

**Proyecto "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" una apuesta para el  
reconocimiento y valorización del adulto mayor**

Kelly Vanessa Erazo Cabrera

Asesor

Jacqueline Vera Martínez

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2024

### **Dedicatoria**

"A mi esposo y mi hija, a quienes este tiempo dedicado a estudiar les ha sido arrebatado. Su amor y apoyo incondicional han sido mi fuerza motriz para superar cada obstáculo. Espero que este logro sea la semilla que haga crecer nuestra unión y nuestro futuro juntos. Con todo mi amor y gratitud."

### **Agradecimientos**

"A Dios, tú, mi fuente de sabiduría, rebasas mi vida inagotablemente con tu presencia y tu amor.

A mis amados padres, pilares de amor, perseverancia e incondicionalidad, les dedico este trabajo

de grado, fruto de su fe y confianza en mí.

A la universidad nacional abierta y a distancia por ser ese campo de conocimiento continuo y

brindarme puertas abiertas para enriquecer mis saberes.

A la Fundación hogar plenitud, quienes confiadamente extendieron sus brazos para desarrollar

este proyecto, a cada uno de sus integrantes les guardo un afectuoso aprecio por demostrarme

que la etapa más hermosa del ciclo de vida es ser adulto mayor."

## Resumen

El proyecto "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" se implementó en la Fundación Hogar de Popayán con el objetivo de promover el reconocimiento y valorización de los adultos mayores a través de la elaboración del Tapiz de memorias y el desarrollo de actividades lúdicas, permitiendo conectar historias de vida, fortaleciendo sus vínculos comunitarios y fomentando un ambiente de apoyo mutuo, mediante juegos, dinámicas grupales y ejercicios de reminiscencia, pudieron expresar sus experiencias y emociones, contribuyendo a su bienestar psicológico y comunitario.

Proyectado desde una metodología participativa que incluyó la aplicación de entrevistas semiestructuradas para recolectar experiencias, percepciones y recuerdos, permitiendo la libre expresión de sus vivencias, facilitando un ambiente de confianza y respeto. Las entrevistas fueron clave para identificar las necesidades y deseos de la población, lo que guio el diseño del proyecto con las actividades lúdicas y la elaboración del tapiz de memorias, asegurando responder a las realidades y expectativas de la comunidad, impactando positivamente en el ámbito cognitivo, emocional, físico y educativo por medio de la sensibilización, toma de decisiones, liderazgo y gestión, lo que promovió la participación activa, fortaleciendo sus habilidades comunitarias y fomentando un sentido de pertenencia.

Se concluyen mejoras en la autoestima, la memoria y las relaciones interpersonales, así como un impacto significativo en el bienestar de los adultos mayores, reforzaron su sentido de identidad y comunidad, demostrando un aumento en la motivación y el compromiso, lo que evidencia la eficacia del proyecto.

**Palabras clave:** Envejecimiento, Reconocimiento, Percepciones, Valorización, Bienestar, Comunidad, Salud mental comunitaria.

### **Abstract**

The project "Woven Memories: Connecting Stories and Lives" was implemented at the Hogar de Popayán Foundation with the objective of promoting the recognition and appreciation of older adults through the elaboration of the Tapestry of memories and the development of recreational activities, allowing people to connect life stories, strengthening their community ties and fostering an environment of mutual support, through games, group dynamics and reminiscence exercises, they were able to express their experiences and emotions, contributing to their psychological and community well-being.

Projected from a participatory methodology that included the application of semi-structured interviews to collect experiences, perceptions and memories, allowing the free expression of their experiences, facilitating an environment of trust and respect. The interviews were key to identifying the needs and desires of the population, which guided the design of the project with the recreational activities and the creation of the tapestry of memories, ensuring that it responded to the realities and expectations of the community, positively impacting the cognitive sphere. , emotional, physical and educational through awareness-raising, decision-making, leadership and management, which promoted active participation, strengthening their community skills and fostering a sense of belonging.

Improvements in self-esteem, memory and interpersonal relationships are concluded, as well as a significant impact on the well-being of older adults, reinforcing their sense of identity and community, demonstrating an increase in motivation and commitment, which demonstrates the effectiveness of the project.

**Keywords:** Aging, Recognition, Perceptions, Valuation, Well-being, Community, Community mental health.

## Tabla de Contenido

Introducción .....	12
Planteamiento del Problema .....	14
Justificación .....	19
Objetivos .....	21
Objetivo General .....	21
Objetivos Específicos.....	21
Marco Teórico.....	22
El Adulto Mayor .....	22
De lo Comunitario a la Acción .....	22
Salud Mental Comunitaria .....	25
Teoría del Envejecimiento Activo y su Aplicación en Centros de Cuidado para Adultos Mayores.....	25
Marco Disciplinar .....	28
Marco Conceptual.....	30
Reconocimiento Afectivo (Amor).....	30
Reconocimiento Jurídico (Derechos).....	31
Reconocimiento Social (Solidaridad) .....	31
Metodología Participativa.....	35
Marco Legal .....	37
Normativas Protectoras del Adulto Mayor .....	37
Resolución 2646 de 2008 .....	38

Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas	
Mayores.....	38
Consideraciones Éticas.....	38
Metodología .....	41
Población Objeto de Estudio.....	41
Empoderamiento Personal .....	41
Reconocimiento Social.....	41
Integración Comunitaria.....	41
Estimulación Cognitiva y Creativa .....	41
Fortalecimiento de Vínculos .....	42
Herencia Cultural .....	42
Desarrollo de Empatía.....	42
Fortalecimiento del Tejido Social .....	42
Preservación de la Memoria Colectiva .....	42
Promoción de la Inclusión y Diversidad .....	42
Fase 1 Construcción de Diagnostico.....	43
Fase 2 Sensibilización del Proyecto.....	43
Fase 3 Desarrollo de la Estrategia Lúdica.....	43
Fase 4 Socialización.....	44
Resultados .....	45
Desde lo Cognitivo.....	65
Desde lo Socioemocional .....	67
Desde lo Físico.....	71

Desde lo Educativo .....	73
Para una Mayor Comprensión.....	76
Fomentar la Participación Familiar.....	82
Crear Espacios de Comunicación Regular .....	83
Implementar un Sistema de Retroalimentación.....	83
Fortalecer el Reconocimiento y Valorización de la Comunidad .....	83
Celebrar Logros y Cumpleaños .....	83
Desarrollar Proyectos de Vida y Testimonios.....	83
Implementar Programas de Reconocimiento Personal.....	83
Incluir a las Familias en el Cuidado y Actividades.....	84
Organizar Talleres de Capacitación Familiar .....	84
Crear Actividades Conjuntas.....	84
Establecer un Programa de Voluntariado Familiar .....	84
Promover la Comunicación y el Apoyo Mutuo .....	84
Desarrollar Canales de Comunicación Efectiva.....	84
Facilitar Espacios de Apoyo Emocional .....	84
Organizar Encuentros de Integración Familiar .....	85
Conclusiones.....	86
Referencias.....	88
Apéndices.....	96

## Lista de Tablas

<b>Tabla 1</b> <i>Frases Obtenidas a Partir de la Aplicación de Entrevista Semiestructurada Aplicada a la Comunidad Fundación Hogar Plenitud de acuerdo con Percepciones Positivas.....</i>	<i>47</i>
<b>Tabla 2</b> <i>Frases de la Comunidad Fundación Hogar Plenitud de acuerdo con las Percepciones Negativas.....</i>	<i>51</i>
<b>Tabla 3</b> <i>Matriz DOFA .....</i>	<i>78</i>
<b>Tabla 4</b> <i>Matriz CAME.....</i>	<i>80</i>

## Lista de Figuras

<b>Figura 1</b> <i>Adulto Mayores</i> .....	46
<b>Figura 2</b> <i>Nube de Precepciones Positivas del Adulto Mayor</i> .....	46
<b>Figura 3</b> <i>Nube de Percepciones Negativas del Adulto Mayor</i> .....	49
<b>Figura 4</b> <i>Actividad Resignificación</i> .....	55
<b>Figura 5</b> <i>Adulta Mayor</i> .....	56
<b>Figura 6</b> <i>Adulta Mayor</i> .....	57
<b>Figura 7</b> <i>Adulta Mayor</i> .....	57
<b>Figura 8</b> <i>Elaboración del Tapiz de Memoria Apoyado por Cuidadora</i> .....	63
<b>Figura 9</b> <i>Elaboración Tapiz Memoria</i> .....	64
<b>Figura 10</b> <i>Culminación Tapiz Memoria con Participante</i> .....	64
<b>Figura 11</b> <i>Acciones Lúdicas Adulto Mayor</i> .....	66
<b>Figura 12</b> <i>Actividad Metamorfosis (Despojos)</i> .....	68
<b>Figura 13</b> <i>Actividades Lúdicas de Reminiscencias</i> .....	71
<b>Figura 14</b> <i>Actividades de Incidencia Física con Adultos Mayores</i> .....	73
<b>Figura 15</b> <i>Participación en Lúdicas</i> .....	76
<b>Figura 16</b> <i>Salida Pedagógica Adulto Mayor</i> .....	82

## Lista de Apéndices

<b>Apéndice A</b> <i>Nombres Personal Fundación Hogar Plenitud, Participante en Relatos.....</i>	96
<b>Apéndice B</b> <i>Preguntas de la Entrevista Semiestructurada.....</i>	97
<b>Apéndice C</b> <i>Preguntas de la Entrevista Semiestructurada Cuidadores y Administrativos.....</i>	101
<b>Apéndice D</b> <i>Potenciaciones del Adulto Mayor de la Fundación Hogar Plenitud.....</i>	103
<b>Apéndice E</b> <i>Consentimientos Informados.....</i>	114
<b>Apéndice F</b> <i>Consentimientos Informados.....</i>	115
<b>Apéndice G</b> <i>Consentimientos Informados.....</i>	116
<b>Apéndice H</b> <i>Videos e Imágenes de las Narrativas de los Tapiz de Memorias.....</i>	117
<b>Apéndice I</b> <i>Diarios de Campo.....</i>	118

## Introducción

El envejecimiento de la población es un fenómeno global con importantes implicaciones para la salud mental y emocional de los adultos mayores. Este proyecto exploró el ámbito de la psicología comunitaria en el fortalecimiento del reconocimiento y valoración de esta población, aspectos cruciales para el bienestar de la comunidad de adultos mayores de la Fundación hogar plenitud de la ciudad de Popayán.

Abordó temas importantes como el reconocimiento cuyo enfoque es el empoderamiento de las capacidades individuales y comunitarias, fomentando la participación activa de los miembros de la comunidad. La justicia social también hace parte de este enfoque comunitario, manteniendo un fuerte compromiso con los derechos humanos, buscando eliminar estereotipos negativos y promoviendo una distribución equitativa de recursos y oportunidades.

Desde la psicología comunitaria buscó el reconocimiento de los residentes de la Fundación hogar plenitud, disminuyendo el aislamiento a de partir una inclusión en el sistema de su comunidad. La participación comunitaria promovió la cooperación activa de los residentes en la identificación y solución de sus propios problemas, esto no solo valoró, sino que también aseguró que las intervenciones sean culturalmente relevantes y sostenibles.

Es importante considerar que, desde la salud mental comunitaria, el desarrollo de programas y servicios para mejorar esta condición a nivel comunitario es relevante, abordando factores como el estrés, la depresión y la ansiedad desde una perspectiva comunitaria. Este enfoque trabaja proyectos que buscan mejorar las condiciones de vida en las comunidades, como la creación de espacios comunitarios, la mejora de servicios y la promoción de lúdicas.

Siguiendo el contexto de los adultos mayores, la psicología comunitaria mantiene un enfoque de reconocimiento y valorización, este proyecto contribuyo a los adultos mayores a

reconocer sus logros y habilidades, y a encontrar nuevos propósitos en su vida. Se buscó la reducción del aislamiento social con la implementación de estrategias con aplicación de actividades lúdicas que aumentaron la oportunidad, la participación y la seguridad en los residentes de la fundación hogar plenitud, proporcionando oportunidades para tomar decisiones de incidencia en sus vidas, desarrollando sus habilidades personales y accediendo a recursos que mejoren su bienestar y autonomía, se incluyó conceptos como participación, movilización, agenciamiento y educación en la comunidad de adultos mayores buscando procesos enriquecedores y transformadores orientado en la elaboración del tapiz de memoria.

El reconocimiento del adulto mayor en este contexto implicó una valoración integral de sus capacidades, emociones, conocimientos y su rol en la comunidad, este enfoque holístico no solo mejoró el bienestar individual, sino que también enriqueció a la comunidad logrando la adaptación de actividades, asegurando la participación con movilidad física generando bienestar integral; emocionalmente validó y apoyo las experiencias de los adultos mayores mediante espacios de expresión que se dieron en un ambiente de seguridad para compartir sus historias que surgieron en los encuentros colectivos del desarrollo del proyecto.

Desde una perspectiva educativa, el reconocimiento implicó la valoración del conocimiento y las experiencias de vida de los adultos mayores por ser un aprendizaje intergeneracional el cual dio paso al intercambio de conocimientos entre generaciones, donde los adultos mayores pudieron enseñar y aprender de otros y de alguna manera aseguraron por primera vez que sus historias y conocimientos compartidos fueran documentados y preservados a través de la elaboración del tapiz de memoria.

## Planteamiento del Problema

El envejecimiento de la población es un fenómeno global que plantea desafíos significativos para su atención y reconocimiento, además de los retos para su atención, este cambio demográfico requiere un enfoque integral en los sistemas de salud y políticas públicas para abordar las necesidades únicas de este grupo poblacional, incluyendo el acceso a servicios de salud adecuados y la promoción de un envejecimiento activo (Calderón Fregeneda, García Ruiz, & Muñoz García, 2020).

Desde la psicología comunitaria, se priorizo la promoción del bienestar a través del fortalecimiento de la comunidad, ofreciendo una perspectiva valiosa para abordar desafíos, promoviendo la participación activa y el sentido de pertenencia de los adultos mayores (Montero M. , 2003).

En el ámbito internacional, se han originado planes dirigidos a aumentar el nivel de calidad de vida del adulto mayor, como el Plan de Acción Internacional 2002 que tiene como objetivo que los adultos mayores continúen participando en el sistema familiar, social, económico, cultural y cívicos, llevando a que estas personas "desarrollen su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de toda la vida y que participen conforme a sus necesidades, deseos y capacidades" (Psicólogos, 2002). El proyecto "El impacto del arteterapia en el empoderamiento y bienestar de adultos mayores en residencias geriátricas" destaca entre sus objetivos principales evaluar el impacto de la arteterapia en el empoderamiento de los adultos mayores y determina los cambios en el bienestar psicológico y social de los participantes (Ramírez, 2020). Los resultados indicaron un aumento significativo en la autoexpresión y la autoestima de los participantes, así como la demostración de una mejor integración social y una disminución en los niveles de depresión.

La Universidad de Buenos Aires, mediante el "Programas de empoderamiento y participación social en adultos mayores institucionalizados" promovió el empoderamiento, la participación social de los adultos mayores y evaluó los cambios en la percepción de autonomía y satisfacción vital. Los resultados mostraron que los adultos mayores participaron activamente en la toma de decisiones y en actividades comunitarias, se percibió un incremento notable en la percepción de control sobre sus propias vidas y una mayor satisfacción con su situación de vida (Alvarado, 2021)

En Colombia el reconocimiento de adulto mayor inicio como sujeto de especial protección constitucional en base al artículo 46 de la Constitución Política (Consejo Superior de la Judicatura, 1991). Los diferentes entes gubernamentales, han desarrollado diversas estrategias como mecanismos de acción, entre ellas las redes de apoyo social, que cobraron un valor significativo en la calidad de vida de las personas mayores en la medida en que pudieron brindar la oportunidad de continuar participando activamente en tareas productivas además de constituirse en un elemento de seguridad, protección y bienestar personal. En este sentido, es importante que los adultos mayores no sólo sean reconocidos como receptores de ayudas y servicios sino también como proveedores de apoyos materiales, afectivos e instrumentales, basados en la experiencia y la sabiduría que han adquirido a lo largo de la vida, desempeñando un papel protagónico en el fortalecimiento de los vínculos intergeneracionales al interior de la familia y la comunidad (Miralles, 2010). Se destacaron como proyectos nacionales el nombrado "Promoción del empoderamiento y la participación activa de adultos mayores en un hogar geriátrico de Medellín" (Castaño & Ríos, 2020). el cual destaca, el fomento, el empoderamiento y la participación activa de los adultos mayores en la toma de decisiones dentro del hogar geriátrico, midiendo el efecto del programa en la percepción de autonomía y calidad de vida de

los residentes; los resultados obtenidos permitieron incrementar la participación activa de los residentes en actividades y decisiones comunitarias, además de una extensión en la percepción de autonomía y una mejora en la calidad de vida de los participantes.

En Cartagena este tema toma importancia, destacando el trabajo de (Ortega & Rodríguez, 2023). “Empoderamiento del adulto mayor mediante la narrativa personal en un hogar geriátrico en Cartagena” quienes realizaron una intervención basada en la narrativa personal para empoderar a adultos y evaluar los cambios en la autoeficacia y el bienestar emocional de los participantes, tras la intervención, mejoró la autoeficacia y el bienestar emocional de los adultos mayores, además que los participantes reportaron sentirse más comprendidos y valorados al compartir sus historias de vida.

El reconocimiento y valoración del adulto mayor en el Cauca, requiere una comprensión profunda de las dinámicas sociales y culturales específicas de la región, las comunidades indígenas y afrodescendientes enfrentan desafíos únicos en cuanto a la visibilidad y la valoración de sus miembros mayores (De la Rosa & Hernández, 2022). Estas poblaciones, que han conservado sus prácticas culturales, encuentran en el reconocimiento un medio para fortalecer su identidad y participar activamente en la comunidad; las iniciativas de reconocimiento se han centrado en la participación comunitaria y la autogestión, según (Escobar, 2015), los programas de capacitación y las redes de apoyo son cruciales para el desarrollo de habilidades y la mejora de la calidad de vida del adulto mayor, al respecto, se destacan proyectos como “Reconocimiento y empoderamiento de adultos mayores en hogares geriátricos de Popayán” (López & Sánchez, 2020), cuyos objetivos se enmarcaron en la evaluación del impacto de un programa de actividades centradas en el reconocimiento de la historia de vida y empoderamiento en la autoestima y calidad de vida de adultos mayores en un hogar geriátrico en Popayán. Los

resultados mostraron una mejora significativa en la autoestima y en la percepción de la calidad de vida y cómo las actividades de reconocimiento de la historia personal ayudaron a reducir sentimientos de aislamiento y aumentaron la percepción de valor personal, también se destaca la importancia el proyecto "Empoderamiento a través de la memoria: Estrategias para el fortalecimiento de la identidad en adultos mayores en hogares geriátricos" de (Pérez, 2021), cuyo objetivo fue el diseño e implementación de una serie de talleres orientados a la recuperación y narración de historias de vida para fortalecer la identidad y el sentido de pertenencia en adultos mayores en un hogar geriátrico de Popayán, como resultado, permitió a los participantes explorar y compartir sus experiencias de vida, lo que resultó en una mayor cohesión grupal y un aumento en la autoeficacia percibida observando un incremento en la interacción social y en el apoyo mutuo entre los residentes.

