

Apoyo psicosocial a los adultos mayores desde la innovación social

Daniela Delgado Camacho

Universidad Nacional Abierta y a Distancia (Unad)

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades

Programa de Psicología

Zipaquirá, mayo de 2022

Resumen

Este documento expone el programa *“Reinventando la vejez”* que hace parte de la fundación Niño Jesús situada en el barrio José Joaquín Vargas de Bogotá, más exactamente en la Carrera 62 # 67a-80. En este barrio podemos encontrar la iglesia católica San Alberto Magno, la Fundación Universitaria Unimonserate, Jardín infantil Cunitas y crayolas, La casa de la Igualdad de Oportunidades para las mujeres, Iglesia cristiana Ict, Parque fundación Niño Jesús, Colegio i. e. d. Antonio Nariño.

Este escrito pretende dar a conocer como el programa *“Reinventando la vejez”* es una experiencia de innovación social, que funciona en el contexto de adultos mayores en situación de vulnerabilidad y que usa las tecnologías para la integración de los adultos mayores a la sociedad, por medio de la alfabetización digital se les brindan diferentes recursos que son de ayuda para la autorrealización de los ancianos, ayudando de esta manera al mejoramiento tanto físico como cognitivo, por medio de acciones sociales que brindan apoyo psicosocial a los adultos mayores logrando que estos tengan un mayor bienestar durante su última etapa de vida.

Este trabajo documenta la implementación de entrevistas semiestructuradas a las personas que hacen parte de la fundación con las que se tuvo un acercamiento y su respectivo análisis desde el enfoque cualitativo. Dando a conocer la manera en la que innovan al llevar a experiencias que los ayuden a tener una mejor calidad de vida fomentando el desarrollo de competencias personales, la capacidad de adaptación frente a los avances digitales con los que contamos hoy en día.

Palabras claves: Sistematización, Innovación, Vejez, Experiencia.

Abstract

This document exposes the program “*Reinventando la vejez*” that is part of Niño Jesús Foundation located in the José Joaquín Vargas neighborhood of Bogotá, more precisely in Carrera 62 # 67a-80. In this neighborhood we can find the San Alberto Magno Catholic Church, the Unimonserate, University Foundation, the Cunitas y crayolas Kindergarten, the Casa de la igualdad de oportunidades para las mujeres, the ICT Christian Church, the Niño Jesús Foundation Park, the I.E.D Antonio Nariño School.

This writing intends to make known how the “*Reinventando la vejez*” program is an experience of social innovation, thanks to the use of technologies for the integration of vulnerable older adults into society, through digital literacy they are provided with different resources that are helpful for the self-realization of the elderly, helping to improve both physical and cognitive, through social actions that provide psychosocial support to older adults ensuring that they have greater well-being during their last stage of life.

This work documents the implementation of semi-structured interviews with the people who are part of the foundation with whom an approach was had and their respective analysis from the qualitative approach. Making known the way in which they innovate by leading to experiences that help them have a better quality of life by promoting the development of personal skills, the ability to adapt to the digital advances we have today.

Keywords: Systematization, Innovation, Old age, Experience.

Tabla de contenido

Introducción	5
Metodología	7
Resultados	9
Conclusiones y Recomendaciones	16
Referencias Bibliográficas	18

Introducción

La experiencia en la cual se va a basar el siguiente trabajo es “*Reinventando la vejez*” un programa dentro de la fundación Niño Jesús, esta fundación nace en 1961 en el barrio José Joaquín Vargas de Bogotá, donde promueven el bienestar integral de familias completas que se encuentran en un estado de vulnerabilidad económica, social y emocional, generando una experiencia sostenible que genera un gran impacto social, por medio del uso de las nuevas tecnologías para potencializar las capacidades de las personas. El programa “*Reinventando la vejez*” busca contribuir en el mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores, desde el uso de herramientas tecnológicas para su crecimiento, capacitándolos por medio del uso de la tecnología y un campus virtual por el que pueden capacitarse en diversas áreas. Este programa busca que los adultos mayores se reconozcan como seres sociales con derechos, deberes, habilidades y potenciales, todo desde el uso de nuevas herramientas para su crecimiento personal.

