

**Ritmos de Resiliencia: Innovación Social y Empoderamiento Juvenil a través del Baile en la
Comuna 13.**

Presentado por:

Jenny Andrea Bonilla Espinosa

Grupo: 404047079A_1704

Diplomado en Innovación Social

Docente: Damaris Gómez Díaz

Universidad Nacional Abierta y a Distancia

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades.

Programa Psicología

CEAD Medellín

Diciembre – 2024

Tabla de Contenido

Resumen	3
Abstract	4
Introducción	5
Metodología	6
Resultados	9
Conclusiones	13
Recomendaciones	14
Referencias	16

Resumen

Este artículo presenta la sistematización de Ritmos de Resiliencia, una experiencia de innovación social desarrollada en la Comuna 13 de Medellín, cuyo enfoque principal es el uso del baile como herramienta para promover el bienestar emocional, la inclusión social y el desarrollo personal de 15 jóvenes del barrio Juan XXIII. El objetivo del artículo es mostrar los resultados de este proceso de sistematización, destacando el nivel de maduración alcanzado por la experiencia en términos de sus objetivos y enfoques. La metodología adoptada fue cualitativa, utilizando observación participante para recopilar información sobre la implementación y evolución del proyecto. Los resultados reflejan los aprendizajes obtenidos a lo largo del proceso, incluyendo el fortalecimiento de habilidades psicosociales y el impacto positivo en la cohesión social. Se concluye que el modelo tiene potencial de replicabilidad en contextos similares, ofreciendo un aporte valioso para la transformación de comunidades en situación de vulnerabilidad.

Palabras claves:

Innovación social, resiliencia, inclusión, bienestar emocional, Comuna 13.

Abstract

This article presents the systematization of Ritmos de Resiliencia, a social innovation experience developed in Medellín's Comuna 13. The project focuses on using dance as a tool to promote emotional well-being, social inclusion, and personal development among 15 young people from the Juan XXIII neighborhood. The article's objective is to showcase the results of this systematization process, highlighting the maturity level achieved by the experience in terms of its goals and approaches. The methodology adopted was qualitative, using participant observation to gather information about the project's implementation and evolution. The results reflect the lessons learned throughout the process, including the strengthening of psychosocial skills and the positive impact on social cohesion. It concludes that the model has potential for replication in similar contexts, offering a valuable contribution to transforming vulnerable communities.

Keywords: Social innovation, resilience, dance therapy, community development, emotional well-being

Ritmos de Resiliencia

Innovación Social a Través del Baile en la Comuna 13 de Medellín.

Introducción

Ritmos de Resiliencia es una experiencia de innovación social comunitaria desarrollada en la Comuna 13 de Medellín. Esta iniciativa utiliza el baile como herramienta para fomentar el bienestar emocional y social de 15 jóvenes del barrio Juan XXIII. El proyecto se categoriza como innovación social comunitaria porque involucra activamente a los jóvenes y a la comunidad en el proceso de solución de problemas, utilizando el arte como medio para el fortalecimiento de competencias emocionales y sociales. Esta clasificación se justifica por la participación de la comunidad en el diseño y ejecución de la intervención, lo que permite generar cambios sostenibles en el bienestar de los participantes y en la cohesión social del barrio.

El ecosistema de actores involucrados en Ritmos de Resiliencia está compuesto por varios grupos clave. Los jóvenes participantes son el eje central del proyecto, provenientes de un contexto de alta vulnerabilidad social. Además, el proyecto cuenta con líderes comunitarios que aportan su conocimiento del contexto local y movilizan recursos dentro de la comunidad. Los facilitadores, profesionales en psicología y artes, diseñan y lideran las actividades de la intervención, proporcionando apoyo psicosocial a los jóvenes. Finalmente, la comunidad local, a través de su participación activa, contribuye a la creación de un entorno seguro y de confianza que facilita el proceso de intervención.

La historia de Ritmos de Resiliencia comienza en 2019, cuando se identificó la necesidad de crear espacios para el desarrollo emocional y social de los jóvenes de la Comuna 13, una zona afectada por altos índices de violencia y exclusión social. Desde su inicio, el proyecto ha

evolucionado, consolidándose como una experiencia de innovación social que utiliza el baile para mejorar la autoestima y las habilidades emocionales de los jóvenes. A lo largo de los años, Ritmos de Resiliencia ha ido ajustando su metodología y expandiendo su impacto, logrando generar un cambio positivo en la vida de los participantes.