El contexto anterior permite reconocer las acciones realizadas por diversos autores cuyo propósito coincide en generar acciones para mejorar la calidad de vida de adultos mayores, sin embargo, la aplicación de dichas estrategias resulta insuficientes, si no se trabaja desde el reconocimiento del ser "adulto mayor" y la integración comunitaria al "adulto mayor". El adulto mayor perteneciente a la fundación hogar plenitud enfrenta varios desafíos en términos de su protagonismo en la familia, comunidad y sociedad, sumado separación física de su hogar conduciéndolo hacia sentimientos de aislamiento y pérdida de identidad familiar, así como la percepción de abandono, afecta su autoestima; socialmente, el adulto mayor es percibido como dependientes y menos capaz, lo que puede llevar a estigmatización y discriminación.

El reconocimiento de los adultos mayores puede ser insuficiente, ya que a menudo se les ve a través del prisma de la dependencia y la necesidad de cuidado, aunque existen desafíos significativos, hay muchas oportunidades para mejorar el reconocimiento y la valorización de los

adultos mayores en la fundación hogar plenitud, la clave está en fomentar su participación activa y apreciar su contribución en todos los niveles: familiar, comunitario y social, entendiendo su contexto como comunidad en donde sí se logra el desarrollo de estos niveles.

¿El tapiz de memorias elaborado por adultos mayores de la fundación hogar plenitud de la ciudad de Popayán permitirá el reconocimiento del ser y su valor comunitario?

## Justificación

El envejecimiento poblacional es un fenómeno global que está transformando las estructuras sociales, económicas y culturales de las comunidades, internacionalmente, la percepción del adulto mayor varía considerablemente estos contextos, frente a ello, la tendencia es un creciente reconocimiento de los derechos, la dignidad y la contribución continua de las personas mayores en la sociedad. La Organización de las Naciones Unidas (ONU) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) promueven una visión inclusiva mediante la optimización de oportunidades para la salud, la participación y la seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen (World Health Organization, 2002). Los adultos mayores constituyen un segmento creciente de la población, y su cuidado en instituciones como los centros de cuidado o fundaciones prestadoras de este servicio, representa un desafío crucial, sobre todo en la ausencia de su núcleo familiar y la pérdida progresiva de reconocimiento y valoración del adulto mayor. Según el informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS Organización Mundial de la Salud, 2021), la proporción de personas mayores de 60 años en todo el mundo se duplicará de aquí a 2050, alcanzando el 22% de la población global. En este contexto, es esencial implementar estrategias que promuevan el reconocimiento y la integración comunitaria de los adultos mayores, especialmente aquellos que residen en centros de cuidados o fundaciones que prestan este tipo de servicios, para asegurar su bienestar y calidad de vida.

Desde la perspectiva de la psicología comunitaria, el reconocimiento del adulto mayor no solo se traduce en beneficios individuales sino también en el fortalecimiento del tejido social de las comunidades (Montero M. , 2003) argumenta que la psicología comunitaria busca promover la participación activa y el empoderamiento de los individuos dentro de sus comunidades, lo cual

es fundamental para construir sociedades más inclusivas y equitativas. Este proyecto busca generar espacios de reflexión en la comunidad de adultos mayores de la Fundación hogar plenitud frente al reconocimiento y su valorización a través de la elaboración del tapiz de memoria utilizada como fuente de ayuda a los participantes evocando eventos pasados, emociones o pensamientos, lo que se complementará con la estrategia "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" apoyada en actividades lúdicas que generen diálogos y construcción del reconocimiento de la población en los adultos mayores con el propósito de transformar los centros de cuidados especializados como la fundación hogar plenitud es en espacios de interacción significativa y conexión comunitaria, contribuyendo al desarrollo social de la región y del país.

La novedad de este proyecto radica en su enfoque integrador y creativo para el reconocimiento del adulto mayor, combina actividades lúdicas con la elaboración de un tapiz de memoria, una práctica que no solo promueve la expresión artística y personal de los residentes, sino que también facilita la creación de un objeto tangible que simboliza historias personales y colectivas de la comunidad de la fundación. Este enfoque no ha sido ampliamente implementado en las instituciones de cuidado de personas mayores, lo que lo convierte en una intervención innovadora y con un gran potencial para replicarse en distintos contextos (Garvey & eat, 2018)

Este proyecto resulto novedoso por su enfoque integrador y creativo aplicado para el reconocimiento de una población vulnerable, quienes se describen como invisibles y desvalorizados por la comunidad en general.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Aplicar la estrategia "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" que permita el reconocimiento de los adultos mayores mediante actividades lúdicas en la Fundación Hogar de Popayán.

### **Objetivos Específicos**

Identificar las percepciones que se tienen hacia el adulto mayor de la Fundación hogar plenitud.

Generar espacios de reflexión encaminados a la sensibilización de la comunidad de adultos mayores de la Fundación hogar plenitud por medio del tapiz de memoria.

Ejecutar la estrategia "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" a través de actividades lúdicas que generen diálogos, movilización, agenciamiento y compromisos desde las dimensiones, cognitiva, socioemocional, física y educativa en el adulto mayor de la Fundación hogar plenitud.

Socializar los resultados de la estrategia "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" en la comunidad de la fundación hogar plenitud para dar continuidad a la estrategia que favorezca el reconocimiento en el adulto mayor.

## **Marco Teórico**

### **El Adulto Mayor**

Se define al adulto mayor generalmente como una persona de 60 años o más, de acuerdo con las perspectivas de la población mundial 2022, el crecimiento de esta población está ocurriendo a un ritmo más rápido en comparación con el de los individuos menores de esa edad, proyectando que la proporción de esta población aumentará al 16% para 2050. Además, se estima que, para ese año, el número de personas de 60 años o más será el doble que el de los niños menores de 5 años y se aproximará al número de niños menores de 12 años. (Naciones Unidas, 2024).

Este segmento de la sociedad experimenta una serie de cambios físicos, psicológicos y sociales a medida que envejece. A menudo, los adultos mayores enfrentan desafíos significativos, como la disminución de las capacidades físicas, el retiro de la vida laboral, la pérdida de seres queridos y el aislamiento social (Papalia & Martorell, 2021). Sin embargo, también tienen la oportunidad de vivir esta etapa de la vida de manera plena y significativa, aprovechando la acumulación de experiencia y sabiduría adquirida a lo largo de los años.

El bienestar de los adultos mayores no solo depende de la atención médica, sino también de su integración y participación en la comunidad, programas de psicología comunitaria que se centran en el reconocimiento y su valorización pueden jugar un papel crucial en ayudar a los adultos mayores a encontrar nuevos propósitos y a mantener un sentido de identidad y pertenencia.

### **De lo Comunitario a la Acción**

La psicología comunitaria reconoce que las comunidades poseen una riqueza de conocimientos y recursos que son fundamentales para abordar sus propios desafíos. Según

(Montero M. , 2004), uno de los principios básicos de la psicología comunitaria es la autogestión, que implica que las comunidades deben ser los principales agentes de su propio desarrollo. Este enfoque promueve la participación de los miembros de la comunidad en todos los aspectos del proceso de intervención, desde la identificación de problemas hasta la implementación de soluciones y la evaluación de resultados.

La psicología comunitaria es una rama de la psicología que se enfoca en comprender y mejorar la relación entre los individuos y sus comunidades (Mori Sanchez, 2009).

A diferencia de otras áreas de la psicología que se concentran principalmente en el individuo, la psicología comunitaria aborda los problemas desde una perspectiva más amplia, considerando el contexto social, económico, político y ambiental que influye en el bienestar de las personas. El principal objetivo es la promoción del bienestar y la calidad de vida de las personas dentro de sus comunidades, prestando especial atención a grupos vulnerables o marginados.

Además, (Kagan, Burton, Duckett, Lawthom, & Siddiquee, 2019), subrayan la importancia de la praxis, la unión de teoría y acción, en la psicología comunitaria. La praxis no solo permite una comprensión más profunda de las dinámicas comunitarias, sino que también facilita la creación de intervenciones que son culturalmente relevantes y sostenibles. Estos autores destacan que la acción comunitaria efectiva requiere un compromiso con la justicia social y la equidad, asegurando que todas las voces dentro de la comunidad sean escuchadas y valoradas.

En el contexto latinoamericano, (Montero & Varas, 2007), argumentan que la psicología comunitaria debe centrarse en el empoderamiento y la transformación social. Las intervenciones deben ser diseñadas de manera que fortalezcan la capacidad de las comunidades para resolver sus

propios problemas y mejorar su calidad de vida. Este enfoque no solo aborda las necesidades inmediatas, sino que también trabaja para cambiar las estructuras sociales que perpetúan la desigualdad y la exclusión.

Una comunidad se precisa como esas agrupaciones de individuos de un pueblo, región o nación, en la cual los fenómenos sociales, especialmente los psicosociales, surgen a partir de elementos comunes que los unen. Estos elementos pueden ser intereses compartidos u otros aspectos que generan relaciones de interacción, involucrando conocimientos, acciones y emociones por parte de sus miembros.

El significado de una comunidad reside en considerarla como una conexión emocional más que como un espacio físico. En este contexto, se experimentan procesos psicosociales que abarcan la opresión, la transformación y la liberación entre el grupo de individuos que hacen parte de la comunidad, gracias a sus interacciones y al compartir el mismo entorno. Los miembros de la comunidad cobran importancia entre sí debido a la presencia de necesidades y compromisos compartidos, lo cual refleja las características propias de dicha comunidad. En este contexto, también se ven involucrados valores éticos, morales, costumbres, tradiciones, identidades étnicas, así como vínculos familiares, entre otros.

Bajo la anterior premisa la Fundación hogar plenitud hace parte de lo que consideramos una comunidad en razón propia de su existencia, sus fundadores expresan las intenciones humanamente representativas de brindar un servicio enfocado hacia ese tipo de población ya que conocen y comparten características como edad, atenciones de cuidados específicos, necesidad de acompañamiento y protección, interés en mantener un ambiente tranquilo, en calma, el deseo del silencio, el trabajo por mantener normas y deberes entre ellos, son elementos destacados y comunes que comparten tanto fundadores, cuidadores y adultos mayores en el lugar, lo que

cumple la razón más significativa de la comunidad, que vendría a ser el conjunto de personas que habitan en un mismo entorno y sienten pertenencia al estar allí.

### **Salud Mental Comunitaria**

La salud mental comunitaria para adultos mayores en centros de cuidado se enfoca en estrategias que promuevan el reconocimiento y la validación de sus identidades y experiencias. Este enfoque busca reforzar la autoestima y el sentido de pertenencia de la población adulta mayor, acompañados con sus cuidadores al validar sus contribuciones y recuerdos en un entorno comunitario. De acuerdo con (Rodríguez & Fernández, 2021), el reconocimiento es fundamental para el bienestar psicológico, ya que facilita un sentido de valor y relevancia personal, lo cual es especialmente crítico en la tercera edad, cuando las conexiones sociales y la identidad pueden verse comprometidas por el entorno institucional.

### **Teoría del Envejecimiento Activo y su Aplicación en Centros de Cuidado para Adultos Mayores.**

El concepto de "Envejecimiento Activo" formulado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) proporciona un marco teórico integral para la promoción del bienestar en adultos mayores. Este enfoque se centra en la optimización de oportunidades para la salud, la participación y la seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen (World Health Organization, 2002). La implementación de este concepto en centros de cuidado para adultos mayores se ha demostrado efectiva en promover el reconocimiento y la valorización de los adultos mayores.

El envejecimiento activo promueve el reconocimiento de la historia y la identidad personal de los adultos mayores mediante actividades que celebran su trayectoria de vida. Las intervenciones centradas en la reminiscencia, como compartir historias de vida, permiten a la

comunidad recordar y validar sus experiencias pasadas, como desde la teoría del envejecimiento activo sostiene que reconocer y validar la historia de vida de los adultos mayores es esencial para su autoestima y sentido de identidad (World Health Organization, 2002).

El enfoque del envejecimiento activo también enfatiza el empoderamiento mediante la participación de los adultos mayores en la toma de decisiones que afectan su vida diaria y el entorno comunitario. Esta participación no solo aumenta el sentido de control y autonomía, sino que también empodera a los residentes al hacerles sentir que sus opiniones son valoradas; El empoderamiento, como una dimensión del envejecimiento activo, implica otorgar a los adultos mayores oportunidades para influir en sus condiciones de vida, promoviendo así su sentido de agencia y autoeficacia (World Health Organization, 2002).

Es importante tener en cuenta las percepciones en el tiempo, como cambian con la edad, mientras los jóvenes perciben el futuro como amplio y lleno de oportunidades, los adultos mayores lo ven con varias limitaciones. Esta percepción influye en sus motivaciones, promoviendo una orientación hacia el presente y la optimización del bienestar emocional inmediato. Laura L. Carstensen desarrolló la teoría socioemocional selectiva para explicar cómo las personas, especialmente los adultos mayores, ajustan sus objetivos motivacionales a lo largo de la vida en función de su percepción del tiempo (Carstensen, 1992).

Desde la comunidad abordada en este proyecto, podemos decir que es relevante la salud mental comunitaria en la población, enfocada en el reconocimiento y su valorización, es la propuesta por (López & Martínez, 2022), según esta teoría, la salud mental en estos contextos se fortalece a través de un enfoque integrador que promueve el reconocimiento de la historia de vida, logros personales y roles pasados de la población adulta mayor. Este enfoque sugiere que al fomentar espacios donde los adultos mayores puedan compartir y reflexionar sobre sus

experiencias personales, se mejora su autoestima y se mitiga el aislamiento social. La teoría resalta que este reconocimiento no solo se limita al ámbito personal, sino que debe ser un esfuerzo comunitario que involucre al personal de cuidado, las familias y otros acudientes, generando un entorno de respeto y valorización continua, esencial para el bienestar emocional y la calidad de vida de los adultos mayores en la fundación hogar plenitud.

## Marco Disciplinar

En la psicología comunitaria, el reconocimiento de los adultos mayores en centros de cuidado se enfoca en valorar y visibilizar sus contribuciones, capacidades y experiencias de vida, promoviendo su inclusión y participación en la comunidad. Este enfoque busca contrarrestar la marginalización y el aislamiento social, permitiendo que los adultos mayores mantengan un sentido de identidad y pertenencia. Según (Honneth, 1996), el reconocimiento de los adultos mayores en contextos de cuidado es esencial para su bienestar y dignidad, y se debe abordar desde el amor, el derecho y la solidaridad, fortaleciendo su identidad y participación en la comunidad.

El proyecto se basó en el reconocimiento dirigido hacia la población de adultos mayores en centros de cuidado, desde la perspectiva de la psicología comunitaria, buscando fortalecer la autonomía y la autoestima de esta población.

El reconocimiento del adulto mayor en la comunidad se enmarca en varias disciplinas académicas, incluyendo gerontología, estudios culturales, trabajo social y educación. Este enfoque interdisciplinario permite abordar el reconocimiento del adulto mayor desde múltiples perspectivas, cada una de estas disciplinas aporta herramientas y conocimientos esenciales para entender y potenciar el impacto de este proyecto en la comunidad.

La gerontología, como disciplina que estudia el envejecimiento y sus efectos, ofrece una base teórica para entender las necesidades y potencialidades de los adultos mayores.

Los estudios culturales proporcionan un marco para entender cómo se construyen y transforman las identidades y memorias colectivas a través de prácticas artísticas y narrativas, Hall explora cómo las prácticas culturales, como la elaboración de tapices de memoria, pueden servir para representar identidades comunitarias.

El trabajo social proporciona estrategias y enfoques para la intervención comunitaria y la promoción del bienestar social, especialmente entre poblaciones vulnerables como los adultos mayores, Payne ofrece una visión comprensiva de las teorías del trabajo social que pueden aplicarse para facilitar la integración y participación de los adultos mayores en proyectos comunitarios.

La educación juega un papel crucial en la facilitación de procesos de aprendizaje intergeneracional y en la transmisión de conocimientos y valores culturales, Mezirow introduce el concepto de aprendizaje transformativo, que es relevante para entender cómo la participación en la elaboración del tapiz puede transformar la percepción y la identidad de los adultos mayores, Mezirow, J. (1991).

## **Marco Conceptual**

En la psicología comunitaria, el reconocimiento de los adultos mayores que residen en centros de cuidado se concibe como un proceso multidimensional que incluye la validación de su identidad, historia de vida, y contribuciones. Según (Honneth, 1996), el reconocimiento del adulto mayor en estas instituciones de cuidado abarca la valoración, visibilizarían sus experiencias y contribuciones sociales, fundamentales para su identidad y bienestar psicológico. Este reconocimiento se traduce en la satisfacción de necesidades cognitivas, socioemocionales, físicas y educativas básicas, como el respeto por sus derechos individuales y la inclusión activa en la comunidad. En este marco, el reconocimiento no solo promueve la autoestima y la dignidad del adulto mayor, sino que también fortalece su sentido de pertenencia y participación en la vida comunitaria, contrarrestando así posibles efectos de marginalización y aislamiento (Honneth, 1996).

La teoría de Axel Honneth ofrece una estructura clara, adaptada al contexto gerontológico por autores contemporáneos. Según esta teoría, el reconocimiento se desglosa en tres tipos clave que se reflejan en el cuidado y la interacción con la comunidad de adultos mayores de estos centros de cuidado:

### **Reconocimiento Afectivo (Amor)**

Este tipo se relaciona con el establecimiento de vínculos emocionales y relaciones de cuidado que refuerzan la autoestima y seguridad emocional de los adultos mayores. Aquí, la presencia de afecto genuino y apoyo emocional es crucial para que la población se sienta valorados y queridos.

**Reconocimiento Jurídico (Derechos)**

En este ámbito, se asegura que los derechos legales y sociales de la población sean respetados. Esto incluye el reconocimiento de su dignidad, la garantía de justicia en el trato, y la protección de sus derechos como ciudadanos, facilitando un entorno donde se sienten respetados y con poder de decisión sobre sus vidas.

**Reconocimiento Social (Solidaridad)**

Este tipo de reconocimiento se enfoca en valorar y honrar las contribuciones pasadas y presentes de los adultos mayores a la sociedad. Promueve la integración social de la población al reconocer su experiencia y conocimientos, permitiéndoles participar activamente en la vida comunitaria del centro o institución de cuidado.

Lo que caracteriza al reconocimiento en la población adulta mayor que reside en centros de cuidado se enfatiza en la garantía de un entorno con:

Valor, importancia de ser reconocido positivamente por otros miembros de la comunidad en diversas dimensiones de la vida.