La fundación tiene una metodología participativa ya que permite que los diferentes actores, principalmente adultos mayores como los beneficiarios, sus familiares, cuidadores, voluntarios, personal de la fundación, administrativos, donadores, aliados empresariales, entre otros estén presentes. La comunidad tiene una organización establecida ya que cuenta con una jerarquización de personal para la sostenibilidad del proyecto, también mantiene diferentes aliados como Compensar, Red de Solidaridad, Apensar, Banco de Bogotá, que permiten que el programa continúe en pie junto con los donadores naturales.

El objetivo de esta sistematización está en lograr difundir la innovación social que implementa el programa *“Reinventando la vejez”* para los adultos mayores, y exponer la acción social que crea este programa dentro de la comunidad desde el punto de vista psicosocial. Por este motivo se trabajó con la ayuda de diferentes actores del proceso como la directora de la fundación, el creador de actividades, la reclutadora de voluntarios y algunas beneficiarias del programa, actores que son fundamentales para la puesta en práctica del programa. Esta fundación lleva trabajando más de 50 años con las familias de la sociedad que se encuentran en situación de discapacidad para integrarlas en la comunidad. Por dicha razón esta sistematización es fuente de aprendizaje para la apropiación de lo visto, explicando logros que tiene el programa dentro de los adultos mayores y por ende dentro de la comunidad donde se encuentra el programa.

Metodología

El tipo de investigación social desde el cual se realizó el trabajo fue la sistematización de experiencias, según el autor Holliday (2015; p.33-9) es una interpretación crítica de una experiencia que explica el proceso, los actores que se involucran, cómo funcionan y se relacionan entre sí, y el por qué han funcionado de la manera en la que lo han hecho. La sistematización como método de investigación se ha vuelto mucho más común con el paso de los años, ya que se centra en reconstruir y reflexionar sobre una experiencia o varias donde se interpreta todo lo que sucede dentro para llegar a comprenderlo con mayor profundidad como mencionan Barnechea y Tirado (2010) en su artículo *“La sistematización de experiencias: producción de conocimientos desde y para la práctica”*. Gracias a esto se pueden crear conocimientos sustentados en la práctica y darlos a conocer por medio de la confrontación de la experiencia con otras y con conocimiento teórico sobre la temática y poder llegar a una apropiación social del conocimiento para que se cree un intercambio de saberes a partir de las vivencias de un día a día desde la interacción social que se presente, este proceso de apropiación social del conocimiento como menciona Chaparro (2003) permite que la innovación social sean generadores de cambios sociales, abriendo espacio al fortalecimiento territorial al reconocer que como individuos tenemos conocimientos que enriquecen la innovación para llegar a crear prácticas que lleven a la satisfacción de las necesidades de la sociedad y así mismo ayudar a llegar a un crecimiento socioeconómico.

El acercamiento se realizó por pasos, como primera instancia se realizó un contacto por medio de las redes sociales con la fundación donde se obtuvo respuesta

por la parte administrativa de la fundación quienes permitieron el aval para poder iniciar con el trabajo de sistematización. Luego de esto se tuvo la posibilidad de un acercamiento a las instalaciones de la fundación, donde pudimos conocer el lugar más de cerca, y nos permitieron recorrer su infraestructura interna y la externa.

El siguiente paso fue tener contacto con algunos de los colaboradores que se encontraban al momento de asistir a la fundación, donde pudimos tener contacto con muchos, entre ellos: directora de la fundación, diseñador de actividades y programas, y la reclutadora de voluntarios; Teniendo este acercamiento con dichos actores, se llevaron a cabo entrevistas semi estructuradas a los colaboradores antes mencionados y a una de las beneficiarias del programa, donde se obtuvieron puntos de vista desde cada uno de sus roles.

Parte de la información que se recopiló fue gracias a la página web de la fundación, ya que se suben los resultados, los documentos y la gestión que se ha hecho durante años de manera pública; También logramos ver álbumes de fotos donde se podían evidenciar diferentes actividades que se realizaban dentro del programa.

Por último, se sistematizó toda la información que se logró recolectar por medio de la fundación, internet, medios de comunicación y actores del proceso, llegando a realizar el presente documento.

