esteticas_contemporaneas/EC_NAN_CY_EC_El%20arte%20hoy%20-%20%20Jean-Luc%20Nancy.pdf)

Wood, S. (2025). Aportes para una gerontología crítica decolonial. *Margen*, 117, 1–13.

Universidad de Buenos Aires. <https://www.margen.org/suscri/margen117/Wood-117.pdf>