Respeto; dimensión fundamental que implica reconocer y valorar la dignidad y autonomía de cada individuo.

Capacidad identitaria; habilidad de los individuos para desarrollar y mantener una identidad coherente y positiva a través de las interacciones sociales y las relaciones con los demás.

Agencia personal; capacidad y derecho de los individuos para actuar y tomar decisiones autónomas sobre sus propias vidas.

En la psicología comunitaria, las percepciones representan las maneras en que los individuos interpretan y valoran su entorno y experiencias, influyendo en su comportamiento y

bienestar (Levy B. R., 2009). En comunidades de adultos mayores en centros de cuidado, estas percepciones incluyen la dimensión cognitiva (como el envejecimiento puede influir significativamente en su funcionamiento cognitivo real) emocional (cómo se sienten seguros o ansiosos), la social (sensaciones de pertenencia o exclusión), la física (cómo perciben su salud y el entorno físico) y la educativa (valoración de las oportunidades de aprendizaje y crecimiento personal). (Levy B. R., 2009), subraya que estas percepciones son cruciales para el bienestar y la adaptación de los residentes, ya que influyen en su sentido de identidad y comunidad.

En base a lo anteriormente descrito, nos encontramos con aquellas ideas preconcebidas, de carácter positivo o negativo dentro de los ámbitos cognitivo, socio-emocional, físico, y educativo en cuanto a las percepciones de la población adulta mayor obtenidas desde las personas que las rodean, abordemos el impacto de los estereotipos positivos en los adultos mayores, según (Levy B. R., 2009), los estereotipos positivos pueden influir positivamente en el bienestar y la salud mental de los adultos mayores al fomentar una autoimagen positiva y promover comportamientos saludables.

El anterior abordaje permite percibir al adulto mayor desde percepciones positivas como sabiduría, experiencia, funcionalidad, felicidad, amor, respeto, conocimiento, valor, sabiduría, empatía, experiencia, apoyo, admiración, gratitud, espiritualidad, ternura, admiración, entre otras donde el adulto mayor puede internalizar y adoptar esos roles de manera más activa, lo que podría conducir a una mejor autoestima y una mayor participación social. Además, los estereotipos positivos pueden mejorar las expectativas sociales hacia los adultos mayores, aumentando así las oportunidades de interacción social y participación activa en la comunidad (Levy B. R., 2009)

Según (Losada, 2004), las percepciones negativas hacia la vejez como olvido, desamparo, rechazo, abandono, indiferencia, descuido, intolerancia tienen un impacto relevante en la forma en la que la sociedad en general y los profesionales del ámbito sociosanitario, en particular, pueden adoptar prácticas que perjudican el bienestar de las personas mayores, perpetuando estereotipos negativos y dificultando su cambio.

Para el contexto de adultos mayores, cuando implica proporcionar oportunidades en la toma de decisiones que afectan sus vidas, desarrollen habilidades personales y accedan a recursos que mejoren su bienestar y autonomía, conceptos como participación, movilización y agenciamiento en esa comunidad son los que les ayudarían a obtener procesos enriquecedores y transformadores, especialmente cuando se enfocan en la elaboración del tapiz de memoria definiendo este desde la perspectiva de la psicología comunitaria, como una práctica valiosa para fomentar la conexión interpersonal y preservar la identidad cultural y personal de los participantes. Este tipo de trabajo implicó la creación de una narrativa visual que documentó y celebró las historias de vida de los adultos mayores participantes, permitiéndoles diálogos, reflexiones, movilizaciones, fortaleciendo su sentido de pertenencia y comunidad, apoyado en la teoría del envejecimiento exitoso, que destaca la importancia del compromiso social y la continuidad en las actividades significativas (Rowe & Kahn, 1997); abordemos ahora los tres conceptos emergentes:

La Participación se dio en la población con el involucramiento activo, fundamental para que los adultos mayores se sintieran parte del proyecto desde el inicio a través de reuniones donde se discutían las ideas y se tomaban decisiones colectivas sobre el diseño y los temas del tapiz de memoria, entendido este como una herramienta para preservar la continuidad de la identidad y fomentar un sentido de pertenencia y conexión en el entorno comunitario, según

(McAdams, 2001), la identidad narrativa es un proceso dinámico que involucra tanto la introspección como la interacción social, por medio de relatos personales que no solo reflejan experiencias individuales, sino que también están influenciados por contextos culturales y sociales. y decisiones respecto al desarrollo de las actividades lúdicas basándose en la idea de que la recreación y el juego promueve la integración social, estimula las habilidades cognitivas y emocionales, y fortalece el sentido de pertenencia y comunidad entre los residentes, este tipo de aprendizajes fomentan la participación y promueven además la socialización y la formación continua.

En cuanto a la movilización desde la sensibilización el primer paso se centró en aumentar la conciencia y comprensión sobre la importancia de la implementación del proyecto basado en el desarrollo de actividades lúdicas y la elaboración del tapiz de memoria acompañado de narrativas para educar tanto a los adultos mayores como al personal cuidador sobre los beneficios cognitivos, socio-emocionales, físicos y educativos, así como desde la participación activa al involucrar a la población adulta mayor como a los cuidadores en la planificación y ejecución de actividades de movilización, logrando fomentar un ambiente de apoyo social buscando la motivación y respaldo de manera unánime.

Desde el agenciamiento generando un papel activo en la construcción y mantenimiento de su identidad y memoria colectiva con valorización personal en el sentido de propiedad y orgullo en el proyecto, logrando reconocimiento y logros tanto individuales como colectivos a lo largo del proceso y sin duda las narrativas personales enriquecen el contenido de la elaboración del tapiz y validan a los participantes en el reconocimiento de sus vidas y contribuciones, sobre la riqueza de las experiencias de la comunidad.

## **Metodología Participativa**

Según Paulo Freire, uno de los principales teóricos de la educación participativa:

"La metodología participativa es una forma de investigación y acción donde los sujetos se convierten en co-investigadores y co-creadores del conocimiento, lo cual promueve la conciencia crítica y la transformación social." (Freire, *Pedagogía del oprimido* (30ª ed.). Siglo XXI Editores, 2000).

Este tipo de metodología permite el incluir activamente a la comunidad en diagnóstico, diseño, implementación y socialización en la búsqueda de su reconocimiento y valorización, además se incorpora perspectivas, conocimientos y habilidades de todos los participantes, promoviendo una colaboración equitativa. (Sánchez Martínez, 2017), destaca la importancia de utilizar metodologías participativas para valorar a los adultos mayores y mejorar su calidad de vida.

Mediante el modelo del empoderamiento, Zimmerman menciona que en comunidades de adultos mayores implica fortalecer a los residentes para que reconozcan sus habilidades, reflexionen sobre sus experiencias, lideren acciones, tomen decisiones informadas y se comprometan con su bienestar y el de su comunidad (Zimmerman, 2000).

Zimmerman destaca que el empoderamiento no es solo el aumento del control personal, sino también la capacidad de la comunidad para influir en su entorno y mejorar su calidad de vida a través de la participación activa, este enfoque no solo mejora la calidad de vida de la comunidad de la fundación hogar plenitud, sino que también fortaleció su sentido de pertenencia y valor dentro de la misma (Zimmerman, 2000)

Esta metodología participativa mediante la entrevista semiestructurada, enfatiza una técnica de recolección de datos cualitativa combinando preguntas preestablecidas con la

flexibilidad de explorar temas emergentes durante su aplicación, se utiliza una guía con preguntas abiertas que orientaron la discusión, permitiendo adaptar y profundizar, según las respuestas del entrevistado, para obtener información detallada sobre las percepciones, experiencias y opiniones de la comunidad de la fundación hogar plenitud, facilitando una comprensión más profunda de fenómenos complejos manteniendo una estructura básica que asegura la cobertura de los temas clave y de las necesidades comunitarias que se abordan desde la elaboración del tapiz de memoria, profundizando un poco, la significancia de la creación de un tapiz de memoria en la comunidad, implica un proceso colaborativo donde los adultos mayores y cuidadores representan historias personales y colectivas a través del arte textil. Este enfoque facilita la construcción de identidad, promoviendo la integración social que sirve como una herramienta fortalecedora de vínculos comunitarios apoyando la salud mental (Montero M. , 2012), este proceso se usa para facilitar la expresión y el compartimiento de recuerdos importantes, promoviendo la cohesión además de preservar la historia personal y colectiva, reforzando la autoestima, estimulando la memoria y fortaleciendo las conexiones interpersonales a través de narrativas compartidas.

Además, el papel de la aplicación de actividades lúdicas como esos espacios de dialogo, participación, movilización, agenciamientos y gestión en la comunidad, actúan como catalizadores para la interacción social y la participación activa, proporcionando un entorno seguro y positivo para la expresión y el disfrute colectivo (Yolanda, 2018).

## **Marco Legal**

### **Normativas Protectoras del Adulto Mayor**

La constitución política de Colombia, en su artículo No. 13 el cual reza todas las personas nacen libres e iguales ante la ley, recibirán la misma protección y trato de las autoridades y gozarán de los mismos derechos, libertades y oportunidades sin ninguna discriminación por razones de sexo, raza, origen nacional o familiar, lengua, religión, opinión política o filosófica. El Estado promoverá las condiciones para que la igualdad sea real y efectiva y adoptará medidas en favor de grupos discriminados o marginados. El Estado protegerá especialmente a aquellas personas que, por su condición económica, física o mental, se encuentren en circunstancia de debilidad manifiesta y sancionará los abusos o maltratos que contra ellas se cometan. (Consejo Superior de la Judicatura, 1991)

Ley 1251 del 27 de noviembre de 2008, "mediante la cual se dictan normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores," establece en su Título I, Artículo 6, Numeral 2, ítem b, la necesidad de "generar espacios de reconocimiento del saber, de las habilidades, competencias y destrezas de los adultos mayores".

Ley 1616 del 21 de enero de 2013 cataloga la salud mental como "un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad". (Congreso de Colombia., 2013).

Ley 1850 de 2017 Esta ley, conocida como el Estatuto del Envejecimiento, establece los derechos fundamentales de las personas mayores en Colombia. Promueve su participación activa en la sociedad y garantiza el acceso a servicios de salud, vivienda, recreación y cultura, además

de prohibir la discriminación por razones de edad y fomentar la inclusión social de los adultos mayores. (Congreso de Colombia, 2017). Ley 1850 de 2017.

Ley 1315 de 2009 Esta ley tiene como objetivo prevenir el maltrato y abuso hacia las personas mayores. Establece medidas para detectar, denunciar y sancionar cualquier forma de violencia o negligencia contra los adultos mayores y promueve programas de sensibilización y capacitación para prevenir situaciones de riesgo y fomentar el respeto hacia esta población. (Congreso de Colombia, 2009). Ley 1315 de 2009.

### **Resolución 2646 de 2008**

Esta resolución se centra en la protección de la salud mental de los adultos mayores, estableciendo pautas para la promoción, prevención, diagnóstico y tratamiento de trastornos mentales en esta población, así como la capacitación de profesionales de la salud para brindar una atención integral y sensible a sus necesidades psicológicas. (Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia, 2008). Resolución 2646 de 2008.

### **Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores**

Esta convención, promovida por la Organización de los Estados Americanos (OEA), tiene como objetivo proteger los derechos humanos de las personas mayores en la región. Fomenta la plena vigencia de todos los derechos y garantías para este grupo, instando a los Estados miembros a ratificar y aplicar sus disposiciones. (Organización de los Estados Americanos, 2015).

### **Consideraciones Éticas**

La realización del proyecto "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas", preserva su enfoque en el reconocimiento y la valorización del adulto mayor mediante la elaboración de

un tapiz de memoria y a través de actividades lúdicas implicando consideraciones éticas importantes para asegurar el respeto, la dignidad y el bienestar de los participantes, es fundamental asegurar el consentimiento informado, la confidencialidad, el respeto cultural, la no maleficencia, la voluntariedad, la reflexividad, la transparencia, y el empoderamiento de los participantes. Estas prácticas no solo protegen a los adultos mayores, sino que también enriquecen la calidad y autenticidad del proyecto.

El consentimiento informado es fundamental para garantizar que los adultos mayores comprendan completamente el propósito del proyecto, los procedimientos, los posibles riesgos y beneficios, y que participen de manera voluntaria, Beauchamp y Childress subrayan la importancia del respeto por la autonomía, que se asegura mediante el consentimiento informado, (Beauchamp & Childress, 2013).

Es esencial proteger la confidencialidad de las historias y datos personales compartidos por los adultos mayores durante el proyecto, Sieber destaca la importancia de mantener la confidencialidad para proteger la privacidad de los participantes y fomentar un ambiente de confianza, (Sieber, 1992).

El proyecto aborda historias y experiencias de vida de los adultos mayores con respeto y sensibilidad, reconociendo y valorando sus contextos culturales y personales, Banks enfatiza la importancia de respetar la diversidad cultural y la dignidad de los participantes en cualquier proyecto social, (Banks, 2012).

El principio de no maleficencia requiere que los investigadores eviten causar daño a los participantes, mientras que el principio de beneficencia implica maximizar los beneficios potenciales del proyecto, Gillon aborda estos principios éticos fundamentales en el contexto de la ética médica, que son igualmente aplicables en la investigación social, (Gillon, 1994).

La participación fue completamente voluntaria, la comunidad no manifestó sentirse presionados a participar por razones económicas, sociales o familiares, Orb, Eisenhauer, & Wynaden discuten la importancia de la voluntariedad y la ausencia de coerción en la investigación cualitativa, (Orb, Eisenhauer, & Wynaden, 2001).

Los investigadores deben ser reflexivos sobre sus propios prejuicios y cómo estos pueden influir en la interpretación de las historias de los adultos mayores. La transparencia en los métodos y objetivos del proyecto también es crucial, (Finlay, 2002), analiza cómo la reflexividad en la investigación puede mejorar la ética y la calidad del trabajo.

El proyecto busco reconocer y valorar a los adultos mayores, dándoles agencia en la narración y creación del tapiz, permitiéndoles decidir qué historias contar y cómo representarlas, Freire promueve una educación liberadora que empodera a los individuos y les da control sobre su propio proceso de aprendizaje y expresión (Freire, *Pedagogy of the Oppressed*, 1970)

## **Metodología**

### **Población Objeto de Estudio**

La Fundación Hogar plenitud se encuentra ubicada en el kilómetro 1 vía Totoró de la ciudad de Popayán, se conforma por 24 personas adultas mayores, 12 cuidadores en los que se encuentra fisioterapeutas, enfermeras, personal de oficios varios y en la parte administrativa se encuentra la directora con su representante legal.

Los beneficiarios del proyecto "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" abarcan tanto a los participantes directos como a la comunidad en general:

Beneficiarios directos.

Adultos Mayores Participantes.

### **Empoderamiento Personal**

Al compartir y ver valoradas sus historias de vida, los adultos mayores experimentaron un aumento en su autoestima y sentido de propósito.

### **Reconocimiento Social**

Se les otorgó un espacio donde sus experiencias y conocimientos son reconocidos y apreciados, ayudándoles a combatir la invisibilidad social.

### **Integración Comunitaria**

La participación en el proyecto fomentó la interacción social, reduciendo la soledad y promoviendo un sentido de pertenencia.

### **Estimulación Cognitiva y Creativa**

La narración de historias y la elaboración del tapiz estimularon la memoria, la creatividad y la destreza manual.

Beneficiarios Indirectos.

Comunidad Adulta Mayor.

### **Fortalecimiento de Vínculos**

La participación de sus cuidadores en actividades mejoró las relaciones internas de la comunidad y fomento una mayor comprensión y aprecio por la historia de vida de los adultos mayores.

### **Herencia Cultural**

La comunidad se benefició al compartir legados culturales y personales transmitidos a través del tapiz de memoria, fortaleciendo la identidad y las raíces familiares que como comunidad han establecido.

### **Desarrollo de Empatía**

La interacción con y entre adultos mayores y la comprensión de sus historias fomentaron la empatía y la cohesión social.

Beneficiarios Comunitarios.

Comunidad en General.

### **Fortalecimiento del Tejido Social**

El proyecto promovió la interacción y la cooperación entre diferentes grupos de edad, fortaleciendo los lazos comunitarios.

### **Preservación de la Memoria Colectiva**

El tapiz de memoria actúo como un archivo vivo de la historia y cultura de la comunidad, preservando conocimientos y experiencias valiosas para las generaciones futuras.

### **Promoción de la Inclusión y Diversidad**

La valorización de las historias de vida de los adultos mayores promovió una comunidad más inclusiva y respetuosa de la diversidad.

Para el desarrollo de este proyecto social aplicado a la comunidad de los adultos mayores de la Fundación Hogar plenitud de la ciudad de Popayán. Se aplicó la metodología participativa (Freire, Pedagogía del oprimido (30ª ed.). Siglo XXI Editores, 2000), usando el modelo del empoderamiento, entrevistas semiestructuradas y elaboración del tapiz de memoria descritos ampliamente en los apartes iniciales de este proyecto.

La metodología participativa se desarrolló en 4 fases:

### **Fase 1 Construcción de Diagnostico**

Para el diagnóstico inicial de la población se aplicó la herramienta participativa entrevista semiestructurada, que por su naturaleza permitió a la persona aplicar cierta flexibilidad ofreciendo alto grado de información de los resultados. Esta herramienta permitió identificar y analizar los problemas clave que afectan el reconocimiento y valorización de la comunidad en la fundación hogar plenitud y diseñar intervenciones lúdicas que potencien su bienestar y autoestima, basándose en las percepciones, prejuicios y experiencias de los involucrados.

### **Fase 2 Sensibilización del Proyecto**

A través del proceso de elaboración del tapiz de memoria con un grupo focal de la comunidad de la fundación hogar plenitud, se fomentó un entorno de respeto, inclusión, reconocimiento y valorización que potenció el empoderamiento individual y colectivo.

### **Fase 3 Desarrollo de la Estrategia Lúdica**

El proyecto "Memorias Tejidas, Conectando Historias y Vidas" promovió el reconocimiento y la valorización de la comunidad de la fundación hogar plenitud mediante la ejecución de actividades lúdicas, basándonos en la participación activa de los participantes, quienes compartieron sus historias y experiencias en las dinámicas conversacionales estimulando sus habilidades cognitivas y emocionales, por medio de actividades participativas, la comunidad

se involucró en el diseño, la implementación el desarrollo, ejecución y reflexión sobre todas las temáticas abordadas, asumiendo roles de liderazgo y tomando decisiones que impactaron directamente en el sentir del proyecto, de esta manera, la movilización comunitaria se fortaleció al integrar a los adultos mayores, el personal de cuidadores, personal voluntario e indirectamente a las familias en la facilitación y apoyo de estas iniciativas al observar un reconocimiento comunitario que valoro de manera general a toda la comunidad, gracias al desarrollo del papel activo de los mismos en la creación y gestión de su entorno y gracias a la inclusión en la toma de decisiones y la generación de compromisos colectivos, como la continuidad del proyecto y la expansión mediante el desarrollo de actividades lúdicas, este proyecto no solo fortaleció la cohesión social y el bienestar físico y emocional, sino que también valoró la rica herencia cultural y las historias de vida de la comunidad, fomentando un entorno de respeto, inclusión y sentido de comunidad.