Resultados

Esta experiencia es innovadora, entendiendo innovación social según menciona Morales, A (2009) como nuevos procesos, prácticas, métodos o sistemas para realizar tareas nuevas o tradicionales con la participación de toda la comunidad y quienes se benefician de estas prácticas para llegar a ser parte activa del propio desarrollo. Esta investigación tiene un enfoque cualitativo que según menciona Carlos Sabino (1992, pp. 193-194) se da gracias al análisis que se aplica a la información que se recolecta de manera verbal, por otra parte, el autor Hernández Sampieri (2018, p. 7) menciona que la investigación cualitativa se centra en métodos de recolección de datos que no tienen una medición numérica y por lo general es un proceso flexible. La recolección de datos se dio por medio de la entrevista que Alonso (1999: p. 225-240) la definió como la conversación que se da entre un entrevistador y un informante, realizada con el propósito de “favorecer la producción de un discurso conversacional, continuo y con cierta línea argumental”, siendo más precisos se trabajó desde la entrevista semiestructurada, la cual “se usa cuando el investigador sabe algo acerca del área de interés” (Mayan, 2001), según Taylor y Bogdan (1987:119) “el investigador decide cómo enunciar las preguntas y cómo formularlas. La guía de entrevista sirve solamente para recordar que se deben hacer preguntas sobre ciertos temas”.

Teniendo en cuenta que esta experiencia se centra en los adultos mayores y sus necesidades en la sociedad podemos mencionar que la vejez es “El resultado de un proceso que se caracteriza por una serie de cambios o modificaciones de instauración lenta y progresiva” (Arquiola, 1995: 71-72) por lo tanto es importante que se realicen acciones sociales que ayuden a la vida cotidiana de los ancianos, por eso esta

experiencia trabaja desde el enfoque cognitivo-conductual que según Méndez, Olivares y Moreno (1998, mencionado por Ramírez y Rodríguez, 2012) se centra en cómo las ideas irracionales y la desadaptación de los pensamientos son provocados por las falsas interpretaciones del contexto en el que el individuo se encuentra, estimulando de esta manera un malestar emocional en el sujeto, afectando todas las áreas de la vida del individuo entre ellas la salud mental. Dado que la experiencia se enfoca en maximizar el bienestar en sus beneficiarios, este trabajo nos apoyamos en el modelo de bienestar de Lin y Ensel (1986) que tiene como fundamento que el apoyo social es un recurso fundamental para el bienestar psicosocial de los sujetos, ya que sentir la ayuda de otro hace que las personas que reciben el apoyo mantengan una visión positiva y dicho apoyo influye sobre el individuo y lo que él vive cotidianamente. Trabajando por la promoción y prevención de la salud mental que según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2001a, p.1) se define como la base para el bienestar y funcionamiento del individuo y por lo tanto de la comunidad, aceptando que la salud es un balance entre el mismo ser, los otros individuos y el ambiente.

Para muchos adultos mayores este programa ha sido de gran ayuda para cumplir sueños y ayudarlos a autorrealizarse desde el apoyo psicosocial, que según Cobb (1976) los beneficios se derivan de la información respecto a que son amados, estimados, valorados y necesitados como miembros de un grupo social, que se les brinda a los individuos.

El acercamiento a la experiencia *“Reinventando la vejez”* se dio en la Fundación Niño Jesús donde las instalaciones con salones que tienen espacios amplios donde los adultos mayores pueden realizar las actividades programadas, con las herramientas

necesarias, ya que cuenta con material variado para diferentes actividades y equipos de cómputo. Es un lindo espacio que cuenta con jardines para el esparcimiento de los adultos mayores y grandes espacios al aire libre con pasto y flores.

