

**Comunicación Participativa y Construcción de Redes Sociales con Adultos Mayores de la  
Fundación Volver a Empezar de Puente Aranda - Bogotá**

Juan Sebastián Antury Artunduaga

Asesor

Luis Guillermo Monsalve Jiménez

Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades - ECSAH

Comunicación Social

2025

## Resumen

Este Proyecto tiene como fin establecer una conexión directa entre el desarrollo social comunitario y el fortalecimiento participativo de las redes sociales de comunicación. Como parte de esta fase, se formularon nueve preguntas abiertas con base en tres categorías fundamentales: red social, comunicación participativa y comunidad. Se aplicó una entrevista cualitativa a un integrante de la Organización Social de la Participación (OSP), la cual fue grabada y alojada en la plataforma YouTube.

Asimismo, se realizó una observación participante en una actividad dinámica de la OSP, la cual permitió una integración activa del equipo investigador, y se registró la experiencia en un diario de campo detallado, acompañado de un registro fotográfico respetando la privacidad de los involucrados. Finalmente, se elaboró un Informe Sociopráxico que reflexiona sobre cómo se vivió la socio praxis durante la fase de recolección de información. En la etapa de construcción se integran las fases previas, incorporando herramientas como el sociograma, la figura de conjuntos de acción, la matriz de posicionamiento, la matriz comparativa y el informe de investigación, consolidando un cierre significativo del diplomado enfocado en la construcción de redes sociales de comunicación.

***Palabras Clave:*** Desarrollo social, Redes sociales de comunicación, Comunidad, Comunicación Participativa, Investigación Social.

### **Abstract**

This project aims to establish a direct connection between community social development and the participatory strengthening of social communication networks. As part of this phase, nine open-ended questions were formulated based on three key categories: social networking, participatory communication, and community. A qualitative interview was conducted with a member of the Social Participation Organization (OSP), which was recorded and hosted on YouTube.

Participant observation was also conducted during a dynamic OSP activity, allowing for active participation by the research team. The experience was recorded in a detailed field diary, accompanied by photographs that respected the privacy of those involved. Finally, a Sociopractical Report was prepared that reflects on how sociopractice was experienced during the data collection phase. In the construction phase, the previous phases are integrated, incorporating tools such as the sociogram, the action sets framework, the positioning matrix, the comparative matrix, and the research report, consolidating a significant conclusion to the diploma program focused on the construction of social communication networks.

**Keywords:** Social Development, Social Media, Community, Participatory Communication, Social Research.

## Tabla de Contenido

Introducción .....	8
Aprestamiento .....	9
Justificación de la Escogencia de la OSP .....	12
Conceptualización .....	13
Informe de Identificación .....	16
Implicación .....	18
Informe Sociopráxico .....	21
Construcción .....	24
Informe de Investigación .....	31
Proyección .....	33
Estrategia de Fortalecimiento Comunicativo y Organizacional .....	34
Conclusiones .....	36
Referencias Bibliográficas .....	37

**Lista de Tablas**

<b>Tabla 1</b> <i>Ficha de Identificación</i> .....	9
<b>Tabla 2</b> <i>Ficha Descriptiva</i> .....	13
<b>Tabla 3</b> <i>Diario de Campo</i> .....	18
<b>Tabla 4</b> <i>Matriz de Posicionamiento</i> .....	26
<b>Tabla 5</b> <i>Matriz Comparativa</i> .....	29

**Lista de Figuras**

**Figura 1** *Sociograma*.....24

**Figura 2** *Conjuntos de Acción*.....25

## Lista de Apéndices

<b>Apéndice A</b> <i>Carta de Intención</i> .....	38
<b>Apéndice B</b> <i>Carta de Aprobación</i> .....	39
<b>Apéndice C</b> <i>Preguntas Entrevista Inicial</i> .....	40
<b>Apéndice D</b> <i>Enlace Entrevista Inicial</i> .....	41
<b>Apéndice E</b> <i>Preguntas Entrevista Cualitativa</i> .....	42
<b>Apéndice F</b> <i>Enlace Entrevista Cualitativa</i> .....	43
<b>Apéndice G</b> <i>Registro Fotográfico</i> .....	44
<b>Apéndice H</b> <i>Enlace Video de Socialización</i> .....	45

## Introducción

En este trabajo formativo, que es la esta Fase 5 se recopilan las anteriores fases y es aquí donde establecemos la relación entre el desarrollo social de la comunidad y el fortalecimiento participativo de sus redes sociales de comunicación, optimizando la recolección y análisis de información, aquí Formulamos nueve (9) preguntas abiertas para la Entrevista Cualitativa, a partir de las Tres Categorías principales: red social, comunicación participativa y comunidad, Realizamos una Entrevista Cualitativa a un integrante de la OSP y grabamos el audio y alojamos la entrevista en YouTube. Desarrollamos una Observación Participante en actividad de campo en la OSP, en la cual nos integramos a una actividad dinámica y participativa en la OSP, la cual fue muy significativa para el ejercicio de investigación, elaboramos un Diario de Campo, con detalles de lo vivenciado y en relación con las 3 categorías: (red social, comunidad, comunicación participativa) Cada uno hizo un registro fotográfico de la actividad, salvaguardando la integridad de los participantes en la actividad, por último se realiza un Informe Sociopráxico a partir de la pregunta ¿Como se vivió la Socio praxis en la práctica de las actividades de la Fase de Recolección de Información en la OSP?

## Aprestamiento

**Tabla 1**

*Ficha de Identificación General*

Nombre de la OSP	Descripción de su objeto social y acciones relevantes que desarrolla	Criterio de Selección	Posibles Oportunidades	Posibles Dificultades
OSP 1 Fundación Transformación sin Fronteras	Su objetivo principal es diseñar proyectos en pro de la comunidad, fortaleciendo el tejido social de las comunidades en situación de vulnerabilidad, Promoviendo prácticas que mejoren de manera significativa la calidad de vida de las personas del barrio Galán en la localidad de Puente Aranda, aquí en Bogotá.	Esta fundación tiene un compromiso mutuo entre el estudiante y la comunidad, que de esta manera le aporta Habilidades y destrezas desde el conocimiento práctico, cumpliendo a cabalidad las actividades de cualificación y de investigación.	Desde la comunicación puedo aportar mi conocimiento de 10 Años.  1. Esta fundación debe trabajar p cambios en relación con lo educativo, desde la escucha activa, el aprendizaje visual y la kinestesia.  2. Oportunidades de mejora entre ellos el enfoque al liderazgo Comunicacional, el Networking y la creación de Contactos.	1. Poco Apoyo Económico y Patrocinios.  2. Horarios del personal a participar.  3. Recursos económicos para realización del contenido y la Edición.  4. Concordancia entre mis tiempos laborales y mis gestiones estudiantiles VS el personal abarcar.  5. Acceso a nuevas tecnologías.
OSP 2 Fundación Puedes	Esta fundación tiene servicios que están enfocados en mejorar la calidad de vida de los niños, niñas,	*articulación. *Miofuncional * Pensamiento y lenguaje. * Habilidades escolares.	1) Esta fundación tiene servicios que están enfocados en mejorar la calidad de vida de los niños, niñas,	1) Condiciones de salud limitantes, como trastorno por déficit de atención con hiperactividad.