El objetivo de esta sistematización es analizar la implementación del proyecto Ritmos de Resiliencia con 15 jóvenes de la Comuna 13 de Medellín, utilizando el baile como herramienta de innovación social para promover el bienestar emocional y social. A través de este análisis, se busca identificar las metodologías empleadas, los actores involucrados y los resultados alcanzados, con el fin de evaluar el grado de maduración del proyecto y generar recomendaciones para replicarlo en otros contextos vulnerables.

Metodología

La metodología está dividida en dos partes: la sistematización de la experiencia y la evaluación de su nivel de maduración.

Primera parte: Sistematización de la experiencia

Para llevar a cabo la sistematización de la experiencia Ritmos de Resiliencia, se siguieron una serie de pasos, los cuales corresponden con las actividades realizadas durante el diplomado.

Estos pasos incluyeron:

Identificación de la experiencia y los actores que conforman el ecosistema: Se identificó a los principales actores involucrados en la intervención, como los jóvenes participantes, los facilitadores (psicólogos y profesores de baile), y los coordinadores del proyecto.

Construcción de la línea de tiempo: Se creó una línea de tiempo que permite situar las actividades y logros del proyecto en su contexto, reflejando las fases de implementación y los hitos alcanzados durante el proceso.

Recolección de información primaria y secundaria: Para la recolección de información, se utilizaron tanto fuentes primarias como secundarias. En cuanto a las fuentes primarias, se realizaron entrevistas y observación directa, que incluyeron a los siguientes grupos:

Jóvenes participantes: Se entrevistaron 4 jóvenes con el fin de conocer su percepción sobre la experiencia y su impacto en su bienestar emocional y social.

Facilitadores (psicólogos y profesores de baile): Se entrevistaron 2 psicólogos y 2 profesores de baile para obtener información detallada sobre la implementación del proyecto y la metodología empleada.

En cuanto a las fuentes secundarias, se revisaron materiales relacionados con el contexto de la Comuna 13, documentos internos de la fundación y literatura relevante sobre intervenciones psicosociales en jóvenes.

Organización de la información en matrices: La información recolectada fue organizada en matrices para estructurar y categorizar los datos obtenidos, permitiendo un análisis claro de los resultados.

Segunda parte: Evaluación del nivel de maduración

Para evaluar el nivel de maduración de la experiencia Ritmos de Resiliencia, se aplicó el método planteado por Jailler et al. (2017), el cual propone un sistema para evaluar la madurez y replicabilidad de iniciativas de innovación social a través de diferentes fases de implementación.

Este método se centró en evaluar el grado de desarrollo y sostenibilidad del proyecto, así como su potencial para ser replicado en otros contextos.

La aplicación de este método consistió en analizar los componentes clave del proyecto, tales como la estructura organizativa, las metodologías empleadas y los resultados obtenidos, con el fin de determinar su capacidad para ser escalado y replicado en comunidades similares. Según este enfoque, el proyecto Ritmos de Resiliencia alcanzó un nivel 7, lo que indica un alto grado de madurez y la posibilidad de replicación en otros contextos, aunque aún es necesario continuar con la consolidación de algunas áreas clave para su sostenibilidad a largo plazo.

Resultados

El proyecto Ritmos de Resiliencia es una propuesta creativa que utiliza el baile como herramienta para el desarrollo personal y comunitario, con el objetivo de fomentar la resiliencia emocional de los jóvenes a través de la danza. Este enfoque no solo se centra en el baile como una actividad artística, sino también como una estrategia psicosocial. La creatividad se gestiona como un eje central para activar las emociones y potenciar las relaciones interpersonales dentro del grupo. Este enfoque permite una apropiación progresiva de la actividad por parte de los jóvenes, involucrándolos activamente en las dinámicas. La innovación del proyecto radica en la integración del baile con herramientas psicosociales, creando un espacio donde los jóvenes pueden expresarse libremente, fortalecer su autoestima y desarrollar habilidades para el trabajo en equipo. La metodología implementada busca enseñar no solo la técnica de baile, sino también promover la reflexión sobre valores, emociones y dinámicas grupales. A través de las sesiones,

los participantes vivencian un proceso de autoexploración y conexión con los demás, lo que genera un ambiente propicio para la integración y el desarrollo de la creatividad.

En cuanto al desarrollo interactivo, el proyecto favorece constantemente la interacción entre los participantes mediante dinámicas grupales. Las actividades no solo están estructuradas para enseñar una coreografía, sino también para permitir que los jóvenes interactúen entre sí, desarrollen empatía y aprendan a comunicarse de manera efectiva. El baile se convierte en un medio para la expresión emocional y el trabajo colaborativo, lo que permite que los jóvenes aprendan a coordinarse, compartir ideas y resolver conflictos de manera cooperativa. El proceso de interacción está guiado por los psicólogos y los profesores de baile, quienes fomentan un ambiente seguro y de confianza donde los jóvenes pueden explorar y compartir sus pensamientos y emociones. Las actividades evolucionan para asegurar que cada participante se sienta incluido y tenga un papel activo en el proceso.