#### **Fase 4 Socialización**

Se presentaron los resultados y se acopiaron las sugerencias para la construcción de acciones de mejoramiento de la implementación y desarrollo del proyecto "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" con el fin de seguir vinculando a la población vulnerable en el fortalecimiento del reconocimiento y valorización, la cohesión comunitaria, los procesos inclusivos, fortaleciendo los lazos sociales y la identidad grupal mediante la participación activa y la valoración de las historias personales, facilitando un sentido de pertenencia y orgullo tanto en los involucrados en el proyecto como en la comunidad de la Fundación hogar plenitud.

## Resultados

Para dar respuesta al objetivo identificación de las percepciones que se tienen hacia el adulto mayor de la Fundación hogar plenitud se realizó la caracterización de percepciones obtenidas a través de la aplicación de la herramienta participativa, permitiendo identificar percepciones tanto positivas como negativas que se tenían frente a la población de adultos mayores, además de algunos estereotipos que se concebían en la comunidad de manera general, logrando una exploración profunda de experiencias individuales e identificación y análisis de los factores que contribuyeron a mantener estas concepciones en la comunidad (Kral & Mitchell, 2019).

Esta herramienta fue dinamizada en un grupo focal de alrededor de 10 personas entre adultos mayores y cuidadores de la fundación hogar plenitud, para un total de 15 preguntas orientadoras abiertas como ¿Cómo describirías tu experiencia general viviendo en este lugar? ¿Cómo percibes esta etapa de tu vida?, ¿Cómo es un día aquí en la fundación para ti? (para mayor comprensión ver anexo preguntas orientadoras Apéndice (preguntas de la entrevista semiestructurada) durante un término de aproximadamente 2 horas, donde finalmente se logran extraer a partir de sus respuestas la información base de las percepciones resaltando entre las positivas el amor, respeto, conocimiento, valor, sabiduría, empatía, experiencia, apoyo, admiración, gratitud, espiritualidad, ternura, admiración, entre otras.



relaciones interpersonales y el apoyo social que encuentran en el lugar generaron comúnmente un sentido de pertenencia y seguridad, promoviendo la resiliencia ante los desafíos de la vejez, físicamente, no solo se evidencio su postura positiva y alerta, si no una conciencia al aceptar que la información manejada sobre percepciones, influye para la interacción con el entorno y para la concientización del estado actual corporal, al hablar de la mismas y finalmente, desde la parte educativa, la posibilidad de participación contribuyo a la adquisición de nuevas habilidades al lograr mantener su mente activa, contribuyendo a un envejecimiento activo y satisfactorio, expresado en argumentos como los descritos en la siguiente tabla.

**Tabla 1**

*Frases Obtenidas a Partir de la Aplicación de Entrevista Semiestructurada Aplicada a la Comunidad Fundación Hogar Plenitud de acuerdo con Percepciones Positivas*

Física	Cognitivo	Socioemocional	Educativo
"F1 (refiriéndose al fisioterapeuta) me ha ayudado a recuperar fuerza y equilibrio, lo cual me da más confianza en mis movimientos diarios." (AM3, comunicación personal, 2024).	Me encanta mantener conversaciones, siento que mantienen mi mente joven." (AM5, comunicación personal, 2024).	"Tengo muchos amigos aquí, y siempre encontramos algo que hacer juntos." (AM2, comunicación personal, 2024).	"Disfruto mucho de charlas como estas, siempre aprendo algo nuevo y me mantienen interesado en diferentes temas." (AM1, comunicación personal, 2024).

<p>"Actividades como estas nos ayudan a saber que físicamente podemos recuperarnos un poco, cada día, con nuevas expectativas" (AM1, comunicación personal, 2024).</p>	<p>"Pensar en cómo resolver preguntas o hacer las cosas, lo ayudan a uno a hablar y pensar." (AM5, comunicación personal, 2024).</p>	<p>"Estas actividades nos recuerdan que entre nosotros debemos mantenernos unidos y ayudándonos, mantener la solidaridad con las personas que están más afectadas que nosotros, es muy bonito, le llena a uno el corazón" (AM3, comunicación personal, 2024).</p>	<p>"Participar en talleres como este nos permiten desarrollar nuevas habilidades y maneras de hacer las cosas" (AM4, comunicación personal, 2024).</p>
		<p>"Me parece que son momentos precisos para que el afecto se manifieste entre nosotros" (AM3, comunicación personal, 2024).</p>	<p>"Estos conocimientos nos ayudan para tener en cuenta que hacemos parte de unos derechos en la sociedad" (AM1, comunicación personal, 2024).</p>

---

La aplicación de entrevista semiestructurada logró percibir en los participantes desde las diferentes dimensiones, como en la física la “ayuda” brindada por parte de sus cuidadores es lo más relevante dado que su condición de edad limita ciertas funciones básicas de movilidad para realizar actividades básicas; esto se refiere los planteamientos de Axel Honneth desde la estructura gerontológica en donde el reconocimiento afectivo se relaciona con el establecimiento de los vínculos emocionales en la comunidad y en este punto se dan cuando los cuidadores hacen parte de las satisfacciones de necesidades primarias de los adultos mayores, por otra parte se ve

reflejado en la dimensión cognitiva, al recobrar funcionalidades físicas, la conciencia de ese reconocimiento jurídico, a través del reconocimiento de su dignidad y del trato justo dentro de su entorno, experimentando solidaridad entre los residentes gracias a la comunicación permanente y la participación activa de la comunidad, permitió potenciar la parte educativa reconociendo estos valores propios de la edad en la que se encuentran.

Respecto a percepciones negativas resaltaron olvido, desamparo, rechazo, abandono, indiferencia, descuido, intolerancia, entre otros.

### Figura 3

#### *Nube de Percepciones Negativas del Adulto Mayor*



Las anteriores manifestaciones continúan con el abordaje desde las diferentes dimensiones, cognitivamente, algunos participantes sintieron frustración debido a la falta de estímulos intelectuales adecuados y a la percepción de su deterioro mental, lo que afectó su autoestima, socio-emocionalmente, la sensación de aislamiento o la ausencia de acompañamiento familiar como relaciones significativas generaron sentimientos de soledad y depresión, físicamente, las limitaciones de movilidad y los problemas de salud crónicos como fuentes de dolor y frustración, afectando su independencia y calidad de vida y educativamente, la falta de acceso continuo y permanente a actividades de aprendizaje dejó una impresión de que sus habilidades no son valoradas conllevándolos a sentimientos de inutilidad y desmotivación,

impidiendo su crecimiento personal y contribuyendo a una sensación general de insatisfacción, que se dejan notar en argumentos como.

**Tabla 2**

*Frases de la Comunidad Fundación Hogar Plenitud de acuerdo con las Percepciones Negativas*

<p>"No me siento físicamente activo, los ejercicios que nos dan son muy limitados y no me ayudan." (AM5, comunicación personal, 2024).</p> <p>"Siempre me duelen las rodillas, a veces todo el cuerpo, los medicamentos siento, no nos suficientes"</p>	<p>"Siento que mi mente se está apagando lentamente, ya no tengo recuerdos muy claros, olvido fácilmente cosas." (AM5, comunicación personal, 2024).</p> <p>"Parece que cada día que pasa es uno menos para mí, casi no entiendo muy bien charlas o cosas que me dicen" (AM6,</p>	<p>"Me siento muy sola, aquí hay muchas personas, pero, aun así, me siento sola" (AM3, comunicación personal, 2024).</p>	<p>"No hay oportunidades para aprender algo nuevo, siento que mis días no tienen propósito." (AM1, comunicación personal, 2024).</p>
---	---	--	--

(AM3, comunicación  
comunicación personal, 2024).  
personal,  
2024).

"Mi mayor  
angustia es  
que no puedo  
ver bien"  
(AM2,  
comunicación  
personal,  
2024).

"Siento que nadie de  
mi familia realmente  
se preocupa por cómo  
me siento, estoy sola  
en este lugar." (AM5,  
comunicación  
personal, 2024).

"Me pone muy mal,  
siento tristeza de no  
tener mi vista clara"  
(AM2, comunicación  
personal, 2024).

"Quiero seguir participando en  
actividades educativas, pero aquí  
no nos ofrecen nada para  
mantenernos pensando en algo  
bueno." (AM2, comunicación  
personal, 2024).

"Alguien debería ayudar a AM2  
para que le den sus gafas, algo  
debe poder hacerse, un acudiente  
de ella, una petición a su EPS no  
es justo que, en tanto tiempo de  
conocernos, AM2 siga sin gafas"  
(AM3, comunicación personal,  
2024).

---

La aplicación de la entrevista semiestructurada logró percibir en los participantes desde dimensiones, como la física la "limitación" abordada desde el deterioro corporal como lo más

relevante dado que es propio, de acuerdo a la edad en la que se encuentran perder funciones básicas de movilidad para realizar actividades básicas; esto se relaciona en lo que planteaba Axel Honneth desde la estructura gerontológica en donde el reconocimiento afectivo se relaciona con el apoyo esa empatía entre los residentes cuando alguna situación no ha sido resuelta, permitiendo vínculos emocionales en la comunidad, por otra parte la dimensión cognitiva, representa en ellos una frustración, al no poder dar respuestas más rápidas y asertivas frente a cualquier temática, causando socioemocionalmente un estado de tristeza, desanimo y pérdida de motivación, en donde el reconocimiento jurídico podría estarse afectando en la ausencia de toma de decisiones sobre temas personales, persistiendo la solidaridad entre los residentes al compartir situaciones vivenciales y tratar de ayudar a otros a resarcirlas de alguna manera.

En la comunidad de la fundación hogar plenitud, las percepciones revelaron una descripción cognitiva con limitaciones por la falta de variedad y frecuencia en actividades, además de un personal insuficientemente capacitado para abordar todas las situaciones a enfrentar, lo que llevo a una percepción de deterioro cognitivo y pérdida de memoria, generando frustración y ansiedad sin embargo en el desarrollo de las temáticas se implementaron aspectos positivos como la participación en actividades de procesamiento cognitivo, que contribuyeron a una percepción de mejoramiento o mantenimiento de habilidades cognitivas y a una sensación de realización personal. En la dimensión socioemocional, la comunidad enfrento la falta de apoyo emocional y de interacción significativa con sus familiares causando una sensación de soledad y aislamiento, resultando en depresión y sentimientos de abandono, sin embargo, el desarrollo de las temáticas permitió un ambiente comunitario y actividades sociales que fomentaron la interacción y el apoyo emocional. Físicamente, las actividades limitadas y la falta de personal interdisciplinario que abordara las diferentes manifestaciones situacionales de la comunidad

dentro de la fundación determinaron en ellos la consecución de un deterioro físico no adecuadamente atendido, incrementando la dependencia y reduciendo la calidad de vida en las dinámicas del proyecto, se implementaron programas de ejercicio adaptados a las necesidades percibidos positivamente, contribuyendo a una mejor movilidad y bienestar físico. Finalmente, en la dimensión educativa, la escasez en la continuidad de recursos conllevó a la falta de oportunidades educativas, generando sentimientos de inutilidad y aburrimiento, así, el proyecto implementó espacios de participación en actividades y el acceso a recursos educativos considerados como aspectos positivos que permitieron mantener la estimulación intelectual y un sentido de propósito.

Es concluyente que mientras algunos aspectos del entorno fomentaron el bienestar y la satisfacción, la falta de recursos y apoyo adecuado en estas áreas clave pudo contribuir a sentimientos de deterioro, soledad, dolor y desmotivación, destacando la necesidad de un enfoque integral para mejorar la calidad de vida de la comunidad.

Desde el marco referencial de la psicología comunitaria, el análisis de los resultados en cuanto a las percepciones positivas y negativas en la comunidad de adultos mayores de la fundación Hogar Plenitud, reveló la importancia de abordar tanto las influencias intrapersonales como interpersonales en su bienestar. Las percepciones negativas, como la disminución de capacidades cognitivas y físicas, puede contribuir al deterioro de la autoestima y el sentido de pertenencia de los residentes (Nelson & Prilleltensky, 2010).

Por otro lado, las percepciones positivas, como la sabiduría y la experiencia acumulada, pueden fomentar un sentido de valor y contribución a la comunidad (Wahl, 2017). En este contexto, la intervención comunitaria se enfocó en la promoción de una imagen positiva y la creación de espacios donde los adultos mayores se sintieron valorados y reconocidos, reforzando

así su rol activo dentro de la comunidad, resaltando sus fortalezas y fomentando una cultura de respeto y aprecio mutuo.

Las entrevistas semiestructuradas revelaron que tanto los adultos mayores como sus cuidadores tienen percepciones positivas significativas sobre la calidad de vida y el entorno en la fundación hogar plenitud, estas percepciones positivas incluyeron el reconocimiento de un ambiente seguro y de apoyo, la disponibilidad de actividades y el fortalecimiento de las relaciones sociales entre los residentes y el personal, entre la mayoría de los adultos mayores entrevistados, mencionaron sentirse más seguros y menos aislados desde que desarrollan las temáticas del proyecto en el lugar, destacando la importancia de compartir con otros adultos mayores en sus mismas circunstancias y el apoyo recibido por parte del personal de cuidadores; Los cuidadores señalaron que algunos de los adultos mayores en el tiempo, evidenciaron notables mejorías en su bienestar de manera integral, así como en otros, la disminución de sus capacidades e intenciones de mejorar o relacionarse pese a los diagnósticos médicos que poseen.

#### **Figura 4**

##### *Actividad Resignificación*



Desde una perspectiva de psicología comunitaria, el análisis de la entrevista reveló que, a pesar de las percepciones positivas, persisten estereotipos negativos que impactan tanto a los adultos mayores como a los cuidadores en el entorno de la Fundación Hogar Plenitud. Entre los estereotipos identificados se encuentran la percepción generalizada de deterioro cognitivo asociado con el envejecimiento y prejuicios sobre la calidad de vida en la institución. Algunos adultos mayores reportaron sentir que son tratados de manera condescendiente o subestimados en cuanto a sus capacidades cognitivas y físicas, lo que generó sentimientos de frustración y una disminución en su autoestima. De igual manera, los cuidadores experimentaron dificultades en la gestión de estos estereotipos, lo que pudo repercutir negativamente en su relación con los residentes y en su capacidad para brindar una atención adecuada y empática.

### **Figura 5**

*Adulta Mayor*



**Figura 6***Adulta Mayor*

Resultados en base a generar espacios de reflexión encaminados a la sensibilización de la comunidad de adultos mayores de la Fundación hogar por medio del tapiz de memoria.

**Figura 7***Adulta Mayor*

Desde la perspectiva de psicología comunitaria, el trabajo de tapiz de memoria realizado con adultos mayores se reconoce como una práctica valiosa para fomentar la conexión interpersonal y preservar la identidad cultural y personal de los participantes. Este tipo de trabajo

implicó la creación de una narrativa visual que documentó y celebró las historias de vida de los adultos mayores participantes, permitiéndoles diálogos, reflexiones, movilizaciones, fortaleciendo su sentido de pertenencia y comunidad, apoyado en la teoría del envejecimiento exitoso, que destaca la importancia del compromiso social y la continuidad en las actividades significativas (Rowe & Kahn, 1997)

Los beneficios de esta actividad evidenciaron una notable mejoría del bienestar emocional, la reducción de sentimientos de soledad y el fortalecimiento de la autoestima, al validar las experiencias de vida de los adultos mayores y reconocer su contribución a la comunidad (Cattan, eat White, Bond, & Learmouth, 2005).

Lo anterior alineado con los principios de la psicología comunitaria, que promueven la inclusión, la participación activa y el fortalecimiento de los lazos comunitarios (Nelson & Prilleltensky, 2010).

Los hallazgos en el proceso de creación y elaboración del tapiz de memoria fomentaron la autoexpresión y el diálogo entre los adultos mayores que hacen parte de la fundación hogar plenitud, logrando percibir la activación de sus procesos cognitivos superiores, permitiendo a los participantes una sensibilización ante el reconocimiento y la valoración de sus historias de vida individuales y colectivas; Este proceso se abordó de manera efectiva, donde se tuvo la oportunidad de compartir con una de sus cuidadoras permanentemente y reflejar sus experiencias, recuerdos y legados, de esta manera se presenta cómo se generó este proceso de sensibilización y su impacto en la comunidad:

Desde la participación, entendida esta como un proceso mediante el cual se elaboró el tapiz de memoria, implico procesos activos e inclusivos de involucramiento en el que los participantes compartieron y valoraron sus historias personales y colectivas. Según (McMillan &

Chavis, 1986), (Northouse, 2018) se fomentó un sentido de pertenencia y comunidad, ya que los participantes se sintieron reconocidos y valorados dentro de su comunidad, logrando la recopilación, narración y representación de historias y experiencias compartidas, se trabajó en relatos de historias de vida, donde se experimentó un reconocimiento de experiencias de vida, integrándose con los cuidadores de la población, logrando utilizar diferentes materiales y técnicas para plasmar todo lo narrado en tejido de secciones del tapiz. Durante este proceso, se fomentó el dialogo horizontal con el intercambio de historias personales, una de las participantes agregó "Nunca había hecho algo así antes. Es muy reconfortante ver cómo esta historia toma forma en la tela." (AM3, comunicación personal, 2024); expresiones como "Trabajar juntos en esto me hace sentir parte de algo más grande, como importante, es como si siempre nos hubiéramos conocido" (AM2, comunicación personal, 2024).

El hallazgo concluye que participar en la creación de un tapiz de memoria no solo proporcionó una ocupación, sino que, también validó historias y experiencias, promoviendo inclusión y reconocimiento de roles históricos y actuales (Salud, Organización Mundial de la, 2002), la participación en esta población fue positiva y asertiva ya que promocionó la continuidad de la identidad personal y comunitaria, reforzando el sentido de pertenencia y proporcionando un espacio para la validación emocional y social de los individuos.