	<p>adolescentes, jóvenes y adultos en condición de discapacidad sus familias y cuidadores.</p> <p>Esta fundación tiene servicios que están enfocados en mejorar la calidad de vida de los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos en condición de discapacidad sus familias y cuidadores.</p> <p>Discapacidad Intelectual, Déficit en la integración sensorial.</p>	<p>adolescentes, jóvenes y adultos en condición de discapacidad sus familias y cuidadores. Nuevos participantes.</p>	<p>* Dislexia, entre otras.</p> <p>2) Disposición de los participantes, Posibles dificultades al momento que se realice el cronograma de participación de actividades de bienestar para los beneficiarios.</p> <p>3) Molestias e inconformidad de familiares al momento de realizar alguna actividad ejemplar con su familiar, solicitud de permisos para abarcar Niños, Niñas y adolescentes.</p> <p>4) Nuevas tecnologías aplicativos a utilizarse como la suite de adobe, programas de con licencias de pago Premium etc....</p>
<p>OSP 3 Fundación Volver a Empezar</p>	<p>Esta fundación es una entidad no gubernamental sin ánimo de lucro, que trabaja en un Programa Social de Ayuda</p>	<p>La filosofía y principios institucionales de esta fundación son únicos pues constituyen el punto de partida</p>	<p>1) Creación contenido audiovisual de valor.</p> <p>1. Poco Apoyo Económico y Patrocinios.</p> <p>2. Horarios del personal a</p>

<p>Humanitaria dirigido a personas en condición de discapacidad, buscando el mejoramiento de su calidad de vida y ayudando a devolverlos productivos a la sociedad, este programa va dirigido especialmente a personas vulnerables."</p>	<p>del programa humanitario, definidos así:</p>	<p>2) Recopilación testimonios de personas discapacitadas que han recibido ayuda significativa. 3) Existen diferentes oportunidades de mejora entre ellos el enfoque al liderazgo Comunicacional, el Networking y la creación de contactos efectivos.</p>	<p>participar. 3. Recursos económicos para realización del contenido y la Edición. 4. Acceso a programas especiales y nuevas tecnologías.</p>
<p>Esta fundación cuenta con amplias instalaciones donde se puede encontrar los diferentes departamentos de atención para su servicio, atendidos por profesionales idóneos en cada área. Además, mencionan que a nivel nacional poseen un selecto grupo de profesionales en la carrera de derecho, dispuestos a dar lo mejor de sí para defender a los afiliados.</p>	<p>El respeto por la dignidad humana: Reconocen en la dignidad humana la esencia de la persona, por lo tanto, respetan y promueven el desarrollo. La excelencia administrativa y Calidad en la prestación de los beneficios: Se basa en la coherencia y profesionalismo entre lo que se propone y lo que se hace, de acuerdo con el objeto social. La calidad en la prestación de los beneficios se concreta en la oportunidad, pertenencia, eficacia, calidez humana y eficiencia de estos, así como la satisfacción de los beneficiarios.</p>		

**Justificación de la OSP**

En esta ficha de identificación realizada, recopiló información relevante principalmente de la localidad de Puente Aranda aquí en la ciudad de Bogotá y sus OSP, aquí relaciono 3 OSP la primera es la Fundación Transformación sin Fronteras, la segunda Fundación “Puedes” y la tercera la Fundación Volver a Empezar ha sido producto de la recolección de datos es la indagación de fuentes oficiales de información de las organizaciones desde la alcaldía local de Puente Aranda y también del Voz a voz de los habitantes del sector y del conocimiento previo de dos de estas OSP que conocía.

## Contextualización

**Tabla 2**

*Ficha Descriptiva*

Aspecto	Descripción
<p>Tipo de práctica. Lo que hace la OSP en cumplimiento de su objeto social.</p>	<p>Esta fundación es una entidad no gubernamental sin ánimo de lucro, que trabaja en un Programa Social de Ayuda Humanitaria dirigido a personas en condición de discapacidad, buscando el mejoramiento de su calidad de vida y ayudando a devolverlos productivos a la sociedad, este programa va dirigido especialmente a personas vulnerables.</p> <p>Esta fundación cuenta con amplias instalaciones donde se puede encontrar los diferentes departamentos de atención para su servicio, atendidos por profesionales idóneos en cada área. Además, mencionan que a nivel nacional poseen un selecto grupo de profesionales en la carrera de derecho, dispuestos a dar lo mejor de sí para defender los intereses de nuestros afiliados.</p>
<p>Objetivos o intenciones de ayuda social.</p>	<p>Reconocer en la dignidad humana la esencia de la persona, por lo tanto, respetan y promueven el desarrollo. La excelencia administrativa y Calidad en la prestación de los beneficios: Se basa en la coherencia y profesionalismo entre lo que se propone y lo que se hace, de acuerdo con el objeto social.</p>
<p>Regularidad y características de la práctica o reuniones de los integrantes de la OSP.</p>	<p>La calidad en la prestación de los beneficios se concreta en la oportunidad, pertenencia, eficacia, calidez humana y eficiencia de los mismos, así como la satisfacción de los beneficiarios.</p> <p>Se realizan de manera periódica, normalmente son semanalmente, Varias actividades de formación y los programas de apoyo comunitario se desarrollan en fechas específicas, organizadas de acuerdo a las oportunidades de mejora encontradas.</p>
<p>Características de participantes o actores (rol social, nivel profesional, rol institucional).</p>	<p>Se tiene un selecto grupo de profesionales en la carrera de derecho, dispuestos a dar lo mejor de sí para defender los intereses de los afiliados además profesionales de la salud, psicología, medicina general etc....</p>
<p>Tamaño de organización de la OSP (número de integrantes, cobertura territorial)</p>	<p>actualmente tiene 225 miembros activos. La mayoría del personal activo esta concentra en varias zonas de Bogotá en especial y también en varias ciudades de Colombia.</p>

<p>Forma de organización, estructura, equipos, comités, cargos.</p> <p>Características de los vínculos sociales al interior de la OSP.</p>	<p>Su estructura organizacional se conforma por la directora Miriam Yolanda Castillo, Supervisores de Áreas, entrenadores, especialistas en salud, También colaboran equipos de voluntarios.</p> <p>Los vínculos dentro de la comunidad Son: el respeto por la dignidad Humana.</p> <p>Reconocemos en la dignidad humana la esencia de la persona, por lo tanto, respetamos y promovemos su desarrollo.</p>
	<p>Excelencia Administrativa y Calidad en la prestación de los servicios: Se basa en la coherencia y profesionalismo entre lo que se propone y lo que se hace, de acuerdo con el objeto de nuestro objeto social. La calidad en la prestación de los beneficios se concreta en la oportunidad, pertenencia, eficacia, calidez humana y eficiencia de los mismos, así como la satisfacción de nuestros beneficiarios.</p> <p>La Responsabilidad Social: La conciencia social de la labor realizada y su importancia para la sociedad es el principio inherente a la naturaleza de la Fundación por medio de la cual, se ofrece la oportunidad de rehacer la vida a partir de la discapacidad, con miras a la recuperación del individuo y su familia, en lo social, económico y laboral con una intervención positiva que les ayude a reintegrarse a la vida cotidiana.</p>
<p>Formas de participación al interior y hacia el exterior de la OPS.</p> <p>Formas de comunicación interna, actores, tipo, etc.</p> <p>Formas de comunicación externa, actores, tipo, etc.</p> <p>Planes, cronogramas, metas. Proyectos en desarrollo.</p>	<p>Internamente, los miembros tienen un plan de integración muy bien consolidado, desde diferentes actividades de bienestar con mucha gamificación, pausas activas, compartir etc.... siempre se hacen muchas actividades diarias donde disfrutan su estadía aquí.</p> <p>La comunicación interna se lleva a cabo a través de Microsoft teams, también se usa el dispositivo móvil con telegram y Whatsapp, correo electrónico Outlook.</p> <p>Para llegar a la comunidad externa se tiene la página principal, también utilizan redes sociales, videos testimoniales y material audiovisual. También colaboran con diferentes organizaciones en pro de visualizarse como entidad.</p> <p>Se tienen varios proyectos en curso en pro de Ayuda exclusiva para personas en condición de discapacidad, apoyándola en áreas como:</p> <p>1.Rehabilitación:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Mental</li> <li>b. Física</li> <li>c. Suministro de elementos ortopédicos, en donación o préstamo (sillas de ruedas, caminadores, muletas, prótesis, etc.)</li> </ol>

2.Educación: Auxilios para educación básica secundaria y universitaria (Pregrados y postgrados, en carreras profesionales, tecnológicas, técnicas, artes u oficios).

3.Ubicación Laboral: Coordinación para consecución de empleo.

4.Patrocinio deportivo: Apoyo para la práctica del deporte paralímpico.

Logros de proyectos exitosos.

Entre sus logros destaca el impacto positivo en la vida de sus miembros, en temas de salud 125 personas han recibido atención oportuna.