Esta fundación nace de la necesidad de prestar atención a la población infantil, pero con el paso del tiempo han evolucionado llegando a intervenir con grupos de adultos mayores, promoviendo programas y prácticas acordes con las necesidades, características y dinámicas sociales de estos. Buscando así nuevas ideas para poner en práctica y que los adultos mayores tengan la posibilidad de capacitarse para tener una mejor calidad de vida, y reconocer su valor dentro de la sociedad, por lo cual se reconoció la necesidad que los adultos tienen de la alfabetización digital, que según Lanham (1995) es la habilidad y capacidad de utilizar la información que se encuentra en diferentes formatos presenten en un aparato tecnológico, hoy la alfabetización digital es primordial ya que como dice Wilson (1998b) se refiere a la capacidad para evaluar los recursos digitales, por esta alfabetización se logran diferentes objetivos para la vida ya que se puede experimentar la globalización, se experimentan actividades interactivas y favorecen experiencias desde las nuevas formas de comunicación, y gracias a esta experiencia los adultos mayores están siendo capacitados potencializando sus habilidades cognitivas. Partiendo de esta idea, se transitó a crear un campus virtual donde los adultos mayores podrían ingresar y capacitarse, por lo anterior es posible que en esta experiencia se encuentren materializados los diferentes conceptos que menciona Bernal (2016), podemos mencionar que se determina como innovación social ya que según Astorga (2004, p.18) es *social* ya que beneficia a un grupo significativo de personas y contribuye a mejorar la calidad de vida de los

ancianos vulnerables reivindicando derechos, es *genuina* ya que emerge del interés de entidades por brindar apoyo a un grupo social marginado, es *original* porque es una experiencia que enlaza la educación virtual y el desarrollo individual de los ancianos; podemos decir que es una experiencia *vigente y consolidada* ya que lleva más de 30 años en funcionamiento y sigue siendo actual, también es *expansiva* ya que este programa ha sido llevado a otros lugares de Bogotá como Usaquén, Chapinero, Rafael Uribe, Engativá, Suba y Bosa. Es inevitable mencionar que es una experiencia transformadora ya que ha tenido un gran impacto en el desarrollo social de grupos vulnerables de ancianos ya que el último año participaron 456 adultos de los cuales el 98% pertenece al estrato 2 desde las dos diferentes modalidades de atención: Presencial y Remota. Rodríguez y Alvarado (2008: p.45) mencionan 5 criterios principales de innovación que se pueden notar en la experiencia escogida, la primera es que es *Asociatividad*, ya que la experiencia permite la participación de diferentes actores en la toma de decisiones y se organiza de tal manera que moviliza a un grupo de adultos mayores vulnerables; *Integridad*, trabajando por la restitución de derechos en medio de una situación de conductas de riesgo que se generan por la vulnerabilidad económica, social y etc; *Sostenibilidad*, ya que con el transcurso del tiempo el programa ha crecido gracias a fondos propios y a donaciones tanto económicas como de talento humano; *Innovación*, presentando a la comunidad una acción que transforma vidas que influyen en la sociedad, generando acciones que promueven el bienestar de los ancianos; y por último, *Replicabilidad*, ya que la misma experiencia ha crecido con el paso del tiempo y se ha replicado en otros lugares del país.

El programa *“Reinventando la vejez”* se da de manera gratuita para que los adultos mayores desarrollen y fortalezcan sus capacidades informáticas, y se capaciten también en desarrollo humano permitiendo el fortalecimiento de la inteligencia emocional y brindando el desarrollo de habilidades para la vida, por medio de ejercicios reflexivos y prácticos para acompañar el crecimiento personal y el éxito de las ideas de emprendimiento y desarrollo que los adultos mayores tengan. Con el diferenciador de que los beneficiarios pueden hacer uso de este proyecto ya sea de manera presencial como de manera virtual, aprendiendo y participando desde cualquier parte. Trabajando desde 3 fases y 3 ejes diferentes, los primeros son: Fortalecimiento individual y colectivo, *Proyectando la vejez* y *Disfrutando la vejez*. Los ejes transversales son: Prevención y promoción en salud, Desarrollo humano y productividad y aprovechamiento del tiempo.

Los adultos mayores son un grupo social considerado como vulnerable ya que tienen condiciones biológicas y sociales que los llevan muchas veces a vivir en situaciones de riesgo social ya que tienen algunas carencias de recursos personales, económicos o sociales que los afectan. Según Gutiérrez (2003) es importante que se tenga un apoyo psicosocial para que los adultos mayores tengan mayor bienestar durante su última etapa de vida, el apoyo psicosocial logra mejorar la calidad de vida y gracias al acompañamiento del programa *“Reinventando la vejez”* se fomenta el desarrollo de las competencias personales por medio del apoyo técnico, oportunidades y capacidad de elección en diferentes entornos, fomentando las capacidad de adaptación frente a los avances digitales de hoy en día, desde la alfabetización digital.