Respecto al proceso de implementación, este se organiza cuidadosamente, con una planificación semanal que permite un seguimiento constante del progreso de los jóvenes. Cada sesión está orientada a objetivos específicos tanto en el área del baile como en el desarrollo emocional y social. Las actividades se ajustan según las necesidades observadas de los participantes, lo que permite que el proyecto evolucione conforme a la dinámica del grupo. Las sesiones están estructuradas de manera ordenada pero flexibles, adaptándose a los avances y necesidades de los jóvenes. El equipo de trabajo, que incluye psicólogos, profesores de baile y voluntarios logísticos, se encarga de garantizar que cada actividad se lleve a cabo en un entorno adecuado para el aprendizaje y la expresión. Además, el seguimiento constante de los avances de los jóvenes permite realizar ajustes en las dinámicas para maximizar el impacto del proyecto.

En cuanto a la gestión de oportunidades y el cambio, el proyecto demuestra su capacidad para generar cambios dentro de la comunidad. Ritmos de Resiliencia no solo tiene un impacto positivo en los jóvenes participantes, sino que también altera la percepción de la comunidad sobre las capacidades de los jóvenes de la Comuna 13. Al involucrar a los jóvenes en un proceso de desarrollo personal y colectivo, el proyecto abre puertas para nuevas oportunidades de inclusión social y colaboración comunitaria. El proyecto también genera un cambio en el sentido de pertenencia de los jóvenes, fortaleciendo su red de apoyo social y promoviendo la cohesión dentro de la comunidad. Este ambiente inclusivo y el apoyo mutuo generado durante las actividades tienen un impacto positivo en la cohesión social de la Comuna 13, y se espera que continúen generando oportunidades para el desarrollo de futuros proyectos en otras zonas de la ciudad.

En términos de los resultados obtenidos, el 80% de los jóvenes participantes mostraron una alta participación en todas las actividades del proyecto. Además, el 90% de los participantes indicaron que había aumentado su cooperación y trabajo en equipo durante las sesiones. Finalmente, el 100% de los jóvenes manifestaron que notaron una disminución del estrés y consideraron que el espacio brindado por el proyecto era seguro para su desarrollo personal y emocional.

Conclusiones

El proyecto Ritmos de Resiliencia ha sido una intervención eficaz para promover el bienestar emocional y social de los jóvenes en la Comuna 13 de Medellín, utilizando el baile como herramienta psicosocial. A lo largo de su desarrollo, los participantes mostraron un notable nivel de compromiso y participaron activamente en las actividades propuestas. La información obtenida refleja que un 80% de los jóvenes mostró una participación constante durante las sesiones, lo cual evidencia el interés y la motivación por formar parte de este proceso.

Los resultados obtenidos de las actividades también demuestran una mejora significativa en la cooperación y trabajo en equipo, con un 90% de los participantes reconociendo el incremento en su capacidad para colaborar de manera efectiva con sus compañeros. Además, el 100% de los jóvenes indicó que experimentaron una disminución en los niveles de estrés y coincidieron en que el espacio brindado durante las sesiones fue un entorno seguro y confiable para el desarrollo de sus habilidades emocionales y sociales.

En resumen, Ritmos de Resiliencia ha generado un impacto positivo en los participantes, mejorando la colaboración, la gestión del estrés y la percepción de seguridad en el espacio proporcionado. Estos resultados sugieren que el proyecto tiene un gran potencial para ser replicado en otros contextos con características similares.

Recomendaciones

Dado que el proyecto Ritmos de Resiliencia se encuentra en un TRL 7, lo que implica que ha sido implementado con éxito en un entorno operativo y ha demostrado su viabilidad, las siguientes recomendaciones buscan fortalecer las áreas que aún pueden mejorarse para asegurar su sostenibilidad y expansión.

En primer lugar, es fundamental fortalecer la validación del modelo en diferentes entornos y con grupos diversos. Aunque el proyecto ha demostrado su efectividad en el contexto actual, es recomendable seguir validando el modelo a través de su implementación en otros entornos y con distintas comunidades. Esto permitirá ajustar la metodología y confirmar que el modelo es replicable, avanzando así hacia el TRL 8, que implica la validación completa del proyecto en diferentes contextos.

Además, es necesario mejorar la estructura organizativa y de gestión del proyecto. Si bien el proyecto ha sido viable, para avanzar al TRL 8 se requiere una estructura organizativa más sólida. Esto implica crear protocolos claros para la gestión de actividades y asignar roles específicos dentro del equipo. La capacitación continua de los facilitadores también es crucial para mantener la calidad del proyecto. Una estructura organizativa optimizada facilitará la eficiencia en la ejecución y permitirá una expansión controlada.