Dificultades para desarrollar sus objetivos sociales.

Recursos monetarios, económicos la disponibilidad de tiempo de los miembros para participar en diferentes actividades.

Otros aspectos para comentar.

•Se pueden realizar diferentes gestiones, todo con el fin de ayudar, se puede Donar elementos para el manejo de la discapacidad:

En cualquier momento, podrá contactar a través de los diferentes canales comunicativos de la Fundación y dar a título de donación, préstamo y/o convenio elementos nuevos o usados en buenas condiciones que sean útiles para ser aprovechados por una persona en condición de discapacidad.

•Apadrinando a una persona: Cualquier persona podrá apadrinar a una persona de escasos recursos en condición de discapacidad, suministrándole elementos que ayuden al mejoramiento de su calidad de vida.

---

*Fuente.* Elaboración propia con base a la información suministrada por las OSP's.

## **Informe de Identificación**

En la elección de la OSP me cerciore que esta Fundación realizara diferentes intervenciones que estuviesen dirigidas por un equipo de educadores especiales que buscaran favorecer el acceso y la permanencia en el sistema educativo, a niños, jóvenes y adultos especiales dando prioridad a aquellos con discapacidad proporcionando los apoyos indispensables dentro del marco de equidad, pertenencia y calidad, que les permita desarrollar sus capacidades al máximo para lograr así, una inclusión educativa social y laboral. Cuando escuche de la fundación "Volver a Empezar" aquí en mi la Localidad de Puente Aranda, Bogotá su nombre me cautivo, he escogido está de las 3 que inicialmente relacione, porque concluyo que esta fundación tiene servicios que están enfocados en mejorar la calidad de vida de los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos en condición de discapacidad sus familias y cuidadores y también Los criterios de selección de la práctica social organizada, descritos por López Rojas y Salgado (2012), mencionan la importancia de elegir una organización que genere conocimientos útiles para la comunidad, Volver a empezar cumple con esta condicional al permitir iniciativas de integración social y apoyo a poblaciones vulnerables, no solo una si no a varias.

Esta empresa que está ubicada en la localidad de puente Aranda, cuenta con página web, también con redes sociales, están en Facebook e Instagram.

Se tiene un selecto grupo de profesionales en la carrera de derecho, dispuestos a dar lo mejor de sí para defender los intereses de los afiliados además profesionales de la salud, psicología, medicina general etc., actualmente tiene 225 miembros activos.

La mayoría del personal activo esta concentra en varias zonas de Bogotá en especial y también en varias ciudades de Colombia.

En posibilidades se tiene:

1. la Creación con contenido audiovisual de valor.
2. Recopilación testimonios de personas discapacitadas que han recibido ayuda significativa.
3. Existen diferentes oportunidades de mejora entre ellos el enfoque al liderazgo Comunicacional, el Networking y la creación de contactos efectivos.

Como limitante podemos encontrar:

1. Poco Apoyo Económico y Patrocinios.
2. Horarios del personal a participar.
3. Recursos económicos para realización del contenido y la Edición.
4. Acceso a programas especiales y nuevas tecnologías.

## Implicación

**Tabla 3**

*Diario de Campo*

OSP: Volver a Empezar	Actividad: “A mi gusta” Compartir Grupal.	Fecha: 20/03/2025
Hora inicio: 2 Pm.	Hora finalización: 4 p.m.	Lugar: Cl. 44c #52 -25, Bogotá.
Participantes: 5 miembros de la organización, 1 Enfermero administrativo y 4 adultos mayores.	Investigador: Juan Sebastián Antury Artunduaga	
Descripción (de la observación)	Interpretación (de la observación)	Desahogo (¿Qué siente el investigador frente a lo observado?)
Llego 15 Minutos antes al lugar donde había acordado la cita, llevaba varios paquetes para realizar un compartir y entrar un poco más en confianza, me atiende el enfermero de turno, Al llegar al lugar de encuentro todo muy limpio es un ambiente muy organizado, hace mucho silencio, todo está equipado para atender a este tipo de población, me permiten dialogar con 4 Adultos mayores para realizar la actividad, ya que los demás estaban descansando o habían sido medicados, me brindan un espacio agradable muy limpio y se iban sumando los participantes, todos con una sonrisa enorme, eso si a la expectativa por que deseaban saber que íbamos a realizar, por momentos me dejaban asolas con ellos, algunos momentos nos acompañó el enfermero	Es impresionante como una inmersión en el rol, a través de una actividad, permite realizar tantas validaciones, esta OSP está muy bien consolidada, organizada y me sorprende como trabajan en equipo, es muy difícil ver que se tenga tanta empatía en estos espacios.  Al principio estaban muy limitados los participantes, sin embargo, desde que empezó el primero, convirtió este espacio en diferentes formas de intercambio de experiencias.  Mis asistentes, fueron adultos mayores, que demostraron que aun a pesar de tantas dificultades de Salud, tienen mucho que aportar desde sus saberes y desde sus diferentes experiencias.	Fue una mezcla de diferentes emociones y sensaciones, entre ellas la Empatía y conexión humana, la conexión con ellos.  Al observar el cuidado y la vida cotidiana de los residentes, puede sentir una conexión profunda con ellos. Los profesionales como los enfermeros y demás en este entorno suelen desarrollar empatía por la tercera edad y comprender mejor sus necesidades emocionales y físicas, siempre estaban atentos a si se habían tomado sus medicamentos.  Puedo compartirles una reflexión personal sobre el envejecimiento y es que las etapas de la vida llegan por que llegan y el cómo se cuida a los mayores en la sociedad de ser fundamental, Como Comunicador valore más la importancia de la atención geriátrica y el trato digno, el mejorar la comunicación, el hacernos entender y el responder de una manera muy acertada. Sin duda alguna fue un Aprendizaje enriquecedor me sentí inspirado y

pero siempre atento a si algo acontecía, Iniciamos el enfermero me presento como estudiante de la UNAD, me fui con Uniforme y Carnet estudiantil, esto genero más confianza, inicie la actividad presentándome, posterior le solicite que se presentaran de una manera distinta, para romper el hielo hicimos un ejercicio de activación llamado La Panadería, donde debían presentarte de la cintura para arriba su nombre natural pero de la cintura para abajo el producto que habían escogido de la panadería, ejemplo, Buen día para todos, de aquí para arriba Soy Sebastian y de la Cintura para abajo soy un delicioso pan Costeño...

Una vez rompimos el hielo continúe con la explicación de la actividad Explicó que se llama: A mi gusta. Esta actividad revela las preferencias personales de cada uno, Además, el juego pone a prueba la memoria, lo que es excelente, pues cuando se juega la cantidad de información aprendida aumenta.

Comience diciendo a todos los demás una cosa que le gusta hacer (p. ej., correr 10 km).

La persona a su izquierda vuelve a repetir lo que dijo

Esta actividad permitió un ejercicio colectivo en el que los vínculos se reforzaron a través de la comunicación, la colaboración y la construcción conjunta. Hablo ahora de cómo se aportó al trabajo en equipo al trabajo en comunidad, la comunicación fue un pilar fundamental.

La comunicación en los adultos mayores fue fundamental para mejorar varios aspectos de su bienestar emocional, social y físico. Aquí te detallo algunos de los principales beneficios:

1. Bienestar emocional: La comunicación permite a los adultos mayores expresar sus sentimientos, pensamientos y necesidades, lo que les ayuda a reducir sentimientos de aislamiento, soledad y depresión. Al sentirse escuchados y comprendidos, se fortalece su salud mental.
2. Fortalece relaciones sociales: A través de la comunicación, los adultos mayores pueden mantener y fortalecer sus vínculos con familiares, amigos y otros miembros de la comunidad.

3. Estimulación cognitiva: Hablar y escuchar son

enriquecido por el aprendizaje práctico que experimente.

Fue un entorno donde se adquiere conocimiento directo sobre las mejores prácticas, los desafíos emocionales y médicos que enfrentan nuestros mayores, y cómo también podemos mejorar el bienestar de nuestra tercera edad.