La experiencia trabaja para mejorar el bienestar de los adultos mayores, Lin y Ensel (1989) proponen un paradigma donde se entrelazan el ambiente social, fisiológico y el psicológico donde cada uno es determinado tanto por factores estresantes como por recursos de afrontamiento. Este modelo de Lin y Ensel (1986) tiene como fundamento que el apoyo social es un recurso fundamental para el bienestar psicosocial de los sujetos, ya que sentir la ayuda de otro hace que se mantenga una visión positiva influyendo en las personas y su cotidianidad; es importante que se creen espacios y programas donde se busque ir en pos del bienestar psicosocial de los ancianos velando por que se desarrolle de la manera más adecuada en las diferentes áreas, y de esta forma minimizar las conductas de riesgo que pueden causar daños en los adultos mayores.

Esta experiencia se enfoca en potenciar las capacidades de los adultos mayores, desde el uso tanto presencial de las instalaciones de la fundación como desde un campus virtual al que pueden acceder para sus capacitaciones y participaciones dentro del programa, para de esta manera llegar a satisfacer las necesidades que tienen los adultos motivándolos, dándoles una participación y autonomía en sus procesos dentro del programa. Buscando que los adultos mayores se reconozcan como seres sociales con derechos, deberes, habilidades y potenciales, todo desde el uso de nuevas herramientas para su crecimiento personal.

Por último, es importante reconocer que desde el programa de *“Reinventando la vejez”* reivindica los derechos y ayuda a mitigar la exclusión y el reconocimiento de los derechos, a través de la búsqueda del bienestar y una mejor calidad de vida, trabajando desde el *Aprender a (Adquirir), Volver a (Recuperar), Ser parte de*

(Participación), *Capaz de* (Implementar); trabajando por la transformación de la comunidad con el trabajo social con los adultos mayores.

Conclusiones y Recomendaciones

El impacto del programa se refleja en el crecimiento intrapersonal e interpersonal de los adultos mayores dentro de la sociedad y como estos dan a conocer cómo ha mejorado su calidad de vida desde su ingreso al programa *“Reinventando la vejez”*, demostrado en los testimonios de algunas de las beneficiarias del programa como la señora Elsy Rojas quien menciona “A esta edad que tengo y ahorita que estoy en la fundación me he dado cuenta de que pude superar lo anterior y ahorita me siento chévere, libre. Yo soy la que más recocho, la que más me río, le saco sonrisa a todo y así vivo desde que llegué a la fundación”. O la señora Ana Delia Sierra, quien lleva 6 años en la fundación, y cuenta que “Cada una hicimos nuestro disfraz, nos las enseñaron a hacer, y yo fui la reina de los claveles. Y cada una hicimos nuestro disfraz. Para mí es el segundo hogar mío, y tengo es una familia, porque ya todas somos como una familia, así como nos ve ahí”.

La alfabetización digital ha sido un arduo trabajo que ha sido reconocido no solo por los beneficiarios, sino también por la comunidad y por algunos medios de comunicación que por con artículos dan a conocer lo que se hace en este programa, como es el caso de la nota realizada por Caracol TV donde dan a conocer en su sección *“Historias que inspiran”* el trabajo que se realiza en la fundación con los adultos mayores. Así como se tuvo la oportunidad de investigar cómo es vista la fundación desde afuera gracias a medios de comunicación también se tuvo la oportunidad de conocer que piensan diferentes actores de la fundación como Teresa Vásquez, directora de la fundación, quien dirige el programa *“Fundadores de vida”* y Wilson Nicolás Alvarado, programador y diseñador de los programas, quien nos comentó qué

tipo de actividades se presentan a los adultos mayores como: Alfabetización digital, Adulto mayor como emprendedor, Actividad “El envejecimiento feliz”, “Mi caricatura”, asesorías personalizadas, Alvarado menciona que “a los adultos mayores se les brindan capacitaciones que fortalezcan la inteligencia emocional y las habilidades para la vida”; María Victoria Umaña, representante del voluntariado, nos comenta que a pesar de que el programa es bastante participativo, los voluntarios son muy importantes para la realización de las diferentes actividades, y deben ser seleccionados con cuidado.