Un aspecto clave para avanzar a niveles superiores de maduración es asegurar la sostenibilidad financiera del proyecto. Aunque ha sido exitoso, la expansión y continuidad del proyecto dependen de fuentes de financiamiento sostenibles. Por ello, se recomienda explorar diversas fuentes de financiamiento, como fondos públicos, donaciones privadas y alianzas con

entidades gubernamentales y empresas. Establecer acuerdos a largo plazo con financiadores permitirá asegurar la operación continua y la expansión del proyecto.

La documentación y sistematización de los resultados es otro aspecto importante. Es necesario continuar registrando detalladamente los procesos y resultados del proyecto, lo cual facilitará la mejora continua y permitirá ajustar la metodología conforme a las necesidades del proyecto. La sistematización de los datos sobre el impacto social y emocional de la intervención proporcionará evidencia sólida sobre su efectividad, respaldando su replicabilidad y expansión.

Una recomendación adicional es refinar la estrategia de comunicación y visibilidad. Para avanzar al TRL 8, el proyecto debe contar con una estrategia clara de visibilidad que resalte los logros y beneficios de la intervención. Esta estrategia permitirá generar mayor apoyo institucional, atraer nuevos participantes y posicionar el proyecto como un referente en el ámbito de la intervención psicosocial. La presencia en redes sociales y medios de comunicación será esencial para aumentar su alcance y crear una comunidad activa que apoye la iniciativa.

Es fundamental también fortalecer la participación continua de los jóvenes en la toma de decisiones y en la creación de nuevas actividades. Aunque ya se ha logrado que los jóvenes participen activamente, es necesario mantener su involucramiento para asegurar que las actividades sigan siendo relevantes y adaptadas a sus intereses. Esto contribuirá a fortalecer su sentido de pertenencia y compromiso con el proyecto.

Finalmente, para asegurar la replicabilidad en otras comunidades, es recomendable optimizar el modelo del proyecto para ser implementado en diferentes contextos. La creación de un manual detallado de implementación, que incluya los pasos clave, las mejores prácticas y las lecciones aprendidas, facilitará la expansión del proyecto a nuevas comunidades. De esta

manera, el proyecto puede replicarse manteniendo su esencia y adaptándose a las particularidades de cada contexto, lo que garantizará que los resultados sean similares en diferentes entornos.

Referencias Bibliográficas

Paz y Horizonte. (2023). *Misión, visión y objetivos* (pp. 1-3).

Alcaldía de Medellín. (s.f.). *Cifras y estadísticas por comuna y corregimiento*.

Departamento Administrativo de Planeación. Recuperado de

<https://www.medellin.gov.co/es/centro-documental/cifras-y-estadisticas-por-comuna-y-corregimiento/>

Gutiérrez, M. Á. Z., & Santos, D. G. (2020). Exploración de prácticas disruptivas en el aula. *Documentos de trabajo Areandina*, (2). Recuperado de

<https://revia.areandina.edu.co/index.php/DT/article/view/1730>

Waisburd, G. (2009). Pensamiento creativo e innovación. *Revista Digital Universitaria*, 10(12), 1-9. Recuperado de <https://www.revista.unam.mx/vol.10/num12/art87/art87.pdf>

DNP. (2024). Sobre innovación pública. *Departamento Nacional de Planeación*. Recuperado de <https://www.dnp.gov.co/LaEntidad/subdireccion-general-prospectiva-desarrollo-nacional/direccion-gobierno-ddhh-paz/Paginas/sobre-innovacion-publica.aspx>

Guaipatin, C. [TEDx Talks]. (2017, agosto 22). Innovación social: muchas definiciones, un ejemplo [Archivo de video]. Recuperado de

<https://www.youtube.com/watch?v=94URYsTz0P0>

Oscar, J. H. (2018). La sistematización de experiencias: práctica y teoría para otros mundos posibles. En *Novedades* (Capítulo I, pp. 27-42; Capítulo 4, pp. 135-165). Recuperado de

<http://www.cinde.org.co/userfiles/files/Novedades.pdf>

Jailler, É., González, S., Arias, C., & Suárez, L. (2020). *Construyendo la innovación social. Guía para comprender la innovación social en Colombia* (Capítulos 1 y 2).

<https://doi.org/10.18566/978-958-764-809-6>

Giraldo, F., & Ortiz, L. (2020). Laboratorio de Innovación Social: Escenario de participación, apropiación social e interdisciplinariedad. *European Public & Social Innovation Review*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31053180025>