Las dificultades que enfrenta el personal en un hogar gerontológico desafían al profesional a pensar en soluciones innovadoras y a encontrar maneras de superar estos obstáculos, vi muchas herramientas que utilizan para evitar accidentes y demás, Esto puede ser motivador para continuar aprendiendo y perfeccionando su práctica.

Aprendí mucho, experimente una mezcla de empatía, reflexión, gratitud por el aprendizaje y motivación para seguir creciendo y mejorando.

También un sabor agridulce muchos de ellos en la actividad realizada y el compartir me consultaron por sus familiares, cuestionan la Muerte, algunos cansados ya de sus estados de Salud, Sali con un sin sabor de que más hago para ayudarlos, muy agradecido por este aprendizaje.

y luego dice algo que preferiría hacer (por ejemplo, correr 10 km, comerse un tarro entero de helado).

El siguiente miembro del equipo repite lo que se dijo y agrega lo que preferiría hacer (p. ej., correr 10 km, comerse un tarro entero de helado, saltar en paracaídas). Etc....

El juego continuó hasta que cada persona haya dicho la lista completa y haya agregado lo que preferiría hacer.

Durante el juego vemos como tratan de acordarse y en varios escenarios entre ellos se preguntaban ¿Que Dijiste? Permitiendo mejorar la comunicación, la atención a los detalles y el trabajo en equipo, mientras iban interactuando realice un compartir Con Ponqué Ramo, Gaseosa y algunos confites, todo esto previamente autorizado por esta OSP, el impresionante como por un momento me sentí en la posición de ellos, estaban tranquilos disfrutando de la actividad.

actividades que estimulan el cerebro. La comunicación constante puede ayudar a mantener las habilidades cognitivas, prevenir el deterioro mental y fomentar la memoria.

4. Mejora de la calidad de vida\*\*: Al poder comunicar sus necesidades y deseos, los adultos mayores pueden tener una mayor autonomía y control sobre su vida diaria. Esto puede influir positivamente en su calidad de vida, ya sea en decisiones relacionadas con su salud, cuidado o actividades recreativas.

5. Facilita el acceso a cuidados adecuados: La comunicación efectiva con médicos, enfermeros o cuidadores es clave para asegurar que los adultos mayores reciban el cuidado adecuado, ya que pueden expresar sus síntomas, malestares o preocupaciones de salud.

6. Fomento de la autoestima: la comunicación en la comunidad, mediante los adultos mayores no solo cumple un papel social, sino que también es esencial para su salud física, mental y emocional.

## **Informe Sociopráxico**

En este proceso de recolección de información dentro de la OSP “Volver a Empezar” se pudo evidenciar la dinámica de su comunicación participativa y el trabajo en equipo con el sentido de pertenencia y de comunidad en esta organización.

La sinergia de los participantes y la observación detallada nos permiten comprender que siempre se tienen oportunidades de mejora, que se pueden mejorar desde la Comunicación, Es impresionante como una inmersión en el rol, a través de una actividad, permite realizar tantas validaciones, esta OSP está muy bien consolidada, organizada y sorprende como trabajan en equipo, es muy difícil ver que se tenga tanta empatía en estos espacios, pero aquí se tiene.

Esta actividad permitió un ejercicio colectivo en el que los vínculos se reforzaron a través de la comunicación, la colaboración y la construcción conjunta, esta actividad aportó al trabajo en equipo al trabajo en comunidad, la comunicación fue un pilar fundamental.

La comunicación en los adultos mayores fue fundamental para mejorar varios aspectos de su bienestar emocional, social y físico. Aquí te detallo algunos de los principales beneficios:

**Bienestar emocional:** La comunicación permite a los adultos mayores expresar sus sentimientos, pensamientos y necesidades, lo que les ayuda a reducir sentimientos de aislamiento, soledad y depresión. Al sentirse escuchados y comprendidos, se fortalece su salud mental.

**Fortalece relaciones sociales:** A través de la comunicación, los adultos mayores pueden mantener y fortalecer sus vínculos con familiares, amigos y otros miembros de la comunidad. Esto promueve un sentido de pertenencia y apoya la conexión social, lo cual es clave para evitar el aislamiento.

Estimulación cognitiva: Hablar y escuchar son actividades que estimulan el cerebro. La comunicación constante puede ayudar a mantener las habilidades cognitivas, prevenir el deterioro mental y fomentar la memoria.

Mejora de la calidad de vida:

Al poder comunicar sus necesidades y deseos, los adultos mayores pueden tener una mayor autonomía y control sobre su vida diaria. Esto puede influir positivamente en su calidad de vida, ya sea en decisiones relacionadas con su salud, cuidado o actividades recreativas.

Facilita el acceso a cuidados adecuados: La comunicación efectiva con médicos, enfermeros o cuidadores es clave para asegurar que los adultos mayores reciban el cuidado adecuado, ya que pueden expresar sus síntomas, malestares o preocupaciones de salud.

Fomento de la autoestima: Poder comunicarse y participar activamente en conversaciones les da a los adultos mayores una sensación de importancia y reconocimiento, lo cual fortalece su autoestima.

En resumen, la comunicación en la comunidad, mediante los adultos mayores no solo cumple un papel social, sino que también es esencial para su salud física, mental y emocional.

Villasante y Gutiérrez (2007) mencionaron que la "socio praxia" dentro del marco de la teoría social es un concepto que permite analizar las prácticas sociales desde una perspectiva de interacción entre los sujetos y las estructuras sociales. Destacan que lo Sociopráxico no debe entenderse como un simple estudio de las acciones o comportamientos individuales, sino como un enfoque que da cuenta de cómo las

prácticas sociales se configuran y se transforman mediante las interacciones colectivas, los contextos culturales y los procesos históricos.

Estos autores proponen que las prácticas sociales son simultáneamente estructurantes y estructuradas, es decir, las acciones de los individuos no solo son el resultado de las estructuras sociales que los condicionan, sino también de las transformaciones que esas mismas estructuras sufren a medida que los actores las ejercen y modifican en sus interacciones cotidianas.