Al reconocer que los adultos mayores son una parte fundamental de la sociedad es recomendable que se sigan adelantando programas que no solo capaciten la parte intelectual, sino que se vele desde el programa por la prevención y promoción de la salud mental, donde tengan la capacidad de crear condiciones y entornos saludables y que acrecientan el bienestar mental con estrategias contundentes que se fusionen con las nuevas tecnologías. La salud mental en los adultos mayores es fundamental, ya que las personas que se integran al programa son influenciados por sus contextos y los grupos a los que pertenecen afectando dimensiones personales y sociales, lo que puede llegar a causar problemas psicológicos, afectando así en gran manera la vida cotidiana de cada uno de ellos.

Es importante recomendar que se implementen diferentes canales para invitar a que voluntarios se unan a trabajar en este programa, ya que con el tiempo ha crecido y tiene cada día más beneficiarios, y se necesitan más voluntarios, por lo tanto, sería bueno que se creen diferentes materiales donde se invite a las personas a inscribirse como voluntario y de esta manera tener más capital humano con el cual poder trabajar.

Referencias Bibliográficas

Alonso LE. "Sujeto y discurso: el lugar de la entrevista abierta en las prácticas de la sociología cualitativa". En J. M. DELGADO y J. GUTIÉRREZ (coords), Métodos y Técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales, Madrid: Síntesis;1999. P. 225-240.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?Codigo=3880081>

ARQUIOLA, E. (1995) La vejez a debate. Madrid, CSIC.

Astorga, E. (2004), "Innovación social. Concepto, criterios y variables", documento preparado para el proyecto Experiencias en innovación social en América Latina y el Caribe, Santiago de Chile, inédito.

https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/2536/S0800540_es.pdf;jsessionid=...

Bernal, M. E. (2016). 2.1 La Innovación Social en América Latina y el Caribe. *Jorge Emilio Rey Ángel Gobernador de Cundinamarca Oscar Rodríguez Lozano Secretario de Ciencia, Tecnología e Innovación*, 95.

https://www.researchgate.net/publication/311234454_Innovacion_Social_en_Latinoamerica_2016

Caicedo, A. & Frias, N. (2016). Política Nacional de Innovación Social colombiana: el proceso de construcción participativa. En Domanski, D., Monge, N., Quitiaquez G., & Rocha, D. (Ed.). *Innovación Social en Latinoamérica*. Bogotá: Corporación Universitaria Minuto de Dios, pp. 193-206.

https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/2536/S0800540_es.pdf;jsessionid=...

Caribe. CEPAL, pp. 37 - 46. <https://cutt.ly/VH3tcrV>

Chaparro, F. (2003). Apropiación social del conocimiento, aprendizaje y capital social.

In *Simposio Internacional sobre Ciencia y Sociedad*. Medellín, Colombia:

Universidad de Antioquia. [https://cursa.ihmc.us/rid=1HP0C7ML6-1BSFXDZ-](https://cursa.ihmc.us/rid=1HP0C7ML6-1BSFXDZ-814L/apropiaci%C3%B3n%20social%20chaparro.pdf)

[814L/apropiaci%C3%B3n%20social%20chaparro.pdf](https://cursa.ihmc.us/rid=1HP0C7ML6-1BSFXDZ-814L/apropiaci%C3%B3n%20social%20chaparro.pdf)

Cursos virtuales gratuitos para Personas Mayores. (2021, 5 mayo). Universidad

Nacional de Córdoba. [https://www.unc.edu.ar/extensi%C3%b3n/cursos-virtuales-](https://www.unc.edu.ar/extensi%C3%b3n/cursos-virtuales-gratuitos-para-personas-mayores)

[gratuitos-para-personas-mayores](https://www.unc.edu.ar/extensi%C3%b3n/cursos-virtuales-gratuitos-para-personas-mayores)

Gutiérrez., M. (2003). Alfabetización Digital. Algo más que ratones y teclas. Barcelona:

Gedisa. <https://www.academia.edu/download/33900325/3GUTIERREZ-MARTIN->

[Alfonso-CAP-5-La-alfabetizacion-en-la-era-de-Internet.pdf](https://www.academia.edu/download/33900325/3GUTIERREZ-MARTIN-Alfonso-CAP-5-La-alfabetizacion-en-la-era-de-Internet.pdf)

Historias que inspiran- Centro Día Caparrapí, el programa que beneficia a adultos

mayores. (2021, 15 julio). [Vídeo]. Facebook.