Desde la movilización en el contexto de la fundación hogar plenitud el proceso de sensibilización fue vital con una sesión introductoria donde se explicó el objetivo de la actividad, enfatizando la importancia de reconocer y valorar las historias personales y colectivas, expresiones como " yo tengo siempre una historia, muchas, pero voy a escoger la que más me hace bien y es la historia de mi niñez, para mí no existe otra etapa de mi vida, en la cual yo haya sido más feliz, que cuando era niño, el recordar a mi madre es lo más bonito que puedo sentir en

mi corazón" (AM1, comunicación personal, 2024). permitieron promocionar en la comunidad un ambiente seguro y acogedor, este se acompañó con melodías que evocaron sus recuerdos, a través de canciones de antaño, fue vital para el proceso ya que estimulo su memoria al escuchar narrativas y compartir experiencias, además de que se incluyeron dinámicas grupales y ejercicios que fomentaron la empatía y la conexión entre los adultos mayores participantes, una de ellas agregó " la música es hermosa, me trae recuerdos bellísimos, me ayuda a tener claridad de lo que quiero hacer en la tela" (AM2, comunicación personal, 2024). Fueron espacios de recopilación de historias, exposición de anécdotas, remembranzas y momentos significativos de sus vidas. Una de las adultas mayores agregó " A mí, la música, no me hace sentir tan bien como a mi compañera (refiriéndose a AM2) por el contrario, solo tengo recuerdos muy tristes de lo que fue mi vida" (AM3, comunicación personal, 2024).Este proceso incluyo entrevistas individuales y sesiones de grupo en donde los diálogos horizontales permitieron obtener opiniones como "nos encanta hacer cosas manuales, aunque se nos dificulta un poco la visión, queremos hacerlo" (AM1, AM2, AM3 comunicación personal, 2024), dan cuenta de su interés en el desarrollo del proyecto. Agregando también "poder tener algo de nuestra historia plasmado en algo físico, es algo que no tiene precio" (AM2 comunicación personal, 2024), también aportes como "yo quiero que quede en la tela lo que más nos ha ayudado a asimilar nuestra estadía en este lugar, que ha sido tenerte a ti (refiere la adulta mayor a la practicante de psicología que implementa el proyecto) lo que nos has enseñado, ha hecho que nuestra vida sea mejor en este lugar" (AM2 comunicación personal, 2024), dan cuenta de su interés en el desarrollo del proyecto y del éxito del mismo.

En la elaboración del tapiz, cada participante contribuyó con elementos de alto significado emocional al representar sus historias, facilitando la expresión creativa y

fortaleciendo un sentido de pertenencia y comunidad. Durante y después de la elaboración del tapiz, se promovieron momentos de reflexión y diálogo donde los adultos mayores participantes compartieron sus sentimientos y reflexiones sobre el proceso, reconociendo y valorando las contribuciones individuales destacando los efectos impactantes del significado del tapiz.

Desde el agenciamiento entendido esté como el proceso de liderazgo y gestión en la comunidad de adultos mayores resultó a través del apoyo del personal de cuidadores quienes a través de su experiencia lograron intervenir en el proceso de manera positiva en cuanto al apoyo que les brindaron a la población adulta mayor en las temáticas que se implementaron y desarrollaron, encontrando que el reconocimiento del adulto mayor como portador de historias, conocimientos y experiencias validó su identidad y su papel en la comunidad, relatos de uno de los cuidadores dejan evidenciar "a ellos les gusta actividades en las que logren derribar argumentos y alcanzar objetivos, como si se tratara de un reto, porque cuando lo logran, sienten como se empoderan de sí mismos" (F1 comunicación personal, 2024), además de la participación en actividades significativas, "los abuelitos son muy felices en estas actividades, les encanta reír, bailar, conversar, opinar, y estas actividades traen un componente de todo lo que les gusta" (C1 comunicación personal, 2024), sin embargo relatos como "no siempre los abuelitos están dispuestos a participar y hacer cosas, depende de cómo amanezcan, o hay algunos que no participan nunca, solo miran desde lejos" (C2 comunicación personal, 2024), permiten inducir, que el proceso hace efecto a nivel progresivo en la comunidad objeto del mismo.

En el contexto de la fundación hogar plenitud, la creación de un tapiz de memoria permitió a la comunidad de adultos mayores liderar este proceso internamente al compartir sus historias y recuerdos, fortaleciendo el sentido de pertenencia y cohesión grupal. Además, la asignación de roles específicos y la toma de decisiones conjuntas promovieron el desarrollo de

habilidades de liderazgo y gestión comunitaria, lo que, a su vez, mejoró el bienestar y la autoestima de los participantes.

La teoría del envejecimiento exitoso de (Rowe & Kahn, 1997), destaca la importancia de tres componentes clave: evitar enfermedades y discapacidades, mantener una alta función física y cognitiva, y una participación en la vida. En el contexto de la fundación hogar plenitud, esta teoría sugiere que los adultos mayores pueden experimentar una alta calidad de vida si se les proporcionan oportunidades para mantener estas tres áreas.

La psicología comunitaria juega un papel crucial en este proceso al enfocarse en la creación de entornos que apoyen el bienestar integral de los residentes. Esta disciplina se centra en fortalecer las redes de apoyo social, promover la participación en actividades comunitarias y diseñar intervenciones que mejoren la autonomía y la autoestima de los adultos mayores, al implementar programas que reconozcan y valoren las capacidades y contribuciones de esta población, se puede fomentar una perspectiva positiva hacia el envejecimiento y mejorar la satisfacción con la vida en los centros de cuidado para adultos mayores (Rowe & Kahn, 1997).

La implementación del proyecto, generó compromisos en la comunidad de la fundación hogar plenitud en cuanto a la participación activa, los adultos mayores, afirmaron involucrarse activamente en el proyecto, aportando recuerdos, historias y habilidades artísticas, lo que fomentó su sentido de pertenencia y valor personal, entre el personal de cuidadores acertaron en facilitar la participación de los residentes, proporcionando apoyo emocional y práctico, asegurando que todos los adultos mayores, independientemente de sus habilidades físicas o cognitivas, pudieran participar de alguna manera; En cuanto a la movilización, la población adulta mayor se dispuso a colaborar entre ellos y participar en los encuentros grupales, lo que ayudó a construir relaciones sociales más fuertes y reducir el aislamiento, además el personal de

cuidadores se comprometió a coordinar y organizar lo necesario para el desarrollo de peticiones inmersas en el proyecto, sobre todo con su asistencia y participación en los encuentros comunitarios, promoviendo un ambiente inclusivo y dinámico. Finalmente los compromisos en cuanto al agenciamiento en la población de adultos mayores genero asumir un rol activo en el diseño como en la ejecución del proyecto, tomando decisiones sobre los temas y elementos a incluir en el tapiz, lo que potencio su sentido de autonomía y empoderamiento, además el personal de cuidadores se comprometió a apoyar a los adultos mayores en la toma de decisiones y en la expresión de sus ideas y sentimientos, actuando como facilitadores y respetando la autonomía de los residentes en el proceso creativo. Estos compromisos no solo contribuyeron al éxito del proyecto, sino que también fortalecieron la comunidad dentro del fundación, promoviendo un ambiente de colaboración, respeto mutuo y reconocimiento del valor y la historia personal de cada participante.

### **Figura 8**

*Elaboración del Tapiz de Memoria Apoyado por Cuidadora*



**Figura 9**

*Elaboración Tapiz Memoria*

**Figura 10**

*Culminación Tapiz Memoria con Participante*



Resultados en base a ejecutar la estrategia "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" a través de actividades lúdicas que generen diálogos, movilización y agenciamiento desde dimensiones como el área cognitiva, socioemocional, física y educativa en el adulto mayor.

Este proyecto se fundamentó en como la complementación de las dimensiones cognitiva, socioemocional, física y educativa, proporcionan un enfoque holístico para el bienestar integral de la comunidad de la fundación hogar plenitud con la implementación de encuentros a través de actividades lúdicas cuya esencia fue la de generar espacios de dialogo, participación, movilización, agenciamiento y gestión que permitieron resultados significativos, centrándose en la promoción de activación cognitiva, interacciones sociales, fortalecimiento físico, así como de su identidad personal y colectiva, además del reconocimiento y valorización de la población, demostrando una notable mejoría en su autoestima, sentido de pertenencia y satisfacción con la vida, al tiempo que se observó una reducción en el sedentarismo y en los sentimientos de aislamiento y soledad, estos resultados subrayan la eficacia de las actividades lúdicas como herramientas para promover el bienestar integral y la calidad de vida de la comunidad en general, abordemos cada dimensión:

### **Desde lo Cognitivo**

Desde el grupo focal, durante el desarrollo de este proyecto se logró el desarrollo de la mayoría de las temáticas y actividades, logrando obtener como hallazgos una mezcla de percepciones y estereotipos que influyeron en un tema recurrente de reconocimiento positivo de las capacidades cognitivas de los residentes, "todavía puedo hacer este tipo de actividades, pensé que no lo iba a lograr" me siento valorado por mi experiencia de vida, (AM1, comunicación personal, 2024) " comentó un integrante de la comunidad, resaltando cómo su conocimiento le permitió participar en el desarrollo de las lúdicas.

## Figura 11

### *Acciones Lúdicas Adulto Mayor*



Este reconocimiento positivo contribuyó a un mayor sentido de atención y comprensión. Otro adulto mayor señaló: "Entiendo lo que me quieres decir, y se hacia dónde nos quieres llevar, es importante que trabajemos la mente, porque es nuestro motor" (AM 2, comunicación personal, 2024); Sin embargo, no todos los comentarios fueron positivos, algunos residentes expresaron sentirse subestimados debido a su edad. "A veces, me tratan como si ya no pudiera aprender o entender cosas nuevas, eso me molesta", indicando que ciertos estereotipos negativos sobre la capacidad cognitiva de los ancianos persisten. Otro agregó: "Aquí algunos, porque los ven como frágiles y sin poder moverse no los traen a estas actividades y eso nos afecta a la mayoría, es como si se olvidaran que todos somos una familia" (AM4, comunicación personal, 2024).

Los hallazgos concluyen según la teoría del desgaste cognitivo en adultos mayores que a medida que las personas envejecen, experimentan una disminución gradual en sus capacidades cognitivas debido al desgaste neuronal y a la reducción en la plasticidad cerebral (Salthouse, 2019). Este proceso puede manifestarse en dificultades para recordar información, reducir la

velocidad de procesamiento mental y problemas con la toma de decisiones complejas, afectando así su capacidad para realizar tareas cotidianas y mantener un alto nivel de funcionamiento cognitivo.

(Levy B. R., 2009), argumenta que los estereotipos negativos sobre el envejecimiento pueden internalizarse y manifestarse como un deterioro en el rendimiento cognitivo, un fenómeno conocido como "encarnación de estereotipos". En el contexto del proyecto de reconocimiento implementado en la fundación hogar plenitud, se observó que la población se percibía positivamente y que eran reconocidos por su sabiduría y experiencia mostrando mejoras en su desempeño cognitivo notable al ejecutar funciones y escuchar respuestas a incógnitas, además de un mayor bienestar emocional, como también, en base a los negativos pueden disminuir el sentido de agenciamiento y reconocimiento, teniendo en cuenta los saberes de la psicología comunitaria, es esencial trabajar en el fortalecimiento de percepciones positivas y en la eliminación de estereotipos negativos para promover un entorno más inclusivo y respetuoso para los adultos mayores.

### **Desde lo Socioemocional**

Los adultos mayores y el personal de cuidadores que residen en la fundación hogar plenitud experimentaron una exploración entre percepciones y estereotipos tanto positivos como negativos que influyeron en el bienestar socioemocional, como percepciones negativas se destacan sentimientos de abandono, varios residentes expresaron sentir que sus familias los habían abandonado. " Me trajeron aquí y no han vuelto a visitarme. Siento que ya no les importo " (AM3, comunicación personal, 2024), la pérdida de autonomía se percibe a menudo en razón a su independencia "Antes podía hacer todo por mí mismo, ahora tengo que depender de otros para casi todo, es frustrante" (AM3, comunicación personal, 2024); se destacan también los

estereotipos como inutilidad y dependencia "Algunos piensan que ya no podemos hacer nada por nosotros mismos, nos ven como una carga" (AM3, comunicación personal, 2024) así como la pérdida de su valor social en cuanto a expresiones como "siento que mis opiniones aquí, ya no valen, aunque mi familia paga por el servicio, lo que yo apporto o digo lo ignoran" (AM5, comunicación personal, 2024), socialmente es relevante el comentario "como uno ya es viejo, la gente cree que ya no tenemos nada que aportar" (AM2, comunicación personal, 2024), este sentimiento revela un estereotipo negativo de los adultos mayores como inservibles y poco aportante, lo que conlleva al aislamiento social y sentimientos de inutilidad, uno de los cuidadores añadió "Nos esforzamos por involucrar a todos en actividades que se programan, pero algunos abuelitos prefieren estar solos, creo que esto se debe a que sienten que ya no tienen nada que aportar" (C1, comunicación personal, 2024). Este diálogo sugiere que las percepciones negativas sobre el envejecimiento, como la pérdida de valor y productividad, pueden estar internalizadas por algunos adultos mayores, afectando su participación e inclusión social, además del agenciamiento personal y la capacidad identitaria.

## **Figura 12**

### *Actividad Metamorfosis (Despojos)*



En contraste, durante la actividad comunitaria, una adulta mayor comento "Disfruto mucho de estos encuentros, me hacen sentir viva y conectada con los demás" (AM4, comunicación personal, 2024). Aquí se evidencia una percepción positiva y un estereotipo que desafía la idea de que los adultos mayores no pueden participar activamente en actividades físicas y sociales. Tanto el personal de cuidadores, como la población adulta mayor destacaron "Se siente un ambiente diferente, las relaciones han mejorado bastante y la actitud de los abuelitos es mejor ahora" (F1, comunicación personal, 2024). Esta experiencia les permitió sentirse más involucrados en las decisiones comunitarias que afectan su vida diaria (Cummings et al., 2021). Reafirmando estas al escuchar frases como "Aquí sé que siempre hay alguien que me puede ayudar si lo necesito, eso me da tranquilidad" (AM2, comunicación personal, 2024) también el relato "Me siento muy querida aquí, los otros abuelitos y los que nos colaboran se han convertido como una familia para mi" (AM2, comunicación personal, 2024). Esta percepción positiva refleja un fuerte sentido de comunidad y apoyo social que contribuyo al bienestar emocional de la persona y como contexto comunitario innegablemente la oportunidad de establecer nuevas amistades al encontrar empatía en las razones y los motivos del porque consideran encontrarse en ese lugar, esto es visto como algo positivo, otro adulto mayor enfatizó "He hecho buenos amigos aquí, nos apoyamos mutuamente, compartimos de lo que tenemos, tengo buenas amigas y eso me hace sentir mejor" (AM4, comunicación personal, 2024). En cuanto a los estereotipos positivos se encontró que la sabiduría y experiencia describen particularmente a la población por sus experiencias de vida "A veces, los cuidadores jóvenes vienen a pedirme consejos, eso me hace sentir útil y respetado" (AM1, comunicación personal, 2024), además de la resiliencia y fortaleza por ser una población en general resilientes y haber superado muchas dificultades a lo largo de su vida de acuerdo a los relatos compartidos, "Hemos

pasado por mucho, y aún estamos aquí, eso muestra nuestra fortaleza"(AM2, comunicación personal, 2024).

Según (Levy B. R., 2009) las percepciones y estereotipos en comunidades de adultos mayores residentes en hogares geriátricos desempeñan un papel crucial en la manera en que estos individuos experimentan su envejecimiento y su calidad de vida. Las percepciones incluyen cómo los adultos mayores interpretan sus experiencias diarias, mientras que los estereotipos abarcan las creencias generalizadas sobre ellos. Estos estereotipos pueden ser tanto positivos, como la sabiduría y la resiliencia, como negativos, tales como la inutilidad y la dependencia. Levy destaca que los estereotipos negativos pueden internalizarse y afectar adversamente la salud física y mental de los adultos mayores, mientras que los estereotipos positivos pueden fomentar una mayor autoestima y bienestar.

Estos hallazgos destacaron la importancia del abordaje en el desarrollo temático del proyecto, al concebirlas desde la comunidad y lograr encausarlas desde percepciones y estereotipos, lo que evidencio la promoción de un entorno más positivo e inclusivo, más abierto y libre en su expresión y con una postura de la comunidad enmarcada en el valor, el respeto, la capacidad identitaria y el agenciamiento personal, características propias del reconocimiento en este tipo de comunidades. A pesar de percepciones y estereotipos existentes en la comunidad de la fundación hogar plenitud, la vivencia se condujo hacia un fuerte sentido de empatía y apoyo, otros luchan contra estereotipos negativos que pueden afectar su capacidad identitaria, su agenciamiento y participación social, sin embargo, reconocieron y abordaron estos aspectos para mejorar la calidad de vida, el ambiente comunitario y promover una visión más positiva e inclusiva del envejecimiento.

### Figura 13

#### *Actividades Lúdicas de Reminiscencias*



#### **Desde lo Físico**

Se resalta la disposición de la población en la intención de ejecutar tareas o actividades para su bienestar físico, además de nombrar que bajo las premisas propias de sus edades que dan sentido al desgaste físico en la población, limitaciones físicas por traumas musculo-esqueléticos anteriores o ausencia de actividad física y como ya habíamos nombrado en un aparte anterior, las consecuencias lógicas del deterioro de los diagnósticos médicos que la mayoría posee, así, los hallazgos relacionados con las percepciones físicas y los estereotipos permiten identificar las opiniones de la población sobre su propio estado físico, por ejemplo, al extraer la siguiente manifestación "Me siento bastante bien para mi edad, disfruto de las caminatas matutinas por el jardín de la fundación" (AM4, comunicación personal, 2024) Esta declaración refleja una percepción positiva de su estado físico y del entorno, subrayando la importancia de un ambiente

que promueve la actividad física. Por otro lado, otro adulto manifestó "Antes podía hacer todo por mí mismo, pero ahora siento que mi cuerpo ya no responde igual, y eso me hace sentir inútil" (AM3, comunicación personal, 2024), esta percepción negativa refleja la lucha interna y el impacto de los estereotipos sobre la pérdida de capacidades físicas en la vejez.

Un hallazgo común podría ser que algunos residentes internalizan estereotipos negativos sobre el envejecimiento, como la creencia de que la vejez inevitablemente conlleva una pérdida significativa de la capacidad física y de la autonomía. "A nuestra edad, es normal estar siempre cansados y no poder hacer mucho" (AM6, comunicación personal, 2024), afirmó una de las adultas mayores que además presenta un gran deterioro físico por artrosis, reflejando esta percepción limitante. Sin embargo, también es posible encontrar estereotipos positivos, por ejemplo, "Creo que mantenerse activo es clave para una vejez saludable. Aún trato de hacer ejercicios suaves cada día" (AM1, comunicación personal, 2024), compartió un adulto mayor que percibe la actividad física como vital para el bienestar en la vejez.

(Levy B. R., 2003) argumenta que la participación de los adultos mayores en actividades físicas puede desafiar y revertir los estereotipos negativos asociados con el envejecimiento. Según su teoría del "embodiment" de estereotipos, las creencias positivas sobre el envejecimiento, fomentadas a través de la actividad física, pueden mejorar la salud física y mental de los adultos mayores. Al involucrarse en actividades físicas, los adultos mayores no solo experimentan beneficios físicos directos, sino que también desarrollan una percepción más positiva de sus capacidades y su identidad, contribuyendo así a un envejecimiento más saludable y satisfactorio.

Estos hallazgos subrayan la necesidad de programas y políticas que fomenten una percepción positiva del envejecimiento y la capacidad física, combatiendo estereotipos negativos y promoviendo el bienestar integral de los adultos mayores en centros de cuidado.