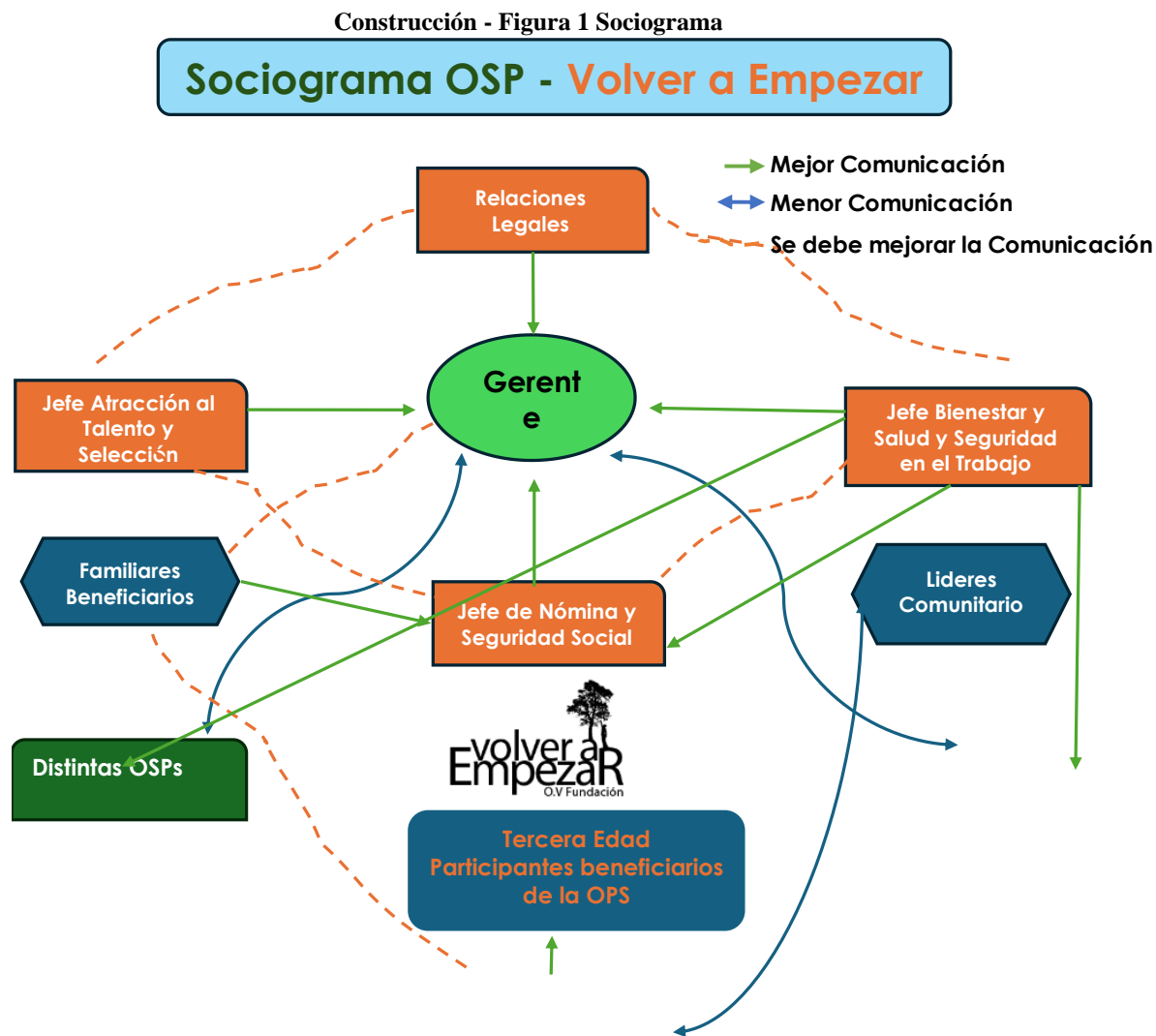
Finalmente, la experiencia en la OSP permitió reflexionar sobre la importancia de la continuidad de este tipo de actividades en este tipo de espacios, al observar el cuidado y la vida cotidiana de los residentes, puede sentir una conexión profunda con ellos. Los profesionales como los enfermeros y demás en este entorno suelen desarrollar empatía por la tercera edad y comprender mejor sus necesidades emocionales y físicas, siempre estaban atentos a si se habían tomado sus medicamentos.

Sin duda alguna fue un Aprendizaje enriquecedor me sentí inspirado y enriquecido por el aprendizaje práctico que experimente. Fue un entorno donde se adquiere conocimiento directo sobre las mejores prácticas, los desafíos emocionales y médicos que enfrentan nuestros mayores, y cómo también podemos mejorar el bienestar de nuestra tercera edad.

## Construcción

**Figura 1**

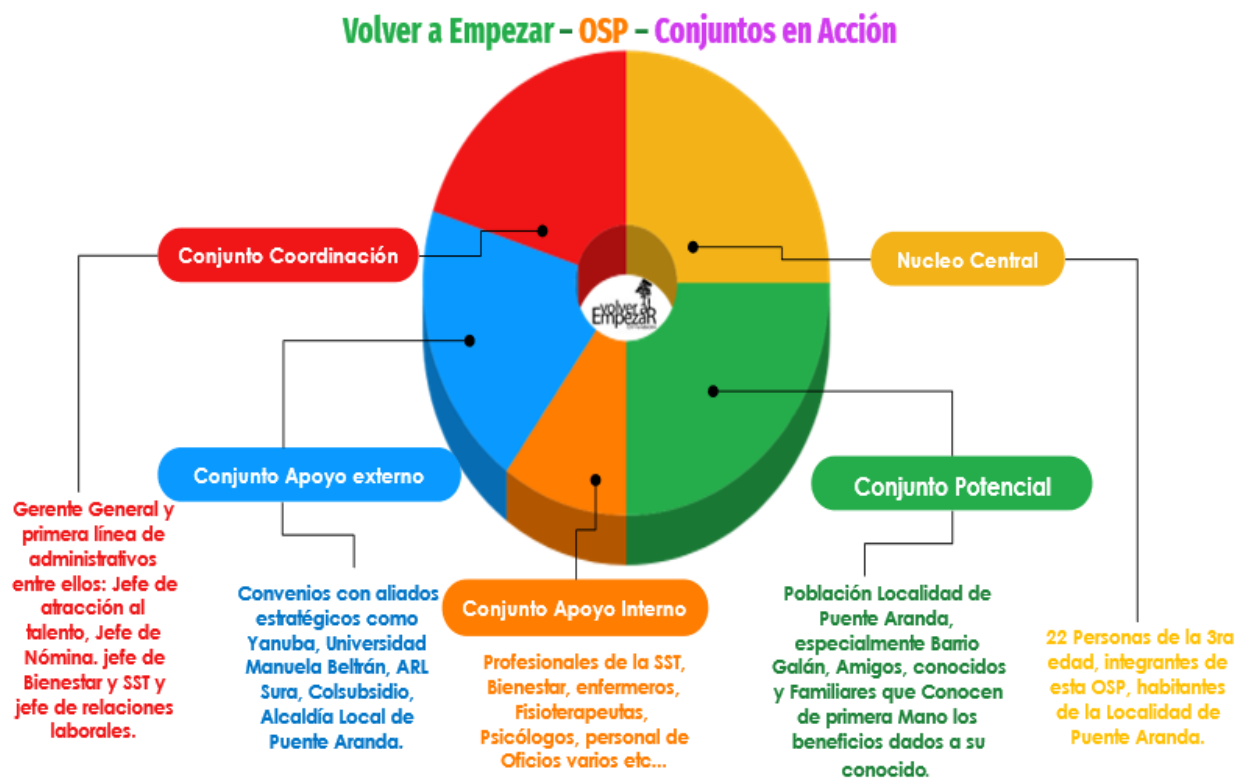
*Sociograma*



*Fuente.* Elaboración propia con base a la información recolectada en la OSP.

Figura 2

## Conjuntos de Acción



*Fuente.* Elaboración propia con base a la información recolectada en la OSP.

**Tabla 4***Matriz de Posicionamiento*

Clases o Actores sociales	Afín	Diferente	Ajeno	Opuesto
Equipo Administrativo	Este equipo Administrativo y Directivo de "Volver a empezar - OSP" trabaja en mejorar la calidad de vida de las personas con diferentes problemáticas sociales de adicciones u otros tipos de trastornos, tercera edad entre otros... a través de la prestación de servicios integrales, apoyados en programas de promoción, prevención y asistencia; enmarcados en valores de amor servicio, respeto, compromiso e idoneidad a través de un tratamiento psico-socio-terapéutico y psico-pedagógico.	La distribución y asignación de tareas en ocasiones se ven afectadas por la no realización de las mismas, esto no pasa con todos los colaboradores, se mencionan que son algunos en específicos, entre ellos el cumplimiento de turnos de los enfermeros en las jornadas nocturnas, la no asistencia del personal de oficinas Varios.	Varias actividades no han sido realizadas por temor a los tiempos de entrega de dichas actividades a realizar.	Esta OPS No tiene tantos integrantes, al ser pequeña no tiene agentes Opuestos en sus procesos.