<https://www.facebook.com/unsupportedbrowser>

Holliday, Ó. J. (2012). Sistematización de experiencias, investigación y evaluación:

aproximaciones desde tres ángulos. *F (x)= Educación Global Research*, 1, pp.

56-70. <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/>

Lanham (1995), Digital literacy, *Scientific American*, 273(3), 160-161

[https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=8TyOC9nqEokC&oi=fnd&pg=PA286&dq=Digital+literacy,+Scientific+American,&ots=iWAvCoqNSf&sig=ubOZld](https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=8TyOC9nqEokC&oi=fnd&pg=PA286&dq=Digital+literacy,+Scientific+American,&ots=iWAvCoqNSf&sig=ubOZldE0fmoXh1DaPaigkmYRsk8)

[E0fmoXh1DaPaigkmYRsk8](https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=8TyOC9nqEokC&oi=fnd&pg=PA286&dq=Digital+literacy,+Scientific+American,&ots=iWAvCoqNSf&sig=ubOZldE0fmoXh1DaPaigkmYRsk8)

[E0fmoXh1DaPaigkmYRsk8](https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=8TyOC9nqEokC&oi=fnd&pg=PA286&dq=Digital+literacy,+Scientific+American,&ots=iWAvCoqNSf&sig=ubOZldE0fmoXh1DaPaigkmYRsk8)

Lin, N. (1986). Conceptualizing social support. En N. Lin, A. Dean, & W. Ensel (Eds.),

Social support, life events, and depression (pp. 17-30). Nueva York: Academic

- Press. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342006000200007
- Lin, N., & Ensel, W. M. (1989). Life stress and health: Stressors and resources. *American sociological review* <https://www.jstor.org/stable/2095612>
- Martínez-Celorrio, X. (2017). La innovación social: orígenes, tendencias y ambivalencias. *Sistema. Revista de Ciencias Sociales*, 247, pp. 61-88
<https://cutt.ly/jh3tnbf>
- Mayan, J. M. (2001). *Una introducción a los métodos cualitativos. Unidad de entrenamiento para estudiantes y profesionales.*
<https://www.ualberta.ca/~iiqm/pdfs/introduccion.pdf>
- MORALES, A. (2009). *La innovación social: un ámbito de interés para los servicios sociales.* En *Revista de Servicios Sociales*. No. 45. Pp. 151-175.
Http://www.scielo.org.co/scielo.php?Script=sci_nlinks&pid=S0124-8693201400020003000028&lng=en
- OMS (2001a). Documentos básicos. 43ª Edición. Ginebra, Organización Mundial de la Salud. <https://apps.who.int/gb/bd/s/index.html>
- Oscar, J. H. (2018). La sistematización de experiencias: práctica y teoría para otros mundos posibles. Capítulo I. Páginas (27- 42) y Capítulo 4. Pp. 135-165
<http://www.cinde.org.co/userfiles/files/Novedades.pdf>
- Ramírez, J. Y Rodríguez, J. (2012). El proceso en psicoterapia combinando dos modelos: centrado en soluciones y cognitivo conductual. *Revista Electrónica de*

Psicología Iztacala, 15(2), 610-635.

<https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi122n.pdf>

Rodríguez Herrera, A., & Alvarado, H. (2008). *Claves de la innovación social en América Latina y el Caribe*. Cepal. Pag. 45

<https://repositorio.cepal.org/handle/11362/2536>

Sabino, Carlos (1992): "El proceso de la investigación". Editorial Panapo. Caracas, Venezuela. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?Codigo=7325416>

Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mcgraw Hill México. <https://cutt.ly/MH3tzVY>

Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Mastor.cl. <https://pics.unison.mx/doctorado/wp-content/uploads/2020/05/Introduccion-a-Los-Metodos-Cualitativos-de-Investigacion-Taylor-S-J-Bogdan-R.pdf>

Wilson(1998B), To dissect a frog or design an elephant: teaching digital information literacy through the library gateway, *Inspel*, 32(3), 189-195

<https://www.ifla.org/VII/d2/inspel/98-3wilmc.pdf>