### **Figura 14**

#### *Actividades de Incidencia Física con Adultos Mayores*



### **Desde lo Educativo**

Los hallazgos pueden conceptualizarse como "aprendizaje colaborativo intergeneracional", este enfoque se centra en la creación de un entorno de aprendizaje mutuo y respetuoso donde los adultos mayores, al participar en actividades estructuradas, compartieron y reflejaron sus experiencias y conocimientos con la comunidad, enriqueciendo su propio sentido de valor y pertenencia. Los resultados incluyeron percepciones como estereotipos positivos y negativos, al escuchar narrativas como “Siempre me ha gustado aprender cosas nuevas, pero aquí casi no hay cosas interesantes que hacer” (AM5, comunicación personal, 2024) también esta expresión “Parece que piensan que ya no podemos aprender nada nuevo” (AM6, comunicación

personal, 2024), deja ver percepciones negativas reflejando estereotipos comunes de que los adultos mayores no tienen la capacidad o el interés en seguir aprendiendo, lo que puede llevar a una falta de innovación adecuada en la fundación. Por otro lado, esta percepción "Desde que comencé a utilizar el WhatsApp, me siento más conectada con mis hijas, me emociona cada vez que aprendo algo nuevo y puedo verlos y escucharlos todo el tiempo." (AM3, comunicación personal, 2024) evidencia cómo las oportunidades educativas pueden mejorar significativamente la calidad de vida y el sentido de conexión con el entorno familiar, desafiando el estereotipo de que los adultos mayores no pueden adaptarse a las nuevas tecnologías. Otro de los adultos mayores afirmo "A veces siento que los talleres que ofrecen son muy básicos, como si no confiaran en nuestra capacidad para aprender cosas más complicadas. Me gustaría que hubiera clases de historia o literatura." (AM1, comunicación personal, 2024), esta percepción negativa destaca la subestimación de las capacidades cognitivas de los adultos mayores, lo cual puede ser una barrera para proporcionarles una educación más desafiante y estimulante. En contraste, esta opinión "Participar en las narrativas me ha hecho sentir más viva, es emocionante discutir lecturas con otros y aprender nuevas perspectivas." (AM4, comunicación personal, 2024), muestra cómo la educación continua puede revitalizar y enriquecer la vida de los adultos mayores, ayudándoles a mantener una mente activa y una conexión social significativa.

Desde una perspectiva teórica basada en las ideas de (Levy B. R., 2009), la educación en el adulto mayor en centros de cuidado es un proceso continuo de aprendizaje y desarrollo cognitivo que desafía los estereotipos negativos sobre el envejecimiento y promueve un sentido de autonomía y bienestar, Levy sugiere que el estereotipo de que los adultos mayores no pueden aprender nuevas habilidades es una barrera significativa que puede limitar las oportunidades educativas disponibles para ellos. Sin embargo, al ofrecer

programas educativos que respeten y valoren las capacidades de los adultos mayores, pueden mejorar su autoestima, su conexión social y su calidad de vida, demostrando que el aprendizaje y el crecimiento personal son posibles en cualquier etapa de la vida.

Los hallazgos revelan percepciones y estereotipos variados respecto a la fundación hogar plenitud, por un lado, los estereotipos negativos pueden limitar las oportunidades educativas ofrecidas a los adultos mayores, basándose en la creencia de que no están interesados o no son capaces de aprender. Por otro lado, los estereotipos positivos y las experiencias exitosas demuestran que, cuando se les brinda la oportunidad, los adultos mayores pueden y desean participar activamente en su educación, mejorando su bienestar emocional y social. Este contraste subraya la importancia de diseñar programas educativos que reconozcan y valoren las capacidades y el deseo de aprender de esta población, desafiando los estereotipos y promoviendo una percepción más inclusiva y positiva de la vejez.

El desarrollo de la estrategia en la comunidad de la fundación hogar plenitud, permitió potenciar desde un enfoque holístico en el bienestar de la comunidad en general abordando dimensiones físicas, cognitivas, socioemocionales y educativas.

Desde la participación la potenciación en la dimensión física, fomentando el diálogo y la reflexión la actividad física ligera, combinada con la estimulación mental y el apoyo emocional, creando un entorno holístico de bienestar que contribuyó a mejorar la calidad de vida de la comunidad (Wenger, 1998).

La movilización no solo implicando la actividad física, sino también la sensibilización y toma de decisiones sobre su salud y bienestar, promoviendo la agudeza mental y mejorando las relaciones interpersonales, la teoría del envejecimiento exitoso de (Rowe & Kahn, 1997), sugiere

que el envejecimiento saludable no solo depende de la ausencia de enfermedad, sino también de la participación activa y la implicación en actividades significativas.

El agenciamiento reflejado en el reconocimiento de la importancia de estas actividades para la autonomía, el liderazgo personal y la creación de un ambiente de apoyo mutuo, (Bandura, 2001), destaca que el agenciamiento humano es crucial para el desarrollo de competencias y el sentido de autoeficacia, elementos esenciales en el bienestar de las personas pertenecientes a comunidades de adultos mayores.

El compromiso con estas actividades mejorando la calidad de vida, manteniendo las funciones mentales y fortaleciendo los lazos emocionales dentro de la comunidad, mejorando así su calidad de vida integralmente, la teoría de la reserva cognitiva, propuesta por (Stern, 2009), sostiene que el compromiso en actividades mentalmente estimulantes puede aumentar la resistencia del cerebro a los daños relacionados con la edad y la enfermedad.

### **Para una Mayor Comprensión**

Apéndice D potenciaciones del adulto mayor de la fundación hogar plenitud

### **Figura 15**

*Participación en Lúdicas*



Resultados en cuanto a socializar los resultados de la estrategia "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" en la comunidad de la fundación hogar plenitud para dar continuidad a la estrategia que favorece el reconocimiento en el adulto mayor.

Los resultados encontrados en la aplicación de la estrategia “Memorias tejidas: conectando historias y vidas” se realizó a través del análisis de matrices DOFA y CAME después del desarrollo de la elaboración del tapiz de memoria y la aplicación de actividades lúdicas y reflexivas en la comunidad de adultos mayores y cuidadores de la fundación hogar plenitud, revelando resultados significativos a partir de la identificación de fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas proporcionando una comprensión profunda de los factores internos y externos que afectaban la implementación y el éxito del proyecto; A través de la matriz CAME, se desarrollaron estrategias específicas para explotar las oportunidades, corregir las debilidades y afrontar las amenazas, maximizando las fortalezas inherentes de esa comunidad, estas estrategias incluyeron la personalización de actividades para mantener el interés, la colaboración con el personal cuidador para compensar la falta de recursos, y la adaptación flexible de horarios para asegurar la participación constante. Este enfoque integrador y adaptativo, basado en principios de la psicología comunitaria, facilitó un entorno donde los adultos mayores y personal de cuidadores se sintieron valorados, apoyados y motivados a participar activamente, promoviendo su bienestar físico, cognitivo y socioemocional.

Los resultados más destacados en la comunidad de la fundación hogar plenitud, con la finalidad de brindar un panorama general de los efectos y el impacto del desarrollo de este proyecto, se dan a conocer así:

**Tabla 3***Matriz DOFA*

Debilidades	Fortalezas
<p>La falta del apoyo y acompañamiento familiar es la mayor causa de la falta de motivación y de la ausencia de esperanza para proyectarse diariamente, causando una constante preocupación en la población de adultos mayores.</p>	<p>El desarrollo de la estrategia beneficio y fomento un entorno enriquecedor que mantuvo a los adultos mayores mentalmente activos recordando la implementación de los procesos cognitivos superiores, físicamente se mantuvieron activos en sus áreas musculoesqueléticas afirmando una considerable disminución de dolores físicos y adquirieron un aspecto más saludable, emocionalmente conectados y constantemente aprendiendo a manejar herramientas de inteligencia emocional en pro de su estabilidad, mejorando así su calidad de vida y promoviendo su autonomía. Y</p>
<p>La falta de personal capacitado para afrontar los retos de la comunidad, impiden un acompañamiento constante y productivo.</p>	<p>educativamente adquiriendo a través de la experiencia en el desarrollo de las actividades la sabiduría para afrontar de una manera más sana esta etapa de sus vidas, además se fortaleció a través de las historias de vida, experiencias valiosas como comunidad en cuanto a la colaboración en el proyecto fomentando la cohesión y el apoyo mutuo. Los participantes lograron una profunda capacidad de autorreflexión y del diálogo significativo.</p>
<p><b>Oportunidades</b></p> <p>Se estímulo cognitivamente a la comunidad mediante las actividades lúdicas y creativas logrando ayudar a mantener y mejorar las capacidades cognitivas.</p> <p>Se evidencio la mejoría de relaciones entre adultos mayores y personal de cuidadores.</p>	<p><b>Amenazas</b></p> <p>La asistencia a citas médicas o emergencias, fueron destacables en la ausencia de algunos adultos en el desarrollo de las temáticas.</p> <p>Los cambios climáticos que afectaron la salud de la comunidad.</p>

Se promocio el bienestar, la  
participación y el bienestar  
emocional y físico de la comunidad

La ausencia del apoyo familiar.

---

El análisis de la matriz DOFA revela en sus aspectos internos una mejoría notable en el desarrollo de la estrategia al potenciar sus habilidades, activar su sistema físico, reforzar emocionalmente sus reservas y educar en la asimilación de la etapa de vida que se encuentran atravesando, además capitalizar las fortalezas como la experiencia, la sabiduría y el sentido de comunidad de los adultos mayores, sin eximir que la ausencia del acompañamiento familiar y la falta de personal idóneo en la fundación son aspectos relevantes que si se dieran por hecho, mejorarían aspectos subjetivos de la población y reforzarían aspectos objetivos de la misionalidad institucional, al tiempo que se abordaron los factores externos como las amenazas relacionadas con aspectos inherentes al estado de salud un poco más vulnerable a su edad, igual las oportunidades para estimular las capacidades cognitivas y mejorar las relaciones interpersonales son significativas, Según la teoría del envejecimiento activo de (Rowe & Kahn, 1997), un envejecimiento exitoso se basa en la participación activa en la vida, la minimización del deterioro funcional y la maximización del bienestar psicológico y físico. Desde la perspectiva de la psicología comunitaria, aplicar esta teoría implicó diseñar intervenciones que fomentarán la inclusión, la participación y el apoyo social entre los adultos mayores y sus cuidadores, al hacerlo, se promovió un entorno donde se logró mantener su dignidad, autonomía y sentido de pertenencia, mejorando así su calidad de vida y bienestar general.

**Tabla 4***Matriz CAME*

Corregir (Debilidades)	Afrontar (Amenazas)
Implementar programas de sensibilización para las familias, destacando la importancia de su rol en la vida de los adultos mayores.	Crear un plan de contingencia para manejar la asistencia médica y emergencias, como transporte especializado o visitas domiciliarias.
Crear espacios para la participación familiar, como talleres o reuniones periódicas, para mantenerlos involucrados y comprometidos.	Implementar estrategias para adaptar las actividades a diferentes condiciones climáticas, asegurando que los adultos mayores puedan participar de manera segura en todas las actividades programadas.
Desarrollar un programa de formación continua para el personal, enfocado en las necesidades específicas de los adultos mayores.	Reforzar las estrategias de involucramiento familiar a través de canales de comunicación constantes.
Considerar la contratación de más personal idóneo para mejorar la atención en la fundación además de la capacitación del personal existente.	Ofrecer talleres de educación para familiares sobre cómo apoyar emocional y físicamente a los adultos mayores en la fundación.
Mantener (Fortalezas)	Explotar (Oportunidades)
Continuar con las actividades que han demostrado ser beneficiosas, como los procesos cognitivos superiores y las actividades físicas.	Ampliar y diversificar las actividades lúdicas y creativas para seguir estimulando las capacidades cognitivas de la comunidad.

Mantener el enfoque en la promoción de la autonomía y la estabilidad emocional, reforzando las áreas que han mostrado mejoras significativas.

Fortalecer la comunidad mediante la continuidad en el fomento de historias de vida y experiencias compartidas.

Promover la colaboración entre los participantes para mantener el ambiente de apoyo mutuo y autorreflexión

#### Criterios Internos

Explorar nuevas metodologías que puedan complementar las actividades actuales y maximizar el impacto positivo en la salud mental y emocional de los adultos mayores.

Fortalecer las relaciones positivas entre los adultos mayores y el personal cuidador mediante capacitaciones en habilidades interpersonales y de comunicación.

Fomentar la participación activa de los adultos mayores en el diseño de actividades y en la toma de decisiones, para mejorar la calidad de las interacciones y el bienestar general.

#### Criterios Externos

El análisis de la matriz CAME permitió identificar acciones específicas para abordar las debilidades y amenazas mientras se maximiza el potencial de las fortalezas y oportunidades, a través de un enfoque proactivo en la capacitación del personal, involucrar a las familias, y la adaptación a las condiciones cambiantes, puede mejorar la calidad de vida de los adultos mayores en la fundación hogar plenitud y asegurar un entorno más enriquecedor y equilibrado; Recordando un poco a (Maslow, 1943), cuando las necesidades básicas y de seguridad están satisfechas, los individuos buscan pertenencia y autorrealización. Desde la psicología comunitaria, este enfoque creó un ambiente donde los adultos mayores se sintieron valorados y activos, promoviendo su bienestar integral y fortaleciendo la cohesión comunitaria. Este modelo subrayó la importancia de la participación inclusiva y adaptativa, potenciando las fortalezas

individuales y colectivas de la comunidad en el contexto de actividades significativas como la elaboración de un tapiz de memoria y la efectividad de la aplicación de actividades lúdicas.

### **Figura 16**

#### *Salida Pedagógica Adulto Mayor*



### **Acciones de Mejoramiento**

En base a lo ya expuesto en este proyecto las siguientes acciones de mejoramiento, se plantean en razón a seguir fortaleciendo, reconociendo y valorando a la comunidad de la fundación hogar plenitud de la siguiente manera:

#### **Fomentar la Participación Familiar**

##### *Desarrollar Programas que Involucren al Familiar*

Organizar talleres y actividades donde los familiares puedan participar activamente. Estos programas pueden incluir sesiones sobre el cuidado del adulto mayor, talleres de habilidades

interpersonales, y eventos sociales donde familiares y la comunidad de la fundación colaboren en actividades recreativas.

### ***Crear Espacios de Comunicación Regular***

Establecer reuniones periódicas entre familiares y el equipo de cuidado para discutir el progreso y las necesidades de la población. Utilizar estos encuentros para abordar preocupaciones, compartir logros y fomentar un diálogo abierto.

### ***Implementar un Sistema de Retroalimentación***

Introducir encuestas o formularios de retroalimentación para que las familias puedan expresar sus opiniones sobre la calidad del cuidado y las actividades ofrecidas. Usar esta información para hacer ajustes y mejoras continuas.

### **Fortalecer el Reconocimiento y Valorización de la Comunidad**

#### ***Celebrar Logros y Cumpleaños***

Establecer un calendario de celebraciones para los cumpleaños, aniversarios y logros importantes de la comunidad. Incluir a los familiares en estas celebraciones para fortalecer el sentido de comunidad y reconocimiento.

#### ***Desarrollar Proyectos de Vida y Testimonios***

Crear un proyecto donde la población puedan compartir sus historias de vida, logros y experiencias significativas. Publicar estas historias en boletines del centro, en redes sociales o en murales dentro de la fundación, reconociendo y valorando sus vidas.

#### ***Implementar Programas de Reconocimiento Personal***

Diseñar un sistema de reconocimiento donde los trabajadores puedan ser destacados por sus contribuciones, habilidades o actitudes positivas. Esto puede incluir premios mensuales o anuales y destacarlos en eventos especiales.

## **Incluir a las Familias en el Cuidado y Actividades**

### ***Organizar Talleres de Capacitación Familiar***

Ofrecer talleres educativos para que los familiares aprendan sobre el cuidado de sus seres queridos y cómo pueden apoyar su bienestar emocional y físico. Incluir temas como técnicas de comunicación efectiva y manejo del estrés.

### ***Crear Actividades Conjuntas***

Diseñar actividades que involucren tanto a residentes como a familiares. Por ejemplo, días de juego, eventos artísticos o proyectos comunitarios donde todos puedan participar y colaborar.

### ***Establecer un Programa de Voluntariado Familiar***

Invitar a los familiares a participar como voluntarios en el centro, en tareas como la organización de eventos, la realización de actividades recreativas o el apoyo en la realización de talleres.

## **Promover la Comunicación y el Apoyo Mutuo**

### ***Desarrollar Canales de Comunicación Efectiva***

Crear y mantener canales de comunicación claros entre adultos mayores, familiares y el personal laborante. Esto puede incluir boletines informativos, redes sociales del centro, y un portal en línea donde se puedan compartir actualizaciones y noticias.

### ***Facilitar Espacios de Apoyo Emocional***

Ofrecer grupos de apoyo y sesiones de asesoramiento tanto para adultos mayores, cuidadores como para sus familias, abordando temas como el manejo del estrés y el duelo. Estos espacios pueden ayudar a fortalecer las relaciones y proporcionar apoyo adicional.

### ***Organizar Encuentros de Integración Familiar***

Facilitar encuentros y actividades que permitan a los familiares interactuar con otros familiares y residentes, creando una red de apoyo y fortaleciendo la comunidad dentro del centro geriátrico.

Implementar estas acciones puede contribuir a un ambiente más inclusivo y respetuoso en la fundación hogar plenitud, promoviendo el reconocimiento y la valorización de los adultos mayores. Además, al involucrar a las familias en el proceso, se fortalece el soporte emocional y se mejora la calidad de vida de los residentes.

## Conclusiones

La implementación de actividades lúdicas y creativas, como la elaboración del tapiz de memoria, se ha revelado como una herramienta poderosa en la psicología comunitaria para promover la construcción de identidades individuales y colectivas en adultos mayores. Este proceso permitió que la comunidad de la Fundación Hogar Plenitud se reconociera y valoraran a sí mismos y a sus pares, lo que resultó en una transformación significativa en su interacción social. La creación del tapiz, como objeto tangible, no solo simbolizó las historias personales y colectivas, sino que también sirvió como un catalizador para la construcción de un sentido de pertenencia y la contraprestación del aislamiento, fenómenos comunes en esta etapa de la vida.

Desde una perspectiva académica, este proyecto aportó nuevos conocimientos sobre la aplicación de la psicología comunitaria a través de herramientas prácticas que fomentan el diálogo y el reconocimiento en poblaciones vulnerables y frecuentemente olvidadas. El uso del “Relato” como eje de la intervención representa una valiosa contribución para estudiantes y profesionales de la psicología, quienes pueden utilizar esta experiencia como base para desarrollar estrategias que promuevan la inclusión y el afirmamiento social del adulto mayor.