Apoyo Externo	Estos equipos trabajan en Convenios con aliados estratégicos como Yanuba, Universidad Manuela Beltrán, ARL Sura, Colsubsidio, Alcaldía Local de Puente Aranda para entregar mejores estrategias de bienestar a todo el personal implicado.	Temas Logísticos desde el aliado estratégico Yanuba, este es un proveedor de Tortas y Panadería en general, son los que en su mayoría afectan el proceso, las entregas en tiempo real en varias ocasiones no se ejecutan por temas de Movilidad.	Afectación en tiempos de entrega, eventos no programados, eventualidades.	No tiene agentes Opuestos en sus procesos.
Apoyo Interno	Este equipo de Profesionales de SST, Bienestar, enfermeros, Fisioterapeutas, Psicólogos, personal de Oficios varios, a través de la prestación de servicios integrales, apoyados en programas de promoción, prevención y asistencia; enmarcados en valores de amor servicio, respeto, compromiso e idoneidad a	La distribución y asignación de tareas en ocasiones se ven afectadas por la no realización de las mismas, esto no pasa con todos los colaboradores, se mencionan que son algunos en específicos, entre ellos el cumplimiento de turnos de los enfermeros en las jornadas nocturnas, la no asistencia del personal de oficios Varios.	Varias actividades no han sido realizadas por temor a los tiempos de entrega de dichas actividades a realizar	Esta OPS No tiene tantos integrantes, al ser pequeña no tiene agentes Opuestos en sus procesos.

	través de un tratamiento.			
Apoyo Potencial	Esta Población es perteneciente a la Localidad de Puente Aranda, especialmente del Barrio Galán, Amigos, conocidos y Familiares que Conocen de primera Mano los beneficios dados a sus conocidos son los que siempre están en contacto con el núcleo Central.	No tienen funciones específicas, son apoyo potencial, conocedores de primera mano de la experiencia de los beneficiados y del trabajo conjunto realizado entre el personal Interno y Externo de esta OSP.	No tienen funciones específicas, son apoyo potencial, conocedores de primera mano de la experiencia de los beneficiados y del trabajo conjunto realizado entre el personal Interno y Externo de esta OSP.	No tiene agentes Opuestos en sus procesos.
Núcleo Central	Estos 22 beneficiarios, Personas de la 3ra edad, integrantes de esta OSP, habitantes de la Localidad de Puente Aranda, beneficia de manera Directa.	No tienen asignación de tareas de manera directa, por esta razón no se presenta ninguna diferencia de manera que impacte al Grupo en mención.	No Varían las actividades a realizarse por que este equipo es el que no las realiza por el contrario es el beneficiario.	No tiene tantos integrantes, al ser pequeña no tiene agentes Opuestos en sus procesos.

---

*Fuente.* Elaboración propia con base a la información recolectada en la OSP

**Tabla 5***Matriz Comparativa*

OSP	OSP Escogida para el ejercicio investigativo Fundación “Volver a Empezar”	OSP 1 Fundación Transformación sin Fronteras	OSP 2 Fundación Puedes	OSP 3 Transformando Vidas
Fines u objetivos (Misión y Visión)	Esta fundación es una entidad no gubernamental sin ánimo de lucro, que trabaja en un Programa Social de Ayuda Humanitaria dirigido a personas en condición de discapacidad, buscando el mejoramiento de su calidad de vida y ayudando a devolverlos productivos a la sociedad, este programa va dirigido especialmente a personas vulnerables." Esta fundación cuenta con amplias instalaciones donde se puede encontrar los diferentes departamentos de atención para su servicio, atendidos por profesionales.	Su objetivo principal es diseñar proyectos en pro de la comunidad, fortaleciendo el tejido social de las comunidades en situación de vulnerabilidad, Promoviendo prácticas que mejoren de manera significativa la calidad de vida de las personas del barrio Galán en la localidad de Puente Aranda, aquí en Bogotá. Esta fundación tiene un compromiso mutuo entre el estudiante y la comunidad, que de esta manera le aporta Habilidades y destrezas desde el conocimiento práctico, cumpliendo a cabalidad.	Esta fundación tiene servicios que están enfocados en mejorar la calidad de vida de los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos en condición de discapacidad sus familias y cuidadores. Esta Intervención es dirigida por un equipo de educadoras especiales que buscan favorecer el acceso y la permanencia en el sistema educativo, a niños, jóvenes y adultos especiales dando prioridad a aquellos con discapacidad proporcionando los apoyos indispensables	Esta fundación está encaminada a contribuir en la inclusión de la población en Condición de Discapacidad y cuidadores, para mejorar su calidad de vida, a través de actividades que proporcionen un sentimiento de utilidad y productividad, como seres humanos e integrantes de una sociedad, esto lo haremos como una organización honesta, que trabaja en equipo, con una larga experiencia y comprometida con el desarrollo de sus colaboradores y comunidad.

Localización	Calle 44c #52 -25 (Bogotá Colombia)	Cl. 1 Sur #57-18, Puente Aranda, Bogotá.	Carrera 29 No. 55 – 17 Sur Puente Aranda, Bogotá.	Cl. 71i Bis Sur #27-12 a 27-86, Bogotá, Colombia
Miembros	222	125	85	45
Proyectos desarrollados	Apoyo en Procesos Jurídicos, Asistencia Exequial, Trámites.	Desarrollo Humano y Coaching, Empleabilidad	Discapacidad Intelectual Déficit en la integración sensorial Discapacidad motora	Empleabilidad Formación en cuidados a Tercera Edad.
Aliados	Colsubsidio, Universidad Manuela Beltrán, Yanuba.	Cárcel Modelo de Bogotá, población vulnerable, Psicólogos Practicantes.	Talleres prevocacionales Apoyo e inclusión laboral Centro de aprendizaje	Arl Sura Hogar Gerontológico Con Amor al Despertar.
Antigüedad	16 años	14 años	18 años	12 años
Descripción de sus redes sociales	<a href="https://esla.facebook.com/FunVolverOV/">https://esla.facebook.com/FunVolverOV/</a> <a href="https://www.instagram.com/funvolverov/">https://www.instagram.com/funvolverov/</a> <a href="https://x.com/FunVolverOV">https://x.com/FunVolverOV</a>	<a href="https://facebook.com/fundaciontransformacion.sin.fronteras">facebook.com/fundacion transformacion sin fronteras</a> <a href="https://www.instagram.com/fundaciontransformacion.sf">instagram.com/fundacion transformacion.sf</a>	<a href="https://www.facebook.com/fundacion.puedes/?_rdr">https://www.facebook.com/fundacion.puedes/?_rdr</a> <a href="https://www.instagram.com/funpuedes/">https://www.instagram.com/funpuedes/</a>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=UI3MHbaDcoA">https://www.youtube.com/watch?v=UI3MHbaDcoA</a>
Tipo de comunidad ética	El respeto por la dignidad humana La excelencia administrativa y calidad en la prestación de beneficios La responsabilidad social	Dignificación de núcleos familiares, en pro de una resocialización y reinserción exitosa a la sociedad."	Dentro del marco de equidad permite desarrollar capacidades al máximo para lograr así, una inclusión educativa social y laboral.	Respeto a la dignidad de las personas. Respeto a los derechos humanos, civiles y legales.
Fuentes	<a href="https://fvae.org/nosotros/">https://fvae.org/nosotros/</a>	<a href="https://www.youtube.com/@fundaciontransformacionsin868">www.youtube.com/@fundaciontransformacionsin868</a>	<a href="https://fundacionpuedes.org/">https://fundacionpuedes.org/</a>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=UI3MHbaDcoA">https://www.youtube.com/watch?v=UI3MHbaDcoA</a>

*Fuente.* Elaboración propia con base a la información recolectada en las OSP y en sus páginas principales y redes sociales, algunas OSP fueron contactadas vía telefónicamente.

## **Informe de Investigación**

La Fundación Volver a Empezar, Ubicada en la localidad de puente Aranda en Bogotá, Colombia, es una entidad sin ánimo de lucro que opera en el sector de organizaciones sociales. Esta fundación está clasificada dentro de "Otras Organizaciones Similares", lo que indica que está involucrada en actividades sociales, educativas y de apoyo comunitario.

La Fundación Volver a Empezar tiene su misión principal y es brindar apoyo a personas en situación de vulnerabilidad, ofreciendo servicios de asistencia social, psicológica y de primeros auxilios.

Esta OSP ofrece grupos de autoayuda gratuitos dirigidos a la comunidad en general, abordando diferentes problemáticas sociales, estos encuentros buscan orientar y asistir a las personas que enfrentan situaciones emocionales complejas.

También se centra en apoyar a personas con discapacidad, buscando mejorar su calidad de vida y facilitar su reintegración social. Ofrece servicios de terapia psicológica individual y grupal, neuropsicología y rehabilitación cognitiva. Además, desarrolla programas de rehabilitación para jóvenes con consumo de sustancias psicoactivas, promoviendo su liderazgo en la comunidad y beneficia a personas de la tercera edad.

Se han realizado investigaciones para evaluar su efectividad, incluyendo análisis de reincidencia y consideraciones de género en su implementación. Esta fundación cumple un papel clave en el fortalecimiento del tejido social, ayudando a construir comunidades más solidarias, equitativas y resilientes.

Se ha demostrado que esta OPS Identifica necesidades reales, escucha a la comunidad, investiga y comprende los problemas desde la raíz. No impone soluciones desde afuera, sino que trabaja junto con las personas para transformar su entorno. También promueve la participación

comunitaria, no trabaja sola, involucra a los ciudadanos en la toma de decisiones, genera espacios de diálogo, y empodera a líderes locales. Esto fortalece el sentido de pertenencia y la cooperación entre vecinos.

También aporta a la educación y formación ofreciendo talleres, capacitaciones y acompañamiento académico. Educa transformando realidades y se enfocan en dar herramientas para que las personas puedan mejorar sus condiciones de vida.

Algo muy importante de esta OPS es que Brinda apoyo emocional y humano muchas veces las personas no necesitan solo cosas materiales, sino escucha, contención, esperanza. Volver a empezar da espacios seguros donde se pueda hablar de problemas como la violencia, la adicción y también la soledad.

Es de admirar esta OPS Genera oportunidades desde emprendimientos comunitarios hasta bolsas de empleo o microcréditos, una buena fundación conecta a las personas con oportunidades reales de progreso.

En este informe de investigación hemos validado como trabaja con transparencia y sostenibilidad pues ha rendido cuentas, mostrando los resultados, y busca hacer que sus acciones tengan un impacto duradero, no solo asistencial.

También Promueve cambios estructurales en lugar de soluciones temporales, esta OPS fundación no hace por la gente, hace con la gente.

## Proyección

### Estrategia de Fortalecimiento Comunicacional

Volver a empezar es una organización social que mediante esta estrategia su principal objetivo es impulsar el fortalecimiento organizacional - comunicativo mediante la creación de contenido audiovisual de valor, recopilando testimonios de aprobación, esto con el fin de dar visibilidad a toda la comunidad en mención, de esta manera se permite fortalecer y respaldar las afirmaciones desde una perspectiva más clara y convincente de las acciones realizadas aquí, mejorando la Comunicación tanto de manera interna como externa.

Uno de sus principales problemas de comunicación es la baja visibilidad de las acciones realizadas y de la poca difusión digital, “se hace mucho, pero se muestra poco” es necesario dar visibilidad a toda la comunidad en mención, de esta manera se permitiría fortalecer y respaldar las afirmaciones desde una perspectiva más clara y convincente de las acciones realizadas aquí, mejorando la Comunicación de manera significativa tanto de manera interna como externa.

Con el Plan de acción titulado “Hablemos de lo que nadie habla” esta campaña de mejora se enfoca en la Creación de contenido audiovisual de valor, Recopilando testimonios de personas que han recibido ayuda significativa en esta OSP y de personas de la tercera edad que han obtenido beneficios en relación con su salud y bienestar en general, aquí se fortalece y se respalda las afirmaciones desde una perspectiva más clara y convincente de las acciones realizadas aquí, mejorando la Comunicación de manera significativa tanto de manera interna como externa.

Villalobos, O. (2012) enfatiza la importancia de la comunicación como herramienta para la construcción de ciudadanía, nos recuerda que Construir ciudadanía implica promover y facilitar el diálogo entre diversos actores sociales, menciona que las redes sociales, han

transformado la comunicación y la participación ciudadana, también Villalobos destaca que la comunicación en la era digital ya no es unidireccional, sino que permite la interacción y el diálogo entre ciudadanos, medios y autoridades y que esta transformación facilita la construcción de ciudadanía al empoderar a los individuos para que expresen sus opiniones, participen en debates públicos y ejerzan sus derechos.

Para esta estrategia se tendrá en cuenta un punto de partida y es la metodología del "Análisis Crítico del Discurso", que cuenta la realidad que viven los adultos mayores del barrio Galán, Puente Aranda, este análisis relacionan como el uso de la tecnología cobra relevancia aquí, donde el contexto sociocultural excluye a las personas adultas mayores, mediada ahora por las tecnologías, también es clave identificar barreras sociales, culturales y físicas, que configuran una brecha social y tecnológica, que se hace presente en esta OSP.

Se realizará un Formación durante tres días Consecutivos, se entregarán herramientas ofimáticas de uso diario y se detallara el uso correcto de las redes sociales y las nuevas tecnologías, el entrenamiento es crucial, cada día tendrá un planning que guíe y entregue a detalle las herramientas más necesarias, para el buen uso de las redes y para el beneficio en pro de la inclusión digital para "la tercera edad". Esta campaña se relacionará por WhatsApp, TikTok y la página web de esta OSP, la estrategia fortalece el desarrollo de habilidades blandas entre todos los miembros, como el trabajo en equipo y la comunicación, para su continuidad, se realizará una encuesta mediante Forms, que mida el avance de esta estrategia, con la información se realizará los ajustes necesarios.

A través de las métricas de interacción de las redes sociales previamente mencionada, se tendrá en cuenta Comentarios, visualizaciones, compartidas y los like etc.), Encuestas periódicas mensuales a través de Google Forms internas y externas.

Estos reportes dan un análisis y permiten realizar ajustes a esta estrategia, Una estrategia de fortalecimiento organizativo y comunicacional fortalece de manera significativa los procesos comunicacionales de la organización y permite avanzar hacia un entorno de trabajo en equipo y colaborativo , una estrategia comunicacional bien desarrollada permite mejorar el uso de las nuevas tecnologías y las redes sociales facilitando la comunicación, el compartir información, el fomentar la participación generan la construcción de grandes comunidades, esta estrategia permite incluir a nuestra tercera edad donde promovemos el aprendizaje y la conciencia social.

Chadi (2007) relaciona que una red social es: “capaz de aportar una ayuda y un apoyo tan reales como duraderos a un individuo”. (p. 27), enfatiza que la funcionalidad de una red social depende de la intensidad y reciprocidad de las relaciones, es decir, del grado de vinculación y compromiso mutuo entre sus miembros. Además, señala que una red social debe mantener un equilibrio entre la cercanía y la independencia, evitando tanto el exceso de aglutinamiento como el desapego, para ser considerada funcional.

Agradecimientos sinceros a todo el equipo de Volver a Empezar, por brindarme la oportunidad de presentar esta propuesta de comunicación ante ustedes, ha sido un verdadero honor poder compartir ideas y estrategias que, espero, contribuyan al fortalecimiento de sus objetivos institucionales, muy agradecido.

## Conclusiones

Es impactante todo lo que una OPS realiza en su día a día para llegar a su objetivo, en la elección de la OSP me cerciore que esta Fundación realizara diferentes intervenciones que estuviesen dirigidas por un equipo de educadores especiales que buscaran favorecer el acceso y la permanencia en el sistema educativo, a niños, jóvenes y adultos especiales dando prioridad a aquellos con discapacidad proporcionando los apoyos indispensables dentro del marco de equidad, pertenencia y calidad, que les permita desarrollar sus capacidades al máximo para lograr así, una inclusión educativa social y laboral.

Cuando escuche de la fundación “Volver a Empezar” aquí en mi la Localidad de Puente Aranda, Bogotá concluyo que esta fundación tiene servicios que están enfocados en mejorar la calidad de vida de los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos en condición de discapacidad sus familias y cuidadores y también Los criterios de selección de la práctica social organizada, descritos por López Rojas y Salgado (2012), mencionan la importancia de elegir una organización que genere conocimientos útiles para la comunidad, Volver a empezar cumple con esta condicional al permitir iniciativas de integración social y apoyo a poblaciones vulnerables, no solo una si no a varias.

La Fundación Volver a Empezar tiene un enfoque, es lograr el cumplimiento de su misión principal, poder brindar apoyo a personas en situación de vulnerabilidad, ofreciendo servicios de asistencia social, psicológica y de primeros auxilios, la Fundación Volver a Empezar ha dado una ayuda significativa a esta localidad Puente Aranda, sin duda alguna el trabajo realizado es una muestra de su compromiso con la sociedad.