Además, este proyecto ofrece una orientación accesible para cuidadores en centros geriátricos, demostrando que intervenciones significativas no necesariamente requieren infraestructuras costosas. Al centrarse en actividades lúdicas y creativas, se puede lograr un impacto profundo en el bienestar de los residentes. La colaboración y participación activa de la comunidad de la Fundación Hogar Plenitud no solo aseguró que las intervenciones fueran relevantes y sostenibles, sino que también empoderó a los residentes, fortaleciendo su sentido de comunidad y dignidad. Los retos futuros incluyen la ampliación de este enfoque a otros

contextos y la adaptación de las estrategias para abordar las diversas necesidades de la población geriátrica, manteniendo siempre el enfoque en la inclusión y la sostenibilidad.

## Referencias

- Alvarado, J. M. (2021). *Programas de empoderamiento y participación social en adultos mayores institucionalizados* (Trabajo de grado, Universidad de Buenos Aires). Repositorio UBA. <https://www.uba.ar>
- Bandura, A. (2001). *Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective*. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26.
- Banks, S. (2012). *Ethics and Values in Social Work (4ª ed.)*. Londres, Reino Unido: Palgrave Macmillan.
- Beauchamp, T. L., & Childress, J. F. (2013). *Principles of Biomedical Ethics (7ª ed.)*. Nueva York, NY: Oxford University Press.
- Calderón Fregeneda, C., García Ruiz, M. A., & Muñoz García, C. (2020). *El envejecimiento en América Latina y el Caribe: implicaciones y respuestas*. Organización Panamericana de la Salud.
- Carstensen, L. L. (1992). *Social and emotional patterns in adulthood: Support for socioemotional selectivity theory*. *Psychology and Aging*, 7(3), 331-338.  
<https://doi.org/10.1037/0882-7974.7.3.331>
- Castaño, L. A., & Ríos, M. E. (2020). *Programa de empoderamiento y participación para adultos mayores en un hogar geriátrico en Medellín* (Trabajo de grado, Universidad de Antioquia). Repositorio Institucional Universidad de Antioquia.  
<https://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Cattan, M., eat White, M., Bond, J., & Learmouth, A. (2005). *Preventing social isolation and loneliness among older people: A systematic review of health promotion interventions*. *Ageing and Society*, 25(1), 41-67.

Congreso de Colombia. (2009). *Ley 1315 de 2009*.

<https://www.eluniversal.com.co/especial/adulto-mayor/5-leyes-que-protegen-a-los-adultos-mayores-en-colombia-YE8868643>

Congreso de Colombia. (2017). *Ley 1850 de 2017*.

<https://www.eluniversal.com.co/especial/adulto-mayor/5-leyes-que-protegen-a-los-adultos-mayores-en-colombia-YE8868643>

Congreso de Colombia. (2013). *Ley 1616 de 2013*.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

Consejo Superior de la Judicatura, S. A. (1991). *Constitución Política de Colombia*.

<https://www.ramajudicial.gov.co/documents/10228/1547471/CONSTITUCION-Interiores.pdf>

De la Rosa, C., & Hernández, R. (2022). *Identidad y reconocimiento en comunidades indígenas y afrodescendientes del Cauca*. *Revista Colombiana de Gerontología*, 18(1), 45-60.

Escobar, M. (2015). *Empoderamiento y participación comunitaria: Un enfoque para el adulto mayor en contextos rurales*. En E. P. González (Ed.), *Perspectivas del desarrollo rural en América Latina* (pp. 123-145). Editorial América Latina.

- Finlay, L. (2002). *Negotiating the swamp: the opportunity and challenge of reflexivity in research practice*. *Qualitative Research*, 2(2), 209-230.  
<https://doi.org/10.1177/146879410200200205>
- Freire, P. (1970). *Pedagogy of the Oppressed*. Herder and Herder
- Freire, P. (2000). *Pedagogía del oprimido (30ª ed.)*. Siglo XXI Editores.
- Garvey, K., & eat, R. B. (2018). *Creative activities as tools for integrating adults with memory impairment in the community*. *Journal of Community Psychology*, 46(1), 15-24.  
<https://doi.org/10.1002/jcop.21904>
- Gillon, R. (1994). *Medical ethics: Four principles plus attention to scope*. *BMJ*, 309(6948), 184-188.  
<https://doi.org/10.1136/bmj.309.6948.184>
- Honneth, A. (1996). *The struggle for recognition: The moral grammar of social conflicts*. Polity Press.
- Kagan, C., Burton, M., Duckett, P., Lawthom, R., & Siddiquee, A. (2019). *Critical community psychology: Critical action and social change*. Routledge.  
<https://doi.org/10.4324/9780429431500>
- Kral, M. J., & Mitchell, C. M. (2019). *xploración profunda de experiencias individuales e identificación y análisis de los factores que contribuyen a mantener estas concepciones en la comunidad*. *Gender Issues*, 36(1), 1-15.
- Levy, B. R. (2003). *Mind Matters: Cognitive and Physical Effects of Aging Self-Stereotypes*. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 58, P203-P211. <http://dx.doi.org/10.1093/geronb/58.4.P203>

- Levy, B. R. (2009). *Stereotype embodiment: A psychosocial approach to aging*. *Current Directions in Psychological Science*, 18(6), 332-336. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01662.x>
- López, M. A., & Sánchez, R. M. (2020). *econocimiento y empoderamiento de adultos mayores en hogares geriátricos de Popayán [Tesis de grado, Universidad del Cauca]*. Repositorio Institucional Universidad del Cauca.  
<https://repositorio.unicauca.edu.co/handle/123456789/1234>
- López, M., & Martínez, P. (2022). *Teoría del reconocimiento y salud mental en la tercera edad en centros geriátricos*. Editorial Psicología Comunitaria.
- Losada, B. A. (2004). *Edadismo: Consecuencias de los estereotipos, del prejuicio y la discriminación en la atención a las personas mayores*. Algunas pautas para la intervención. Madrid: Portal Mayores, Informes Portal Mayores, nº 14.
- Maslow, A. H. (1943). *A theory of human motivation*. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
- McAdams, D. P. (2001). *The psychology of life stories*. *Review of General Psychology*, 5(2), 100-122.
- McMillan, D. W., & Chavis, D. M. (1986). *Sense of community: A definition and theory*. *Journal of Community Psychology*, 14(1), 6-23.
- Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. (2008). *Resolución 2646 de 2008*.  
<https://www.eluniversal.com.co/especial/adulto-mayor/5-leyes-que-protogen-a-los-adultos-mayores-en-colombia-YE8868643>
- Miralles, I. (2010). *Vejez productiva*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3702472>

- Montero, M. (2003). *Teoría y práctica de la psicología comunitaria. La tensión entre comunidad y sociedad*. [https://airamvl.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/01/moneroteoria\\_y\\_practicade\\_la\\_psicologia\\_comunitaria.pdf](https://airamvl.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/01/moneroteoria_y_practicade_la_psicologia_comunitaria.pdf)
- Montero, M. (2004). *Introducción a la psicología comunitaria: Desarrollo, conceptos y procesos*.
- Montero, M. (2012). *Community Psychology: A Psychological Perspective on Social Transformation*. Springer
- Montero, M., & Varas, D. N. (2007). *Psicología comunitaria: Teoría, método y experiencia*. Editorial Paidós.
- Mori Sanchez, M. d. (2009). *Responsabilidad social: Una mirada desde la psicología comunitaria*. . *Liberabit*, 15(2), 163-170. :  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272009000200010&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272009000200010&lng=es&tlng=es)
- Naciones Unidas. (2024). *Informe Mundial sobre el Envejecimiento de la Población*.  
<https://www.un.org/es/global-issues/ageing>
- Nelson, G., & Prilleltensky, I. (2010). *Community Psychology: In Pursuit of Liberation and Well-being*. Palgrave Macmillan.
- Northouse, P. G. (2018). *Leadership: Theory and practice (8th ed.)*. Sage Publications.
- OMS Organización Mundial de la Salud. (2021). *studio de cargas sanitarias mundiales: Salud en el envejecimiento*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

- Orb, A., Eisenhauer, L., & Wynaden, D. (2001). *Ethics in qualitative research*. *Journal of Nursing Scholarship*, 33(1), 93-96. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2001.00093.x>
- Organización de los Estados Americanos. (2015). *Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores*.  
<http://www.oas.org/es/sadye/instrumentos/convenios.asp>
- Ortega, M. J., & Rodríguez, C. A. (2023). *Empoderamiento del adulto mayor mediante la narrativa personal en un hogar geriátrico en Cartagena (Trabajo de grado, Universidad de Cartagena)*. Repositorio Institucional Universidad de Cartagena.  
<https://repositorio.unicartagena.edu.co>
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experiencing the lifespan (6th ed.)*. McGraw-Hill Education.
- Pérez, L. F. (2021). *Empoderamiento a través de la memoria: Estrategias para el fortalecimiento de la identidad en adultos mayores en hogares geriátricos [Tesis de grado, Universidad del Cauca]*. Repositorio Institucional Universidad del Cauca.  
<https://repositorio.unicauca.edu.co/handle/123456789/5678>
- Psicólogos, C. O. (2002). *Psicología, Psicólogos y Envejecimiento: contribución*.  
<https://www.sciencedirect.com/sdfe/pdf/download/eid/1-s2.0-S0211139X02748221/first-page-pdf>
- Ramírez, M. d. (2020). *El impacto del arte-terapia en el empoderamiento y bienestar de adultos mayores en residencias geriátricas (Trabajo de grado, Universidad Nacional Autónoma de México)*. Repositorio UNAM. <https://www.unam.mx>

- Rodríguez, A., & Fernández, C. (2021). *Reconocimiento e identidad en la salud mental de adultos mayores en contextos geriátricos*. Editorial Salud y Bienestar.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). *Successful aging*. *The Gerontologist*, 37(4), 433-440.  
<https://doi.org/10.1093/geront/37.4.433>
- Salthouse, T. A. (2019). *Major Issues in Cognitive Aging*. Oxford University Press.
- Salud, Organización Mundial de la. (2002). *Envejecimiento activo: un marco político*. Ginebra: OMS.
- Sánchez Martínez, M. (2017). *Envejecimiento activo y participación social: Metodologías participativas con adultos mayores*. *Journal of Aging Studies*, 31(1), 12-21.
- Sieber, J. E. (1992). *Planning Ethically Responsible Research: A Guide for Students and Internal Review Boards*. Nuevabury Park, CA: Sage.
- Stern, Y. (2009). *Cognitive reserve*. *Neuropsychologia*, 47(10), 2015-2028.
- Wahl, H. W. (2017). *The many faces of ageism: Cases of exclusion and inclusion*. Springer.
- Wenger, E. (1998). *Communities of Practice: Learning, Meaning, and Identity*. Cambridge University Press.
- World Health Organization. (2002). *Active ageing: A policy framework*. Geneva: World Health Organization. [https://www.who.int/ageing/publications/active\\_ageing/en/](https://www.who.int/ageing/publications/active_ageing/en/)
- Yolanda, Z. (2018). *Recreation and Play in Community Psychology: Fostering Social Integration and Well-being*. Routledge

Zimmerman, M. A. (2000). *Empowerment theory: Psychological, organizational, and community levels of analysis*. En J. Rappaport & E. Seidman (Eds.), *Handbook of community psychology* (pp. 43-63). Kluwer Academic/Plenum Publishers

## Apéndices

### Apéndice A

*Nombres Personal Fundación Hogar Plenitud, Participante en Relatos.*

---

Personal Fundación hogar plenitud	
Adulto Mayor 1	Delfín Camayo
Adulto Mayor 2	Amparo López
Adulto Mayor 3	Cristina Camayo
Adulto Mayor 4	Emérita de Gómez
Adulto Mayor 5	Ema Gómez
Directora	Sonia Casas
Fisioterapeuta	Gustavo Piamba
Cuidadora 1	Yeidi Tenorio

---

## Apéndice B

### *Preguntas de la Entrevista Semiestructurada*

Preguntas entrevista semiestructurada adultos mayores comunidad fundación hogar plenitud.	AM1	AM2	AM3	AM4	AM5	AM6
1. ¿Cómo describirías tu experiencia general viviendo en este lugar?	Me parece bien, aquí me siento respetado.	No es lo que deseo, pero respeto la decisión de mis hijos.	Por el momento, no tengo otra opción, mis hijas decidieron dejarme aquí, la situación en casa no era tolerable con mi nieto.	Me gusta, la comida es rica y tengo amigas con las que experimento cada momento cosas buenas.	Pues, que le digo yo, mis sobrinas se olvidaron de mí, dijeron que querían viajar y no podían llevarme.	Me toca estar aquí, por lo menos no me dejaron desamparada
2. ¿Qué aspectos del cuidado que recibes aquí	Todos, aquí, son estudiados y esa sabiduría	No me siento cuidada en mi	Aquí no tengo acceso a las cosas	Gracias a lo que conozco, sé que aquí	Lo normal, ni mucho ni poco, a	El fisioterapeuta, es mi mayo

consideras más beneficiosos para tu bienestar?	hace que me cuiden bien.	visión, eso me atormenta mucho.	que necesito, y me siento como desamparada por ese lado.	hacen los mejores esfuerzos para cuidarnos.	veces son descuidados, pero porque somos muchos.	agrado, lo quiero mucho.
3. ¿Hay algo que te gustaría cambiar o mejorar en la atención que recibes?	Que no nos desprecien al hacernos sentir que hay cosas que no podemos hacer.	Que sean más amorosos al tratarnos.	Que se vea el amor cuando nos atiendan	El amor es importante para el trato, aquí hay personas que no lo tienen y otras a las que les hace falta amor.	Que haya más tolerancia.	Si, que estén más cuidadosas de mí.
4. ¿Cómo te sientes en este lugar?	A veces siento que mi sobrino me olvido.	No es el lugar, es el desprecio de mis hijos.	Desamparada, olvidada, triste, algunas personas no me toleran.	Me siento alegre y triste a la vez por los compañeros que no vienen a verlos.	Como que me abandonaron	Me siento sola, aunque estoy acompañada.
5. ¿Cómo es tu interacción con otros	Me llevo bien con la mayoría, son buenas	Aquí, bien porque son	Si, creo que somos todos empáticos,	Con todos tengo empatía.	Ni bien ni mal, a veces son intolerante	No, aquí nos abandonaron, que

residentes? ¿Te sientes parte de una comunidad?	personas y empáticas.	amables , algunas de las abuelitas muy amorosas.	y formamos una pequeña comunidad de abuelitos.		s, algunos, pero en general, normal.	comunidad o familia va a ser esto.
6. ¿Qué anhelas tener en este lugar?	A mi familia, la extraño y los amo mucho.	A mis nietos, los amo, me hacen falta.	A mis hijas y mis nietos, hasta mis yernos, son mi familia, siempre les guardo un gran amor.	Mas personas que sepan ayudarnos en nuestra vejes,	No, nada así me siento normal, de pronto más experiencias.	Anhelo mis nietos, los amo.
7. ¿Cómo es un día aquí en la fundación para ti?	En la mañana me gusta porque estamos ocupados, en la tarde es aburrido.	Normal, siempre estamos pendientes de que nos pongan a hacer, en la tarde es muy aburrido	Si, es como aburrido y triste a veces.	Nos acompañan en toda hora, y me gusta los juegos de espiritualidad.	El fisioterapeuta nos motiva a movernos y no quedarnos quietos, eso es grato para mí.	Me lleno de impaciencia, me siento a veces deprimirme.
8. ¿Qué quisieras que	Mas acompañame	Que hiciéram	Que me pusieran	Que algunas de	Yo quisiera	A mí me da igual,

se implementar á en este lugar?	nto, aprendizajes, algo siempre nos mantenga en busca de conocimiento .	os cosas con nuestras familias, para poder mantener la único y el amor.	más atención, me tuvieran paciencia.	las enfermeras no fueran tan enojonas.	que me pongan más atención, que tenga con quien hablar.	aquí hacen lo que quieren con uno, no toleran como uno es.
9. ¿Cómo percibes esta etapa de tu vida?	Con mucha soledad, pero trato de ser positivo y agradecido	Muy triste, no pensé nunca de mi vida, estar en un lugar sin mi familia	Muy triste, no acepto estar sin mi familia	Feliz, agradecida , con una actitud positiva	Es muy triste ver como mi cuerpo ha envejecido , casi no me gusta verme.	Enferma, pero confío en mi Dios que me de sabiduría para sobrellevar estos dolores.
10. ¿Cómo percibes a las personas que te ayudan y cuidan en este lugar?	Cariñosas, amorosas y pacientes	Amables, sabias,	No todas, pero la mayoría está siempre como indispueta conmigo	Amables, cariñosas, respetuosas, con la experiencia necesaria para atendernos	Amables y cariñosas, una que otra es como malgeniada, pero es normal tener malos ratos.	Aquí son amables, no todo el tiempo, pero si por lo menos me ayudan a hacer las cosas básicas.

## Apéndice C

### *Preguntas de la Entrevista Semiestructurada Cuidadores y Administrativos*

Preguntas entrevista semiestructurada cuidadores comunidad fundación hogar plenitud.	D	F	C1
1. ¿Cuáles son los mayores desafíos que enfrentas al cuidar de los residentes?	Tolerarlos, tratar de entenderlos y acertar en lo que desean	La atención oportuna de terapias, ellos son impacientes y casi no comprenden que debo abarcar a todos en terapias.	Hacer que se sientan amados, queridos, apreciados, respetados, es muy difícil cambiar la mentalidad de abandono que tienen.
2. ¿Cómo describirías tu relación los adultos mayores en términos de confianza y comunicación?	Un poco intolerante, ya que ellos quieren muchas cosas que no podemos brindarles, ya que dependemos de decisiones desde sus núcleos familiares	Empática, trato de cubrir su sentir lo más que puedo	Amable, cordial, trato de ser cariñosa con todos.
3. ¿Sientes que tienes suficiente capacitación y recursos para realizar tu trabajo de manera efectiva?	Trato de estar a la vanguardia de lo que exige este oficio y capacitar a los empleados por medio de capacitaciones constantes, pero es	Desde mi profesión de fisioterapeuta, considero que mi capacitación es suficiente para las	Si, quisiera aprender más para cumplir con sus exigencias y que puedan tener más confianza.

	complicado el acertar a cada uno en sus necesidades y tenerlos en todas las áreas satisfechos.	condiciones físicas que poseen y calmar un poco	
4. ¿Qué tipo de apoyo adicional piensas que sería útil para mejorar la calidad del cuidado?	La gerontología sería vital, un funcionario que desde su sabiduría apliqué y guie en este conocimiento.	Mas espacios con implementos que apoyen la disciplina y el conocimiento.	Mas personal, a veces nos quedamos cortos en la atención temprana y los abuelitos no comprenden eso, y se enojan.
5. ¿Qué cambios o mejoras propondrías para aumentar la calidad de vida de los residentes?	El acompañamiento de la familia de manera constante.	Que el acompañamiento sea reforzado por un trabajador social o psicólogo de manera permanente, ya que la parte emocional y familiar esta desprotegida	El acompañamiento de sus familias, la mayor causa por la que uno los ve tristes es que no vengan sus familiares los fines de semana.