### Referencias Bibliograficas

- Álvaro, D. (2010). *Los conceptos de "comunidad" y "sociedad" de Ferdinand Tönnies*. En: *Papeles del CEIC*, (1), pp. 1-24. Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea. Vizcaya, España. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=76512779009>
- Balcázar, F. E. (2003). *Investigación acción participativa (IAP): aspectos conceptuales y dificultades de implementación*. *Fundamentos En Humanidades*, 7-8, 59–77. <https://elibronet.bibliotecavirtual.unad.edu.co/es/ereader/unad/20765>
- Beller Taboada, W. (2018). *Elementos de lógica argumentativa para la escritura académica*. Bonilla Artigas Editores. <https://elibronet.bibliotecavirtual.unad.edu.co/es/ereader/unad/121679>
- Costa, C. y Piñeiro, T. (2014). *Estrategias de comunicación multimedia*. Pág. 143. <https://elibronet.bibliotecavirtual.unad.edu.co/es/ereader/unad/57637>
- Fresno, M. D. Paunero, D. S. y Marqués, P. (2014). *Conectados por redes sociales: introducción al análisis de redes sociales y casos prácticos*. Editorial UOC. <https://elibronet.bibliotecavirtual.unad.edu.co/es/ereader/unad/113723?page=1>
- Villalobos, O. (2012). *Comunicación y ciudadanía en la era de las redes sociales*. Quórum Académico, Vol. 9, No. 1, 2012. <https://elibronet.bibliotecavirtual.unad.edu.co/es/ereader/unad/24900>
- Villasante, T. (s.f.). *La sociopraxis, un acoplamiento de metodologías participativas* Abrir este documento utilizando ReadSpeaker docReader <https://ecosad.org/laboratorio-virtual/phocadownloadpap/METODO-IMPLICATIVAS/la-socio-praxis-un-acoplamiento-de-metodologias-implicativas-r-villasante%202.pdf>

## Apéndices

### Apéndice A

#### Carta de Intención

Bogotá, febrero 25 de 2025

Señores  
Fundación Volver a Empezar  
**Miryam Yolanda Castillo Castelblanco**  
Directora  
E. S. M.

Cordial saludo,

Mi nombre **Juan Sebastian Antury Artunduaga** identificado(a) con C.C. **1024561959** de Bogotá, actualmente me encuentro cursando el programa de Comunicación Social en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia -UNAD- y estoy ad portas de recibir el título de Comunicador Social.

Escogí como trabajo de grado una opción muy interesante que es el Diplomado en Construcción de Redes Sociales de Comunicación. El Diplomado busca posibilitar que, a través de un trabajo académico e investigativo, el estudiante proponga una acción o acciones de fortalecimiento comunicacional dirigidas a la organización con la cual se desarrolló la investigación. Estas acciones hacen parte de una estrategia que será formulada a partir de un juicioso proceso de contacto, indagación, y conocimiento de la organización, obviamente acogiéndose a los parámetros que las dinámicas propias de esta exijan.

La organización no se compromete a implementar la estrategia que el estudiante diseñe y proponga, pero si la organización lo considera adecuado y provechoso, sería muy importante realizar dicha implementación, lo cual además evidenciaría la pertinencia de la estrategia diseñada y posibilitaría alcanzar los objetivos propuestos en esta. Los resultados del trabajo realizado con la organización serán publicados en un documento académico en el cual quedará consignado todo el proceso.

Por lo anteriormente expuesto, solicito comedidamente que me permitan realizar con ustedes este trabajo durante los próximos cuatro (4) meses, en los cuales además de desarrollar el ejercicio investigativo, se buscará que los frutos de esta sean acciones que fortalezcan y mejoren las dinámicas comunicativas dentro de su organización.

Mil gracias por su atención,

Ayuntamiento

*Juan Sebastian Antury A.*

Juan Sebastian Antury Artunduaga

Cel. 3504405214

E-mail: [Coachsebastianantury@gmail.com](mailto:Coachsebastianantury@gmail.com)

*Miryam Y. Castillo CC 41960822 1212*

Miryam Yolanda Castillo Castelblanco

Firma del Recibido

## Apéndice B

### Carta de Aprobación

---

**Bogotá 27 de febrero de 2025**



Estimado:

**Juan Sebastian Antury Artunduaga**

Estudiante de Comunicación Social - UNAD

**Asunto:** Aprobación Ejercicio Investigativo

Queremos notificar por medio de la presente que luego de haber realizado un estudio previo a su solicitud, nuestra Fundación **"Volver a Empezar"** ratifica el total apoyo y aprueba el tiempo de estadía de **4 meses**, para que el estudiante lleve sus gestiones estudiantiles con nuestra organización y culmine exitosamente su ejercicio de investigación.

Agradecemos que cuenten con nuestra entidad para sucesos de aprendizajes mutuos en aras de fortalecer la educación.

Cordialmente,



*Miryam Y. Castillo cc 41760822 1313*

**Miryam Yolanda Castillo Castelblanco**

**Directora – Volver a Empezar**

**Bogotá, Colombia D. C.**

## Apéndice C

### *Preguntas Entrevista Inicial*

#### Comunidad:

1. ¿Cuáles son las labores sociales que más se desarrollan aquí en "Volver a Empezar" y que a Hoy son un Éxito Rotundo en la Comunidad?
  2. Cree usted que se ha podido transformar la calidad de vida de los participantes con las labores realizadas de esta organización?
  3. ¿Considera usted que esta entidad aporta al desarrollo comunitario de la Sociedad, Por qué?
- Adicional: ¿Qué estrategias han resultado más efectivas para integrarlos en dinámicas comunitarias?

#### Comunicación Participativa:

4. ¿Qué canales de comunicación interna se consideran que deben fortalecerse?
5. ¿Qué transformaciones esperas que continúen desarrollándose en el futuro con este grupo poblacional?
6. ¿Qué problemas consideras prioritarios resolver para mejorar los resultados en relación a la integración de estas dinámicas comunitarias?

#### Redes Sociales:

7. ¿Qué significado tiene las redes sociales para usted como directora de esta Organización y Cuál es el Objetivo principal de su Uso?
8. ¿Cuáles son los conflictos de Comunicación Interna y externa respecto a las redes sociales en "Volver a empezar"?
9. ¿Cree que el uso que hace de las redes sociales crea problemas para llevar una vida saludable? (dormir adecuadamente, comer sano, hacer ejercicio)?

**Apéndice D**

*Enlace Entrevista Inicial*

<https://vimeo.com/manage/videos/1062996329>

## **Apéndice E**

### *Preguntas Cualitativas*

#### Comunidad:

1. ¿Cuáles son las labores sociales que más se desarrollan aquí en "Volver a Empezar" y que a Hoy son un Éxito Rotundo en la Comunidad?
2. Cree usted que se ha podido transformar la calidad de vida de los participantes con las labores realizadas de esta organización?
3. ¿Considera usted que esta entidad aporta al desarrollo comunitario de la Sociedad, Por qué?

Adicional: ¿Qué estrategias han resultado más efectivas para integrarlos en dinámicas comunitarias?

#### Comunicación Participativa:

4. ¿Qué canales de comunicación interna se consideran que deben fortalecerse?
5. ¿Qué transformaciones esperas que continúen desarrollándose en el futuro con este grupo poblacional?
6. ¿Qué problemas consideras prioritarios resolver para mejorar los resultados en relación a la integración de estas dinámicas comunitarias?

#### Redes Sociales:

7. ¿Qué significado tiene las redes sociales para usted como directora de esta Organización y Cuál es el Objetivo principal de su Uso?
8. ¿Cuáles son los conflictos de Comunicación Interna y externa respecto a las redes sociales en "Volver a empezar"?
9. ¿Cree que el uso que hace de las redes sociales crea problemas para llevar una vida saludable? (dormir adecuadamente, comer sano, hacer ejercicio)?

**Apéndice F**

*Enlace Entrevista Cualitativa OSP*

<https://vimeo.com/1068586863>

# Apéndice G

## Registro Fotográfico



**Apéndice H**

*Enlace Video Jornada de Devolución*

<https://youtu.be/IpgxMqJ4GRo>