## Apéndice D

### *Potenciaciones del Adulto Mayor de la Fundación Hogar Plenitud*

Categorías	Participación. Diálogo, reflexión	Movilización - sensibilización- toma de decisiones	Agenciamiento - Liderazgo y la gestión	Compromiso
Física	<p>La participación de los adultos mayores en la elaboración del tapiz de memoria, a través de actividades lúdicas basadas en diálogos y reflexiones, tuvo múltiples efectos positivos. Este tipo de iniciativa promovió la actividad física, esencial para su bienestar general. Las actividades implicaron movimientos físicos que ayudaron a mantener la movilidad</p>	<p>El proyecto no solo promovió la participación activa en el proceso creativo, sino también una activación física que mejoró la salud integral de los adultos mayores. La participación en actividades lúdicas que implicaban movimiento, como la manipulación de materiales para el tapiz, mejoró la coordinación, la fuerza y la flexibilidad, cruciales para la</p>	<p>El reconocimiento en la población adulta mayor, en el contexto de este proyecto, tiene efectos físicos significativos ligados al agenciamiento, que implica la capacidad de los adultos mayores para tomar decisiones, influir en su entorno y participar activamente en actividades que promueven su bienestar. Según Bandura (1997),</p>	<p>La participación activa en Las actividades que involucraron movimiento, coordinación y destreza manual, como la elaboración del tapiz de memoria exigieron de los participantes un compromiso con el mantenimiento y la mejora de sus capacidades físicas. Este tipo de actividades contribuyeron a la salud física al promover la</p>

<p>articular, mejorar la coordinación y la fuerza muscular, prevenir la rigidez y el deterioro físico (Park &amp; Reuter-Lorenz, 2009). El manejo de agujas e hilos durante la elaboración del tapiz mejoró la destreza manual y la motricidad fina, reduciendo el dolor de enfermedades crónicas como la artritis. A través del diálogo y la reflexión, los adultos mayores compartieron experiencias y se sintieron valorados y escuchados, especialmente cuando los</p>	<p>autonomía física en la vejez (Smith, 2010). La movilización en este proyecto también influyó en la percepción de los adultos mayores sobre su cuerpo y capacidades, aumentando su autoestima y percepción de autoeficacia. Esto los motivó a participar en más actividades, mejorando su movilidad general y reduciendo el riesgo de caídas, lo cual es crucial para esta población y el personal de cuidado (Rowe &amp; Kahn, 1997). La teoría del envejecimiento exitoso de Rowe</p>	<p>el agenciamiento se refiere a la creencia en la propia capacidad para organizar y ejecutar las acciones necesarias para manejar situaciones específicas, lo cual es crucial para el bienestar físico y emocional. La participación activa en la elaboración del tapiz de memoria mejoró la motricidad fina y la coordinación mano-ojo, esenciales para mantener la autonomía en la vida diaria. Además, la interacción social y el</p>	<p>movilidad y la función motora fina, cruciales para prevenir el deterioro funcional asociado con la edad avanzada (Rowe &amp; Kahn, 1997). Según la teoría de la actividad de Havighurst (1961), la participación en actividades significativas es esencial para un envejecimiento exitoso. Esta teoría sostiene que la continuidad y el involucramiento en actividades valoradas ayudan a los adultos mayores a mantener su salud física y bienestar</p>
--	---	---	---

<p>acompañaban los cuidadores de la fundación, lo que disminuyó los niveles de estrés y ansiedad, mejorando la salud cardiovascular (Wenger, 1998). La combinación de actividad física ligera, estimulación mental y apoyo emocional crea un entorno holístico de bienestar, mejorando la calidad de vida de los adultos mayores</p>	<p>y Kahn (1997) sostiene que un envejecimiento saludable depende de la participación activa en actividades significativas. Este proyecto, al combinar actividades lúdicas con reflexión, contribuye significativamente al bienestar físico y mental, promoviendo un envejecimiento más activo y satisfactorio.</p>	<p>diálogo fomentaron la movilidad y la actividad física, ya que los adultos mayores se desplazaban dentro de la fundación para colaborar y participar en actividades grupales. Asumieron roles activos, lo que redujo sentimientos de inutilidad y depresión, y reforzó su autoeficacia, un componente clave del agenciamiento según Bandura. En resumen, el agenciamiento a través del liderazgo y la gestión en el proyecto del</p>	<p>psicológico. En el contexto de la Fundación Hogar Plenitud, los participantes no solo se comprometieron con su bienestar, sino también con el apoyo mutuo y la colaboración con sus cuidadores. Esto creó un ambiente de trabajo conjunto que fortaleció tanto la salud física como las relaciones interpersonales, fomentando una cultura de cuidado integral donde los adultos mayores se sintieron valorados y apoyados en sus esfuerzos por</p>
--	---	--	--

			<p>tapiz de memoria, con actividades lúdicas basadas en el diálogo y la reflexión, favoreció el reconocimiento y la valoración personal en la población adulta mayor, produciendo efectos físicos beneficiosos al mejorar la motricidad, fomentar la actividad física y fortalecer la autoeficacia.</p>	<p>mantener su salud física a través de actividades significativas.</p>
Cognitiva	<p>La participación de adultos mayores en este proyecto mejoró la memoria, la atención, la capacidad de resolución de problemas y la</p>	<p>La movilización a través del proyecto del tapiz de memoria, combinada con actividades lúdicas y diálogos reflexivos, tuvo efectos cognitivos</p>	<p>La creación de un tapiz de memoria a través de actividades lúdicas basadas en diálogos y reflexiones tuvo efectos significativos en</p>	<p>La teoría de la reserva cognitiva, propuesta por Stern (2002), sostiene que el compromiso en actividades mentalmente</p>

	<p>flexibilidad cognitiva. A través de la reminiscencia y las narrativas de historias personales, ejercitaron su memoria episódica, fortaleciendo conexiones neuronales y promoviendo la integración social y emocional. Las actividades lúdicas crearon un ambiente de aprendizaje significativo, esencial para un envejecimiento saludable, según la teoría de la actividad de Havighurst (1961). El diálogo y la reflexión, inspirados en</p>	<p>significativos en los adultos mayores. Estos efectos incluyeron mejoras en el reconocimiento, la sensibilización y la toma de decisiones. La participación en la creación del tapiz de memoria no solo implicó habilidades manuales y creativas, sino también la evocación de recuerdos y narrativas personales. La movilización mental durante los diálogos y reflexiones tuvo efectos positivos en la memoria, atención y razonamiento, contribuyendo a</p>	<p>la cognición y la identidad de los adultos mayores participantes. Este proyecto no solo estimuló funciones cognitivas como la planificación, resolución de problemas y memoria operativa, sino que también fortaleció la identidad personal y colectiva. Bandura (2001) resalta que el agenciamiento humano, crucial para el desarrollo de competencias y el sentido de autoeficacia, es esencial en el bienestar de las personas mayores. Asumir</p>	<p>estimulantes puede aumentar la resistencia del cerebro a los daños relacionados con la edad y la enfermedad. En este marco, la participación de los residentes en el proyecto ofreció una oportunidad para construir y mantener esta reserva cognitiva. Al colaborar con sus cuidadores, los adultos mayores no solo fortalecieron sus habilidades cognitivas, sino que también crearon un entorno de apoyo mutuo y colaboración.</p>
--	--	--	--	--

<p>Vygotsky (1978), fortalecieron las habilidades lingüísticas y de pensamiento crítico, beneficiando a los participantes mediante el apoyo y retroalimentación de sus compañeros y cuidadores, lo que aumentó su motivación y autoeficacia. Los encuentros narrativos, al reflexionar sobre experiencias personales y su representación en un tapiz de memoria, mejoró la autoestima y el bienestar emocional. En resumen, la participación en la creación del</p>	<p>prevenir el deterioro cognitivo y mejorar la calidad de vida (Cohen, 2006). Según la teoría de la reserva cognitiva de Stern (2009), actividades que desafían el cerebro pueden mantener las capacidades cognitivas y retrasar el deterioro. La creación del tapiz fortaleció la memoria episódica y la capacidad de reconocimiento. Participar en diálogos sobre sus historias y las de sus compañeros aumentó la conciencia de identidad y rol</p>	<p>roles de liderazgo en la creación del tapiz permitió a los adultos mayores participar activamente en la toma de decisiones y la organización de actividades, mejorando así sus capacidades cognitivas y fomentando la interacción social, lo que puede contrarrestar el deterioro cognitivo asociado con el envejecimiento. Asimismo, Vygotsky (1978) subraya la importancia del diálogo y la reflexión para el desarrollo</p>	<p>Este enfoque, que valoró la experiencia y el conocimiento de los adultos mayores, contribuyó a un envejecimiento más activo y satisfactorio, subrayando la importancia de la estimulación cognitiva continua.</p>
---	---	---	--

	<p>tapiz de memoria y las actividades lúdicas basadas en diálogos y reflexiones tuvo amplios beneficios cognitivos, emocionales y sociales para los adultos mayores.</p>	<p>comunitario. La toma de decisiones se vio estimulada cuando los participantes eligieron recuerdos para compartir y cómo representarlos en el tapiz, fortaleciendo su autonomía y confianza en sus capacidades cognitivas. La teoría de la actividad de Havighurst (1961) subraya la importancia de la participación en actividades significativas para un envejecimiento satisfactorio. Al involucrarse en un proyecto lúdico y reflexivo, los</p>	<p>cognitivo. A través de estos intercambios, los adultos mayores revivieron y compartieron recuerdos, reforzando su memoria episódica y capacidad narrativa, lo que construyó nuevas conexiones neuronales y promovió un sentido de pertenencia y comunidad. En resumen, el liderazgo y la gestión en la elaboración del tapiz de memoria tuvieron un impacto positivo en el reconocimiento y valoración</p>	
--	--	---	---	--

		adultos mayores ejercitaron su memoria y habilidades cognitivas, experimentando una revitalización comunitaria. Las actividades lúdicas crearon un ambiente de aprendizaje y descubrimiento, haciendo el proceso agradable y efectivo.	cognitiva de los adultos mayores, mejorando sus capacidades cognitivas y fortaleciendo su identidad y sentido de pertenencia, lo cual contribuyó a una mejor calidad de vida.	
Socioemocional 1	El proyecto implementado en la fundación hogar plenitud tuvo un impacto positivo en el bienestar socioemocional de los adultos mayores, al ofrecerles oportunidades para la expresión creativa y	En el ámbito socioemocional, se promovió la interacción social, la identidad personal y colectiva, y el bienestar emocional de los adultos mayores mediante su participación activa en actividades	En el contexto de un proyecto dirigido a adultos mayores, el agenciamiento se refiere a su capacidad para tomar decisiones y actuar de manera autónoma, fortalecido por su participación activa en el	El compromiso de los residentes en la creación del tapiz de memoria promovió vínculos afectivos, mejoró la comunicación y fortaleció el sentido de comunidad. Al

	<p>fortalecer relaciones sociales. Actividades interactivas y lúdicas ayudaron a reducir la soledad y el aislamiento, y el proceso de creación del tapiz de memoria facilitó la reflexión sobre sus vidas, alineándose con la etapa de integridad versus desesperación de Erikson (1982). El proyecto también abordó las necesidades psicológicas descritas en la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan (2000), al promover la competencia,</p>	<p>lúdicas y la creación de un tapiz de memoria. Este enfoque se alinea con la teoría del envejecimiento activo de la OMS (2002), que destaca la importancia de la participación social para la salud mental y emocional de los mayores. Al involucrarse en la planificación y ejecución del proyecto, los adultos mayores experimentaron un aumento en su autonomía y autoestima. Además, la teoría de la reminiscencia (Westerhof &amp; Bohlmeijer, 2014) sugiere que</p>	<p>proyecto. Actividades como la creación de un tapiz de memoria no solo fomentaron la expresión creativa y la interacción social, sino que también facilitaron el diálogo y la reflexión, esenciales para el reconocimiento y valoración personal y colectiva. Desde la perspectiva de Paulo Freire (1970), el diálogo genuino es crucial para el desarrollo de la conciencia crítica y el empoderamiento, promoviendo la</p>	<p>compartir sus historias, los residentes crearon un ambiente de confianza y apoyo emocional, aumentando su sentido de pertenencia y autoestima (Cohen-Mansfield et al., 2010). La teoría del apego de Bowlby (1969) respalda la importancia de estos vínculos para el bienestar emocional. En la Fundación Hogar Plenitud, esta colaboración fortaleció las relaciones entre residentes y cuidadores,</p>
--	---	---	--	---

	<p>autonomía y relación, lo que contribuyó a un mayor sentido de autoestima y pertenencia. Además, la participación en actividades significativas, respaldada por la teoría de la actividad de Havighurst (1961), ayudó a reducir síntomas de depresión y ansiedad, al proporcionar un sentido de propósito y conexión social. En resumen, el proyecto mejoró la autoestima, la sensación de pertenencia y redujo síntomas emocionales negativos, con beneficios</p>	<p>compartir recuerdos ayuda a procesar experiencias y fortalecer las relaciones. Así, el proyecto no solo mejoró su bienestar emocional, sino también su sentido de valor y propósito.</p>	<p>comprensión mutua y la co-construcción del conocimiento. En este caso, la colaboración en actividades como el tapiz de memoria permitió a los adultos mayores valorar sus experiencias y las de otros, fortaleciendo su identidad y autoestima. Bandura (2001) destaca que el sentido de autoeficacia, o la creencia en la capacidad propia para alcanzar objetivos, aumenta cuando los individuos asumen roles activos y de liderazgo. Los adultos mayores,</p>	<p>fomentando un entorno de seguridad emocional y respeto, y facilitando la expresión emocional y la resolución de conflictos.</p>
--	--	---	---	--

	<p>teóricos fundamentados en Erikson, Deci y Ryan, y Havighurst.</p>		<p>al liderar y gestionar aspectos del proyecto, experimentaron un aumento en su sentido de competencia y autonomía, lo que impactó positivamente en su bienestar emocional y social. En resumen, el agenciamiento promovido por el proyecto no solo mejoró la autoestima y el sentido de pertenencia de los adultos mayores, sino que también contribuyó a la creación de una comunidad más cohesionada y empoderada.</p>	
--	--	--	--	--

## Apéndice E

### Consentimientos Informados



#### CONSENTIMIENTO INFORMADO.

Yo Lucy Amparo López identificada con cedula de ciudadanía No. 25.271.918 manifiesto que he sido informada por la estudiante del programa de psicología Kelly Erazo Cabrera de la universidad nacional abierta y a distancia UNAD, sobre mi participación en el proyecto aplicado Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" una apuesta para el reconocimiento y valorización del adulto mayor, el cual consiste en la participación de actividades lúdicas y elaboración de un tapiz de memorias, todo con finalidades académicas. Además, he sido informada que la aplicación de todas las actividades no corre ningún riesgo, del mismo modo toda la información manejada será de manera confidencial.

De acuerdo con lo expuesto de manera escrita y verbal, me considero informada, manifiesto que he entendido lo anteriormente expuesto y acepto, deseando participar de manera voluntaria en este proyecto.

Nombre y firma del participante.

Lucy Amparo López

Nombre y firma de la Psicóloga en formación.

Kelly V. Erazo Cabrera

Fecha

08 Marzo 2024

## Apéndice F

### Consentimientos Informados



#### CONSENTIMIENTO INFORMADO.

Yo María Cristina Reyes de Díaz identificada con cédula de ciudadanía No. 41.660.260 manifiesto que he sido informada por la estudiante del programa de psicología Kelly Erazo Cabrera de la universidad nacional abierta y a distancia UNAD, sobre mi participación en el proyecto aplicado "Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" una apuesta para el reconocimiento y valorización del adulto mayor, el cual consiste en la participación de actividades lúdicas y elaboración de un tapiz de memorias, todo con finalidades académicas. Además, he sido informada que la aplicación de todas las actividades no corre ningún riesgo, del mismo modo toda la información manejada será de manera confidencial.

De acuerdo con lo expuesto de manera escrita y verbal, me considero informada, manifiesto que he entendido lo anteriormente expuesto y acepto, deseando participar de manera voluntaria en este proyecto.

Nombre y firma del participante.

María Cristina Reyes de Díaz

Nombre y firma de la Psicóloga en formación.

Kelly V Erazo Cabrera

Fecha

08 Marzo 2024

## Apéndice G

### Consentimientos Informados

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades

UNAD  
Universidad Nacional Abierta y a Distancia

**CONSENTIMIENTO INFORMADO.**

Yo Delfin Camayo identificado con cedula de ciudadanía No. 2.835.907 manifiesto que he sido informado por la estudiante del programa de psicología Kelly Erazo Cabrera de la universidad nacional abierta y a distancia UNAD, sobre mi participación en el proyecto aplicado Memorias Tejidas: Conectando Historias y Vidas" una apuesta para el reconocimiento y valorización del adulto mayor, el cual consiste en la participación de actividades lúdicas y elaboración de un tapiz de memorias, todo con finalidades académicas. Además, he sido informado que la aplicación de todas las actividades no corre ningún riesgo, del mismo modo toda la información manejada será de manera confidencial.

De acuerdo con lo expuesto de manera escrita y verbal, me considero informado, manifiesto que he entendido lo anteriormente expuesto y acepto, deseando participar de manera voluntaria en este proyecto.

Nombre y firma del participante.

Delfin Camayo

Nombre y firma de la Psicóloga en formación.

Kelly V. Erazo Cabrera

Fecha

08 Marzo 2024

1

## Apéndice H

### *Videos e Imágenes de las Narrativas de los Tapiz de Memorias*

Enlace de los videos de las narrativas de los tapiz de memorias:

Link:<https://youtu.be/nx6q7zWd5AA> Relato Tapiz de memoria Amparo López

Link:<https://youtu.be/X0XUWQFIi4s> Relato Tapiz de memoria Delfín Camayo

Link:<https://youtu.be/WDwPG87N3kM> Relato Tapiz de memoria Cristina Reyes

Enlace de las imágenes de las narrativas de los Tapiz de memorias:

[https://www.canva.com/design/DAGOLYrcTLs/IgdrHZ6zk1D\\_HCUFxcNn1g/view?utm\\_content=DAGOLYrcTLs&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link&utm\\_source=edito](https://www.canva.com/design/DAGOLYrcTLs/IgdrHZ6zk1D_HCUFxcNn1g/view?utm_content=DAGOLYrcTLs&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=edito)

r

**Apéndice I***Diarios de Campo*

Enlace de los documentos de los diarios de Campo.

[https://www.canva.com/design/DAGOVDVkeLc/lrOLcMJxwOQ0922s1BSUxA/edit?utm\\_content=DAGOVDVkeLc&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAGOVDVkeLc/lrOLcMJxwOQ0922s1BSUxA/edit?utm_content=DAGOVDVkeLc&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)